

# **INSTITUT TAMALPA**

## **Guérir par l'Art et le Mouvement**

Niveau 2 Europe :  
Incarner son Leadership  
2023-2024

PROGRAMME DE FORMATION  
Tamalpa France

11 septembre 2023



Venez plonger un peu plus dans l'héritage du travail développé par Anna et Daria Halprin, pour une vie vivante et vibrante, à travers les outils du Life Art Process® !

# PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

## INCARNER SON LEADERSHIP

Bienvenue à la session 2023-2024 de la formation Tamalpa : Incarner son Leadership !  
Nous sommes ravi.es d'offrir ce programme d'exploration et d'études approfondies du Processus Art/Vie Tamalpa (Tamalpa Life/ Art Process®), avec un focus sur notre approche de la facilitation et de la thérapie par les arts expressifs centrées sur le mouvement.  
Nous sommes particulièrement engagé.es envers ce niveau approfondi de la formation, et enthousiastes à l'idée que vous continuiez vos études auprès de l'Institut Tamalpa.

Cette brochure est là pour vous servir de guide et vous informer sur ce programme. Vous y trouverez :

1.	Sommaire du Programme de Niveau 2	p. 4
2.	Descriptions de Cours	p. 8
3.	Biographies des Formateurs.trices	p. 15
4.	Bibliographie	p. 18
5.	Association des Ancien.nes étudiant.es de Tamalpa (Tamalpa Alumni Association – TAAS)	p. 23
6.	Liste de contacts	p. 25

À noter : 80% des cours de niveau 2 sont enseignés en français. Ce sont les cours dispensés par les formateurs Tamalpa France aux seuls étudiants français. Les autres cours sont enseignés en anglais. Les cours enseignés en anglais sont indiqués dans les descriptions de cours. Une traduction en français sera disponible pour les étudiants qui ont pris des dispositions préalables avec le coordinateur du programme. (Voir page 19 pour les coordonnées.)

Les sessions sur la communication, l'approche des traumatismes, le laboratoire étudiant se font en ligne via zoom.

# PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

---

## INCARNER SON LEADERSHIP

### SOMMAIRE

Le programme se concentre sur l'apprentissage des fondements du Processus Tamalpa Art / Vie (Tamalpa Life / Art Process® (TLAP) et le développement de savoir-faire pour la facilitation et l'animation.

Par le biais de travail expérientiel, d'exercices pratiques et de cours, les étudiant.es développent leur compréhension de la méthodologie, de la théorie, des principes et des savoir-faire requis pour la facilitation et l'animation auprès de groupes et en coaching individuel. Ils explorent les manières d'utiliser le TLAP, ses applications et ses variations pour s'adapter à différents contextes. Les séminaires mettent l'accent sur certains aspects du TLAP, en organisant le curriculum de Niveau 2 autour des axes suivants :

- I. Fondations du TLAP – Philosophie, Cartes, Méthodes
- II. Scoring & Cycles RSVP
- III. Méthode de Cartographie des Parties du Corps
- IV. Rituel de Mouvement 1-2-3-4
- V. Animation de groupe et Coaching individuel
- VI. Performance
- VII. Applications du TLAP à des thèmes
- VIII. Communication relationnelle
- IX. Introduction au travail en Nature et à l'utilisation des Rituels dans l'accompagnement
- X. Intégration ou Apprentissage expérientiel orienté vers l'intégration et la pratique
- XI. Amorce d'une réflexion sur son leadership en lien avec les outils du LAP

Le Niveau 2 demande de participer en personne aux modules suivants :

### **1. Séries de Séminaires :**

Le but pédagogique général du Niveau 2 est d'apprendre à utiliser les principes et la méthodologie du TLAP dans un contexte dit de leadership (facilitation pour des groupes ou séance en individuel).

Ces séminaires sont conçus comme un environnement d'apprentissage avancé pour que les étudiant.es parviennent à un niveau approfondi de compréhension théorique, expérientielle et pratique, de savoir-faire et de maîtrise du TLAP nécessaires à la facilitation de groupe, le coaching en séance individuel.

Les étudiant.es sont incité.es à développer leur propres talents, styles et intérêts personnels de manière à pouvoir partager ce travail dans le monde extérieur.

Chaque session aura pour objectif de revoir et passer en revue les acquis du Niveau 1 grâce aux présentations des enseignant.es et en s'appuyant sur un environnement d'apprentissage collectif, ainsi que d'ajouter de nouveaux éléments afin d'approfondir, de développer et d'élargir les savoir-faire et les applications du TLAP.

Les outils clés du TLAP présents tout au long du cursus, sont :

- le Rituel de Mouvement 1-2-3-4,
- les 3 Niveaux d'Attention et de Réponse,
- le Processus d'Imagerie Psychocinétique,
- la Cartographie des Parties Corporelles et le répertoire de mouvement,
- le Processus en 5 phases,
- les Déclarations de base,
- le Scoring,
- et le Modèle de Communication.

Chaque enseignant.e développera et apportera au curriculum ses propre perspectives, styles et intérêts personnels.

Note : Au cours du programme, des membres de l'équipe enseignante feront référence à des écrivain.es dont les écrits contribuent à la compréhension du TLAP. Les formateurs.trices pourront demander la lecture de textes appartenant à la bibliographie ou à d'autres sources en prévision de leur séminaire. Les étudiant.es en seront informé.es à l'avance.

