

# DOSSIER D'INTERVENTION ARTISTIQUE

## À VISÉE ÉTUDIANTE

---



---

### Ibrahima KONE

Animateur socio-éducatif  
et socioculturel

Titulaire d'une Licence  
professionnelle

Concepteur du concept  
« A.C.T. »

Créateur des dispositifs  
« D.R.E.P.A. » et « D.R.E.M.E. »

Coordination de projets  
culturels et de développement  
social local

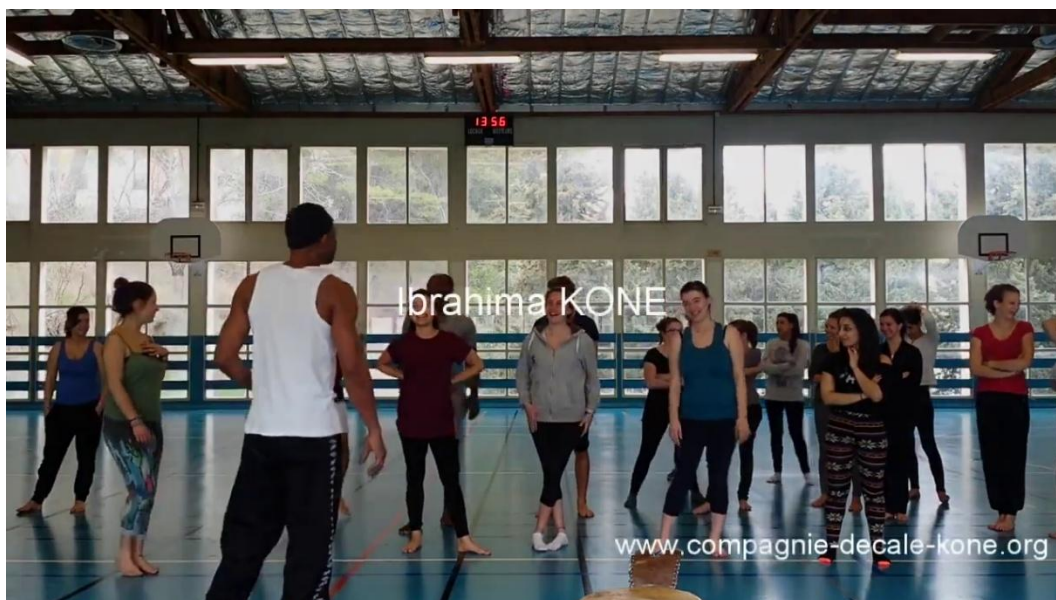
### LES ATELIERS « D.R.E.M.E. »

---

*Danser pour Recharger  
en Énergie et pour  
un Mieux-Être*

---

## Les Ateliers « D.R.E.M.E. » à la « Faculté des Sciences du Sport – Aix-Marseille Université »



## Table des matières

1	LES ATELIERS « D.R.E.M.E. » .....	4
1.1	Présentation du dispositif.....	4
1.1.1	Une démarche née de l'expérience étudiante.....	4
1.1.2	Déroulement type d'un atelier .....	5
1.1.3	Temps d'accueil et de mise en disponibilité .....	5
1.1.4	Temps de mobilisation corporelle .....	5
1.1.5	Temps d'exploration et de création.....	6
1.1.6	Temps de coopération et de dynamique collective .....	6
1.1.7	Temps de retour d'expérience.....	6
1.1.8	Une démarche adaptable .....	6
1.2	La méthode d'intervention .....	7
1.2.1	Le concept « A.C.T. » et la « stratégie du sac vide » .....	7
1.2.2	Le concept « A.C.T. » : Art pour Chacun et pour Tous .....	7
1.2.3	La « stratégie du sac vide » .....	8
1.3	Une méthode au service de « D.R.E.M.E. » .....	9
1.4	Publics et contextes d'intervention .....	10
1.4.1	Étudiants concernés .....	10
1.4.2	Contextes d'intervention .....	10
1.4.3	Une diversité de situations étudiantes .....	11
1.4.4	Une démarche complémentaire aux dispositifs existants .....	11
1.4.5	Une première expérimentation universitaire .....	11
1.5	Objectifs et effets recherchés.....	12
1.5.1	Favoriser le mieux-être étudiant .....	12
1.5.2	Prévenir les effets du stress et de la fatigue .....	12
1.5.3	Soutenir la participation et l'engagement .....	13
1.5.4	Favoriser les rencontres et les dynamiques collectives .....	13
1.5.5	Développer les ressources personnelles.....	13
1.5.6	Contribuer à la qualité de vie étudiante .....	14
1.5.7	Contribuer au bénéfice commun .....	14
1.6	Formats d'intervention proposés .....	14
1.6.1	Atelier découverte .....	14
1.6.2	Cycle court .....	15
1.6.3	Cycle intermédiaire.....	15
1.6.4	Cycle long.....	16
1.6.5	Périodes d'examens et temps universitaires sensibles .....	16
1.6.6	Journées d'accueil et vie étudiante .....	16
1.6.7	Actions partenariales et projets spécifiques .....	17
1.6.8	Une intervention construite avec les partenaires.....	17
1.7	Pourquoi « D.R.E.M.E. » ? .....	18
1.8	Profil de l'intervenant et contacts .....	19

