

PROGRAMME DE FORMATION

La musique de l'instinct

Module 2 / Explorer ses couleurs

Formateurs :

- Anthony Doux / musicien, compositeur, thérapeute et créateur de la psychorésonance
- Othello Ravez / musicien, éducateur musicothérapeute.

Durée : 4 jours consécutifs en présentiel

Nombre d'heures : 33h45 (+ 5h facultatives)

Public visé : Particuliers, collectivités et entreprises

Intervenants, salariés, entrepreneurs, musiciens, non musiciens, animateurs, moniteurs, éducateurs spécialisés, accompagnants, thérapeutes...

Toutes personnes motivées et désireuses de développer leurs connaissances, leur expression et leur sensibilité à travers la musique.

Secteurs socio-culturel, artistique, éducatif, bien-être et santé...

Pré-requis: Formation Musique de l'Instinct - Module 1

(Sauf pour les musiciens professionnels, même si nous conseillons le module 1 en premier)

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les apprenants seront capables d'improviser de façon spontanée, de construire et d'élaborer un espace sonore improvisé, harmonieux et captivant.

ENJEUX DE LA FORMATION

- Permettre à chaque participant de :
- « Jouer » sa musique, être « dans » la musique.
- Élaborer des créations sonores avec aisance, confiance et plaisir.
- Chanter, jouer et utiliser des instruments zen et intuitifs, et des instruments plus élaborés (classiques et électroniques) pour une expression musicale plus libre, sans apprentissage au préalable du solfège.
- Approfondir le lien musical à soi même, aux autres et à la Nature.
- Élargir sa disponibilité à la créativité de l'instant.
- Enrichir ses clés d'improvisation
- Nourrir ses sensations, son intuition et son discours intérieur
- Improviser musicalement et vocalement librement
- Oser, improviser, donner de la voix, prendre sa place dans l'improvisation collective
- Tenir son rôle dans la création instantanée de l'œuvre musicale
- Pour les formateurs, enseignants et aidants : savoir utiliser cette médiation musicale pratique et agréable pour enrichir les axes pédagogiques et relationnels

OBJECTIFS PRINCIPAUX

- Se livrer pleinement par la musique et le chant, sans partition et avec plaisir
- Être libre d'improviser avec sa voix et avec un instrument
- Approfondir sa posture de pleine présence au service de la musique
- Savoir se relier au vivant pour nourrir son expression instinctive
- Augmenter ses clefs de créativité, par le souffle, le lâcher prise, les perceptions sensorielles, la musique hypnotique, les archétypes et les limites ressources.
- Être capable de revitaliser le quotidien par la joie, la musique et le chant spontané
- Élargir son savoir musical et perfectionner sa technique
- Expérimenter de nouveaux supports d'expression et de co-création collectives.

PROCESSUS PÉDAGOGIQUE

- Présentation des instruments (plus de 150 instruments à découvrir)
- Jeux d'écoutes et d'expressions musicales et vocales
- Conscientisation de la boucle audio vocale
- Exercice de chants et de souffles : chant spontané, jeux vocaux, chant harmonique
- Mise en situation de pleine présence par la reliance au souffle, à la Nature, à l'écoute et à l'expression instantanée
- Pratiques d'orchestrations rythmiques et chantées
- Exploration de la relation modes de vie et modes musicaux
- Expérimentation du lien musique/silence/geste/son
- Elaboration collective de musiques archétypales
- Création individuelle d'une composition ressource
- Parcours de dépassement de soi soutenu par la musique
- Expérience de la musique dans les activités du quotidien

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Formation en présentiel
- Explorations individuelles, en petits groupes et collectives
- Cours théoriques et pratiques
- Mise en situation d'improvisation et de représentation
- Etude de cas

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Instrumentarium de plus de 150 instruments comprenant claviers, kora, gonis, gonilele, ukulélé, guitares, accordéons, bandonéon, carillons, flûtes, didgeridoos, tsingha, bols chantant, bols de cristal, pyramide en cristal, shruti-box, gong, sanza, sanzula, kalimba, océan drum, bâtons de pluie, arbre de pluie, graines, lyre, rêverie harpe, cithare, balalaika, monocorde, anantar, rave drum, balafon, tubalophone, happo, diapasons, percussions sur cadre, tambours, djembé, shaker, tongue drum en bois, tongue drum métallique, kigonki, guimbarde, cloches et clochettes, songpod, tubes plastiques, wawa, mélodicas, harpe, instruments pour enfants, bol taoïste, chant... et instruments des stagiaires selon leur désir. (liste non exhaustive)
- Livret papier de la formation "La Musique de l'Instinct - Module 2"
- Enregistrement sonore et support vidéo

INFORMATION SUR L'ACCESSIBILITE ET ACCES HANDICAP

- Etablissement accessible pour les personnes en situation de handicap