### **2. Laboratoire de Mise en Pratique**

Ces sessions, sous forme de travaux partagés sur la plateforme en ligne de l'Institut, donnent l'occasion aux étudiant.es d'organiser et d'animer leur premier atelier TLAP de deux heures dans leur région, auprès de pair.es et de personnes invité.es. Lors de ces sessions, les étudiant.es

pratiqueront le scoring en créant eux-mêmes la partition de leur atelier sur un thème de leur choix. Ils recevront des retours de leurs pair.es ainsi que de leur formateur.trice. Ils développeront aussi les savoir-faire de facilitation d'un groupe, en situation réelle. La session se clôturera par une réflexion et une évaluation sur le contenu de l'atelier, sa guidance, et son recyclage.

Le programme de formation de Niveau 2 se concentre sur le développement d'applications professionnelles du Processus Art/ Vie Tamalpa (TLAP) dans différents champs de pratique qui incluent la thérapie par les arts expressif, le travail somatique, l'enseignement, les consultations privées, la santé, les arts et le changement social. La transmission se concentre sur les sujets suivants :

- **Processus Tamalpa Art/Vie : Philosophie, Principes et Théorie**
- **Processus Tamalpa Art/Vie : Cartes et Modèles**  
Compréhension approfondie des cartes et modèles suivants en vue d'applications professionnelles :
  - Rituels de Mouvement et Danse Intégrative
  - Processus d'Imagerie Psychocinétique
  - Les 3 Niveaux d'Attention et de Réponse
  - Le Processus en 5 Phases
  - Le Modèle Répéter / Développer / Transformer
  - La Mythologie et la cartographie des Parties du Corps
  - Les Cycles RSVP
- **Processus Tamalpa Art/Vie : Pratique**
  - Comment emmener un groupe dans une exploration TLAP en mouvement.
  - Comment coacher un individu dans une exploration TLAP en mouvement.
  - Comment appliquer les outils et méthodes du TLAP à différents contextes professionnels.
- **Mouvement / Études Somatiques**  
Rituels de Mouvement 1- 2 - 3 et Danse Intégrative.  
Explorer les éléments du temps et de l'espace, du rythme et de la force, de l'inertie et du mouvement, du répertoire de mouvement (des parties du corps et des articulations), de l'éventail de mouvements et de gestes appliqués à l'expression créative en mouvement.
- **Le Mouvement comme Art et Processus Psychologique**  
Métaphores et récits du corps et du mouvement : compréhension et pratique avancée sur l'identification et le travail avec les thèmes et métaphores individuels et collectifs associés

à la fonction de chaque partie du corps et de son répertoire de mouvement. Relations des parties du corps aux sentiments et à l'imaginaire.

- **Modèle de Communication et Réponse Esthétique**

Théorie, techniques et pratique du modèle de communication

Travail avec le modèle de communication sur les 3 niveaux d'attention (« je vois... », « je ressens... », « j'imagine... ») appliqué au travail en individuel-et en groupe.

Approches spécifiques pour donner une réponse esthétique non-critique et non-analytique.

- **Planification des Cours – Cycles RSVP et Scoring (Partitions)**

Développer les outils et ressources pour le scoring en vue de l'animation de cours, d'ateliers, de stages et d'autres présentations TLAP.

Concevoir des partitions et y intégrer des thèmes, des intentions, des ressources, des activités pour générer des explorations individuelle et collective, de la créativité, aider au brainstorming et à la gestion de projet.

Intégrer les activités artistiques inter-modales et appliquer les modèles théoriques à la pratique.

Penser et agir en tant que facilitateur.rice : corps, voix, choix linguistiques, gestion du temps et matériel.

- **Introduction aux Approches centrées sur le Traumatisme**

L'utilisation du TLAP, de la thérapie par les arts expressifs et de modèles complémentaires pour soutenir le travail avec le traumatisme.

- **Savoir-Faire de Facilitation**

Échanges sur l'animation de groupe et le coaching en séances individuelles, avec un focus sur les points suivants : reconnaître les problèmes et les thèmes, développer des stratégies de feed-back et d'intervention, identifier les cycles au sein d'une session, apprendre à construire une relation de collaboration avec l'individu/le groupe.

- **Travail en Environnement**

Comment appliquer les outils et méthodes du TLAP au travail en environnement

- **Danse Planétaire**

# PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

## INCARNER SON LEADERSHIP

### DESCRIPTIONS DES COURS

#### **Fondations I, II & III: Movement Ritual 1-2-3, 3 Niveaux d'Attention et de Réponse, Scoring, Processus d'Imagerie Psycho-cinétique, Scoring, Cartographie des Parties du Corps, Compétences en Communication & Réponse Esthétique**

**Les formateurs :** Nadège Degrès & Stéphane Vernier

**La description :** Dans ces 3 modules d'ouverture, les étudiants revisiteront les fondations du travail de Tamalpa à travers un mélange de théories et d'apprentissage par l'expérience. Ils auront l'occasion d'incarner et d'approfondir leur compréhension du rituel du mouvement I, II, III, des paramètres de la danse, des 3 niveaux d'attention et de réponse, du processus d'imagerie psycho-cinétique, de la création de partitions, de la cartographie des parties du corps, des compétences en communication et des réponses esthétiques.