# 1 LES ATELIERS « D.R.E.M.E. »

## Danser pour Recharger en Énergie et pour un Mieux-Être

### Étudier, se construire, sans s'épuiser

#### 1.1 Présentation du dispositif

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » (Danser pour Recharger en Énergie et pour un Mieux-Être) constituent une déclinaison du concept « A.C.T. » (Art pour Chacun et pour Tous), spécifiquement développée pour les étudiants de l'enseignement supérieur.

Ils proposent des temps de ressourcement, de recharge en énergie et de mieux-être à travers l'expression corporelle artistique, dans un cadre accessible à tous, sans prérequis technique ou artistique.

Le dispositif vise à offrir aux étudiants des espaces favorisant la mobilisation du corps, l'expression de soi, la participation collective et la prévention des effets liés au stress, à la fatigue ou à la surcharge mentale pouvant apparaître au cours du parcours universitaire.

Les ateliers ne cherchent pas la performance artistique. Ils privilégient au contraire l'expérience vécue, la participation, le mouvement, l'écoute de soi et la rencontre avec les autres.

Ils s'inscrivent dans une démarche complémentaire aux dispositifs universitaires existants et contribuent au développement de conditions favorables à la réussite, à la persévérance et au bien-être étudiant.

##### 1.1.1 Une démarche née de l'expérience étudiante

Le dispositif « D.R.E.M.E. » est né d'une réflexion construite à partir d'une expérience personnelle de plusieurs années consacrées à une démarche de Validation des Acquis de l'Expérience (VAE).

Au cours de ce parcours, j'ai été amené à découvrir de l'intérieur certaines réalités auxquelles de nombreux étudiants sont confrontés : charge de travail importante, exigences académiques, gestion simultanée de plusieurs responsabilités, périodes d'incertitude, fatigue mentale, sentiment d'isolement ponctuel ou difficulté à maintenir un équilibre entre les différents domaines de la vie.

Cette expérience m'a conduit à m'interroger sur la place accordée au mieux-être dans les parcours de formation.

Si de nombreux dispositifs existent pour accompagner les étudiants sur les plans pédagogique, administratif ou social, les espaces spécifiquement consacrés au ressourcement, à la recharge en énergie et à l'expression corporelle demeurent souvent limités.

Progressivement, une question s'est imposée :

Comment permettre aux étudiants de préserver leurs ressources personnelles tout au long de parcours parfois longs, exigeants et complexes ?

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » constituent une réponse possible à cette interrogation.

Ils reposent sur une conviction simple :

Un étudiant qui dispose d'espaces lui permettant de préserver son équilibre, sa motivation et son énergie possède davantage de possibilités de mobiliser durablement ses ressources dans son parcours de formation.

Le dispositif propose ainsi des temps de respiration, de mouvement et de participation permettant aux étudiants de se reconnecter à eux-mêmes, aux autres et à leurs capacités d'action.

Loin d'être une parenthèse déconnectée des enjeux universitaires, ces temps constituent au contraire un soutien indirect à la qualité de vie étudiante, à l'engagement dans les études et à la persévérance dans les parcours de formation.

### **1.1.2 Déroulement type d'un atelier**

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » sont conçus comme des espaces de participation, de mouvement et de ressourcement accessibles à tous les étudiants, sans distinction de niveau, de filière ou d'expérience artistique.

Chaque séance est construite autour d'un cadre simple favorisant l'engagement progressif des participants et leur permettant de trouver leur place au sein du groupe.

### **1.1.3 Temps d'accueil et de mise en disponibilité**

L'atelier débute par un temps d'accueil permettant aux participants de quitter progressivement le rythme parfois soutenu de la vie universitaire.

Ce premier temps favorise l'installation d'un climat de confiance et de respect mutuel. Les étudiants sont invités à prendre conscience de leur présence dans l'espace, de leur état du moment et des conditions nécessaires à leur participation.

L'objectif n'est pas d'évaluer les participants ni d'attendre une performance particulière, mais de leur permettre d'entrer progressivement dans une démarche d'exploration et de participation.

### **1.1.4 Temps de mobilisation corporelle**

La deuxième phase de l'atelier est consacrée à la mise en mouvement du corps.

À travers différents exercices accessibles à tous, les participants sont amenés à mobiliser leur attention, leur respiration, leur coordination et leur capacité à interagir avec l'espace et avec les autres.

Les propositions peuvent être individuelles, en binôme ou en groupe selon les objectifs poursuivis et la dynamique observée.

