

OBERON BRUNO

Stagiaire Musicothérapeute

Atelier de Musicothérapie de Bourgogne

COMPTE RENDU DE STAGE DE PROFESSIONNALISATION

« MUS'E »

MUSICOTHERAPIE EXPRESSION 45

Du 3 avril au 20 avril 2018

C'est dans une ambiance printanière, musicale et sonore que j'ai effectué un stage aux côtés de Mme Isabelle MARIE-BAILLY. Ce stage de professionnalisation s'inscrit dans mon parcours de formation au sein de l'Atelier de Musicothérapie de Bourgogne et m'a permis de participer à divers ateliers de musicothérapie avec l'association MUS'E ainsi qu'à des consultations en phoniatry au Centre Hospitalier Régional d'Orléans.

Dans cette synthèse, je vous décrirai mon expérience dans l'univers de l'association MUS'E, où la médiation sonore, les nombreuses rencontres musicales collectives ou duelles, en situations thérapeutiques ou en ateliers vocaux, m'ont conduit sur les chemins de la relation humaine, dans un esprit de partage, de bienveillance et de créativité.

Je remercie chaleureusement Isabelle MARIE-BAILLY avec qui j'ai partagé le quotidien durant trois semaines, en situation thérapeutique ou lors d'ateliers vocaux. Nos nombreux échanges bienveillants et sans jugement, les synthèses et les analyses cliniques m'ont beaucoup apporté et m'ont permis de définir des objectifs thérapeutiques précis en fonction des personnes que nous avons rencontré et des situations que nous vivons. Notre collaboration et nos compétences mutuelles ont favorisé la communication verbale et non verbale, dans un cadre sécurisant et propice à la relation et l'expression de soi. La confiance et l'écoute qu'elle m'a accordée m'ont soutenu dans ma démarche de musicien-thérapeute et facilité mon implication dans les séances de musicothérapie, dans les ateliers « voix et corps » ou dans les entretiens en consultations de phoniatry.

Je remercie également toutes les personnes que j'ai rencontré, les membres de MUS'E, les intervenants, les patients de l'hôpital, avec qui j'ai vécu des moments d'accueil, de partage et à qui je souhaite le Meilleur pour demain...

Isabelle MARIE-BAILLY est médecin phoniatre au CHR d'Orléans dans le service O.R.L. Musicothérapeute et formatrice de prévention santé auprès d'enseignants. Musicienne et chanteuse, elle a créé en 1991 l'association **MUS'E** (Musicothérapie Expression 45) dans le but de favoriser les échanges et mutualiser les compétences entre professionnels de la santé, des secteurs socio-éducatifs, des entreprises ou du monde artistique.

En créant un espace de communication où la musique et la voix sont des médiateurs, en collaboration avec divers intervenants : des musicothérapeutes (Olivier Anselme et Phillipe Cognard), un pédagogue en art martial sensoriel (Sylvain Guipaud), une chanteuse en formation de musicothérapie (Fatimata Démé) ainsi qu'une chanteuse et danseuse traditionnelle (Christine King), MUS'E propose des ateliers ou des stages à un large public de tous âges, de toutes cultures, en institution, en relation duelle : un espace créatif et intermédiaire au service de la relation permettant à chacun de pouvoir s'exprimer, imaginer, s'imaginer, créer du lien, se connecter à soi et aux autres...

Consultations en phoniatry : une thérapie sonore et manuelle

Du fait de la place importante de la communication lors de ces consultations aux vertus psychothérapeutiques, cette expérience en milieu hospitalier m'a sensibilisé davantage aux techniques d'entretien basées sur l'écoute et l'empathie.

Isabelle reçoit des personnes atteintes de troubles de la communication, de la voix ou de l'audition :

Durant environ une heure et demi, l'entretien permet aux patients de décrire leurs symptômes (dysphonie, acouphènes, hyperacousie, perte d'audition, ...), d'exprimer leurs difficultés du quotidien tant sur le plan familial, professionnel ou social, et de trouver la voie de la guérison.

Dans une approche psycho-corporelle, en pianotant sur un clavier, en chantant, Isabelle les invite, par un travail d'échoïsation, à expérimenter leurs potentiels vocaux et affectifs de manière ludique : en visualisant leurs vocalises sur un spectrogramme. Les patients jouent sur l'intensité, le timbre, les harmoniques, la prosodie et apprennent ainsi à mieux se connaître physiologiquement.

