

**GUIDE DE L'ANIMATEUR
EXPÉRIMENTER SA CRÉATIVITÉ,
ATELIER D'EXPRESSION CORPORELLE**

GUIDE DE L'ANIMATEUR
EXPÉRIMENTER SA CRÉATIVITÉ, SES ÉMOTIONS,
S'EXPRIMER AVEC LE CORPS

L'approche créative de Pina Bausch

Dans son travail de création, Pina Bausch avait l'habitude de poser des questions personnelles à ses danseurs en leur demandant de répondre par le geste ou la parole. Un temps de maturation était parfois nécessaire aux danseurs avant de pouvoir proposer quelque chose. Pina Bausch étudiait avec attention les propositions des danseurs et leur demandait des variations, des précisions. Ils devaient ensuite retenir exactement le geste fait, la parole prononcée. Ces propositions servaient de matériau à la chorégraphe qui les enrichissaient de ses propres recherches.

Thème et artiste

" Le corps humain a toujours été un formidable outil pour exprimer des émotions et les transmettre aux autres. Le geste est le prolongement de l'émotion humaine. En s'exprimant à travers le langage gestuel et le mouvement, on peut créer une œuvre à la fois originale et universelle.

Les comédiens et les danseurs l'ont bien compris !

La danseuse et chorégraphe allemande Pina Bausch (1950-2016), en inventant la danse-théâtre, a transformé les gestes de ses danseurs en symboles de notre façon de ressentir le monde. La danse devient alors bien plus qu'un enchaînement de mouvements techniques réalisés sur scène : elle raconte une histoire intime et dit ce que les mots ne peuvent pas expliquer."

Un atelier inspiré du travail de Pina Bausch

Objectif de l'atelier : prendre conscience des possibilités créatives liées à l'expression de soi.

Le participant est invité à proposer des mouvements en découvrant différentes situations.

Le contexte, son humeur, son vécu, vont l'amener à créer des mouvements qui lui sont propres. Il lui sera proposé d'identifier ses émotions et l'atelier lui permettra de prendre conscience de sa capacité à « faire » et à créer.

Ressorts créatifs travaillés : l'intelligence émotionnelle, le recours à son vécu.

L'atelier met en valeur l'émotion, l'humeur, le ressenti qui guide le mouvement, la collaboration, la prise de risque (être regardé, se mettre en avant, etc.).

L'utilisation d'outils numériques dans une démarche créative et de compréhension de soi est également visée.

Comment? A l'instar de l'approche créative de Pina Bausch, les participants sont invités à répondre à des questions. Elles sont liées au quotidien, sont surprenantes, parfois décalées et propices à générer des émotions.

Les questions apparaissent sur des cartes et ont pour but de guider les participants, de susciter des ressentis à partir desquels ils improvisent un mouvement capté par un outil numérique (téléphone ou tablette).

Une dernière carte orientée transition écologique est proposée au groupe. Enfin une mise en perspective avec l'oeuvre de l'artiste peut avoir lieu.

L'atelier en pratique

Participants et tempo :

Un nombre pair de participants, de 6 à 12. L'atelier dure environ 45 minutes.

Supports et matériel :

- « Le matériel participant » à imprimer où se trouvent les cartes-questions à partir desquelles les participants vont pouvoir improviser.
 - Si souhaité, une tablette ou un mobile pour pouvoir capturer les mouvements réalisés par les participants.
- Idéalement une tablette par duo de participant ou à partager par le groupe (ajuster le temps selon le nombre de tablettes à partager).
- un accès à de la musique pour éventuellement accompagner les mouvements par de la musique.

Script

Un script est proposé pour démarrer l'explication de l'atelier.

Suggestion d'organisation

Si le groupe de participant dépasse 12 personnes, il est possible de scinder le groupe en deux. Une partie réalise cet atelier d'expression corporelle, pendant que le reste du groupe découvre de nouveaux podcasts. En effet cet atelier nécessite la présence permanente de l'animateur.