Cette phase permet notamment de relâcher certaines tensions accumulées, de favoriser la concentration et de développer une meilleure disponibilité physique et mentale.

#### **1.1.5 Temps d'exploration et de création**

L'expression corporelle artistique constitue le cœur du dispositif.

Les étudiants sont invités à expérimenter différentes situations favorisant l'expression, la créativité, la coopération et l'implication personnelle.

Les exercices proposés ne reposent pas sur la maîtrise d'une technique de danse particulière. Ils privilégient au contraire l'exploration, l'imagination, l'adaptation et la participation active.

Les consignes peuvent s'appuyer sur des thèmes, des images, des situations ou des questionnements en lien avec les réalités étudiantes, le mieux-être, la confiance en soi, la relation aux autres ou les ressources personnelles mobilisables face aux difficultés rencontrées.

#### **1.1.6 Temps de coopération et de dynamique collective**

Une attention particulière est portée aux interactions entre participants.

Les ateliers favorisent les rencontres, la coopération et la création de liens entre étudiants parfois issus de formations, de niveaux ou de parcours différents.

À travers le mouvement, les participants sont amenés à expérimenter différentes formes de communication, d'écoute et de collaboration.

Cette dimension collective contribue à lutter contre certaines formes d'isolement pouvant être rencontrées au cours des études supérieures.

#### **1.1.7 Temps de retour d'expérience**

Chaque atelier se termine par un temps d'échange permettant aux participants qui le souhaitent d'exprimer leurs ressentis, leurs observations ou les éléments marquants de la séance.

Ce moment favorise la prise de recul, la verbalisation de l'expérience vécue et l'identification des ressources mobilisées au cours de l'atelier.

Il permet également à l'intervenant d'ajuster les propositions futures en fonction des besoins et des réalités exprimés par les participants.

#### **1.1.8 Une démarche adaptable**

Le déroulement présenté constitue un cadre de référence.

Conformément aux principes du concept « A.C.T. » et de la « stratégie du sac vide », les contenus, les exercices et les modalités d'animation demeurent adaptables aux caractéristiques du groupe, au contexte d'intervention et aux besoins observés.

Cette capacité d'ajustement permet de préserver la cohérence du dispositif tout en respectant la singularité de chaque groupe d'étudiants rencontré.

## **1.2 La méthode d'intervention**

### **1.2.1 Le concept « A.C.T. » et la « stratégie du sac vide »**

Les interventions développées dans le cadre des Ateliers « D.R.E.M.E. » s'appuient principalement sur deux outils professionnels complémentaires : le concept « A.C.T. » (Art pour Chacun et pour Tous) et la « stratégie du sac vide ».

Ces deux outils se sont construits progressivement à partir de plus de vingt-cinq années d'expériences de terrain menées dans des contextes éducatifs, sociaux, médico-sociaux, associatifs et pénitentiaires.

Ils constituent aujourd'hui le cadre méthodologique qui guide la conception, l'animation et l'adaptation des interventions proposées aux étudiants.

### **1.2.2 Le concept « A.C.T. » : Art pour Chacun et pour Tous**

Le concept « A.C.T. » est une démarche d'accompagnement à la personne par les arts privilégiant la danse comme premier outil de travail.

Il repose sur une conviction simple : toute personne doit pouvoir accéder à des espaces d'expression, de création, de participation et de développement, quels que soient son âge, son parcours, ses compétences ou sa situation.

Dans le cadre des Ateliers « D.R.E.M.E. », le concept « A.C.T. » contribue à créer des situations favorisant :

- l'expression de soi ;
- la participation active ;
- la mobilisation des ressources personnelles ;
- la créativité ;
- la coopération ;
- la valorisation des personnes ;
- la rencontre avec les autres ;
- le développement du pouvoir d'agir.

La pratique artistique y est envisagée non comme une finalité mais comme un support permettant aux étudiants de vivre des expériences favorisant le mieux-être, la confiance, l'implication et la construction de liens.

L'objectif n'est pas de former des artistes ni de rechercher une performance technique. Il s'agit plutôt de créer des espaces où chacun peut participer selon ses possibilités, son rythme et son niveau d'engagement.

### 1.2.3 La « stratégie du sac vide »

La « stratégie du sac vide » constitue le principe pédagogique qui permet d'adapter les interventions aux réalités rencontrées sur le terrain.

Le « sac » représente l'ensemble des éléments préparés par l'intervenant :

- les objectifs ;
- les intentions pédagogiques ;
- les outils ;
- les exercices ;
- les supports éventuels ;
- l'organisation générale de l'atelier.

Le « vide » représente l'espace volontairement laissé disponible afin d'accueillir les réalités humaines, institutionnelles et contextuelles qui émergent au cours de l'action.

Dans le cadre universitaire, cette dimension revêt une importance particulière.

Les étudiants ne vivent pas tous les mêmes réalités. Les niveaux de fatigue, les préoccupations personnelles, les périodes d'examens, les contraintes de formation ou encore les dynamiques de groupe peuvent fortement varier d'un contexte à l'autre.