L'ensemble de ces outils Tamalpa sera mis à profit pour commencer à apprendre à créer et à emmener des échauffements, des mises en mouvement et des explorations Life Art Process® pour des groupes. Chaque étudiant pourra développer des thèmes de son choix et recevoir des retours de ses pairs et du formateur, au sein d'un environnement de travail collaboratif.

Lors de chacun de ces 3 modules, Nadège Degrès interviendra une journée pour inviter les étudiants à laisser émerger et identifier leur mission et leur vision de leader, les forces sur lesquelles ils peuvent s'appuyer, les défis sur lesquels ils souhaitent travailler davantage, en découvrant leur posture et leur voix en tant que leader aujourd'hui dans leur vie et leurs communautés.

#### **Objectifs pédagogiques :**

- Développer sa posture de leadership en identifiant et en travaillant sur sa posture de départ, ses forces, ses défis, ses valeurs.
- Développer une compréhension pratique et vécue de la façon d'appliquer et d'utiliser les outils Tamalpa Life Art Process® : Le rituel de mouvement 1, 2, 3 et les explorations de mouvement, la cartographie des parties du corps, le processus d'imagerie psycho-

cinétique, le modèle de communication, les trois niveaux d'attention et de réponse, le processus en cinq phases et le scoring.

- Développer une capacité à articuler et à communiquer ses partitions, ses intentions et ses réflexions en utilisant les outils TLAP de manière sûre et créative.
- Apprendre comment utiliser les outils TLAP d'une manière simple et créative pour créer un cours, un atelier, une exploration en mouvement pour des groupes.

## Compétences en Communication

**Le formateur :** Yoann Boyer

Ce séminaire de 12 heures comprend 9 heures enseignées en anglais pour tous les étudiants de L2 Europe (Royaume-Uni, Allemagne et France) et 3 heures en français pour les étudiants français uniquement.

**La description :** Lors de cette série, nous porterons une plus grande attention au modèle de communication utilisé dans le travail du Life / Art Process® dans l'intention de soutenir la dynamique de groupe et la communication inter-personnelle, ainsi que pour offrir de nouvelles ressources à la résolution de conflit. Basée sur les principes de la Communication Non-violente®, nous cultiverons notre attention au langage, développerons nos aptitudes d'écoute et explorerons des manières d'emmener notre authenticité dans le dialogue avec autrui. Avec pour objectif de mettre nos forces créatives au service des incompréhensions et des conflits, nous ferons le pont entre le modèle de communication et les cycles RSVP / Processus de Scoring.

**Objectifs pédagogiques :**

- Développer notre conscience de la communication à un niveau personnel et professionnel dans le cadre de travail avec des groupes et en sessions individuelles par l'intégration des 3 niveaux de conscience (je vois / je sens / j'imagine)
- Approfondir notre compréhension des dynamiques de groupes et générer des ressources pour travailler à partir de situations de conflit
- Pratiquer nos aptitudes d'écoute par l'écoute empathique et le dialogue inter-relationnel
- Apprendre à construire des partitions (*Scores*) en réponse à des situations de conflit

## Somatiques Rituel de Mouvement 1, 2, & 3 et kinésiologie

**Le formateur :** Stéphane Vernier

**La description :** Dans ce module, nous nous appuyerons sur le rituel de mouvement 1, 2, 3 pour approfondir nos connaissances anatomiques et kinésiologiques. Nous apprendrons à regarder et suivre le mouvement qui se déroule dans un corps pour le comprendre. En s'appuyant sur des connaissances théoriques et encorporées, nous apprendrons à développer nos manières de

faciliter l'exploration sentie et vécue de nos participants ou d'un client individuel pour développer et enrichir l'expérience de son corps et de sa danse.

### **Objectifs pédagogiques :**

- Approfondir ses connaissances anatomiques et kinésiologiques en lien avec le rituel de mouvement 1, 2, 3, ainsi que les composantes de la danse.
- Apprendre à regarder, analyser et suivre le mouvement dans un corps, et à développer un coaching ajusté.
- Acquérir une méthodologie pour faciliter une expérience somatique, puis la développer vers une exploration dansée, une métaphore en mouvement, ou une exploration art/vie.

## **Compétences de performance, Mouvement créatif**

**Les formateurs :** Yoann Boyer & Aude Cartoux

**La description :** Dans ce module, nous approfondirons nos compétences pour la Performance par l'application des outils des cycles RSVP, et continuerons à enrichir notre vocabulaire de mouvement pour renforcer nos aptitudes à l'improvisation, la composition en groupe et l'élaboration de partitions pour la performance. En étudiant les principes de mouvement basés sur le Rituel de Mouvement, nous gagnerons plus de liberté dans nos danses et construirons un savoir-faire et une confiance en soi pour transmettre et guider des sessions de mouvement et d'improvisation. Par une pratique approfondie des cycles RSVP et du processus de Scoring, nous irons à la rencontre de nos identités artistiques par le jeu performatif.