Tous ces exercices, en voix parlée ou chantée, suscitent la détente, le lâcher-prise, la gestion des émotions. Le miroir sonore et les jeux vocaux favorisent l'écoute de soi, renforcent ses capacités de résilience : « passer du cercle vicieux au cercle vertueux ».

Isabelle pratique également la thérapie manuelle (ostéovox) afin d'aider les personnes à se connecter à leurs corps, à s'écouter, en position allongée, avec un travail respiratoire et vibratoire, mobilisant ainsi le diaphragme, la détente des cervicales pour diminuer les troubles somato-sensoriels, une hypertonie maxillaire...

A la manière d'une partition musicale ou d'un croquis représentant le visage, le larynx, le diaphragme ; l'ordonnance que délivre Isabelle se décline avec un code de couleur : le rouge décrit les tensions, le vert symbolise une attitude de lâcher prise, de bienveillance. Ceci dans le but de changer les rapports aux symptômes et sensibiliser les personnes à prendre soin d'eux en jouant, en vibrant...

MU'SE ou « Prendre soin de la relation » :

Dans ce contexte pluridisciplinaire et intergénérationnel, j'ai participé à de nombreuses activités musico-thérapeutiques axées sur la médiation sonore, le développement personnel, la libre expression.

De percussions corporelles en gestes vocaux, de moments d'écoute musicale en improvisations instrumentales, nos journées se rythmaient au fil des rencontres et me sensibilisaient davantage sur ma posture et mes capacités d'entrer en communication et en relation avec autrui :

-En institutions, auprès de personnes âgées Alzheimer à l'E.H.P.A.D. Baron et près de jeunes adultes autistes au Foyer d'Accueil Médicalisé de Saran.

-Dans un centre d'animation sociale avec des personnes handicapées visuelles, moteurs et présentant des troubles psychiques.

-A la Maison MUS'E, dans le cadre de séances individuelles de musicothérapie active ou réceptive.

-Dans un Groupe d'Entraide Mutuelle (association Nouvelle chance) où les adhérents font face à des difficultés d'ordre psychique.

-Dans une école de musique ou à la Maison de la Voix, avec un public hétérogène en recherche de ses potentialités personnelles, relationnelles et artistiques.

Cette immersion au cœur de MUS'E m'a donné la possibilité de créer du lien et de me reconnaître dans sa démarche d'accompagnement et de prise en soin de personnes afin de les aider à développer ou stimuler leur potentiel sensoriel, cognitif, moteur, expressif, relationnel et affectif.

J'ai pu développer ma créativité et mobilisé toute mon attention sur le potentiel communicatif de chaque personne, m'adapter aux situations diverses et variées avec l'intention de créer un cadre sécurisant où nous cultivions le plaisir d'être ensemble tout en partageant une parcelle de notre intimité...

Lors de ma deuxième rencontre avec le groupe GEM Chanter qui se réunit tous les lundis après-midi avec Isabelle, j'ai déposé une composition musicale à la guitare alors que les participants dessinent ou écrivent ce qu'ils ressentent. Les couleurs et les mots se déclinent sur les feuilles blanches pendant que je joue une histoire sans paroles qui raconte la naissance d'un enfant puis l'instant du « peau à peau » avec sa maman. Le plus étonnant, c'est que sans connaître le thème que j'exprimais sur mes accords de guitare, les participants ont évoqué le voyage, la découverte, la Vie...L'improvisation vocale qui suivit ce temps de verbalisation mobilisa l'ensemble du groupe qui se reconnaissait dans cette histoire dont « on ne se souvient pas » mais que l'on a tous vécu...

Dans ces espaces créatifs où la partition de nos émotions se jouait entre sons et silences, rythmée par nos sourires et nos regards complices, avec légèreté et bienveillance, nous nous accordions un temps relationnel, un temps d'écoute de soi, des autres...La musicalité de nos voix, la prosodie de nos prénoms accueillaient ces moments et donnaient lieu à un espace de communication où chacun, chacune pouvait s'y installer à sa manière, à son rythme...