La « stratégie du sac vide » permet ainsi d'éviter l'application mécanique d'un programme identique à tous les groupes.

Elle privilégie au contraire :

- l'observation attentive ;
- l'écoute active ;
- le respect des singularités ;
- l'adaptation permanente ;
- la participation volontaire ;
- la co-construction ;
- le faire avec plutôt que le faire pour ;
- la régulation des dynamiques collectives.

Cette approche permet de construire des interventions à la fois structurées et suffisamment souples pour répondre aux besoins réels des étudiants.

# LA STRATÉGIE DU SAC VIDE

UNE APPROCHE ADAPTATIVE DE L'INTERVENTION ARTISTIQUE À VISÉE SOCIALE



Figure 1 : présentation schématique de la méthode pédagogique, la « Stratégie du sac vide »

Une approche adaptative de l'intervention construite à partir des réalités humaines et contextuelles rencontrées sur le terrain.

## 1.3 Une méthode au service de « D.R.E.M.E. »

Dans le cadre des Ateliers « D.R.E.M.E. », l'articulation entre le concept « A.C.T. » et la « stratégie du sac vide » permet de proposer des interventions favorisant simultanément le ressourcement individuel et la dynamique collective.

Les objectifs généraux du dispositif demeurent clairement définis : favoriser le mieux-être, soutenir les ressources personnelles, encourager la participation et contribuer à la qualité de vie étudiante.

Toutefois, les modalités concrètes de mise en œuvre peuvent évoluer en fonction des groupes rencontrés, des attentes exprimées et des réalités observées.

Cette articulation entre cadre et adaptation constitue l'un des fondements du dispositif.

Elle permet d'éviter les réponses uniformes et privilégie la recherche de solutions adaptées aux personnes, aux contextes et aux besoins rencontrés.

Ainsi, les Ateliers « D.R.E.M.E. » ne proposent pas une méthode standardisée applicable de manière identique à tous les étudiants.

Ils proposent un cadre d'intervention capable de s'adapter aux réalités humaines et universitaires tout en conservant une cohérence d'ensemble fondée sur l'expression corporelle artistique, la participation et le mieux-être.

## **1.4 Publics et contextes d'intervention**

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » s'adressent principalement aux étudiants de l'enseignement supérieur, quelles que soient leur filière, leur année d'étude ou leur parcours de formation.

Le dispositif a été conçu pour répondre à des réalités largement partagées au sein du monde étudiant : charge de travail importante, exigences académiques, périodes d'examens, fatigue mentale, questionnements liés à l'orientation, adaptation à de nouveaux environnements, gestion de la vie personnelle et construction progressive de l'autonomie.

Dans ce contexte, les ateliers proposent des espaces favorisant la participation, le ressourcement, l'expression et la mobilisation des ressources personnelles.

### **1.4.1 Étudiants concernés**

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » peuvent notamment être proposés auprès :

- des étudiants inscrits à l'université ;
- des étudiants en IUT ;
- des étudiants des écoles supérieures ;
- des étudiants en formation aux métiers du social ;
- des étudiants en formation aux métiers de la santé ;
- des étudiants en formation aux métiers de l'éducation ;
- des étudiants en formation artistique ou culturelle ;
- des étudiants engagés dans des parcours particulièrement exigeants ou sélectifs.

Le dispositif s'adresse aussi bien aux étudiants souhaitant participer à une activité de mieux-être qu'à ceux confrontés à des périodes de stress, de fatigue ou de surcharge liée aux études.

### **1.4.2 Contextes d'intervention**

Les ateliers peuvent être développés dans différents cadres universitaires ou étudiants :

- universités ;
- facultés ;
- IUT ;
- écoles supérieures ;
- instituts de formation ;
- services de vie étudiante ;
- services de santé universitaire ;
- bureaux de la vie étudiante ;

- journées d'accueil des étudiants ;
- semaines de prévention ;
- événements liés à la qualité de vie étudiante ;
- projets culturels ou associatifs portés par les établissements.

Les interventions peuvent également être intégrées à des actions de sensibilisation, de prévention ou d'accompagnement développées par les établissements d'enseignement supérieur.

#### **1.4.3 Une diversité de situations étudiantes**

Le dispositif reconnaît que les réalités vécues par les étudiants sont diverses.

Certains découvrent pour la première fois un environnement universitaire et doivent s'adapter à de nouveaux repères. D'autres sont confrontés à des périodes d'examens particulièrement exigeantes, à des interrogations concernant leur avenir professionnel ou à des difficultés liées à l'équilibre entre les études, la vie personnelle et les contraintes matérielles.

Sans prétendre répondre à l'ensemble de ces problématiques, les Ateliers « D.R.E.M.E. » proposent des espaces favorisant le mouvement, la participation, l'expression et la création de liens entre étudiants.

