Programme de Formation

Détente psychomusicale, massage sonore et musique intuitive

Organisation

Durée : 42 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, médico-social et éducatif

Objectifs pédagogiques

Pouvoir intégrer la détente psychomusicale, les massages sonores et l'utilisation des instruments intuitifs dans sa pratique professionnelle, quel que soit le champ d'application, dans un suivi individuel ou groupal ou du soins ponctuel de bien-être.

Description

Les techniques de détente et de relaxation sont multiples dans les démarches de relation d'aide et de soin. Parmi celles-ci, la relaxation psychomusicale, les massages sonores et la musique intuitive offrent cette particularité d'associer les effets psychocorporels de la musique au contexte de la médiation thérapeutique, amenant progressivement le patient à différents états de bien-être et de détente. La musique est ici au centre de la relation de soin, favorisant un cheminement vers la détente, la communication et un meilleur contrôle tonico-émotionnel, dans un objectif global de mieux-être chez la personne.

Situer l'ensemble des outils abordés dans le champ des différentes techniques

- Le Training Autogène de Schultz, la Relaxation progressive de Jacobson, la sophrologie, la médecine chinoise et Tibétaine, l'hypnose, les approches vibratoires récentes (sonologie, sonothérapie, sons binoral...).

Expérimenter différentes techniques individuellement et en groupe

- Ateliers pratiques et analyse réflexive
- Travail autour de l'écoute et de la production musicale (la musique, ses composantes, l'impact psychoaffectif...).

Comprendre les mécanismes mis en jeu dans les pratiques de soins vibratoires

- Les mécanismes neuro-psychophysiologiques de l'écoute musciale (respiration, priduction hormonale...)
- Les modalités d'action sur le plan psychique (transfert, régression...).
- Les effets psychophysiologiques liés à l'écoute musicale.
- Les spécificités de la médiation musicale.
- Articulation théorique avec la présentation de cas cliniques et présentation des études scientifiques.

S'approprier les techniques de détente et de communication au moyen du son et de la musique

- L'animation des séances (mises en situation illustrant les différentes techniques).
- Utiliser un ensemble d'instruments intuitifs pour communiquer spontanément et se détendre.

- Les protocoles de séances : utilisation de différents protocoles d'inductions verbales pouvant être utilisés dans les séances.
- La technique du montage musical de relaxation en "U" : adaptation à la dynamique de groupe et aux évolutions de la relation de soin.
- Travaux pratiques au moyen des outils informatiques audionumériques et d'internet (en individuel ou petits groupes en présentiel et en intersession).

Réfléchir sur la mise en place du projet individualisé

- La notion de cadre thérapeutique
- La notion de relation d'aide.
- Réfléchir sur les pratiques existantes, la mise en place de nouveaux projets.
- Appréhender les indications et contre-indications : secteurs psychiatrique, socio-éducatif, services de chirurgie, bloc opératoire, réanimation...

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.

Moyens et supports pédagogiques

Des **ateliers pratiques** : les participants expérimentent différents dispositifs à médiation et la dynamique de groupe. Une démarche expérientielle pour acquérir des techniques, développer des compétences relationnelles, ses propres possibilités d'expression et sa créativité, préciser les spécificités de chaque technique à médiation rencontrée (cf. approche pédagogique basée sur le néo-constructivisme).

Chaque atelier pratique est soumis à l'analyse réflexive. Les professionnels font des liens avec leur pratique pour élaborer un projet : chaque participant évoque avec l'intervenant et le groupe des situations concrètes pour argumenter le choix d'une technique à médiation spécifique selon le projet personnalisé ou le projet thérapeutique de la personne, etc.

Les ateliers pratiques font partie intégrante de l'évaluation en continu : par le formateur, par l'auto-évaluation et le feed-back par le groupe.

Nos **supports pédagogiques** reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc.).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel).