

L'École d'Expression Sensitive®, fondée en 1996 par la psychologue clinicienne Dominique Hautreux, est une approche transversale de formation à la danse thérapie qui articule les concepts de la psychanalyse, de la psychologie humaniste et de l'ethnopsychiatrie dans une approche psychocorporelle intégrative.

La formation complète de 12 modules (600 heures) vise la certification professionnelle de :

Médiateur (médiatrice) artistique et corporel en relation d'aide

- 9 modules de 50 heures soit 450 heures d'enseignement théorique et pratique.
- 3 modules de 50 heures soit 150 heures d'analyse de la pratique : expérimentiels et pratiques d'animation supervisées en universités d'été.

Objectif général de la formation

A l'issue de cette formation, les participants maîtriseront les enjeux de la relation d'aide pour engager un processus de transformation positive qui favorise la prise de conscience des personnes accompagnées et la valorisation de leurs ressources.

Objectifs visés de l'ensemble de la formation

- Acquérir les compétences pour un accompagnement de relation d'aide qui utilise la médiation artistique et corporelle pour déployer l'art transformationnel du corps et de la voix en mouvement.
- Développer la force expressive de la danse et du chant.
- Savoir l'associer à la poésie, aux contes et à la peinture.
- Comprendre le pouvoir de la métaphore corporelle et son utilisation.
- Articuler la création et les processus de transformation.
- Manier l'art de l'improvisation intentionnelle.
- Connaître l'évolution psychique de l'être humain et la mise en place d'une identité psychosociale. Réflexion sur les approches normatives et pathologiques des différentes constructions de la personnalité.
- Comprendre les étapes essentielles de l'intégration sensorimotrice et leur articulation avec le développement psychique.
- Développer la conscience d'une structure psychocorporelle.
- Connaître les jeux et les enjeux de la relation d'aide.
- Comprendre les émotions et leurs utilités.
- Apprendre à écouter et à développer une empathie corporelle.
- Développer une qualité d'écoute qui favorise l'émergence du sens.
- Entendre l'indicible et déployer les possibles.
- Maîtriser la voie du détour et le principe de sublimation.
- Offrir un cadre chaleureux, structurant et sécurisant.
- Pouvoir accompagner en individuel ou en groupe.
- Savoir animer dans et avec la nature.

Programme de formation par modules

Détails pédagogiques de chaque module avec le nombre d'heures

- **Module 1 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel**

Les objectifs

Les bases de la relation d'aide et de la danse-thérapie
La danse et le chant comme moyen d'expression et d'épanouissement
Utiliser les fonctions identitaires de la danse et du chant.

Contenu et programme

- Expérimenter les différentes approches de la danse-thérapie, les spécificités et les complémentarités des différents courants d'aujourd'hui : **10 heures**
- Découvrir les fonctions corporelle, imaginaire et symbolique du corps en mouvement
Comprendre l'utilisation et les bienfaits de l'improvisation intentionnelle.
Connaître la fonction symbolique du corps : **10 heures**
- Définir les concepts de la psychologie humaniste et de la psychologie positive.
Comprendre les attitudes favorisant une écoute centrée sur l'autre.
Découvrir les enjeux de la relation d'aide : **10 heures**
- Apprendre les fonctions identitaires de la danse et du chant : **10 heures**
- Comprendre comment l'expression est création de l'identité.
- Utiliser la danse comme source de vitalité, d'affirmation, d'ancrage et d'action.
- Les concepts de base de la communication.
- Distinguer la manière de dire de ce qui est dit.
- Assertivité, congruence dans un respect de soi et l'autre **10 heures**

Compétences développées

- Favoriser la compréhension du processus par l'expérience
- Développer la créativité corporelle et une expression libre de tout jugement
- Articuler la théorie de l'accompagnement à l'expression artistique et symbolique
- Définir l'utilisation de la danse comme médiateur de créativité et de transformation
- Comprendre les enjeux de la communication, découvrir le langage corporel

- **Module 2 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel**

Les objectifs

Utiliser les fonctions relationnelles de la danse et du chant
Percevoir les jeux de pouvoir, mieux les comprendre pour savoir les gérer.
Les clefs de l'altérité

Contenu et programme :

- L'importance des objets et espaces transitionnels, savoir les utiliser, en connaître les fonctions. Les bases de la dimension ludique : du jouer à ... « à faire comme si ».