#### **1.4.4 Une démarche complémentaire aux dispositifs existants**

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » n'ont pas vocation à se substituer aux dispositifs pédagogiques, sociaux, médicaux ou psychologiques déjà présents dans les établissements.

Ils s'inscrivent au contraire dans une logique complémentaire.

Par l'intermédiaire de l'expression corporelle artistique, ils contribuent à enrichir les actions développées en faveur du mieux-être étudiant, de la qualité de vie sur les campus et de la prévention des situations de fatigue ou d'isolement.

Cette complémentarité permet au dispositif de s'intégrer dans des contextes institutionnels variés tout en conservant sa spécificité : proposer des espaces de ressourcement accessibles à tous à travers le mouvement, la participation et la création collective.

#### **1.4.5 Une première expérimentation universitaire**

Les principes développés dans le cadre de « D.R.E.M.E. » ont déjà été expérimentés auprès d'étudiants de la « Faculté des Sciences du Sport – Aix-Marseille Université ».

Cette première expérience a permis de confirmer l'intérêt de proposer aux étudiants des espaces de mobilisation corporelle, de participation collective et de ressourcement au sein même de leur environnement de formation.

Elle constitue aujourd'hui l'un des premiers points d'appui du développement du dispositif.

## 1.5 Objectifs et effets recherchés

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » visent à contribuer au mieux-être des étudiants à travers des espaces favorisant l'expression, la participation, la mobilisation corporelle et les dynamiques collectives.

Le dispositif ne prétend pas répondre à lui seul à l'ensemble des difficultés pouvant être rencontrées dans les parcours universitaires. Il constitue toutefois une contribution possible à la qualité de vie étudiante, à la prévention de certaines formes d'épuisement et au développement d'environnements favorables à l'apprentissage, à la coopération et à l'engagement.

Les objectifs poursuivis peuvent être regroupés autour de plusieurs dimensions complémentaires.

### 1.5.1 Favoriser le mieux-être étudiant

Les ateliers proposent aux participants un espace temporairement dégagé des contraintes académiques, administratives ou personnelles pouvant peser sur leur quotidien.

Ils visent notamment à favoriser :

- le ressourcement ;
- la recharge en énergie ;
- le relâchement des tensions ;
- la reconnexion au corps et au mouvement ;
- le plaisir de l'activité collective ;
- le développement d'un rapport plus équilibré à soi-même.

À travers la mobilisation corporelle et l'expression artistique, les étudiants disposent d'un espace leur permettant de prendre momentanément de la distance avec les préoccupations liées à leurs études.

### 1.5.2 Prévenir les effets du stress et de la fatigue

Les parcours universitaires peuvent parfois s'accompagner de périodes de forte sollicitation intellectuelle, émotionnelle ou organisationnelle.

Sans prétendre constituer une réponse thérapeutique à ces situations, les Ateliers « D.R.E.M.E. » cherchent à contribuer à la prévention de certains effets liés :

- au stress ;
- à la fatigue mentale ;
- à la surcharge de travail ;
- aux périodes d'examens ;
- aux difficultés d'adaptation ;
- aux risques d'isolement.

Le dispositif propose ainsi des espaces favorisant la récupération, l'expression et la mobilisation de ressources personnelles pouvant soutenir les étudiants dans leur parcours.

### 1.5.3 Soutenir la participation et l'engagement

Les ateliers encouragent chaque participant à prendre une place active dans les propositions développées.

Cette démarche favorise :

- la participation volontaire ;
- la prise d'initiative ;
- l'expression personnelle ;
- la confiance en soi ;
- l'implication dans les dynamiques collectives.

À travers l'expérience vécue, les étudiants sont invités à expérimenter leur capacité à agir, à contribuer et à participer à une réalisation commune.

### 1.5.4 Favoriser les rencontres et les dynamiques collectives

La vie universitaire peut parfois être marquée par des formes d'isolement ou par des relations principalement centrées sur les exigences académiques.

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » proposent des situations permettant aux étudiants de se rencontrer autrement.

Ils contribuent notamment à :

- favoriser la connaissance mutuelle ;
- encourager les échanges ;
- développer l'écoute ;
- renforcer le sentiment d'appartenance à un groupe ;
- soutenir les dynamiques de coopération.

Cette dimension collective constitue un élément important du dispositif, dans la mesure où elle participe à la création d'environnements étudiants plus favorables à la participation et au vivre-ensemble.

### 1.5.5 Développer les ressources personnelles

Les ateliers visent également à permettre aux étudiants de prendre davantage conscience de certaines ressources mobilisables dans leur parcours.

Parmi celles-ci figurent notamment :

- la créativité ;
- l'adaptation ;
- la persévérance ;
- la capacité d'expression ;
- la coopération ;

- l'écoute ;
- la confiance dans ses capacités d'action.

Ces ressources, expérimentées dans le cadre de l'atelier, peuvent ensuite être réinvesties dans d'autres dimensions de la vie étudiante.

