

## Initiation à la musicothérapie intégrative



28 h



475,00 €

### Public

Cette formation concerne les personnes qui sont dans la relation d'aide aux autres par leur pratique professionnelle ou de bénévolat.

Coach, conseiller, animateur, éducateur, etc.

Il n'est pas nécessaire d'être musicien.

### Objectifs

Dans un contexte marqué par une augmentation du stress et un besoin renforcé de cohésion et de communication, la musicothérapie intégrative se présente comme un outil transversal, sécurisant et accessible.

Cette formation propose l'acquisition d'outils concrets transférables dans la vie professionnelle.

L'atelier permet de développer :

- la régulation émotionnelle (stress, anxiété, tensions)
- la régulation corporelle (respiration, relaxation, ancrage)
- l'expression émotionnelle à travers le son, le rythme et la voix
- la communication et la cohésion de groupe
- la créativité individuelle et collective

Approche globale, la musicothérapie intégrative considère la personne dans toutes ses dimensions : corps, émotions, cognition et relations.

Elle associe :

- des pratiques actives (improvisation, création, voix)
- des temps d'écoute guidée
- des apports neuroscientifiques et psycho-corporels
- une approche humaniste et la pleine conscience sonore.

**MODULE 1 – Rythme et Régulation** Le corps comme ancrage : compréhension du rythme et de son impact sur le système nerveux. Expérimentation de percussions corporelles et d'outils simples de gestion du stress.

**MODULE 2 – Expression et Improvisation** La musique comme langage émotionnel : expression des émotions et écoute active. Pratique de l'improvisation et structuration d'activités musicales sécurisées.

**MODULE 3 – Voix, Relation et Cohésion** Renforcement de la présence et de la confiance. Utilisation de la voix, du rythme et du collectif pour développer la cohésion.

**MODULE 4 – Intégration et Création Collective** Synthèse des apprentissages et création d'une activité musicale complète. Adaptation des outils à son contexte personnel ou professionnel.

### Informations pratiques

> **Droit d'inscription**  
475,00 €

> **Horaires**

📍 Liège

> Du 3 octobre 2026 au 21 novembre 2026  
De 9h à 16h30

> **Certificat - Attestation**

Attestation de participation

> **Aides sectorielles à la formation**

Pouvez-vous bénéficier d'une aide sectorielle? Pour en savoir plus, consultez l'onglet **Fonds sectoriels de formation** (<http://www.formation-continue.be/vpage-1195-2-Fonds-sectoriels-de-formation>)

# Initiation à la musicothérapie intégrative - Les samedis 3, 17 octobre, 7 et 21 novembre 2026, Liège

## Organisation

### Matériel à apporter :

Des petits instruments de musique si vous en avez.

### Renseignements

04/229.84.60

€ 475,00 €



#### Dates de formation

Les samedis 3, 17 octobre, 7 et 21 novembre 2026

#### Horaire

De 9h à 16h30



#### Site de Liège Château Massart

Rue du Château Massart, 70  
4000 Liège  
Belgique

[inscription-chateau-massart@centreifapme.be](mailto:inscription-chateau-massart@centreifapme.be)

[04/229.84.60](tel:042298460)

#### Formateur

Mouna Issaoui, docteure en musique et musicologie - Musicothérapeute certifiée A.M.Bx/CFLS.