### **Objectifs pédagogiques :**

- Approfondir la compréhension de la pratique du mouvement et des principes sous-jacents du Rituel de Mouvement 1, 2, 3, et 4  
Renforcer ses compétences de facilitateurs du mouvement pour une application du travail auprès de groupes et d'individus
- Élargir ses aptitudes à l'improvisation pour guider des groupes à partir des différents modèles comme le processus en 5 parties, les 3 niveaux d'attention et de réponse et le modèle Répéter-développer-transformer-changer
- Approfondir la compréhension des différentes phases des Cycles RSVP et du processus de Scoring comme outils pour la composition artistique
- Cultiver son processus créatif personnel en s'engageant dans le cycle de Scoring-Performance-Recyclage.

## **Apprentissages entre pairs, Scoring & Réalisation d'un atelier LAP**

**La formatrice :** Nadège Degris

**La description :** Ce segment donne l'occasion aux étudiant.es de créer et de faciliter un atelier en LAP de 2 heures, en présentiel ou en ligne, en invitant des pairs et des connaissances personnelles à faire partie de l'expérience.

Il donne aux étudiants la possibilité de mettre en pratique le contenu qui leur aura déjà été transmis dans les segments Fondations 1, 2, & 3 en mettant à contribution leurs compétences pour composer une partition (*scoring*), la faciliter et la valuer. Ils pourront également continuer à observer, identifier et travailler leur posture de leader à travers cette facilitation en conditions réelles.

Il s'agit d'un segment en ligne, combinant des tâches hebdomadaires à réaliser et à poster sur TAAS (la plateforme en ligne de Tamalpa) et des temps d'échanges entre pairs.

Conçu comme un laboratoire et en créant une communauté d'apprentissage, il vise à permettre aux étudiant.es de s'éprouver par la pratique, ainsi que de s'autonomiser, en s'enrichissant des retours et échanges entre pairs.

### **Objectifs pédagogiques :**

- Approfondir par l'expérience des compétences en composition de partitions (« scoring ») et facilitation de groupe ;
- Développer des aptitudes et des compétences quant à un apprentissage autonome en tant que praticien du TLAP, dans un parcours de leadership incarné ;
- Rester en contact avec le groupe en tant que communauté d'apprentissage et s'entraîner à se faire des retours entre pairs.

### **Déroulé du laboratoire :**

- **Phase 1 : Préparation de l'atelier :** 1<sup>er</sup> au 16 mars 2024
- **Phase 2 : Facilitation de l'atelier de deux heures :** Une date à définir vous-même entre le 17 et le 24 mars 2024, avec un minimum de 4 personnes participantes.
- **Phase 3 : Valuation et Partage final en groupe :** 25 au 28 mars 2024

## **Applications spécifiques du Tamalpa Life Art Process® pour des clients individuels et des groupes, axés sur le traumatisme**

**La formatrice :** H-J Ridgeway

Ce séminaire est enseigné en anglais. Une traduction française est disponible pour les étudiants qui en font la demande.

### **La description :**

Comment les arts expressifs, le travail somatique et le mouvement peuvent être appliqués pour aborder les états traumatiques ? Comment utiliser le TLAP comme ressource lorsque le traumatisme est déclenché et comment suivre l'évolution du traumatisme ?

Dans ce module, nous développerons une compréhension du traumatisme, de ses impacts et de la façon dont cela se déroule dans le corps. Nous explorerons quelques lignes directrices et outils pour travailler avec des personnes qui ont subi des traumatismes à divers niveaux. Nous aborderons la dynamique du système nerveux et comment l'ancrage, le suivi des sensations et le développement de ressources sûres sont la première étape du traitement des traumatismes.

Nous nous intéresserons à l'art comme contenant et comme ressource.

Helen Jane guidera les étudiants pour qu'ils soient plus préparés à créer un contenant, à atténuer le stress et à encourager la résilience corporelle.

### **Objectifs pédagogiques :**

- Développer et sensibiliser aux somatiques du traumatisme - (en particulier le système nerveux autonome).
- Commencez à introduire le travail avec la « fenêtre de tolérance » et à l'intégrer au TLAP.
- Travailler à la stabilisation des ressources, par l'art et le mouvement, afin de « créer un espace sûr et rentrer à la maison en toute sécurité vers le corps
- Développer et travailler avec les ressources - créer des scores de ressources.
- Travailler avec les outils et les compétences du TLAP, en relation avec les traumatismes et les déclencheurs (3NAR / Processus en 5 Phases / Déclaration de Base : besoin / envie).
- Développer la capacité de suivi, d'harmonisation et de stimulation des sessions (notion de *titration*).
- Approche de la traumatologie sous l'angle du processus en 5 phases.
- Développer une prise de conscience 50/50.
- Sensibilisation aux déclencheurs propres aux facilitateurs.trices et à la façon de se réguler en tant que facilitateur.trice.
- Travailler avec des parties du corps spécifiques en cas de traumatisme.
- Certaines ressources spécifiques de mouvement / corps pour soutenir les individus et les groupes lorsqu'ils sont déclenchés ; également lorsque vous travaillez à distance en ligne.
- Pratiquer les scores de facilitation - 1: 1 et en groupe.
- Sensibilisation à la façon dont le mouvement peut recâbler le cerveau pour intégrer le traumatisme.
- Supervision autour de scénarios spécifiques.

## **Cartographie des Parties du Corps, Scoring & Coaching de mouvement pour les Session Individuelles**

**Les formateurs :** Nadège Degris & Stéphane Vernier

Lors de ces deux segments, les étudiants apprendront comment mener une session individuelle avec un client en utilisant les outils du TLAP.

