
Programme de Formation

Utilisation de la voix et du corps en thérapie

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap, consultez [notre politique d'accessibilité](#) sur notre site internet. Vous pouvez contacter Frédérique Laclos par l'intermédiaire du [formulaire](#) de la rubrique contact ou par mail : contact@mimethys.com.

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

★ Description

Renforcer la présence dans la rencontre clinique

Comment donner davantage de **présence** à nos questions, à nos gestes et à nos récits lors de la rencontre clinique ? Cet atelier explore la manière dont la **voix**, le **souffle**, le **rythme** et l'**expression corporelle** soutiennent la relation thérapeutique.

Voix, corps et relation thérapeutique

La formation s'intéresse à la façon dont ces dimensions corporelles (voix, souffle, présence ...) et expressives participent à l'**accordage relationnel**, à la **disponibilité** et à la **qualité d'écoute** dans l'accompagnement thérapeutique.

Une approche expérientielle et pluridisciplinaire

Co-animé par un **psychiatre-psychothérapeute**, un **chef de chœur** et une **art-thérapeute et danseuse professionnelle**, cet atelier permet d'expérimenter différentes manières d'**habiter sa voix** et sa **posture**, afin d'enrichir la **présence relationnelle** et les **gestes thérapeutiques**.

🎯 Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, vous serez en mesure de :

- utiliser le souffle et la vibration vocale pour soutenir votre posture professionnelle ;
- spatialiser votre message verbal et ajuster votre voix selon la relation et le contexte ;
- mobiliser votre présence corporelle pour favoriser l'accordage et la qualité du lien ;
- expérimenter un toucher sécurisé à travers la voix, le rythme et le mouvement ;
- utiliser l'enveloppe sonore comme ressource relationnelle dans l'accompagnement ;
- relier voix, posture et intention pour renforcer votre disponibilité à l'autre.





Compétences acquises à l'issue de la formation



Public visé

L'atelier est ouvert aux professionnels de la santé et de la relation d'aide.



Prérequis

Niveau bac+3 et/ou expérience clinique significative



Modalités pédagogiques

- **Exercices en binômes** pour expérimenter la voix, la posture et l'accordage dans la relation.
- **Démonstrations des formateurs** afin d'observer les gestes professionnels, la dynamique vocale et la présence corporelle.
- **Travail en "sculptures"** : mises en scène et configurations dans l'espace pour explorer la posture, les distances et l'enveloppe sonore.
- **Diaporamas illustrés** incluant des situations cliniques afin de soutenir la compréhension et l'intégration des concepts.
- **Mises en situation guidées** pour appliquer les apprentissages dans des contextes proches de la pratique professionnelle.



Moyens et supports pédagogiques

Salle de pratique, matériel audio, supports pédagogiques, accompagnement pluridisciplinaire.



Modalités d'évaluation et de suivi

- **Évaluation continue** : tout au long de la formation, les participant·e·s réalisent des mises en situation pratiques, suivies de retours individualisés de la part des formateurs.
- **Évaluation à chaud** : à la fin de la formation, chaque participant renseigne un questionnaire de satisfaction afin d'évaluer l'organisation, les contenus et leur pertinence au regard de sa pratique professionnelle.
- **Évaluation à froid** : trois mois après la formation, un questionnaire est adressé aux participant·e·s afin d'identifier l'intégration des apports dans leur pratique.



Déroulé de la formation

JOUR 1 — Le thérapeute

Matin

- Approche théorique et physiologique du chant : appareil respirateur, vibreur, résonateur.
- Comprendre leurs interactions dans la posture et la qualité vocale.
- Échauffements corporels et vocaux guidés.

Après-midi

- Du corps décentré au corps centré : exploration posturale.
- Alternance d'exercices et de chant avec bilan vocal/corporel.
- Mise en pratique : questionnement, déplacement, repères dans l'espace.

JOUR 2 — Voix et communication

- Orienter le message sonore (direct / indirect).
- Créer l'espace sonore et spatialiser la parole.
- Jeux de rôle et mises en situation en groupe.
- Exercices de rythme et pulsation.
- Observation et démonstration en dyade.
- Travail sur les blocages : visualisation, métaphore guidée, mouvements alternatifs.

JOUR 3 — Utilisation en thérapie

- Écoute de la voix comme indicateur relationnel.
- Observation voix / posture / message.
- Comprendre comment la voix est filtrée ou mentalisée.
- Travail en alternance groupe/binôme : respiration, questionnement, induction, jeux métaphoriques.
- Situations cliniques : accompagnement de l'enfant, de l'adulte (ex. bégaiement, acouphènes, ruminations).