

Travailler en binôme

« A deux, nul versant n'est trop raide. »

Henrik Ibsen

Vos occasions de travailler en binôme peuvent être récurrentes (manager/assistant, coach/coaché) ou ponctuelles .

La difficulté de cette situation est d'arriver à établir une relation de coopération en évitant la relation de pouvoir. Car si le rôle des deux protagonistes est différent, la relation, elle, est égalitaire., car les rôles sont complémentaires.

Par l'initiation au **tango argentin**, il s'agira d'expérimenter cette relation du guidant-guidé, loin du cliché du dominant-dominé. Par une approche extrêmement simple et ludique, vous serez capable à la fin de la journée d'improviser avec n'importe quel partenaire sur un air de tango argentin.

L'objectif est d'ancrer physiquement et émotionnellement ce qu'est une relation d'écoute et d'accompagnement, en assumant complètement la différence des rôles.

La musique démarre, entrez dans la danse.

Programme de formation



1. Etablir une relation de guidance et d'alternance

- Entrer en relation : la prise de contact, bienveillante et attentionnée.
- S'essayer dans les rôles de guidant et de guidé : quels sont les besoins respectifs des deux postures ? Comment être clair dans sa proposition ? Comment y répondre ?
- Se centrer soi et se concentrer sur son partenaire : repérer son état de disponibilité et l'état de disponibilité de l'autre

*Atelier Tango : acquisition des bases
et mise en place du binôme*

2. Faire vivre la relation de partenariat au quotidien

- Une relation de binôme au service d'un objectif commun : l'interprétation de la musique.
- Improviser : se faire confiance et faire confiance en l'autre.
- Quitter la relation et en établir une autre : prendre congé de son partenaire et s'adapter à quelqu'un d'autre

Atelier Tango : créer l'équilibre au quotidien

Informations pratiques :

Durée : 1 jour soit 7 heures

Lieu :

Dates :

Nombre de stagiaires : 14