Cette ré-organisation du groupe peut avoir lieu après avoir assuré la découverte de Pina Bauch « L'enfance »

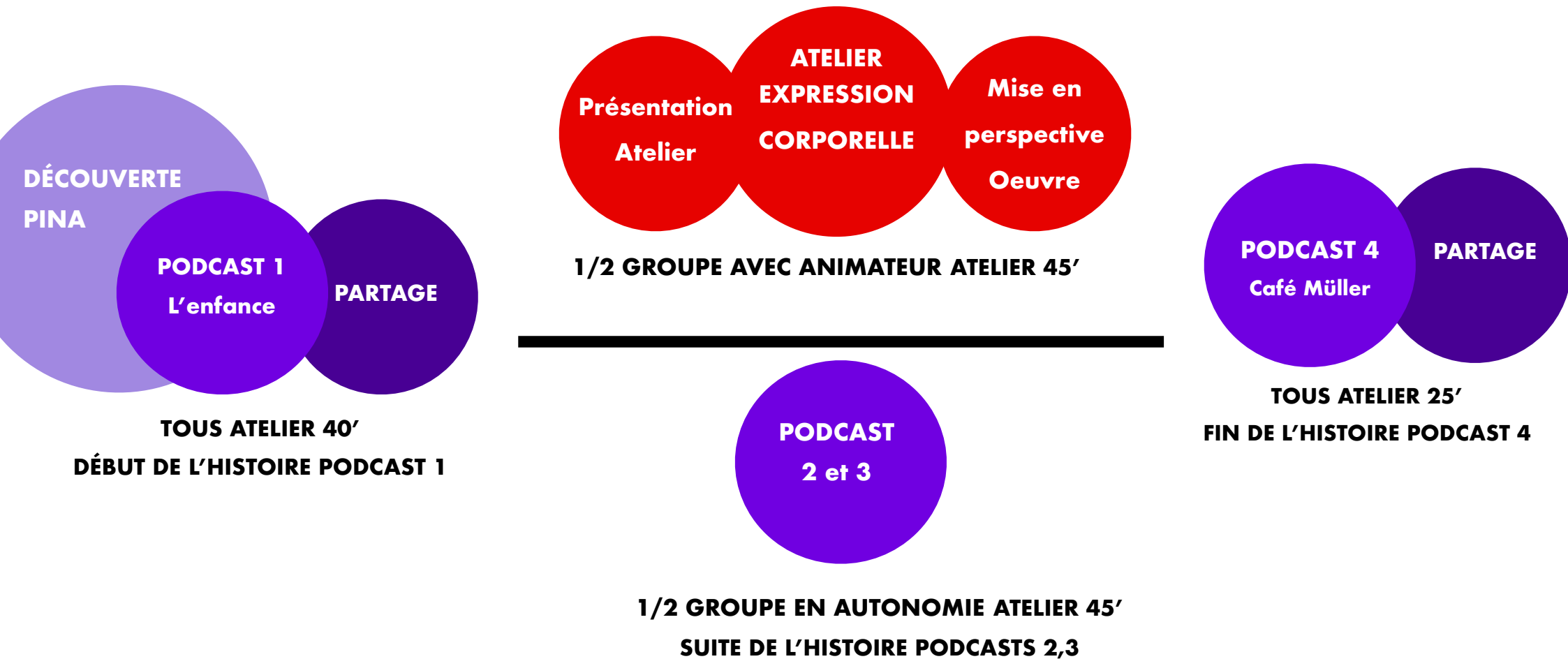
Ensuite, il s'agit d'inverser.

Une dernière séance permettra ensuite au groupe complet de découvrir le podcast dédié à la consécration de l'artiste.

Dans le schéma récapitulatif qui suit l'atelier d'expression corporelle est en rouge et l'atelier sonore apparaît en violet.

SUGGESTION D'ORGANISATION

Au delà de 12 participants, il est possible de faire d'évoluer les participants en 2 groupes simultanément sur l'atelier expression corporelle et l'atelier sonore.



ATELIER DE 45' - EXPRESSION CORPORELLE

1. PRÉSENTATION DE L'ATELIER

- Le principe des questions de Pina à ses danseurs (1')
- Découverte de l'atelier et définition des duos (4')

2. LES DUOS DE PARTICIPANTS MAKERS

- Tirer au sort le rôle de chacun « Danseur » et « Créateur » (2')
- Le duo créatif
 - * Créer de son mouvement via les cartes (7')
 - * Capturer « la petite chorégraphie » en se filmant et exprimer son émotion (5')
- Inverser les rôles (12')

3. LA CRÉATIVITÉ COLLECTIVE POUR LA PLANÈTE (5')

4. RÉSTITUTION ET PERSPECTIVE (9')

- Partager
- Mettre en perspective, découvrir un extrait de l'oeuvre de l'artiste

1. PRÉSENTATION DE L'ATELIER

• Les questions de Pina à ses danseurs

L'animateur rappelle aux enfants la découverte sonore du personnage de Pina Bausch et explique l'approche créative de l'artiste qui repose notamment sur le fait qu'elle s'intéresse à ce qui anime les gens, ce qui les fait vibrer et son approche créative qui consistait à poser des questions à ses danseurs pour les faire évoluer.