### **1.5.6 Contribuer à la qualité de vie étudiante**

Au-delà des bénéfices individuels, les Ateliers « D.R.E.M.E. » s'inscrivent dans une réflexion plus large autour de la qualité de vie au sein des établissements d'enseignement supérieur.

Le dispositif repose sur l'idée qu'un environnement universitaire favorable au bien-être, à la participation et à la coopération peut contribuer à soutenir les parcours de formation et à renforcer l'engagement des étudiants.

Sans rechercher la performance artistique ni la production d'un résultat spécifique, les ateliers privilégient la création de conditions favorables à l'épanouissement, à la participation et à la construction de relations humaines positives.

### **1.5.7 Contribuer au bénéfice commun**

Au-delà des étudiants eux-mêmes, la démarche s'inscrit dans une réflexion plus large autour du bénéfice partagé.

Les étudiants d'aujourd'hui constituent les professionnels, les citoyens, les parents, les responsables associatifs et les acteurs de la société de demain.

Contribuer à leur mieux-être, à leur capacité de coopération, à leur confiance et à leur engagement constitue également une manière de contribuer au développement de relations humaines plus respectueuses et plus solidaires.

Ainsi, les Ateliers « D.R.E.M.E. » cherchent à articuler développement individuel, dynamique collective et intérêt commun au sein d'une même démarche d'intervention.

## **1.6 Formats d'intervention proposés**

Le dispositif « D.R.E.M.E. » peut être adapté aux besoins, aux contraintes et aux objectifs spécifiques des établissements d'enseignement supérieur et des partenaires qui souhaitent l'accueillir.

Les interventions peuvent prendre différentes formes selon le public concerné, les disponibilités des étudiants, les périodes de l'année universitaire et les effets recherchés.

### **1.6.1 Atelier découverte**

Ce format permet aux étudiants de découvrir la démarche « D.R.E.M.E. » au cours d'une intervention ponctuelle.

Il constitue souvent une première étape permettant à un établissement, une faculté ou un service de vie étudiante d'expérimenter le dispositif avant d'envisager une action plus développée.

**Objectifs :**

- découvrir la démarche ;
  - expérimenter l'expression corporelle artistique comme outil de ressourcement ;
  - favoriser un premier temps de participation et de rencontre ;
  - sensibiliser aux enjeux du mieux-être étudiant.
- Format indicatif :
- 1 séance de 45 minutes à 1h30.

### 1.6.2 Cycle court

Le cycle court permet d'inscrire l'intervention dans une dynamique progressive sur plusieurs semaines.

Les séances régulières favorisent l'installation de repères communs, la participation du groupe et l'appropriation progressive des propositions.

**Objectifs :**

- favoriser le mieux-être étudiant ;
- soutenir les dynamiques relationnelles ;
- développer la participation ;
- créer un espace régulier de ressourcement.

Format indicatif :

- 1 à 3 mois ;
- 1 séance hebdomadaire de 45 minutes à 1h15.

### 1.6.3 Cycle intermédiaire

Ce format permet d'approfondir davantage le travail engagé avec les participants.

Il favorise le développement d'une dynamique collective plus stable et peut intégrer des temps de création ou d'exploration collective plus élaborés.

**Objectifs :**

- renforcer la participation ;
- développer la coopération ;
- soutenir l'engagement dans le groupe ;
- consolider les ressources mobilisées au cours des ateliers.

Format indicatif :

- 3 à 6 mois ;
- 1 séance hebdomadaire de 45 minutes à 1h15.

#### 1.6.4 Cycle long

Le cycle long permet d'inscrire l'action dans une démarche plus approfondie de développement personnel et collectif.

Selon les souhaits des étudiants et de l'établissement, il peut intégrer des temps de valorisation ou de restitution mettant en lumière le chemin parcouru.

##### **Objectifs :**

- accompagner durablement les participants ;
- renforcer les dynamiques collectives ;
- favoriser la valorisation des étudiants ;
- développer un sentiment d'appartenance au groupe.

##### Format indicatif :

- 6 à 9 mois ;
- 1 séance hebdomadaire de 45 minutes à 1h15.

#### 1.6.5 Périodes d'examens et temps universitaires sensibles

Le dispositif peut également être mobilisé lors de périodes identifiées comme particulièrement exigeantes pour les étudiants.

Ces interventions privilégient des formats courts permettant de proposer des temps de respiration et de ressourcement au cœur même de périodes de forte sollicitation.

##### Objectifs :

- contribuer à la prévention du stress ;
- favoriser la récupération ;
- soutenir les capacités d'attention et de concentration ;
- proposer un espace temporaire de décompression.

##### Formats indicatifs :

- ateliers ponctuels ;
- demi-journées thématiques ;
- interventions intégrées aux semaines de révision ou de préparation aux examens.

