PROGRAMME DE FORMATION

La pratique de la TLMR en visio : maintenir la présence relationnelle

Durée : 10 heures et 30 minutes | Mode d'organisation : À distance

Version du modèle : 08 octobre 2026

Présentation de la formation

La généralisation de la visio transforme profondément les modalités de la relation professionnelle.
La distance modifie la perception du corps, du regard, du silence et de la présence, et nécessite une adaptation spécifique du cadre relationnel et des modalités d'accompagnement.

Cette formation propose aux professionnels d'explorer la visio comme **un espace relationnel à part entière**, avec ses contraintes mais aussi ses ressources. Les participants apprendront à ajuster leur posture, leur communication et leurs modalités d'intervention afin de maintenir une présence relationnelle de qualité malgré la distance.

Les participants seront accompagnés pour :

- comprendre ce que la distance transforme dans la relation et la perception corporelle ;
- installer un cadre clair et sécurisant en visio ;
- ajuster la voix, le regard et le positionnement corporel face à la caméra ;
- guider les personnes dans des expériences corporelles ou relationnelles à distance ;
- adapter leurs outils relationnels au contexte spécifique de la visio.

La formation combine :

- un **module e-learning préparatoire** permettant d'acquérir les repères conceptuels essentiels ;
- une **journée de pratique intensive en visio**, centrée sur l'expérimentation, l'analyse collective et les ajustements en situation.

  Module préparatoire e-learning
  - Comprendre la visio comme espace relationnel spécifique
  - Perception corporelle et regard à distance
  - Gestion du silence et de la présence
  - Focalisation de l'attention en visio
  - Activation mimétique et place du corps dans un champ visuel partiel
- Objectif : acquérir les repères théoriques pour libérer la journée de formation pour la pratique.

L'ensemble du dispositif vise à permettre aux professionnels de **développer une pratique relationnelle ajustée, stable et sécurisante dans le travail à distance**.

Objectifs pédagogiques

- **Identifier les spécificités relationnelles de la visio** dans le cadre d'une séance TLMR.
- **Installer un cadre relationnel sécure en visio** en clarifiant les intentions et les modalités de la rencontre.
- **Ajuster leur présence relationnelle face à la caméra** en mobilisant le corps, le regard et la voix.
- **Guider une personne dans une exploration relationnelle ou corporelle à distance** en adaptant les consignes et le rythme de la séance.
- **Adapter certains outils relationnels utilisés en TLMR au contexte visio**.
- **Identifier et ajuster leur posture face à des situations spécifiques de la visio** (rupture de connexion, intensité émotionnelle, limites du cadre)
- Préparer et sécuriser les **conditions techniques d'une séance thérapeutique en visioconférence**, en s'appuyant sur les guides pratiques fournis par l'Institut Mimethys, et accompagner le patient dans la résolution des difficultés de connexion ou de réglage des outils (caméra, son, affichage).

  Compétences professionnelles viséesÀ l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :
  - structurer une séance en visio en installant un cadre relationnel sécurisant ;
  - maintenir une présence professionnelle stable malgré la distance ;
  - ajuster les modalités de communication et d'accompagnement à l'environnement numérique ;
  - guider une personne dans des expériences relationnelles ou corporelles en visio ;
  - identifier les limites et spécificités du travail à distance.

Public visé

Professionnels de santé et de la relation d'aide formés à la TLMR souhaitant intégrer ou développer la pratique des séances à distance.

Prérequis

Avoir suivi une formation de base à la TLMR ou être engagé dans un parcours de formation TLMR.

Déroulé de la formation

Journée de formation (classe virtuelle)

Accueil et installation du cadre

- rituel d'entrée dans un espace-temps d'intention partagée
- clarification des attentes
- ajustement technique.

Corps, regard et caméra

- création d'un espace relationnel commun en visio
- ajustement du positionnement corporel
- travail du regard et de la voix
- proxémie et présence relationnelle à distance.

Création d'un climat relationnel sécure

- installation du cadre relationnel en visio
- explicitation des intentions
- travail du questionnement.

Adapter les modalités relationnelles TLMR

- ajustement des consignes
- externalisation et internalisation
- communication idéomotrice.

Situations spécifiques en visio

- rupture de connexion comme événement relationnel
- intensité émotionnelle à distance
- limites et ajustements du cadre visio.

Méthodes pédagogiques

La formation alterne :

- apports théoriques ciblés
- démonstrations par le formateur
- expérimentations guidées
- mises en situation en visio
- analyse collective des pratiques.

Ces modalités visent à favoriser l'intégration des ajustements relationnels dans la pratique professionnelle.

Moyens et supports pédagogiques

- plateforme de formation en ligne
- classe virtuelle en visio
- supports pédagogiques numériques
- démonstrations et exercices pratiques.

Évaluation et suivi

Les acquis des participants sont évalués à partir :

- d'une **auto-évaluation des compétences en début et fin de formation**
- de **l'observation des mises en situation pendant les exercices pratiques**
- des **échanges réflexifs et analyses collectives des pratiques**.

A l'issue de la formation, un questionnaire de satisfaction sera renseigné par chaque participant afin qu'il évalue la pertinence des contenus de la formation au regard de sa pratique professionnelle.

Accessibilité

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