L'animateur annonce aux participants qu'ils vont eux aussi pouvoir explorer leur créativité dans une dynamique collaborative, s'amuser à deux et si l'accord a été donné, se filmer. Les participants pourront ensuite finaliser une dernière étape de l'atelier tous ensemble.

• Découverte de l'atelier

Principe général, présentation des cartes et de l'installation

Le groupe est en situation d'écoute de l'animateur. Celui-ci indique le fonctionnement global.

Le but est de créer un mouvement de façon collaborative en duo grâce à la découverte de cartes. L'un des membres du duo lit les questions, l'autre y répond spontanément avec des mouvements. Deux mouvements sont créés puis filmés et les ressentis exprimés sur la carte « émotion »

Ensuite les rôles sont inversés et une dernière carte est retournée pour réaliser tous ensemble un geste simultanément.

Démonstration au groupe de la réalisation des mouvements

Pour permettre aux participants de comprendre et saisir les étapes, l'animateur assure une démonstration avec l'un participant.

L'animateur et le participant empruntent chacun un rôle et suivent le déroulement des étapes de l'atelier.

(Il est préférable que l'animateur s'organise pour avoir en main la carte créateur dans la démonstration)

**voir proposition de script*

DIAPORAMA SLIDE 2

DIAPORAMA SLIDE 3

DIAPORAMA SLIDE 4

DIAPORAMA SLIDE 5

Les étapes de la démonstration de la réalisation des mouvements

A. Les participants tirent au sort « 1 carte danseur » ou « 1 carte créateur ».

B. Le participant ayant tiré « la carte créateur » obtient 2 cartes « question-mouvement »

Elle vont lui permettre de « faire évoluer » le danseur. Les cartes sont remises faces cachées.

C. Le créateur retourne la première carte et lit

(Les cartes question-mouvements mettent en situation le danseurs en lui indiquant des situations mêlant la vie quotidienne et univers de l'enfance, la situation peut être excessive et parfois assez humoristique afin de susciter une réaction).

D. En réponse, le danseur propose un mouvement, il peut faire plusieurs suggestions. Le danseur pourra l'encourager l'orienter, l'aider à faire évoluer son geste. Lorsque le duo est satisfait d'un geste, tous deux mémorisent le mouvement.

E. Ils font la même chose avec la deuxième carte « question mouvement ».

La démonstration achevée l'animateur propose alors à tous les participants de former des duos.

2. LES DUOS DE PARTICIPANTS MAKERS

• Tirage au sort des rôles par les participants

Chaque duos tire au sort sa carte danseur et créateur.

L'animateur rappelle au participants de s'amuser, d'être collaboratif et d'oser essayer.

Les participants vont s'installer deux par deux dans un endroit qui leur plait.

- **Le duo créatif**

- * **Réaliser son mouvement via les cartes**

L'animateur remet au créateurs les 2 cartes « questions-mouvements ». Les participants réalisent comme indiqué dans la démonstration.

- * **Capter la petite chorégraphie en se filmant et exprimer son émotion**

Les duos appellent ensuite l'animateur qui leur remet la tablette, ou mobile.

Explication à délivrer à chaque duo

L'animateur découvre les mouvements du duo, lui explique les étapes suivantes et lui remet les cartes adéquates.

Les étapes à transmettre pour la poursuite et finalisation de l'atelier

- A. Découverte de la carte « Rassembler les mouvements » par le duo
(sur laquelle le duo est encouragé à « relier les 2 mouvements et se filmer)
- B. Assemblage des 2 mouvements et création d'une petite chorégraphie.
- C. Le créateur filme le danseur qui réalise la petite chorégraphie
- D. Le duo visionne la vidéo et peut décider de refaire, lorsqu'il est satisfait ; le duo de participant retourne la carte « émotion » et le danseur la remplit selon ses ressentis.
- E. Le duo échange les cartes-rôles, il leur donne 2 nouvelles cartes « question-mouvement », le duo réalise deux nouveaux mouvements et une nouvelle petite chorégraphie.
- F. L'ensemble des participants se retrouvent pour découvrir une dernière carte et faire un mouvement tous ensemble.