Comprendre et savoir utiliser les processus d'identification : **10 heures**

- Connaître la théorie de l'attachement et les étapes nécessaires de séparation pour devenir un sujet responsable, acteur de sa vie, apte au bonheur.
Expérimenter de quelles façons l'expression corporelle et vocale fait revivre ces étapes d'évolution avec une transformation possible des mémoires douloureuses : **10 heures**
- Le travail central de la relation à l'autre.
Comprendre les conditions d'un lien possible avec l'autre.
La nécessaire séparation qui rend possible la relation.
Appréhender l'altérité, la différence et l'inconnu chez l'autre.
Explorer les polarités, unifier les contraires, s'enrichir des complémentaires.
De quelles façons la relation d'aide est un art du lien : **10 heures**
- Apprendre les fonctions relationnelles de la danse et du chant.
Percevoir les jeux de pouvoir et repérer les manipulations.
Comprendre le triangle dramatique et savoir en sortir : **10 heures**
- Connaître la fonction des émotions et leur utilité.
De quelles façons autoriser leurs expressions de manière bénéfique et constructive
Développer l'ouverture, le partage, le non jugement, l'intimité et l'authenticité
Inviter à donner et à recevoir, s'affranchir des peurs à désirer, à vivre, à aimer : **10 heures**

Compétences développées

- Savoir utiliser les objets réels ou symboliques et connaître leur fonction
- Comprendre les façons d'explorer le lien à l'autre et les étapes d'une relation saine
- Comprendre et savoir gérer les émotions avec bienveillance et efficacité
- Analyser une posture d'accompagnement accueillante, congruente et sécurisante

• Module 3 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel

Les objectifs

Les enjeux psychologiques de la relation d'aide
Les fondements d'une approche psychocorporelle
La phénoménologie de l'expression au travers des contes

Contenu et programme

- Comprendre les bases de la psychopathologie et de la souffrance psychique.
Connaître les différents types de personnalité et leur façon spécifique d'être en relation.
Pouvoir repérer les états extrêmes et connaître les attitudes à adopter : **7 heures**
- Comprendre pourquoi le narcissisme est au cœur de la souffrance psychique et de quelle façon sa restauration est au centre de l'Expression Sensitive®.
Réflexions sur la normalité et la pathologie : **7 heures**
- Analyser la dialectique du désir et du manque dans le fonctionnement psychique.
Apprendre à faire circuler le vivant et à autoriser le plaisir fonctionnel du corps.

Favoriser la réhabilitation d'un corps érogène libre et innocent : **6 heures**

- Connaître les passerelles entre vouloir plaire (séduire) et être séduisant (désirable)
Appliquer les concepts de la phénoménologie existentielle et de la psychologie humaniste.
Assimiler les enjeux d'une juste écoute de l'autre : **5 heures**
- Comprendre l'importance de l'intimité et autoriser l'intériorité.
Savoir utiliser des méthodes de relaxation qui favorisent une qualité d'écoute et une présence à soi.
Appliquer les bases de la Mindfulness (pratique de la pleine conscience) : **5 heures**
- Comment « autoriser à oser » avec respect, inviter sans intrusion.
L'importance d'un toucher juste et d'un contact sécurisant.
Soutenir la loi de l'interdit de l'inceste et la structuration de l'Œdipe.
Connaître la particularité de la relation transférentielle en danse-thérapie.
Savoir quel cadre proposer, quelle éthique et quel engagement.
Respecter les limites et les devoirs du praticien : **7 heures**
- Définir les 3 archétypes principaux personnages des contes du merveilleux
Le Roi, le Héros et la Fée : Connaître leurs spécificités et leurs fonctions psychiques.
Comprendre l'analogie corporelle et l'importance de les explorer symboliquement : **7 heures.**