Les étudiants mettront à contribution leurs capacités d'écoute et de communication pour apprendre à identifier et clarifier la demande du client, et leur créativité pour proposer des explorations à médiation artistique en réponse.

Ce segment sera à nouveau l'occasion de questionner la posture d'accompagnant, sa déontologie et la pose d'un cadre sécuritaire pour soi et son client.

### **Objectifs pédagogiques :**

- Développement des compétences de coaching Tamalpa Life Art Process® dans un cadre individuel :
  - Établir des principes et des protocoles de pratique ;
  - Identification de la méthodologie appropriée basée sur les compétences d'écoute du TLAP ;
  - Approfondissement du coaching orientées ressources.
  - Intégrer les liens entre la pratique du coaching individuel et les outils du LAP : Rituel du mouvement, Travail Somatique, Cartographie des Parties du corps, Partition, Processus en 5 phases, Niveaux d'attention et de réponse, Processus d'imagerie psychocinétique, outil de communication, réponse esthétique et Cycles RSVP.
- Capacité à emmener dans l'instant une exploration en mouvement
- Capacité à concevoir une partition pour une expérience individuelle
- Ressources pour identifier les qualités du mouvement et les métaphores du mouvement
- Compréhension de la cartographie des parties du corps
- Applications démontrées du processus en 5 parties
- Structure d'une séance de coaching
- Clarté sur le cadre et la posture d'accompagnement

## **Ressources pour la pratique en Environnement et les Rituels**

**Les formateurs :** Nadège Degris & Yoann Boyer (pour la Planetary Dance)

### **La description :**

Ce module se concentrera sur les compétences de facilitation d'une séance de coaching individuel, avec l'environnement et la dimension rituelle comme ressources. Il sera également l'occasion de la transmission de l'outil de la Planetary Dance.

- Travail dans la nature & le Tamalpa Life Art Process® :
  - Approches somatiques du travail avec la nature ;
  - Partitions avec la nature comme co-créateur ;
  - L'environnement comme ressource et guide.
- Le rituel & le Tamalpa Life Art Process® : Partition de rituel dans un cadre de coaching individuel.

- Transmission de l'historique et de la partition de la Planetary Dance.

**Objectifs pédagogiques :**

- Développer des compétences de facilitation et de leadership en relation avec le Coaching individuel et la facilitation d'une Planetary Dance.
- Intégrer la Nature et le Rituel dans sa boîte à outils en tant que Praticien Tamalpa Life Art®.

## PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

### INCARNER SON LEADERSHIP

#### BIOGRAPHIES DES FORMATEURS.TRICES



#### **Yoann Boyer**

Yoann est danseur, artiste et diplômé du Processus Vie / Art intéressé par la capacité des arts expressifs à révéler ce qui nous « meut » intimement en tant qu'êtres humains. Après avoir étudié dans le programme D.A.N.C.E, il travaille comme danseur pour des chorégraphes comme Pierre Droulers, William Forsythe, Carolyn Carlson, Thierry De Mey, Joanne Leighton, Christophe Haleb, Stefan Dreher et Julyenn Hamilton avec lequel il étudie l'art de l'improvisation. À la recherche de nouvelles manières de s'exprimer, il étudie le Clown qui lui ouvre d'autres territoires de performances, et la Communication

NonViolente®, lui offrant une nouvelle perspective sur les dynamiques de la vie relationnelle et de groupe. En 2012, son intérêt pour le fait de faire le pont entre l'art et la vie l'amène à l'Institut Tamalpa en Californie. Actuellement, il rejoint la co-direction de la branche française du Tamalpa Institute, Co-crée la formation professionnelle « L'Art du Mouvement et oriente sa propre recherche artistique autour de l'improvisation et du jeu performatif au sein de la compagnie « Les Constructions Fragiles ».



#### **Aude Cartoux**

Aude est danseuse, pédagogue du mouvement et praticienne du Processus Vie / Art. Elle pratique la danse contemporaine et l'improvisation depuis l'âge de huit ans et a participé à des tournées depuis cet âge avec différentes compagnies dans le champ de la danse, du théâtre et des arts vivants, incluant Anna Halprin, Christine Fricker, Sébastien Chollet, Josette Baiz. Questionnant constamment sa pratique, elle a étudié l'Improvisation Contact et le Yoga pour approfondir sa compréhension du mouvement. Elle vie

l'art pour déployer, exprimer, expérimenter la sensibilité et explorer le pont de l'interdisciplinarité. Ces jours-ci, elle développe son travail pédagogique et artistique en jouant en tant qu'artiste avec différentes formes et contextes au sein de la compagnie « Les Constructions Fragiles » et est la co-créatrice de la formation professionnelle « L'Art du Mouvement ». Passionnée par la notion de rituel, elle joue et explore constamment la dimension magique qu'ils permettent.



