

MUSICOTHÉRAPIE	15 AU 19 avril 2019
LES ORIENTATIONS	

40 heures

Places limitées

Date limite des inscriptions : 1er mars 2019

TARIF : Institution : 300 €, Individuel : 150 €

***La musique et l'école :**

Le fonctionnement du cerveau : comment aider les parents et les enfants à le comprendre pour gérer au mieux les points forts et les points faibles des enfants.

La musique avant l'acquisition du langage

La musique avant l'acquisition de la lecture

La musique à l'école : les dernières découvertes en neurosciences

L'oreille centre de l'écoute et de l'équilibre.

***Aborder la gestion du stress en entreprise :**

Comprendre les mécanismes du stress :

- définir les situations de stress, - évaluer sa qualité de vie au travail, - comprendre son rapport au stress pour mieux le maîtriser.

Apprendre des techniques de relaxation :

- relaxation physique et mentale, - comprendre la respiration abdominale.

Utilisez sa voix : prise de parole en public :

- utiliser le jeu pour minimiser le stress face à une assemblée, - mesurer l'importance de la respiration lors d'une prise de parole, - permettre une lecture plus fluide et sereine, - travailler sur les différentes composantes de la voix : l'intensité, le timbre, la hauteur, le tempo... - se recentrer sur sa respiration et sa posture pour communiquer dans de bonnes conditions.

Gestion du conflit : l'importance du code dans la communication :

- créer un code de communication commun, - trouver sa place dans le groupe/apprendre à travailler en groupe, - mettre en évidence la différence entre analogique et digitale, - prendre conscience d'une écoute active, - comprendre l'importance de la reformulation dans les relations interprofessionnelles, - être attentif à ce que le non-verbal peut, - envoyer comme message négatif et parasitaire en situation de stress, - apprendre à verbaliser.

***Mise en place d'un atelier de musicothérapie en ehpad :**

La musique peut accompagner le quotidien des personnes isolées de leur milieu habituel de vie. Elle offre dans ce cas un moyen privilégié de dynamisation de l'individu par le ressourcement qu'elle crée. Elle peut donc servir de soutien au personnel d'institution dans son rapport avec les résidents. C'est ici que la musicothérapie va pouvoir s'insérer dans un projet de mieux-être. Elle peut aussi permettre de rechercher une autre approche de la personne dans le soin. Chez la personne âgée, la musicothérapie peut être un apport dans l'aide à vivre, de façon à ce que la proximité relative de la mort ne devienne pas se laisser mourir avec la sensation d'une vie gâchée, qu'on ne sert plus à rien.

L'atelier de musicothérapie propose, de façon ludique, un travail sur l'attention, la mémoire, la possibilité de faire des choix, on notera aussi l'importance de la voix, du jeu vocal et il convient de souligner la sollicitation active, le sujet participe pleinement à cette activité.

***Découverte, initiation aux bols tibétains. Application pratique en musicothérapie :**

- **Musicothérapeute** ? fonction, place dans l'institution.
- **Le domaine émotionnel** : sa fonction, ses interactions avec le physique et le psychique. L'empathie. Survol des autres corps énergétiques. Les centres énergétiques, fonctions et évolutions.
- **Les bols tibétains** : Présentation, mode de fabrication, techniques de jeu (les outils, le positionnement des bols, etc.).
- **Essai d'une méthodologie basique en quatre points** :
 1. Définir l'objectif, 2. Choisir l'outil, 3. Acter, 4. Recevoir la réponse et s'adapter.
- Objectif relaxation – exercices respiration et visualisations, mise en évidence des ressentis.
- Objectif expression – exercices expression libre par le chant sur les bols, harmonisation, l'individu dans le collectif, mise en évidence des ressentis

Bulletin à adresser à : A.M.Bx – 16, rue de Bigeau – 33290 Parempuyre.

NOM

Prénom

Adresse

Désire m'inscrire au stage musicothérapie, les orientations », et joins pour cela un chèque de **75€**, ordre A.M.Bx, le solde sera réglé au moment du stage.

Je suis pris(e) en charge par mon employeur et joins l'attestation de prise en charge.

Date

Signature