



DOMAINE  
**N°6**

**PSYCHOLOGIE  
DES MÉDIATIONS  
ET DES OUTILS  
THÉRAPEUTIQUES**

04 ET 05  
MAI 2026  
PRÉSENTIEL  
N°266-026

### MOTS-CLÉS

Écriture thérapeutique,  
art-thérapie, créativité, atelier d'écriture,  
expression de soi.

### PUBLIC CONCERNÉ

Psychologues, psychiatres,  
infirmier(e)s, art-thérapeutes, journalistes,  
orthophonistes, coachs.

### PRÉREQUIS

Candidature à adresser à la formatrice  
via l'adresse mail :  
**formation@psycho-prat.fr**  
(CV et lettre de motivation)  
et posséder les diplômes requis  
pour le public concerné.

### DURÉE ET MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée : 2 jours (12h).  
Horaires : 09h30 - 17h00.  
**Accessibilité PMR.**

### MODALITÉS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance d'apports théoriques,  
d'exemples concrets, d'exercices  
d'écriture individuels et collectifs,  
de lectures partagées, d'analyses  
de pratique et de temps d'échange.

### VALIDATION DES ACQUIS

Exercices d'écriture réalisés pendant  
la formation.

### INTERVENANTE

**Nayla CHIDIAC,**  
Docteure en psychopathologie  
clinique, expert en stress et trauma,  
ancienne experte près du TGI de Paris.  
Consultante senior au département  
de stress et de sécurité de l'ONU.  
Fondatrice des ateliers d'écriture  
thérapeutique au centre hospitalier  
Sainte-Anne. Rédactrice des AMP  
(Annales Médico-psychologiques).  
Autrice d'ouvrages scientifiques  
et de recueils de poésie.

## PSYCHOLOGIE DES MÉDIATIONS ET DES OUTILS THÉRAPEUTIQUES

# Animer un atelier d'écriture thérapeutique

L'écriture thérapeutique est l'un des médias de l'art-thérapie avec un avantage temporel indéniable par rapport à la peinture, la sculpture ou d'autres, celui de pouvoir créer dans un temps limité à une seule séance.

Dans le cadre d'un atelier à visée thérapeutique, l'écriture permet de ressentir un plaisir tout en exprimant une souffrance. On peut affirmer que l'écriture favorise une « reconstruction psychique » dans un processus d'expression, de catharsis, d'élaboration et de création dans un cadre/temps précis. Pour autant, conduire un atelier d'écriture thérapeutique nécessite, indépendamment de la motivation, une formation.

Le thérapeute qui conduit l'atelier se devant de posséder une culture artistique et un apprentissage socratique acquis via une formation préalable en tant que co-thérapeute à des ateliers d'écriture. Cet atelier permet aux professionnel(le)s de découvrir et d'expérimenter l'écriture thérapeutique comme outil d'expression, de catharsis et de reconstruction psychique dans un cadre sécurisé.

La formation permet d'acquérir les compétences nécessaires à l'animation d'ateliers d'écriture à visée thérapeutique, en adaptant les exercices aux besoins et aux spécificités de différents publics. Elle propose des outils pour utiliser l'écriture comme support d'élaboration émotionnelle et de créativité, tout en développant une posture d'accompagnement créatif et la capacité à structurer un cadre thérapeutique autour de l'écriture.

### OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE PROFESSIONNELS

- Découvrir les spécificités et les bienfaits des ateliers d'écriture thérapeutique.
- Appréhender différentes formes et techniques d'écriture adaptées à la thérapie.
- S'initier à l'animation d'ateliers d'écriture à visée thérapeutique.
- Adapter le cadre et les exercices à la diversité des publics et des objectifs thérapeutiques.

### CONTENU DE LA FORMATION

#### Mise en situation directe en trois phases

- Présentation complète de l'écriture thérapeutique (indications thérapeutiques, bienfaits, exposé de cas concrets, déroulement d'un atelier d'écriture thérapeutique...).
- Écriture et lecture, suivies d'un temps d'échange (discussion libre des participants autour de cette première expérience, Q/R).
- Analyse de la méthode proposée au regard des différentes professions des participants.

### TARIFS

- Pour les particuliers : 750 €.
- Pour les indépendants/libéraux/  
autoentrepreneurs : 1 100 €.
- Pour les entreprises : 1 500 €.

**L'organisateur se réserve le droit de reporter ou d'annuler cette formation si les circonstances l'y obligent.**

**100 %**  
DE SATISFACTION  
POUR CETTE  
FORMATION



## PROGRAMME DÉTAILLÉ

### JOUR 1

#### Matin

- Introduction à l'écriture thérapeutique et ses règles.
- Différences entre atelier d'écriture thérapeutique et autres ateliers.
- De l'écriture cathartique à l'écriture thérapeutique.
  - Exercices d'écriture courts et lectures partagées.

#### Après-midi

- Différences entre écriture de soi, journal intime, autobiographie, fiction.
- Du récit personnel à l'imaginaire : processus créatif.
- Exercices d'écriture individuels et en groupe.
- Réflexion sur l'importance du cadre et partage d'expériences.

.....

### JOUR 2

#### Matin

- Le laboratoire des sens comme déclencheur d'écriture.
- Lien entre temporalité, mémoire, trauma et écriture.
- Adaptation des exercices selon le public (enfant, adulte, personne âgée).
  - Exercices d'écriture variés.

#### Après-midi

- Exercices d'écriture in vivo, lectures et analyses collectives.
- Questions/réponses sur la création et l'animation d'un atelier d'écriture.
  - Distribution d'articles et de bibliographie pour approfondissement.



**26 ET 27 MAI**  
PRÉSENTIEL  
**29 ET 30**  
**JUIN 2026**  
DISTANCIEL  
**N°266-017**

### MOTS-CLÉS

Groupe de parole, animation de groupe, cadre thérapeutique, dynamique de groupe, supervision.

### PUBLIC CONCERNÉ

Professionnel(le)s en santé mentale : psychologues, psychiatres, infirmier(e)s, médecins, éducateur(trice)s spécialisé(e)s, travailleur(se)s sociaux(ales), etc.

### PRÉREQUIS

Maîtriser les techniques d'entretien individuel.

### DURÉE ET MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée : 4 jours (24h).  
Horaires : 09h30 – 17h00,  
en présentiel ou en distanciel.  
Accessibilité PMR.

### MODALITÉS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance d'apports théoriques, travaux en sous-groupes, mises en situation, jeux de rôle filmés, exposés de bibliographie et intervision. Pratique réflexive et retours collectifs.

### VALIDATION DES ACQUIS

QCM sur les enjeux théoriques abordés pendant la formation.

### INTERVENANTE

**Chloé CHAPERON**,  
Psychologue clinicienne,  
diplômée en TCC, superviseuse,  
certifiée en ICV, formatrice  
à l'Association Française de Thérapie  
Comportementale et Cognitive.

## PSYCHOLOGIE DES MÉDIATIONS ET DES OUTILS THÉRAPEUTIQUES

# Construire un groupe de parole

Un groupe est constitué de personnes qui tendent à s'orienter ensemble vers un objectif commun. En psychothérapie, le recours au groupe permet de sortir de la relation thérapeutique duelle au profit d'une relation thérapeutique groupale. Il convient néanmoins d'être en mesure d'en manier les subtilités pour permettre ce que la relation thérapeutique offre de manière plus réduite, d'entraîner la dimension expérientielle.

Plus concrètement, on peut mettre en lumière les interactions de l'individu au sein d'un groupe social et permettre à celui-ci d'entraîner certaines compétences qu'il pourra ensuite généraliser lors d'autres relations sociales. Pour autant, la gestion de ce dernier demande une rigueur particulière tant sur la construction du cadre que sur l'animation de celui-ci.

De plus, les objectifs peuvent varier (thérapeutique, groupe de pairs...) faisant aussi évoluer les techniques d'animation. Les quatre jours de formation ont pour objectif d'apprendre aux participant(e)s à construire un groupe thérapeutique ou d'analyse de pratique de A à Z.

### OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE PROFESSIONNELS

- Réfléchir et construire le cadre d'un groupe thérapeutique ou d'analyse de pratique.
- Mettre en place et utiliser des techniques d'animation adaptées.
- Comprendre et s'adapter à la dynamique de groupe.
- Gérer les ruptures d'alliance ou les moments de crise dans un groupe.

### CONTENU DE LA FORMATION

Seront abordés les points de vigilance concernant le cadre, les entretiens préalables mais aussi les techniques d'animation. Pour illustrer notre propos, nous utiliserons une bibliographie détaillant différents groupes et leurs modalités. Chaque groupe sera en charge de présenter un texte de la bibliographie et d'émettre une réflexion sur le cadre du groupe.

Par ailleurs, nous privilégierons la mise en pratique. Un lieu d'exercice sera choisi par le groupe et celui-ci réfléchira à l'ensemble des étapes à mettre en place puis jouera la mise en pratique. Cet exercice sera filmé pour permettre au groupe ensuite de revenir sur ses interventions.

Lors du temps de pause entre les deux sessions, il sera préconisé aux participant(e)s de construire un groupe thérapeutique afin que les deux autres jours soient consacrés à l'intervision et à la réflexion des situations qui peuvent poser des difficultés et aux jeux de rôle filmés.

### TARIFS

- Pour les particuliers : 1 400 €.
- Pour les indépendants/libéraux/autoentrepreneurs : 2 100 €.
- Pour les entreprises : 2 800 €.

**L'organisateur se réserve le droit de reporter ou d'annuler cette formation si les circonstances l'y obligent.**

**100 %**  
DE SATISFACTION  
POUR CETTE  
FORMATION



## PROGRAMME DÉTAILLÉ

### JOUR 1

- Présentation des participant(e)s, du cadre et des attentes.
- Historique et définitions des différents types de groupes.
- Avantages et inconvénients du groupe.
- Construction d'un groupe thérapeutique idéal (travail en sous-groupes).
- Préparation du cadre : entretiens préliminaires, contrat, charte, contre-indications.
- Modalités du groupe : ouvert/fermé, thématique, durée, nombre de séances, animateur(trice)s.
- Mise en pratique en binôme : imaginer le cadre d'un groupe adapté à son contexte.

### JOUR 2

- Conseils d'animation pour favoriser l'ambiance et l'engagement.
- Mise en situation : présentation du cadre imaginé et début de séance (filmée).
- Débriefing collectif.
- Particularités de l'alliance thérapeutique en groupe.
- Gestion des ruptures d'alliance (Safran & Muran).
- Exercice pratique sur la gestion des difficultés (personne en colère, sorties de cadre...).
- Jeux de rôle.
- Répartition de la bibliographie.

### JOUR 3

- Débriefing et mise en action sur le terrain.
- Jeux de rôle.
- Exposés des articles de la bibliographie.
- Introduction aux groupes de soignant(e)s en institution.

### JOUR 4

- Mise en place d'un groupe d'analyse de pratique en institution.
- Revue du cadre, des objectifs, de la durée.
- Présentation du groupe à l'équipe.
- Trouver sa place en tant qu'animateur(trice).
- Gestion de moments émotionnellement difficiles.
- Jeux de rôle (filmés) et débriefing.
- Synthèse, bilan et perspectives de mise en action future.