#### 1.6.6 Journées d'accueil et vie étudiante

- « D.R.E.M.E. » peut également être proposé dans le cadre :
- des journées d'accueil des nouveaux étudiants ;

- des semaines d'intégration ;
- des actions de vie étudiante ;
- des semaines de prévention ;
- des journées consacrées au bien-être étudiant ;
- des événements associatifs ou culturels organisés par les établissements.

Ces formats favorisent la rencontre, la participation et la création de liens entre étudiants dès le début de leur parcours.

### **1.6.7 Actions partenariales et projets spécifiques**

Le dispositif peut être intégré à des projets plus larges développés par les établissements d'enseignement supérieur ou leurs partenaires.

Il peut notamment s'articuler avec :

- les services de santé universitaire ;
- les services de vie étudiante ;
- les bureaux des étudiants ;
- les services culturels ;
- les projets de prévention ;
- les actions en faveur de la qualité de vie étudiante.

Chaque intervention est alors construite en concertation avec les partenaires afin de répondre aux objectifs poursuivis.

### **1.6.8 Une intervention construite avec les partenaires**

Les formats présentés constituent des repères indicatifs.

Conformément à la démarche développée par le concept « A.C.T. » et à la « stratégie du sac vide », chaque intervention fait l'objet d'une adaptation prenant en compte :

- les objectifs de l'établissement ;
- les caractéristiques du public ;
- les contraintes organisationnelles ;
- les ressources disponibles ;
- les périodes de l'année universitaire ;
- les réalités observées sur le terrain.

Cette souplesse permet de construire des interventions adaptées aux besoins réels des étudiants et des établissements tout en conservant la cohérence générale du dispositif.

Ainsi, « D.R.E.M.E. » ne propose pas un modèle unique d'intervention, mais un cadre capable de s'adapter à la diversité des contextes universitaires rencontrés.

## 1.7 Pourquoi « D.R.E.M.E. » ?

De nombreux dispositifs existent aujourd'hui pour accompagner les étudiants dans leur parcours de formation.

Les établissements d'enseignement supérieur développent des services pédagogiques, administratifs, sociaux, culturels ou de santé destinés à soutenir les étudiants dans les différentes dimensions de leur vie universitaire.

Le dispositif « D.R.E.M.E. » ne prétend ni remplacer ces dispositifs ni répondre à lui seul à l'ensemble des difficultés pouvant être rencontrées au cours des études supérieures.

Sa particularité réside ailleurs.

Elle repose d'abord sur une conviction simple :

Les étudiants ont eux aussi besoin d'espaces leur permettant de se ressourcer, de recharger en énergie et de préserver leur équilibre tout au long de leur parcours de formation.

Cette idée s'est construite progressivement à partir d'une double observation.

La première est issue de mon propre parcours de Validation des Acquis de l'Expérience.

Cette démarche m'a conduit à vivre, sur plusieurs années, certaines réalités que connaissent de nombreux étudiants : charge de travail importante, périodes d'incertitude, exigences académiques, fatigue mentale, nécessité de maintenir l'engagement dans la durée et difficulté à préserver un équilibre entre les différents domaines de la vie.

La seconde observation est née au contact des étudiants eux-mêmes.

À travers différentes interventions réalisées dans le milieu universitaire, j'ai pu constater que de nombreux étudiants sont confrontés à des formes de pression, de fatigue ou d'isolement qui peuvent parfois fragiliser leur parcours.

Ces constats m'ont progressivement conduit à m'interroger sur une question simple :

Comment contribuer à créer des espaces permettant aux étudiants de préserver leurs ressources tout au long de leur formation ?

Les Ateliers « D.R.E.M.E. » constituent l'une des réponses développées à partir de cette réflexion.

La singularité du dispositif repose également sur sa conception de la danse.

Ici, la danse n'est ni une performance, ni une discipline réservée à des spécialistes.

Elle est envisagée avant tout comme le mouvement du corps.

Cette définition permet d'ouvrir la participation à tous les étudiants, indépendamment de leur expérience artistique, de leurs compétences techniques ou de leur rapport à la pratique de la danse.

Le dispositif accorde également une place importante à l'expression, à la participation et à la coopération.

L'objectif n'est pas uniquement de proposer une activité ponctuelle de détente.

Il s'agit de créer des situations favorisant la mobilisation des ressources personnelles, la rencontre avec les autres, la participation à une dynamique collective et le développement d'un mieux-être durable.

Une autre particularité du dispositif réside dans l'importance accordée à l'adaptation.

Les interventions s'appuient sur un cadre structuré tout en conservant la souplesse nécessaire pour tenir compte des réalités propres à chaque établissement, à chaque groupe et à chaque période de l'année universitaire.

Cette démarche, portée par la « stratégie du sac vide », privilégie l'écoute, l'observation, la participation et la co-construction plutôt que l'application uniforme d'un modèle prédéfini.

Enfin, « D.R.E.M.E. » s'inscrit dans une réflexion plus large autour de l'avenir.

