

La musicothérapie ?

La musicothérapie est une **pratique de soin, de relation d'aide, d'accompagnement, de soutien ou de rééducation.**

Elle **utilise le son et la musique** comme **moyen d'expression, de communication, de structuration et d'analyse de la relation.**

Elle **s'appuie sur les liens** étroits entre **les éléments constitutifs de la musique, l'histoire du sujet et les interactions entre la/les personne(s) et le musicothérapeute.**



FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
MUSICOTHÉRAPIE

Deux approches possibles :

- la musicothérapie dite « active » qui consiste à proposer différents instruments ou médiateurs sonores. Centrée sur l'expression corporelle, sonore et musicale du sujet en relation avec le musicothérapeute, elle favorise l'émergence de potentialités, la créativité, et particulièrement l'expression de soi.
- la musicothérapie dite « réceptive » qui s'appuie sur l'organisation de différents moments d'écoute musicale selon un protocole défini.

(Source : Fiche métier/ Fédération Française de Musicothérapie)

Exemples d'objectifs thérapeutiques :

Entrer en communication et créer l'alliance thérapeutique

Sécurité intérieure

Accroître la communication expressive, la créativité et sa spontanéité

Favoriser la prise d'initiative, les choix et l'autonomie

Développer l'attention et la concentration

Stimuler les aspects non-verbaux de la communication (regard, toucher, voix)

Utiliser l'imitation dans les deux sens

Conscience de soi, confiance, estime, schéma corporel

Détente et décharge, tonus et énergie, la motricité

Expression des émotions

Plaisir et désir de vie

Lien social, rompre l'isolement

Capacité cognitive, la mémoire, l'imagination

Etc.

(Source : Guide thématique, Société Française de Musicothérapie)