

## LA MUSICOTHÉRAPIE : DÉFINITION

" La musicothérapie est une pratique de soin, d'aide, de soutien ou de rééducation qui consiste à prendre en charge des personnes présentant des difficultés de communication et/ou de relation. Il existe différentes techniques de musicothérapie, adaptées aux populations concernées : troubles psychoaffectifs, difficultés sociales ou comportementales, troubles sensoriels, physiques ou neurologiques.

La musicothérapie s'appuie sur les liens étroits entre les éléments constitutifs de la musique, et l'histoire du sujet.

Elle utilise la médiation sonore et/ou musicale afin d'ouvrir ou restaurer la communication et l'expression au sein de la relation dans le registre verbal et/ou non verbal."

**Cf. fiche métier, inscrit au RNCP.**




*" La musique donne une âme à nos coeurs et des ailes à la pensée."*

**Platon**

*« Vous ne guérez pas de vos maladies, ce sont vos maladies qui vous guériront."*

**Carl Gustav Jung**

 **La musicothérapie n'est pas réservée aux musiciens ou mélomanes, bien au contraire.**

## PRINCIPES DE FONCTIONNEMENT

Nous utilisons ce que nous appelons la **musicothérapie active** (production) et la **musicothérapie réceptive** (écoute). Et d'une manière générale c'est le son que nous utilisons comme support de **médiation musicale**. La musique, les sons, la voix, le rythme, le chant, les matériaux sonores, les instruments,... sont autant de supports de travail.

**La musique est moyen d'expression** de qui nous sommes, de nos émotions, de mise en mouvement, en respiration, en sons, en voix.

La musicothérapie permet l'expression de soi.

La musique entre en résonance avec vous et votre corps, et le travail se déroule pour vous guider vers une mise en sens, un ré-accordage, une harmonisation délicate.

**D'un point de vue physiologique**, une séance de musicothérapie déclenche une production de différentes hormones : endorphine, sérotonine et dopamine, apportant conjointement plaisir, détente, relaxation, apaisement, bien-être, développement de la confiance, renforcement de l'estime de soi.

**D'un point de vue neurologique**, la musique développe la plasticité cérébrale en augmentant le nombre de connexions synaptiques entre les neurones.



**Céline Crézé**

Musicothérapeute  
Arts visuels et plastiques  
Thérapeute psycho-corporel  
Accompagnatrice de vie

Tél : 06 76 82 64 47 (sms)  
Mail : [contact@celine-creze.fr](mailto:contact@celine-creze.fr)

# MUSICOTHÉRAPIE

## MUSIQUE & SOINS & BIEN-ÊTRE



Écoute  
Confiance  
Partage  
Rencontre  
Respect



**Un accompagnement  
thérapeutique différent.**



# UN ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTIQUE ET ÉDUCATIF



## QUI SUIS-JE ?

Je m'appelle Céline Crézé.

Je viens des secteurs de l'insertion sociale et professionnelle et de l'ingénierie de la formation.

Je suis devenue par la suite intervenante en arts visuels, plastiques et sonores.

La musicothérapie s'est imposée ensuite comme une évidence réunifiant la croisée de mes différents chemins professionnels.

Mes compétences complémentaires dans le domaine des arts visuels et plastiques me permettent de croiser les pratiques selon les besoins.



## LES EFFETS DE LA MUSICOTHÉRAPIE

Accroître le **bien-être physique et psychologique**

Encourager les **habilités sociales**

**Favoriser l'expression des émotions et la communication**

Soutenir les **facultés intellectuelles et cognitives** : **mémoire, concentration, langage, actions motrices**

**Stimulation des fonctions cognitives**

Développer ou maintenir la **coordination psychomotrice**

Limiter les troubles du **comportement**

Diminuer les effets des **pathologies DYS**

Diminuer la perception de la **douleur**

Réduire le **stress et l'anxiété**

Favoriser la **détente**

Éveiller ses potentialités créatives

Développer la **créativité**

Renforcer l'**estime de soi et la confiance**



## LES PUBLICS

**La musicothérapie s'adresse à tous les publics.**

De l'état foetal, aux enfants et adultes, avec ou sans troubles cognitifs et/ou psychologiques, aux personnes âgées, aux personnes en fin de vie.

La musicothérapie vous accompagne tout au long de votre vie. Elle peut vous apporter bien-être et réponses, et peut éclairer vos chemins dans des moments de questionnements, de prise de décision.



## LES CHAMPS D'APPLICATION

**Soutien psychologique**  
**Relaxation psychomusicale**  
**Développement personnel**  
Accompagnent au changement  
Difficultés d'**apprentissage**  
Développer, maintenir le **langage**  
Pathologies **DYS**  
**Médiation parentale**  
Accompagnement **grossesse, périnatalité, enfants prématurés**  
**Éveil sonore et musical**  
**Rééducation post-AVC**  
**Aphasie, dysplasie**  
**Pneumologie**  
**Dépression**  
**Vieillesse, Alzheimer, démence, Parkinson**  
**Soins palliatifs**  
Enfants à **haut potentiel**  
**Troubles identitaires**  
**Troubles-de la personnalité**  
**Autisme : TSA/TDAH**  
**Handicap moteur**  
**Bilans psychomusicaux**



## DÉROULEMENT DE SÉANCES

Il est difficile de définir à l'avance la teneur des séances tant elles sont réalisées à partir des besoins exprimés, de qui vous êtes et des productions réalisées.

D'une manière générale, on peut dire qu'il y a un temps de **définition des besoins** qui permettront de se mettre d'accord sur les objectifs visés et le nombre de séances à réaliser. Ce temps me permet ensuite de **concevoir mes propositions de travail**.

Les séances alternent alors différentes médiations musicales, accueillent les ressentis, les expressions, et par les interactions, questionnements, sollicitations créés, elles mettent en chemin vers le bien-être physique et psychologique.

Mes séances se déroulent dans le **respect du code déontologique** de notre profession et dans la garantie du **secret professionnel**.



## TARIFS

Les séances peuvent se dérouler en **individuel** ou en **groupe**, en **institution**, à **domicile** ou en **cabinet**.

- Séance individuelle : 48€/heure

- Forfait pour 10 séances : 42€/séance

- Atelier en groupe : ~~80€~~/heure

- Forfait pour 10 ateliers : 70€/heure

- Séance enfant/adolescent : 30€/45min

**Durée** moyenne : 1h

**Déplacements** en sus au-delà de 20km