Compétences développées

- Savoir utiliser les différents personnages des contes comme outil d'épanouissement et de connaissance de soi. Savoir les mobiliser, les déployer.
- Pouvoir articuler les propositions aux connaissances des enjeux psychiques concernés
- Apprendre à canaliser les aptitudes de chacun en inspirant confiance
- Reconnaître ses compétences et accepter ses limites

• Module 4 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel

Les objectifs

L'art du jeu symbolique et de la métaphore corporelle
La voie du détour et le principe de sublimation
Catalyser le pouvoir de création en chacun

Contenu et programme

- Savoir autoriser la dimension ludique et la créativité spontanée.
Approfondir l'utilisation des objets comme prolongement de soi et passage vers l'autre.
Utiliser l'art du « jeu » comme un accès au « je » : **5 heures**
- Comprendre la dimension symbolique : l'expression artistique comme métaphore corporelle, émotionnelle, mentale et spirituelle de l'être en mouvement : **2 heures**
- Savoir canaliser la puissance de l'imaginaire au service du bien-être.
Explorer la symbolique des directions : le Nord, le Sud, l'Est, l'Ouest : **5 heures**

- Déployer l'utilisation des contes en danse. Comprendre les structures différentes des contes : contes de sagesse, contes initiatiques et contes du merveilleux : **3 heures**
- Affiner l'induction musicale et la sensibilité de l'écoute.
Libérer l'improvisation rythmique et vocale. Déployer l'imaginaire musical.
Exploiter la puissance d'un geste sonore, la force d'un chant qui se prolonge dans la danse. Articuler le corps et le son, la vibration et les résonances corporelles : **5 heures**
- Connaître l'influence des instruments et des rythmes. Se laisser inspirer
Savoir les utiliser en fonction des objectifs visés : **5 heures**
- Appliquer le principe de sublimation et le concept de résilience.
Comprendre comment l'expérience peut changer les représentations, et de quelles façons le corps peut réparer les blessures émotionnelles et existentielles : **5 heures**
- La danse et le chant au cœur du processus de sublimation.
Un geste juste est vrai et cette authenticité lui donne toute sa beauté.
La danse nous relie au sens du beau, à l'esthétique dans son sens premier de ressentir, de s'é mouvoir : **5 heures**
- Savoir utiliser le pouvoir de restauration narcissique du corps et de la voix.
Comprendre le sens des consignes et l'improvisation intentionnelle.
Comprendre le processus d'élaboration des propositions et les différents champs concernés à chaque exploration : **5 heures**
- Accompagner vers l'autonomie et la responsabilité.
Optimiser la motivation et les compétences.
Développer le potentiel relationnel.
Articuler projet individuel et collectif : **5 heures**
- Les bases de la Communication Non Violente (CNV).
Comprendre et distinguer l'agressivité de la colère.
Affiner l'écoute et une compréhension empathique de l'autre : **2 heures**
- Approfondir l'infini des possibles avec l'exploration des contes : **3 heures**

Compétences développées

- Savoir exploiter les idées et les pensées qui naissent de l'exploration artistique
- Renforcer le lien entre la création artistique et la conscience d'exister
- Catalyser le pouvoir d'agir en chacun
- Déployer la voie du détour, le principe de sublimation et de résilience
- Valoriser les compétences et favoriser la restauration narcissique

