



INSTITUT DANSE SANTE
L I V I N G L A B

Module 5 - Santé mentale du danseur.se

Programme de formation

Public cible/Prérequis :

Professionnel.le.s de santé
Professionnel.le.s du milieu de la danse

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre la construction psychologique du danseur.se
- Comprendre les enjeux institutionnels de la danse
- Explorer les états de danse : les états de conscience modifiés en danse
- Comprendre l'impact psychologique des blessures
- Explorer les états de danse : les états de conscience modifiés en danse
- Étudier les troubles psychologiques spécifiques (psychopathologie)
- Analyser les comportements 'limites' chez les danseur.se.s
- Étudier les spécificités des conduites alimentaires dans l'univers de la danse
- Comprendre l'impact du sommeil sur le danseur.se & l'étude des troubles psychosociaux
- Construire une approche thérapeutique adaptée aux danseur.se.s

Moyens pédagogiques et encadrement :

- Équipe de formation : 1 Docteur en Médecine du Sport et 1 Docteur en Psychologie Clinique
- 1 salle de conférence et de travaux pratiques
- Matériel d'évaluation
- 1 support de cours

Méthodes pédagogiques :

- Méthodes affirmatives : expositives (cours magistral, conférence) et démonstrative (associant explication et démonstration)
- Méthodes interrogatives (ex : questions-réponses)
- Méthodes actives ou expérientielles (ex : analyse de cas clinique, cas réel, mise en situation de terrain, cours type)

Les formateur.trice.s

- Dr Aurélie Juret – Médecin
- Dr Florent Cheymol – Phd en psychologie

Aurélie Juret, Médecin du Sport et Posturologue, diplômée en 2006, exerce à Bayonne depuis 2008. Ancienne sportive de haut niveau, sa rencontre avec l'univers de la danse via Thierry Malandain a marqué un tournant dans sa carrière. En 2010, elle participe à la création de l'équipe médicale du CCN Malandain Ballet Biarritz, dont elle est la Médecin référente. Elle y prend en charge la prévention et le traitement des blessures des danseurs, contribuant à une amélioration notable de leur santé et de leurs conditions de travail. Elle collabore étroitement avec la direction du ballet pour optimiser la gestion sanitaire des tournées et a joué un rôle clé lors de la crise COVID-19. Elle intervient également auprès d'autres troupes professionnelles et amateurs, ainsi que dans les conservatoires de danse du Pays Basque.

Florent Cheymol est Docteur en Psychologie Clinique et Psychopathologie (PhD, Université Paris 8) et Chargé de cours à l'Université (Paris 8) et en école d'ostéopathie (ESO).

Il est psychothérapeute en cabinet libéral à Paris et à également un diplôme de psychologue du sport et d'hypnothérapeute.

Sa thèse de doctorat portait sur la psychologie du danseur par le prisme des états de conscience modifiés.

Après des études au Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris (CNSMDP) et une carrière de danseur classique pendant plus d'une dizaine d'années, il s'est tourné vers la psychologie clinique dans un projet de reconversion professionnelle.

Contact et référente Handicap :

Sabine Oxandaburu

06 17 17 36 47 - danselivinglab@gmail.com

Déroulé détaillé de la formation

(Information non contractuelle, horaires susceptibles d'évolution pour des raisons d'organisation)

Jour 1	Contenu
08h30	Présentation des intervenant.e.s et des participant.e.s, attentes de la formation
09h30	La fabrique du danseur.se : les traits psychologiques des danseur.se.s (dispositions, prédispositions, accomplissement/dépassement, croyances...)
11h15	Pause
11h30	La fabrique de la danse : ce que les institutions façonnent chez les danseur.se.s. (excellence, formatage institutionnel, différences entre styles, individualité VS altérité, système auto-référentiel...)
12h45	Pause déjeuner
14h	État de transe-en-danse ? ENOC, flow, hypnose...
15h	Le danseur.se face à la blessure : douleur, corps performant vs défaillant, poids du collectif, reconversion.
16h30	Pause
16h45	Psychopathologie du danseur.se : présentation du DSM. Exemples cliniques des psychopathologies
18h	Synthèse de la journée
TOTAL Jour 1 (hors pause)	
	8h

Jour 2	Contenu
08h30	Synthèse du jour précédent, questions ouvertes
09h	Personnalité et/ou comportements -traits subcliniques. Analyse et enregistrement audio)
09h45	Troubles du comportement alimentaire, étiologies et systémie (cas cliniques)
10h40	Pause
11h	Déphasage et troubles du sommeil (jeux de rôle, auto-hypnose relaxante) + Analyse des troubles psycho-sociaux liés au métier de danseur.se (jeux de rôle)
12h30	Pause
14h	Comprendre et construire sa communication thérapeutique pour mieux approcher cette clinique spécifique du danseur.se (alliance thérapeutique, projection, intersubjectivité, métacommunication)
16h	Pause
16h20	Échange sur les apprentissages
TOTAL Jour 2 (hors pause)	
	8h