3.LA CRÉATIVITÉ COLLECTIVE POUR LA PLANÈTE

L'animateur rassemble les enfants, récolte les cartes « émotion »

Il propose ensuite de découvrir une dernière question à laquelle « ils répondront » avec leur corps simultanément. Cette carte est spéciale : c'est la carte « Créa-planète » . L'idée est de prolonger l'expérience pour investir l'univers de l'environnement et la transition grâce à sa créativité.

Explication des étapes au groupe de participants

A. Ils découvrent la question-mouvement créa-planète

B. Chacun « essaye » son mouvement

C. Lorsque tout le monde est prêt, la vidéo du mouvement collectif est faite

(La vidéo peut être ensuite partagée sur la plateforme (avec un titre choisi collectivement) et ré exploitée pour explorer le sujet de la transition écologique.

4.RÉSTITUTION ET PERSPECTIVE

• Partager

L'atelier se termine par un temps d'échange sur l'ensemble de l'expérience. Les participants s'expriment sur ce qu'ils ont particulièrement aimé, sur les émotions qu'ils ont ressenties et ce qu'ils trouvent intéressant dans les autres mouvements.

• Mettre en perspective, découvrir un extrait de l'oeuvre de l'artiste

L'animateur propose de découvrir un extrait de l'oeuvre de Pina Bausch qui utilisait elle aussi les questions pour créer.

Est par exemple, projeté : « 1975 : "Le sacre du Printemps" 1978 : "café Muller » (choisir l'extrait approprié selon l'âge des participants).

**SUGGESTION DE SCRIPT POUR
L'ATELIER EXPRESSION CORPORELLE
EN ACCOMPAGNEMENT DU DIAPORAMA
ET UTILISATION DU MATÉRIEL DU PARTICIPANT**

Installation

Vous :

« Vous avez écouté l'histoire de Pina Baush, vous vous souvenez que c'était une danseuse et une chorégraphe unique. C'est avec ses danseurs, en captant leurs émotions qu'elle réussissait à faire preuve de créativité. Dans cet atelier, vous allez essayer comme elle de créer quelque chose de nouveau et d'oser. Comment?

Vous allez suivre des indications sur des cartes. Le principe est d'évoluer à deux, chacun de vous va jouer un rôle différent indiqué sur les cartes et vous allez créer ensemble quelque chose « un mouvement », la aussi ce sont des cartes qui vous guideront, et ensuite vous vous filmerez.

Démonstration

Imaginons que je sois en duo avec, chacun de nous tire au sort une carte « rôle », je tire au sort la carte rôle « créateur » et tire au sort la carte rôle « danseur ». On nous remet deux cartes mouvements qui vont nous guider.

Nous découvrons tous les deux la 1^{ere} carte mouvement, moi créateur je vais la lire et le danseur va réagir et proposer un mouvement. Essayons.

Par exemple, si je tire au sort la carte-question Il est 7h, le réveil sonne, mais c'est samedi : quel geste faites-vous, comment le montreriez-vous?

Oui tu peux faire ce geste, peut-être peux-tu l'accentuer? Et le faire plus rapidement ...Il est unique et ne ressemble à aucun autre. Il est le reflet de ton émotion.

Vous tirez ensuite une seconde carte mouvement et ferez la même chose tous les deux en conservant le même rôle chacun.

Ensuite, lorsque votre duo aura terminé, il m'appellera et je viendrai lui remettre une troisième carte « relier les mouvements », je resterai un peu avec vous et nous pourrons filmer votre mouvement.

Pour finir, nous ferons quelque chose en groupe.

Est-ce que tout le monde a compris?

Passons maintenant au tirage au sort par duo et démarrons l'atelier.

DIAPORAMA SLIDE 1

DIAPORAMA SLIDE 2

DIAPORAMA SLIDE 3

DIAPORAMA SLIDE 4

DIAPORAMA SLIDE 3