- **Module 5 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel**

Les objectifs

**Le corps offre de penser autrement et la danse est son langage
La dimension holistique de l'être en mouvement**

Contenu et programme

- Articuler la danse des mots, l'écriture spontanée et l'improvisation corporelle.
Développer le sens de la poésie et la poétique de la rencontre : **5 heures**
- Approfondir la place de la parole, comprendre l'importance de la verbalisation après certaines propositions.
Comprendre les fonctions du témoin dans le processus d'aide, apprendre à les utiliser : **5 heures**
- L'induction des consignes : savoir proposer des objectifs clairs, accessibles et construire une progression.
Développer la pensée associative et l'expression spontanée : **5 heures**
- Autoriser la voie du ressenti : Savoir exprimer le vécu éprouvé et trouver les mots pour le dire : **5 heures**
- La danse comme voie royale d'accès à notre inconscient et notre dimension holistique.
Savoir ce qu'est l'inconscient corporel et psychique et favoriser sa mise en œuvre.
Pouvoir induire des états modifiés de la conscience en sécurité : **5 heures**
- Savoir danser et chanter dans la nature avec le cycle des saisons.
Danser, chanter les éléments naturels et connaître leur symbolique : **5 heures**
- Connaître les différents archétypes qui constituent une approche chamanique universelle : le guerrier, le guérisseur, le guide, le maître. Explorer leurs particularités et leurs complémentarités : **10 heures**
- Comprendre les rituels de passage, savoir relier les dimensions individuelles et collectives.
Pouvoir redonner du sens au moment clé de la vie dans la force de la célébration collective et la joie du partage : **5 heures**
- Appréhender la dimension holistique de l'être en mouvement : harmonisation de l'expression du corps, du cœur et de la conscience : **5 heures**

Compétences développées

- Articulation parole et corps, l'intelligence du corps et de l'esprit
- Comment favoriser l'expression inconsciente et intuitive
- Comprendre l'importance des rituels aujourd'hui

- **Module 6 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel**

Les objectifs

L'utilisation des mythes en Expression Sensitive®

**Comprendre l'articulation de la pensée symbolique, analogique et homologique en danse, l'efficacité thérapeutique d'une expression inspirée et intuitive
Utiliser les fonctions identitaires de la danse et du chant**

Contenu et programme

- Tour d'horizon des concepts du corps au travers des différentes philosophies orientales comme le Taoïsme, le Bouddhisme, le Soufisme et la Kabbale ainsi que le concept d'orgone chez Wilhelm Reich : **10 heures**
- L'empreinte de la mythologie grecque dans notre culture.
Comprendre et faire danser quelques mythes et divinités de la Grèce.
La notion de catharsis et la dramaturgie de la condition humaine : **6 heures**
- Découvrir la mythologie celtique et ses racines chamaniques.
Quelques bases de la cosmogonie celtique.
Découvrir le calendrier celtique et l'alphabet des arbres.
Utiliser le bosquet des druides et la métaphore de l'arbre : **6 heures**
- Connaître l'efficacité thérapeutique des rituels des sociétés primitives.
Comprendre le concept de la frayeur par rapport à celui de l'angoisse.
Articuler les deux concepts en Expression Sensitive® : **5 heures**
- Réflexion sur la différence de ces deux systèmes et leur empreinte dans le corps.
Relier la pensée symbolique, analogique et homologique.
Savoir de quelles façons utiliser les mythes et les archétypes : **5 heures**
- Apprendre à être facile d'accès et adaptable à tout public.
Accompagner l'autre dans une expression vraie en valorisant ses ressources : **6 heures**
- Mise en œuvre du processus et animation devant le groupe : **6 heures**
- Appliquer les bases de l'accompagnement en psychologie positive.
Savoir proposer en fonction de thèmes choisis, des explorations pertinentes et adaptées.
Comprendre la juste distance de l'accompagnement et favoriser l'autonomie.
Appliquer l'éthique et la déontologie de la relation d'aide par l'Expression Sensitive®.
Savoir poser des limites structurantes, être garant d'un cadre sécurisant et d'un accueil confiant et propice à l'inspiration : **6 heures**

Compétences développées

- Renforcer le lien entre la création artistique et la conscience d'exister
- Déployer le champ d'action multi référentiel de l'expression sensitive®
- Maîtriser une posture d'accompagnement juste et congruente
- Savoir se remettre en question, évoluer et créer sans cesse.