Les étudiants d'aujourd'hui seront demain les professionnels, les responsables associatifs, les acteurs institutionnels, les parents, les éducateurs, les soignants, les chercheurs, les artistes ou les citoyens qui participeront à la vie de notre société.

Contribuer à leur mieux-être, à leur capacité de coopération, à leur confiance et à leur engagement constitue également une manière de contribuer au développement de relations humaines plus respectueuses et plus solidaires.

Ainsi, au-delà de l'activité proposée, « D.R.E.M.E. » cherche à participer à la construction d'environnements universitaires favorables à la participation, à la coopération, au respect des personnes et au développement du bien commun.

Étudier, se construire, sans s'épuiser.

Telle est l'ambition qui guide ce dispositif.

## **1.8 Profil de l'intervenant et contacts**

### **L'intervenant**

Je suis Ibrahima KONE, animateur socio-éducatif et socioculturel, intervenant artistique à visée sociale, chorégraphe et concepteur de projets d'accompagnement à la personne par les arts.

Depuis plus de vingt-cinq ans, mon parcours professionnel se construit au croisement de l'expression corporelle artistique, de l'animation socio-éducatif et socioculturelle, de la coordination de projets et de l'accompagnement des personnes et des groupes dans des contextes variés.

Au fil des années, j'ai conçu, coordonné et animé de nombreux projets développés auprès de publics diversifiés :

- élèves et établissements scolaires ;
- adultes en situation de handicap ;
- personnes vivant avec une maladie chronique ;
- personnes placées sous main de justice ;
- professionnels des secteurs éducatif, social, médico-social, associatif et pénitentiaire ;
- étudiants de l'enseignement supérieur.

Ces expériences ont progressivement contribué à la création du concept « A.C.T. » (Art pour Chacun et pour Tous), une démarche d'accompagnement à la personne par les arts privilégiant la danse comme premier outil de travail.

Elles ont également participé à la construction progressive de la méthode pédagogique que j'ai nommée la « stratégie du sac vide », une approche fondée sur l'observation, l'écoute, l'adaptation aux contextes, le respect des singularités et la co-construction avec les participants.

Parmi les expériences ayant particulièrement nourri cette évolution professionnelle figurent notamment :

- les ateliers développés auprès d'élèves du Collège/Lycée Tour Sainte à Marseille ;
- les interventions menées auprès d'adultes en situation de handicap au foyer « JAS La Bessonnère » ;
- les actions conduites auprès de personnes vivant avec le VIH à la Maison de Vie de Carpentras ;
- les projets développés dans différents établissements pénitentiaires, notamment aux Baumettes, à Aix-Luynes et à l'Établissement Pénitentiaire pour Mineurs de Marseille ;
- la conception et la coordination de plusieurs éditions du dispositif « A.C.T. » associant établissements scolaires, structures médico-sociales, institutions judiciaires, collectivités et partenaires culturels ;
- les interventions développées auprès d'étudiants de la « Faculté des Sciences du Sport – Aix-Marseille Université » ;
- la création du dispositif « D.R.E.P.A. », destiné aux professionnels exerçant des missions d'accompagnement, d'éducation, de soin, de protection ou de sécurité ;
- la création du dispositif « D.R.E.M.E. », spécifiquement développé pour les étudiants de l'enseignement supérieur.

L'ensemble de ces expériences constitue aujourd'hui le socle sur lequel reposent les interventions proposées dans le cadre des Ateliers « D.R.E.M.E. ».

Ce dispositif ne résulte pas d'une réflexion théorique isolée mais d'une analyse construite à partir de nombreuses années d'observation des réalités humaines, institutionnelles et relationnelles rencontrées sur le terrain.

À travers « D.R.E.M.E. », je poursuis ainsi une démarche engagée depuis de nombreuses années : mettre l'expression corporelle artistique au service de la participation, du développement des personnes, du mieux-être, de la coopération et du lien social.

### **Diplôme**

Titulaire d'une Licence professionnelle :

#### **Métiers de l'animation sociale, socio-éducative et socioculturelle**

Parcours :

#### **Coordination de projets culturels et de développement social local**

### **Contacts**

#### **Ibrahima KONE**

Animateur socio-éducatif et socioculturel

Intervenant artistique à visée sociale

Concepteur du concept « A.C.T. »

Créateur de la « stratégie du sac vide »

Créateur des dispositifs « D.R.E.P.A. » et « D.R.E.M.E. »

Plus de 25 ans d'expérience de terrain dans les secteurs éducatif, social, médico-social, associatif et pénitentiaire.

Tél. : 06.34.23.18.91

Mél : [koneibrahima@neuf.fr](mailto:koneibrahima@neuf.fr)

Site internet : <https://compagnie-decale-kone.org>

Facebook : Cie Décalé Koné

YouTube : Cie Décalé Koné

*« D.R.E.M.E. » est une déclinaison du concept « [A.C.T.](#) » spécifiquement développée pour les étudiants de l'enseignement supérieur.*