

CORPS ET VOIX EN THERAPIE : DU SINGULIER A L'ÊTRE ENSEMBLE

Concepteur

Dr Eric Bardot, psychiatre,
pédopsychiatre, psychothérapeute

Formateurs

- Dr Eric Bardot, psychiatre, pédopsychiatre, psychothérapeute
- Philippe Delavaud, professeur de techniques vocales, chef de chœur, chef d'orchestre
- Claudie Gatineau, auteur, chorégraphe, danseuse professionnelle

Public

La formation s'adresse aux professionnels de santé ayant une pratique clinique (Psychiatres, Psychologues, Psychothérapeutes) et praticiens de la relation d'aide.

Prérequis

Bac +3

Organisation

Horaires journaliers : 9h00-12h30 et 14h00- 17h30 soit 7 heures par jour

Durée de la formation : 3 jours, soit 21 heures

Effectif : 18 personnes

Présentation

Cette période que nous traversons nous amène à observer les interactions entre surcharge mentale, stress et fatigue. Elle permet de développer de nouveaux concepts comme le collectif intime, le collectif sociétal dans l'approche de la TLMR (Thérapie du Lien et des Mondes Relationnels), du jeu de l'authenticité et de la représentation dans notre développement. Nous allons découvrir et mettre en œuvre ces concepts à partir du corps en relation et de la voix comme expression du lien dans l'univers perceptif. Nous expérimenterons, par le corps et par le chant, l'extériorisation, l'externalisation, de la transe hypnotique comme bases de l'accordage, de la construction de l'être ensemble et du soi et l'autre. Nous explorerons quelles applications pratiques nous pouvons en tirer pour notre pratique thérapeutique.

Compétences professionnelles visées

Utiliser la voix et le jeu corporel dans la pratique du soin et de la thérapie dans la relation patient thérapeute.

Objectifs de la formation

- Utiliser le souffle et le pacing respiratoire / synchroniser le rythme,
- Déployer la présence corporelle et spécialiser la voix,
- Coconstruire le collectif intime par la posture corporelle et le jeu vocal,
- Déconstruire la surcharge mentale, les doubles liens par l'imaginaire partagé,
- Décontaminer la surcharge affective et émotionnelle par l'expression corporelle et le chant.

Moyens pédagogiques

- Formation théorique et pratique,
- Séances de formation en salle,
- Manuels pédagogiques,
- PowerPoint,
- Paperboard,
- Présentation et analyse d'expériences,
- Mises en situation,
- Démonstrations.

Modalités de suivi et appréciation des résultats

- Fiches de présence émargées,
- Feuilles d'évaluation,
- Mises en situation.

JOUR 1

Matin

Présentation des apprenants et des formateurs
Approche tridimensionnelle du collectif dans la construction du soi
Du corps instrumental au corps en relation : le mouvement comme expression du lien.
Du souffle à la voix, de la voix au chant, du chant à la danse comme processus relationnel
Echauffement corporel et vocal. Travail sur le souffle et la respiration. Activation de l'effet mimétique dans la construction de l'être ensemble.

Après-midi

Travail sur l'accordage, le rythme et l'effet mimétique dans la mise en forme de l'intime collectif entre processus de sécurisation, confiance et exploration
Expérimenter la centration/décentration. Prendre une posture d'écoute et d'observation en lien

Par l'expression vocale, corporelle et le chant.

JOUR 2

Matin

Débriefing Jour 1
Echauffement corporel et écoute des sensations internes /externalisation
Le collectif sociétal comme masque. Mise en situation corporelle, vocale : amplification, sursaturation, lâcher prise
Mise en situation en dyade puis en groupe des jeux corporels et du chant comme forme métaphoriques de l'imaginaire partagé.

Après-midi

Mise en situations
Synchroniser l'interoceptivité l'exteroceptivité par la proprioception dans la rencontre entre le singulier et le collectif intime
Lâcher la surcharge mentale et déconstruire les représentations sociales figées dans la mise en place du collectif intime.
Mobiliser Le jeu corporel et le chant comme pratique de décontamination affectivoémotionnelle.

JOUR 3

Matin

Debriefing J1 et J2
Progresser dans les mises en situation (collectif, en triangulation). Déployer les processus d'affirmation et d'autonomie dans le collectif intime
Externaliser/témoigner comme expérience de débriefing
Déconstruire les situations de blocage

Après midi

Mobiliser la plasticité et la résilience dans l'espace collectif
Appliquer dans le psychotraumatisme, le burn out et le psychosomatique

Feedback de la formation. Évaluer les acquis de fin de formation.

Conformément aux Conditions Générales, l'Institut MIMETHYS se réserve la possibilité, en cas de nécessité, de changer de formateur ainsi que l'ordre du programme.