• Module 7 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel

Les objectifs

**La libération psychocorporelle et la guérison « corps - cœur – conscience »
La « médecine » de la danse, les capacités d'auto guérison du corps en mouvement
Déployer les voies d'accès au meilleur de soi, en connaître les ressources**

Contenu et programme

- Comprendre le concept de cuirasse musculaire et caractérielle de Wilhelm Reich.

Explorer la correspondance entre corps et psyché et la structuration psychocorporelle.
Affiner les perceptions, percevoir ce qui est fluide ou cuirassé dans l'expression.
Permettre une libération corporelle et émotionnelle qui soit structurante
Accompagner la transformation des zones de mal être en joie d'exister : **10 heures**

- Connaître les bases de l'Olfactothérapie et les principales huiles essentielles.
Savoir utiliser les vertus symboliques, olfactives et énergétiques sans danger.
Comprendre l'importance d'exprimer le « ressenti » de la plante et se laisser inspirer par ses qualités. Étendre cette utilisation avec les parfums et déployer l'imaginaire olfactif : **10 heures**
- Quelques bases pour connaître les différentes caractéristiques des planètes de notre système solaire et savoir comment les utiliser : **10 heures**
- Comprendre l'utilisation de la transe à travers le monde et ses effets thérapeutiques.
L'adapter à notre culture, offrir une structure et un cadre favorisant un lâcher-prise en toute sécurité : **10 heures**
- Retrouver le sens des rituels et des célébrations collectives favorisant le lien social.
Intégrer la dimension « naturellement » sacrée de la danse et du chant.
Permettre de danser, chanter et peindre intuitivement ses aspirations profondes, célébrer le vivant et la joie d'exister ensemble.
Favoriser l'accès au meilleur de soi et la confiance en ses ressources : **10 heures**

Compétences développées

- Élargir les champs d'investigation à d'autres cultures
- Intégrer les dimensions holistiques de l'accompagnement
- Déployer les voies d'accès au meilleur de soi
- Retrouver le sens des rituels et des célébrations collectives

- **Module 8 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel**

Les objectifs

La Nature de la danse et l'essence du mouvement
Cycle de vie, naissance et renaissance
Accompagner la quête de beauté-vérité dans l'expression artistique du « Soi »
Enraciner la confiance et l'estime de soi

Contenu et programme

- Déployer l'intelligence du corps et de l'esprit dans l'improvisation intentionnelle.
Percevoir l'incarnation du verbe des phrases de sagesse et de la poésie : **7 heures**
- Connaître l'importance de la philosophie en art-thérapie.
Comprendre la quête de beauté-vérité de l'Expression Sensitive® : **7 heures**
- Utiliser les bases du Kasàlà ou l'art de l'autolouange.
Connaître les clefs de la bienveillance envers soi et l'autre : **6 heures**

- Pouvoir déployer sans naïveté, la capacité d'émerveillement de notre regard sur la vie.
Autoriser et favoriser l'inspiration de l'enfant libre en chacun : **6 heures**
- Appliquer les principes associatifs de « photo langage » ®
Exploiter la force projective des images pour nourrir l'expression : **5 heures**
- Savoir comment utiliser la création de masques, de parures et de peintures corporelles. Comprendre le concept de Moi-Peau de Didier Anzieu : **5 heures**
- Utiliser l'enveloppement et la détente d'une eau chauffée à 35°.
Exploiter le plaisir du mouvement libéré de la pesanteur.
Laisser les ondulations primordiales délier le corps.
Fonder la sécurité ontologique d'un portage confiant.
Apprendre à porter et se laisser porter, s'abandonner en conscience : **7 heures**
- Développer l'attention à prendre soin, donner et recevoir l'essentiel d'un « oui » à la vie.
Comprendre l'utilisation de l'eau dans les rituels de naissance et de renaissance.
Connaître les bienfaits d'une régression vivante.
Savoir l'accompagner et la favoriser en toute sécurité : **7 heures**

Compétences développées

- Déployer l'intelligence du corps et de l'esprit dans l'improvisation intentionnelle
- Accompagner aux origines du désir de vie
- Renforcer les bases d'une sécurité intérieure

