

## **Programme de formation de rythme-danse-thérapie de l'Atelier du Geste Rythmé**

### **1 : Le corps, le geste, le rythme et la voix appliqués à la danse-thérapie :**

Le corps joue évidemment un rôle essentiel dans la danse puisqu'il en est le support physique. Mais il y a plus : c'est du fonctionnement intime du corps que naissent la structure du geste dansé et le rythme de la musique qui l'accompagne.

#### *- Théorie :*

- anatomie : chaînes musculaires, muscles antagonistes, support des mouvements opposés qui sont des mouvements naturels en danse,
- physiologie : le battement du coeur, la respiration
- leur représentation en musique et danse : l'expression primitive
  - \* les rythmes premiers (pulsation/frappes, souffle/cadence, va-et-vient du mouvement ou du déplacement),
  - \* le geste constitué de 2 mouvements couplés
  - \* la voix rythmée chantée
- histoire de la danse : le primitivisme en danse, dans l'art du 20e siècle, le retour de la pulsation et de la cadence : danses afro-américaines, danses rock (pop, hip-hop, rap, techno), expression primitive.

#### *- Pratique :*

- les outils de l'expression primitive. Rythme, voix, chant. Lecture vidéo des séances.

### **2. Les fondements de la relation interhumaine, la différenciation et sa réactivation en danse-thérapie.**

La psychologie d'aujourd'hui établit un parallèle entre le 'travail' de la mère pour humaniser l'enfant et le travail du thérapeute pour accompagner le patient vers le lien à l'autre.

#### *Théorie :*

- Psychologie : De la fusion à la séparation : les stades du développement de l'enfant. L'Objet transitionnel, vers la différenciation, l'autonomie, les grandes étapes et les états modifiés de conscience qui les accompagnent : jubilation, enthousiasme.
- Neurosciences, les neurones-miroir, le rôle de l'imitation
- Ethologie : Le mimisme. Le simulacre. La répétition. Le jeu.
- Anthropologie : Les différents dispositifs rituels de ritualisation : chamanisme, possession, transe.
- Danse-thérapie : Le rôle du rythme synchrone, de la répétition, de l'alternance, du geste transitionnel, de la jubilation.

#### *Pratique :*

- réveil de la mémoire corporelle archaïque de la relation à la mère : berceuses, jeux rythmés, jeux de répétition, d'appel-réponse, d'imitation,
- réactivation de la mémoire corporelle par les danses paysannes et populaires : l'importance du corps, du groupe, du partage rythmique et vocal jubilatoire dans les fêtes dansées du calendrier traditionnel
- leur utilisation en danse- thérapie, leur déconstruction en expression primitive. Mises en situation de conduite de groupe. Analyse de la séance par lecture vidéo.

### **3 : L'expression des émotions en danse-thérapie (la symbolisation) :**

Les principes de la thérapie : exprimer les émotions refoulées (symboliser les pulsions) et de les sublimer pour qu'elles cessent d'être toxiques.

#### *Théorie :*

- Psychologie : La pulsion (l'émotion) son destin dans la société (symbolisation, sublimation), la médiation, l'importance du cadre.
- Psychanalyse : Apports de Freud, Lacan et Jung : le fort-da, les castrations symboliques, les

archétypes, la Loi.

- Anthropologie : La ritualisation des émotions. La Loi humanisante, la fonction symbolique, l'efficacité symbolique.

- Art-thérapie : Utilisation des métaphores pour réveiller les émotions enfouies et les canaliser en médiation danse à fonction de lien social et de thérapie. Utilisation de dispositifs symbolisants : le conte, la marionnette, le jeu théâtral.

Pratique :

- maîtrise des outils permettant de proposer un rituel adapté en danse-thérapie. Les gestes symboliques. Exercices de création collective et individuelle. Mises en situation de conduite de groupe. Analyse de la séance par lecture vidéo.

#### **4. Psychopathologie et danse-thérapie :**

La danse-thérapie ne s'adresse pas seulement au corps, mais au psychisme, il est donc nécessaire de connaître la structure psychique de l'être humain et ses pathologies

Théorie :

- Psychologie : La conscience, l'inconscient, les grandes topiques (Freud : moi, ça, surmoi, Lacan, réel, symbolique, imaginaire). Les mécanismes de défense, processus mentaux automatiques inconscients : refoulement, déplacement, formation réactionnelle, isolation, déni, projection... mais aussi anticipation, altruisme, humour...

- Psychopathologie : Les grandes structures cliniques : hystérie, névrose obsessionnelle, border-line, psychoses. Le diagnostic par le DSM-IV (Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, Association américaine de psychiatrie, 1994).

- Art-thérapie : L'importance du cadre. La relation thérapeutique avec le patient : Projection, transfert, contre-transfert. La médiation artistique. La bonne distance, la bienveillance. La fonction maternelle et la fonction paternelle en danse-thérapie.

Pratique : L'expression primitive et ses applications à différentes pathologies et modes de soin. Les éléments incontournables et les éléments spécifiques. Les écueils à éviter dans la direction de la cure selon les différentes structures cliniques.

Supervisions de groupe. Etudes de cas.

#### **5 : Méthodologie : La construction d'un cadre et d'un dispositif thérapeutique.**

Il s'agit de pouvoir appliquer les connaissances acquises à un dispositif de danse à visée thérapeutique.

Théorie : La construction du cadre. Le déroulement d'une séance.

Pratique : Adaptation à différents types de publics : enfants, adolescents, personnes abusées, traumatisées, âgées, handicapées, anorexiques, addictes, problématique liées à l'interculturalité, l'insertion, la prévention, le vieillissement, les pathologies psychiatriques etc..

Mises en situation pratiques guidées. Commentaires de documents filmés

#### **6. Finalisation de la formation :**

Théorie : Le métier d'art-thérapeute, de danse-thérapeute. Le respect des défenses du patient : la stratégie du détour. Le secret professionnel. L'éthique. Interventions de professionnels. Témoignages de patients.

Pratique : Examen final devant un jury. Le cas échéant, délivrance du certificat d'animateur d'expression primitive. Bilan. Evaluation. Perspectives.

Pour le certificat de danse-thérapeute, il faudra ajouter un mémoire portant sur l'application pratique de la technique de danse-thérapie à un public spécifique. Il s'agit d'un travail personnel, effectué en dehors des stages de formation, mais il est téléguidé par nos soins.