### **Nadège Degris**

En tant que coach, thérapeute, formatrice et consultante, je me vois comme une artiste du vivant au service de la joie, une exploratrice de l'être, du visible et de l'invisible, avec pour fondement et horizon : le moi authentique. Animé par des valeurs de liberté et d'amour, j'offre des espaces sécurisés pour explorer le lien avec soi-même et les autres, qui combinent le Processus Art et Vie, la communication relationnelle, ainsi que l'approche systémique, le leadership co-actif et différentes formes de coaching. J'accompagne des particuliers et des groupes, en France et à l'étranger, dans diverses structures (prisons, protection juridique des jeunes,

organisations humanitaires internationales, écoles de commerce, etc.). Une part importante de mon engagement est tournée vers la violence et les basculements violents, ainsi que la justice sociale et réparatrice. Je suis actuellement co-directrice et membre du corps enseignant de Tamalpa France.



### **Helen-Jane Ridgeway**

Helen-Jane (H-J) a beaucoup travaillé en tant que danseuse professionnelle & choréographe. Elle est titulaire d'un master et d'un diplôme clinique en Psychothérapie Intégrative et Conseil de Middlesex University et du Metanoia Institute. Elle fut originellement formée à l'Animation et à la Psychothérapie de Groupe et est Psychothérapeute Sensorimotrice Certifiée. Sa spécialité est le traitement du traumatisme intégrant une approche centrée sur le corps et le sensorimoteur au Processus Vie-Art Tamalpa. Elle est diplômée de la formation de professeur-e-s de l'Institut

Tamalpa. Depuis 1997, Helen-Jane a travaillé dans de nombreux contextes différents : conseillère en addiction, conseillère à l'université, coach d'organisation professionnelle, conseillère pour

adolescents, thérapeute de groupe et animatrice de développement personnel, et a sa pratique privée de psychothérapeute, elle enseigne dans des instituts de formation à la psychothérapie dans des universités au Royaume-Uni et elle est clinicienne didacticienne. Spécialisé dans le travail avec le traumatisme, elle développe sa recherche utilisant le Processus Vie-Art Tamalpa pour reformater le système nerveux autonome vers un meilleur équilibre. Elle développe et anime un projet en cours qui utilise le Mouvement & les Arts Expressifs à la Tamalpa nommé - 'L'Art Comme Refuge' e Grèce, travaillant avec des populations déplacées, des réfugiés et les volontaires qui leur donnent du soutien.

Sa passion est d'explorer le potentiel thérapeutique de la danse, des mouvements et des arts, soutenir les individus, les groupes et les communautés dans la recherche de transformations alchimiques et de changements soutenables, la nature profonde, la liberté.



### **Stéphane Vernier**

Stéphane est Co-directeur et Co-fondateur de Tamalpa France, ostéopathe DO, diplômé en psycho-somatique de l'université Paris 5, praticien certifié en Life Art Process®, éducateur et thérapeute somatique enregistré auprès de ISMETA. Il a à coeur de mettre les individus en mouvement, de les (re)connecter à eux-même et à leur potentiel créatif pour développer leurs possibilités d'être et d'agir. Artiste pluridisciplinaire, il participe à des projet en tant que danseur, comédien et/ou chanteur pour la scène ou pour des courts-métrages. Son parcours inclut des projets avec des enfants autistes, des adolescents, e femmes en situation de précarité, d'abus et/ou de retour à l'emploi, et des

entreprises. Il intervient depuis quelques années au sein des université de Toulouse et de Lyon pour y faire découvrir le Life Art Process®. Ce qui le passionne, c'est développer des propositions pour rendre le Life Art Process® accessible à toutes et à tous, en trouvant des manière d'emmener les participants dans des processus simples et profonds à la fois.

# PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

## INCARNER SON LEADERSHIP

### BIBLIOGRAPHIE - LISTE DE LECTURE

#### CORPS / MOUVEMENT, ANATOMIE, SOMATIQUE, NEUROSCIENCE

Calais-German, Blandine. Anatomie pour le Mouvement.

Bainbridge Cohen. Sentir, ressentir et agir : L'anatomie expérimentale du body-mind centering.

Bartenieff, Irmgard & Martha A. Davis. Effort-Shape Analysis of Movement: The Unity of Expression and Function.

Blakeslee, Sandra and Matthew. The Body Has a Mind of its Own.

Dispenza, Joe. Evolve Your Brain.

Doidge, Norman. Les étonnants pouvoirs de transformation du cerveau : guérir grâce à la neuroplasticité.

Doidge, Norman. The Brain's Way of Healing: Remarkable discoveries and recoveries from the frontiers of neuroplasticity.

Dytchwald, Ken. L'homme nouveau.

Feldenkrais, Moshe. La conscience du corps.

Feldenkrais, Moshe. Potent Self.

Halprin, Anna. Moving Toward Life: Five Decades of Transformative Dance.

Hanna, Thomas. Somatics.

Hartley, Linda. The Wisdom of the Body Moving: An Introduction to Body-Mind Centering.

H'Doubler, Margaret N. Dance: A Creative Art Experience.

Heckler, Richard. The Anatomy of Change.

Juhan, Dean. Job's Body: A Handbook for Bodywork.

Kelleman, Stanely. Emotional Anatomy.

Lowen, Alexander. Bioenergetics.

Reich, Wilhelm. Collected Writings.

Todd, Mabel. The Thinking Body.

## CORPS / MOUVEMENT ET CRÉATIVITÉ

Halprin, Daria. **La force expressive du corps : guérir par l'art et le mouvement.**

Kepner, James. Body Process.

