



Bio express:

Patrick Troubadour,

Musicothérapeute, formateur, musicien et pratiquant d'Aïkido (art martial Japonais), a longuement exercé en tant qu'infirmier spécialisé en Santé Mentale. Une solide expérience de la relation d'aide, des entretiens à visée thérapeutique et de la gestion de groupe lui permet d'encadrer divers ateliers : animation et thérapie, ateliers corporels, travaillant notamment sur les notions de communication, de créativité, de posture, d'attitude, de motricité, de concentration, de vigilance, d'expression etc. Il intervient régulièrement au sein du réseau de soin sénonais (Samsah, Cattp, Maisons de retraites et cabinet privé).

Entretiens & Ateliers, Stages, Consultations.

Formation :

Université Paris V.
AMB Atelier de Musicothérapie Bourgogne.
Membre affilié à la Fédération Française de Musicothérapie (FFM) et à l'European Music Therapy Confederation (EMTC).
D.E infirmier spécialisé en santé mentale.

Travail en réseau
Equipes pluridisciplinaires

Qu'est-ce qu'un Musicothérapeute qualifié:

C'est d'abord un professionnel de la relation, aguerri aux diverses situations de détresse et de difficulté que l'on peut rencontrer auprès des populations de tous âges.

C'est un professionnel formé, expérimenté, sachant s'adapter aux prescriptions médicales, sachant s'adapter à ses patients, sachant établir des protocoles de soin et nouer contact avec les autres acteurs des réseaux de soin : Médecins, psychologues, acteurs sociaux, etc..

C'est un professionnel soucieux du respect du patient : respect du code de déontologie professionnelle de la Fédération Française de Musicothérapie.

C'est un professionnel qui s'inscrit dans une démarche de formation continue, de supervision et d'encadrement de stagiaires, s'inscrivant ainsi dans les critères de bonne pratique de la Fédération Française de Musicothérapie.

C'est un professionnel tenu au secret médical et à la discrétion, sans laquelle aucune relation de confiance ne peut s'établir.

Et enfin, c'est un professionnel qui utilise les outils de soin modernes (Comptes rendus, dossiers médicaux), sait évaluer et restituer à qui de droit ses prises en charges.

Le rétablissement, l'amélioration, le maintien de la santé, tant au plan physique, mental, affectif, cognitif et social, sont ses buts !

(Parcours individualisé en fonction des objectifs thérapeutiques)

Patrick TROUBADOUR

☎ 03 86 88 80 09 / 06 82 18 65 90

Musicothérapie

Relation d'aide

Développement personnel



L'Enfant
L'Adolescent
L'Adulte

Cabinet de consultation :

A 10 min. de Sens,
direction Nemours.

Patrick TROUBADOUR

☎ 03 86 88 80 09 / 06 82 18 65 90

Musicothérapeute

N° Siret : 535 131 387 00016

N°4 Lieu Dit Le Chaubourg
89150 FOUCHERES

Lieux associatifs, Maisons de retraite, Ecoles
Centres de loisirs, Collectivités, Crèches,
Centres de réadaptation, Centres de cure,
Hôpitaux, Entreprises...

<http://relation-aide.jimdo.com>

Qu'elles sont les indications de la Musicothérapie ?

Soulager les symptômes, réduire le stress, améliorer les performances. La Musicothérapie apporte un soutien efficace et participe à la restauration d'un bon équilibre.

Troubles anxio-dépressifs, timidité, émotivité
Phobies, dépression, Panique
Confiance et estime de soi dégradé
Maladies psychosomatiques
Troubles de la communication, de l'apprentissage
Troubles de l'expression
Troubles du développement psychoaffectif
Risques psychosociaux (En entreprise)
Harcèlement professionnel
Troubles attentionnels
Troubles liés au vieillissement
Troubles mnésiques (mémoire)
Conflits, Irascibilité, nervosité
Problèmes de couple
Liste non exhaustive...



Important :

La Musicothérapie ne remplace pas une consultation médicale si besoin est ! Elle peut constituer une prise en charge complémentaire !

En institution: Des animations

Foyers handicapés
Accueil médicalisé
Maisons de retraites
Centres de loisirs
Post cures...

Interventions de 1h30 (Tarif sur demande), avec :

- Matériel : Sono, guitare, jembé
- Une mallette de petits instruments adaptés
- Dimension ludique, découverte, jeux
- Un répertoire de chansons
- Une discographie appropriée

Contact : patrick.troubadour@wanadoo.fr

Des séances de Musicothérapie

« La musicothérapie est une forme de psychothérapie ou de rééducation, d'aide psychomusicale, selon les cadres considérés, qui utilise le son et la musique sous toutes leurs formes – comme moyen d'expression, de communication, de structuration et d'analyse de la relation. Elle est pratiquée en groupe comme individuellement, avec des enfants comme avec des adultes, » Prof. Edith Lecourt-Univ. Paris V

Comment se passe une séance? A la suite d'un bilan initial, un projet personnalisé vous est proposé. En fonction de votre profil, les éléments suivants sont abordés :

- ✓ Bilan psychomusical : Réceptivité, sensibilité à la musique. Perception auditive.
- ✓ Communication : Echanges, adaptation, stimulation, perception, interactions.
- ✓ Des entretiens individuels : Vécu, ressenti, souvenirs, verbalisation, histoire de vie.
- ✓ Détente psychomusicale : Approche psycho corporelle, relaxation, lâcher prise.
- ✓ Bilan tonico- postural : Equilibre, tonus, perceptions, latéralité, coordination.
- ✓ Estime et confiance en soi : Le plaisir d'être !
- ✓ Sollicitation cognitives : Mémoire, concentration, attention, vigilance.
- ✓ Socialisation : Participer et être acteur de sa vie.

Questions fréquentes !

Est-ce que je dois m'y connaître en musique ?

Réponse : Absolument pas ! Car ce qui compte ici, c'est le rapport émotionnel et affectif, que vous entretenez avec la musique et le sonore. Donc, nul besoin de « s'y connaître » !

Combien de séances sont nécessaires ?

Réponse : C'est très variable ! Certaines personnes trouvent un apaisement dès les premières séances et d'autres n'en tirent bénéfice que plus tardivement.

Combien coûtent ces séances et combien de temps cela dure-t-il ?

Réponse : Pour une durée d'environ 1 heure, le coût est de 50 €. Une séance par semaine est suffisante. Cette fréquence peut être ajustée. Ce coût est calculé en tenant compte de l'investissement initial, du temps passé et des charges sociales. Certaines mutuelles commencent à prendre en charge partiellement ce type de prise en charge. N'hésitez pas à vous renseigner auprès d'elles.

Quelles méthodes utilisez-vous ?

Réponse : L'écoute réceptive (extraits de musique sélectionnés) est utilisée afin faciliter les verbalisations. Un ensemble d'instruments est également utilisé pour son intérêt sonore ou en ce qu'il permet par son usage, un « jeu relationnel » (Musicothérapie dite active). Le corps (percussions corporelles, voix) est sollicité. Le conte, le mime, l'improvisation, les chansons, font partie, des outils de la Musicothérapie. L'approche globale est ludique et créative, surtout pour les enfants !

Les séances sont-elles individuelles ou en groupe ?

Réponse : Les deux situations existent. Si vous consultez pour vous-même, vous serez seul(e). Les séances de groupe étant plutôt réservées pour les institutions.

Développement Personnel

Ateliers et stages (Adultes, Enfants).
Calendrier : Informations sur le site

<http://relation-aide.jimdo.com>



Orientation: Integrative Body-Mind Training (IBMT)
Méditation et mouvements corporels à visée thérapeutique