



Expression corporelle : Trouver un équilibre entre dirigisme et laisser-faire

EMILIE HERCULE – ARTISTE CHORÉGRAPHE

Lors de ces ateliers, j'invite les étudiants à partager mon expérience sensible de la communication par la danse. Je propose d'expérimenter des outils pour (se) découvrir et développer sa propre expression et créativité par le langage du corps, en lien avec les dynamiques propres au management et à ses objectifs professionnels.

A partir de situations pratiques de création ludique, je propose de travailler :

La présence : Comment je suis présent dans l'instant ? Comment je me présente aux autres ? Qu'est-ce que je dis avec mon corps ? Quelle est mon intention ? Notamment la question du regard dans mon rapport à l'autre.

La confiance : Comment dépasser sa peur et sa timidité en groupe ?

L'écoute : de son propre rythme intérieur pour se rendre plus disponible dans la rencontre avec ses collègues . Harmoniser ses facultés corporelles de manière ludique et découvrir le plaisir de se mouvoir plus librement dans l'espace et en musique avec les autres.

L'anticipation, l'adaptation : à travers de petites compositions en groupes

Inventer de nouveaux chemins face à une contrainte : Comment je choisis de répondre à une proposition ? Comment je m'adapte à ce qui advient ? Comment j'affirme ma position ? Comment trouver de nouvelles dynamiques de relation à l'autre et au groupe, à partir du corps en mouvement et du contact ?

Diriger, mener/suivre l'autre, un groupe et passer d'une position à l'autre

Cela dans le respect de l'intégralité, des limites et de l'expérience de chacun, sans jugement, simplement dans le plaisir partagé de la danse et de l'échange. Prévoir une tenue confortable.

Etudiants concernés :

Les Ateliers Créativité et Expression sont destinés aux étudiants de Licence 1, 2 et 3. Ils sont facultatifs, cependant la présence est obligatoire pour les étudiants inscrits à un atelier.

Dates :

3 séances d'atelier le 13 janvier (12H30-14H30 & 18H-20H), le 20 janvier (12H30-14H30 & 18H-20H) et le 30 janvier (14H-18H).



Contact et inscription

Pour vous inscrire aux ateliers créatifs, rendez-vous sur : iae.univ-lyon3.fr.

Les modules « Créativité et expression » sont pilotés par **Marie CUNNAC**, Chargée des projets Art et Management, enseignante à l'**iaelyon**.