Knill Paolo, Levine, Steven & Ellen Levine. Principles & Practices of Expressive Arts Therapy. Toward a Therapeutic Aesthetic

Lehrer, Johan. Imagine: How Creativity Works

Levine, Steven and Ellen Levine (Eds.). Foundations of Expressive Arts Therapy. (Essays from practitioners in the field.)

Levine, Ellen. Play and Art in Child Psychotherapy: An Expressive Arts Approach.

Levy, Fran. Movement/Dance Therapy as a Healing Art.

Mertz, A. (ed.) The Body Can Speak: Essays on Creative Movement Education. (avec des articles de G.H. Soto et de J. Nisenbaum, de l'Institut Tamalpa.)

Pallaro, Patrizia. (Ed.) Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow.

Wiener, D. Beyond Talk Therapy: Using Movement and Expressive Techniques in Clinical Practice.

## CORPS / MOUVEMENT, CRÉATIVITÉ, PERFORMANCE, ET ENVIRONNEMENT NATUREL

Abram, David. Comment la terre s'est tue : pour une écologie des sens.

Halprin, Lawrence. The RSVP Cycles.

Macy, Joanna. World as Lover, World as Self.

May, Rollo. Le courage de créer : reconnaître ses talents, s'engager et se remettre au monde.

Moreno, J.L. The Theatre of Spontaneity.

Nachmanovich, Stephen. Free Play.

Poyner Helen, Libby Worth. Anna Halprin - Performance Practitioners

Roszak, Theodore, Gomes Mary E., and Kanner, Allen D. Ecopsychology: Restoring the Earth, Healing the Mind.

Zapora, Ruth. Action Theatre.

## PSYCHOLOGIE / THÉRAPIE

Arnheim, Rudolf. The Psychology of Art.

Assagioli, Roberto. Psychosynthesis.

Brown, Molly. The Unfolding Self: Psychosynthesis and Counseling.

Campbell, Joseph. The Power of Myth.

Chodorow, Joan. Jung on Active Imagination.

Corsini, Raymond. Current Psychotherapies. (Introduction générale aux écoles de psychologie et de psychothérapie).

Hillman, J. Blue Fire.

Hillman, J. Healing Fictions.

Hillman, J. Re-visioning Psychology.

Jung, Carl G. Essais de psychologie analytique.

Krippner, Stanley. Personal Mythology: The Psychology of Your Evolving Self.

Kurtz, Ron. Body Centered Psychotherapy/The Hakomi Method \*\* (nouvelle école intégrant la Gestalt, le somatique et les principes spirituels ; une utile articulation pratique d'une théorie dont vous pourriez trouver qu'elle ressemble à celle de notre école - D).

Maslow, Abraham. Vers une psychologie de l'être (un pionnier dans le développement de la psychologie humaniste, un classique - D).

May, Rollo and Schneider, Kirk. The Psychology of Existence (une perspective clinique holistique avec une perspective philosophique - D).

McNiff, Shaun. Art as Medicine.

Miller, Alice. Le Drame de l'Enfant Doué.

Mindell, Arnold. Dream Body.

Nathan, A. and Mirviss, S. Therapy Techniques: Using the Creative Arts.

Perls, Fritz. The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy.

Perls, Frederick S., Ralph F. Hefferline, and Paul Goodman. Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality.

Johanson, Greg and Kurtz, Ron. Grace Unfolding.

## TRAUMATISME

Kalsched, Donald. The Inner World of Trauma: Archetypal Defenses of the Personal Spirit.

Levine, Stephen K. Trauma, Tragedy, and Therapy: The Arts and Human Suffering.

Levine, Peter. Réveiller le tigre : guérir le traumatisme.

## SOMATIQUE ET SPIRITUALITÉ

Hayes, Jill. Soul and Spirit in Dance Movement Psychotherapy: A Transpersonal Approach.

Williamson, Amanda; Batson, Glenna; Whatley, Sarah; Webber, Rebecca. Dance, Somatics and Spirituality Contemporary Sacred Narratives

### LISTE DE LECTURE

Les étudiant-e-s demandent souvent une liste des lectures abrégée pour savoir quels livres sont suggérés en priorité :

- Halprin, Daria. **La force expressive du corps : guérir par l'art et le mouvement.**
- Halprin, Lawrence. The RSVP Cycles.
- Calais-German, Blandine. **Anatomie pour le Mouvement.**
- Todd, Mabel. The Thinking Body.
- Knill Paolo, Levine, Steven & Ellen Levine. Principles & Practical Expressive Arts Therapy, Toward a Therapeutic Aesthetic.
- Chodorow, Joan. Jung on Active Imagination.
- Hillman, J. Blue Fire.
- Perls, Fritz. The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy.

## PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

### INCARNER SON LEADERSHIP

#### ASSOCIATION DES ANCIEN.NES DE TAMALPA - TAAS

Un premier site fut créé en 2004 (TIGA) pour répondre aux vœux des étudiant-e-s qui voulaient rester connecté-e-s à la communauté Tamalpa après leur retour dans leurs communautés respectives. Avec le changement rapide des technologies, il est devenu nécessaire de créer un nouveau site, plus esthétique et fonctionnel. Avec ce nouveau site est venu un nouveau nom : Tamalpa Alumni Association, ou TAAS.