- **Module 9 : 50 heures soit 7 jours x 7 heures (+1h) en résidentiel**

Les objectifs

Professionaliser ses acquis et reconnaître ses richesses
Déployer la réalisation de l'œuvre à transmettre
Concrétiser ses savoir-faire

Contenu et programme

- Explorer l'argent et les dimensions réelles et symboliques de la notion de richesse.
Analyser les valeurs, ce qui compte, ce qui est précieux aux différents niveaux de l'être.
Bilan de la valeur accordée à cette formation et de l'héritage à transmettre.
Danser avec les bijoux de la terre, la découverte des pierres : **10 heures**
- Intégrer les pouvoirs physiques émotionnels et spirituels de l'Émerveillement.
En connaître la philosophie, l'éthique pour favoriser son épanouissement : **7 heures**
- Donner l'envie d'avoir envie et savoir convoquer le plaisir d'exister.
Comprendre les résistances, pouvoir les contourner, favoriser le courage et la confiance.
Savoir déployer le sens de l'œuvre dans la création artistique : **15 heures**

- Savoir se vendre à sa juste valeur dans la pleine potentialité de ses savoir-faire.
Création artistique de votre « rêve » professionnel : Le choix de vos envies (où, quand, comment), du public concerné et une présentation personnelle qui valorise vos talents.
Réalisation de cartes, flyers, affiches, présentant des activités qui vous ressemblent et affinent vos objectifs d'accompagnement : **15 heures**
- Connaître les différentes structures juridiques et fiscales pour s'installer : **1h30**
- Finaliser les objectifs et choisir le thème pour la rédaction du mémoire.
Organiser la supervision des 150 heures d'ateliers à animer pour l'analyse de la pratique du mémoire de fin d'étude : **1h30**

Compétences développées

- Intégrer et valoriser l'héritage de la formation
 - Reconnaître les savoir-faire et les talents déployés.
 - Définir le champ d'action et d'application de ce savoir-être
- **Université d'été : 3 modules de 50 heures, soit 150 heures d'analyse de la pratique** : Expérientiels et pratiques d'animation supervisées pour Intégrer la théorie et déployer la pratique

Une semaine expérientielle est proposée chaque année en université d'été.

C'est l'opportunité de créer ensemble et rencontrer d'autres praticiens.
Échanger nos expériences, enrichir notre créativité, affiner notre originalité.

C'est un temps d'animation, d'analyse et d'évolution de votre pratique.

Un excellent terrain d'expérimentation, de recherche dans l'intelligence collective.

Le thème vous est proposé en début d'année de manière à vous laisser inspirer.

Des praticiens référents sont disponibles pour vous accompagner dans vos processus. Pour qu'animer soit juste un plaisir... à partager en toute confiance.

Il vous est demandé de participer au moins à trois universités durant votre formation.

Supervision pour la rédaction du mémoire de certification

Après validation du responsable pédagogique, vous pouvez commencer à animer des ateliers à partir de 150 heures de formation ce qui correspond à la première année de formation : trois sessions de 50 heures chacune.

Vous devez faire superviser vos ateliers et vos processus par des praticiens référents en Expression Sensitive®

Vous devrez rédiger des comptes rendus sur vos animations. Approfondir l'analyse de votre pratique et les points à améliorer afin d'ajuster votre posture d'accompagnant et justifier vos objectifs. Vous avez 150 heures d'animation à valider pour la rédaction de votre mémoire de fin d'étude.

Votre certification et l'obtention de votre diplôme, vous engagent à respecter l'éthique et la déontologie de votre métier de Médiateur artistique en relation d'aide en étant supervisé tout au long de votre pratique professionnelle.

Dominique Hauteux–École d'Expression Sensitive®
La Grange aux Prêtres 41360 Lunay
tél 02 54 777 421

Siret : 40976884300032 APE : 869 OD N°NDA : 24410118041
Membre d'une association agréée par l'administration fiscale acceptant à ce titre
Le règlement des honoraires par chèque libellé à son nom