TAAS offre un espace où les diplômés peuvent se retrouver pour rester connecté-e-s, créer du réseau et se soutenir réciproquement. Le dialogue avec les pairs et le fait de trouver des mentors sont des éléments clés pour continuer à développer et incarner la pratique Vie / Art Tamalpa. Devenir membre de TAAS (Tamalpa Alumni Association) est obligatoire pour les étudiant-e-s de Niveau 2.

Au travers du site TAAS nous voulons aussi mettre en lumière les projets des diplômé-e-s et des étudiant-e-s Tamalpa qui touchent les communautés marginalisées et le champ de la justice sociale. Nous sommes engagé-e-s à continuer d'encourager notre corps de diplômé-e-s à partager le pouvoir thérapeutique des arts auprès de communautés diversifiées.

Nous vous prions de contacter l'équipe administrative de Tamalpa si vous rencontrez des problèmes pour avoir accès à la plate-forme. TAAS fournit des **ressources pour vous soutenir durant votre Niveau 2 : Formation au Leadership Incarné**, aussi bien que dans votre pratique et votre vie personnelle. Vous découvrirez les manières uniques qu'ont les diplômé-e-s de partager le travail dans le monde, ce qui pourrait vous inspirer à trouver votre propre manière. Vous y trouverez des opportunités de connexion et de dialogue du fait que TAAS est un studio en ligne toujours changeant, toujours vivant.

Voici le lien : <https://www.taasonline.org>

Une fois votre profil rempli, vous pouvez explorer les studios suivants :

- **Annonces Tamalpa** : où vous pouvez découvrir ce qui se passe ou va se passer à l'Institut.
- **Tamalpa ArtCorps** : explorer les projets ArtCorps que les ancien-ne-s proposent tout autour du monde – consultez la page de temps à autre, nous ajoutons régulièrement

de nouveaux projets.

- **Bibliothèque Tamalpa** : Explorez les différentes sections, on y trouve entre autres choses de plus en plus d'articles. De nouvelles fonctionnalités et ressources seront ajoutées à ce studio.
- **Salon des Membres** : où vous pouvez vous connecter, partager de la poésie des œuvres d'art, faire la publicité pour vos classes Tamalpa, etc.

Nous espérons que ce nouvel espace encouragera le plus grand nombre possible de nos membres à participer à des échanges professionnels enrichissants, des conversations, à s'inspirer et se soutenir réciproquement dans leur effort pour partager le travail Tamalpa dans leurs communautés et dans le monde.

# PROGRAMME DE FORMATION NIVEAU 2 2023-2024

## INCARNER SON LEADERSHIP

### LISTE DE CONTACTS

**Si vous devez signaler une absence ou un retard prévu**, veuillez contacter l'étudiant en échange de travail de votre cohorte et la faculté qui enseigne ce jour-là.

#### **Coordonnatrice de programme**

Votre premier point de contact pour la formation de niveau 2 est la coordinatrice du programme de l'Institut Tamalpa, **Amy McGrath** : [amy@tamalpa.org](mailto:amy@tamalpa.org).

Si vous ne savez pas qui contacter, envoyez d'abord un e-mail à Amy.

Vous êtes invité.es à la contacter propos de :

- Paiements des frais de scolarité
- Horaires des cours
- Liens Zoom pour les cours
- Traduction française pour les cours dispensés en anglais
- Niveau 3
- Exigences de certification pour les Praticiens Tamalpa Life / Art Process
- ISMETA
- Abandon de la formation

#### **Directrice administrative**

La directrice administrative de Tamalpa est **Lori Richloff** : [Lori@tamalpa.org](mailto:Lori@tamalpa.org).

Contactez Lori à propos de votre Échéancier de paiement des frais de scolarité, si vous souhaitez mettre en place un échéancier de paiement des frais de scolarité, ou si vous devez modifier votre échéancier de paiement actuel.

Pour toute autre question concernant vos paiements, veuillez contacter Amy McGrath.

#### **Conseillère pédagogique**

La conseillère pédagogique de votre cohorte est **Nadège Degris** : [contact@nadegedegris.com](mailto:contact@nadegedegris.com).

Nadège est disponible pour répondre à vos questions/préoccupations concernant les éléments suivants :

- Devoirs de rattrapage pour les cours manqués
- Préoccupations concernant votre présence
- Votre progression dans la formation Niveau 2

- Questions générales sur le programme des cours de niveau 2  
Si vous avez des questions spécifiques sur une classe un cours en particulier, merci de contacter directement l'enseignant.e de ce cours (voir la liste des contacts de la faculté ci-après).
- Tout problème qui surviendrait au sein de votre cohorte
- Tout problème qui surviendrait entre vous et un.e enseignant.e, ou entre vous et un autre élève
- Si vous envisagez de faire une pause, ou de vous retirer de la formation de niveau 2

**Liste de contacts des formateurs.trices :**

- Yoann Boyer : [boyer.yoann@gmail.com](mailto:boyer.yoann@gmail.com)
- Aude Cartoux : [audecartoux@gmail.com](mailto:audecartoux@gmail.com)
- Nadège Degris : [contact@nadegedegris.com](mailto:contact@nadegedegris.com)
- Helen-Jane Ridgeway : [helen-jane@tamalpa-uk.org](mailto:helen-jane@tamalpa-uk.org)
- Stéphane Vernier : [stephane.vernier@yahoo.fr](mailto:stephane.vernier@yahoo.fr)