

Téléstaff du vendredi 27 juin 2023



Musicothérapie et Gériatrie

Prenons soin par le son...

Dr Isabelle MARIÉ-BAILLY : médecin phoniatre, musicothérapeute, directrice de formation MUS'E

Héloïse VARQUET : psychogérontologue, musicothérapeute, ancienne infirmière





muse45.org



Introduction

Association Française de Musicothérapie (2017) :

*“La musicothérapie est l'utilisation du **son** et de la **musique** - sous toutes leurs formes - comme moyens d'**expression**, de **communication**, de structuration de la **personnalité**, et d'**analyse de la relation**”*

→ Accompagnement par les **médiations sonores**

Dispositifs Actifs
et Réceptifs

Individuel / Collectif

Thérapeute

MUSICOTHÉRAPIE

Universalité

≠ Animation

Démarche clinique, psychosociale et
environnementale



Environnement sonore et audition



muse45.org



Organogénèse :

- Dès **6 mois**: réponses aux fréquences **graves intenses**
- Imprégnation des sonorités musicales de la **voix maternelle**
- **Continuum rythmique** des **battements du cœur**

Naissance :

- Réactivité innée plus grande aux **aigus**
- **Auto-émissions** abondantes à la naissance par la contraction des cellules ciliées externes de la cochlée
- **Avoir l'ouïe fine = avoir l'oreille musclée**

Enfance et plasticité cérébrale:

- Aptitude à reproduire les sons par **mimétisme**
- **Audition et élocution immature** : **liberté individuelle**





Environnement sonore et audition



muse45.org



Écoute consciente
et inconsciente

Oreille directrice



- **CERVEAU RATIONNEL**

Intellectuel

Langage

- **CERVEAU
INTERMÉDIAIRE**

Émotions

Système limbique

- **CERVEAU PRIMAIRE**

Instinct

Agression

Cerveau intermédiaire: palléopallium
Système limbique / émotions

Cerveau rationnel, néocortex
Tâches intellectuelles



Cerveau primitif: archéopallium
Instinct / agression



Environnement sonore et audition



- Apprentissage personnel et construction sociale de l'écoute
- Sensibilité à l'écoute et la réception sonore variable

CORPS
ÉMOTIONS

« Nous n'avons pas de paupière d'oreille »

Facteurs environnementaux

- Voix maternelle et de la tribu familiale
- Voix éducatives
- Silence, bruits familiaux, cris, pleurs
- Ambiance sonore subie
- Traumatismes sonores
- Cultures musicales...

Facteurs psychologiques

Écoute intérieure, émotionnelle
Histoire de vie, traumatismes vécus
Contrôle, mésestime de soi

Facteurs somato-sensoriels

Écoute proprioceptive et vibratoire
Hypertonie temporo-mandibulaire
Douleurs chroniques
Presbycousie Hyperacousie
Acouphènes

AUTORITÉ
MORT





Oùir et se dire

La boucle audiophonatoire



→ Toute perturbation auditive joue sur la communication

« Nous parlons et chantons avec nos oreilles »



La presbycousie est source d'isolement

→ Même si elle entend moins bien, la personne âgée peut profiter des bénéfices des médiations sonore

Une personne sourde parle plus fort

→ Nécessité pour l'entourage familial et professionnel d'apprendre à communiquer de manière adaptée.

Selon son intensité et son intonation, notre voix est perçu comme **agressive**, **soignante** .

→ **Attention!** Environnement hospitalier



muse45.org



Du son dans les soins

Effets physiques et psychologiques du bain sonore

→ La **voix et la musique** peuvent devenir **aidantes** dans la réalisation et le vécu des **soins** (*nursing, pansement, douleur, SP*)

Homéostasie corps/psyché
par le médium sonore

Relaxation psycho-musicale par immersion sonore

Montage sonore en U (cohérence cardiaque), Chant/dialogue vocal

- Enveloppement (Sentiment de sécurité et d'apaisement)
- Développement de l'écoute
- Relâchement corporel et Lâcher prise
- Diminution du stress et de l'anxiété

→ Travail en **interdisciplinarité** possible
→ **Accompagnement individualisé**
→ **Musique = Support de la relation humaine**





À domicile et à l'EHPAD

De l'individuel au collectif



- **Réponse à la demande d'un proche, d'une institution :**
 - Recueil des **besoins**, des **goûts** et **demandes** des personnes
 - Création de **fiches "Musique" individuelles**, à annexer au dossier de soin
- **Intérêt des groupes restreints et diversifiés**
- **La musique dans les espaces communs :**
 - **Concevoir et mettre en oeuvre un climat sonore favorisant** le bien-être des résidents et l'insérer au **projet d'accompagnement personnalisé**
 - **Alterner la musique** avec des plages de **silence** (Attention à la sur-stimulation)



Environnement bruyant délétère : télévision, radio, alarme, bruits de couloirs , etc



Mémoire et Musique ...



Stimulation cognitive et sensorielle :

- Travail sur le processus de **mémorisation** : jeu rythmique, chant répétitifs
- **Orientation** temporelle et spatiale : Rituels, Compositions thematisées
- Appel des **sens** : audition, toucher, vue
- Travail du **langage et de l'expression**
- Travail de la **praxie et la motricité fine** : mise en mouvement
- **Lutte contre l'apathie** et valorisation de **l'estime de soi**
- Plasticité cérébrale et **stratégie de coping** par le médium sonore



Mémoire et Musique ...



muse45.org



Réminiscences

- Développement de l'**écoute**
- Echo à l'**histoire de vie**
- Favorise l'**expression**
- Accueil des **émotions** : auto-apprentissage
- Sentiment d'**appartenance** à un groupe, une génération
- **Réorientation** temporo-spatiale



Mémoire et Musique ...



muse45.org

Impact d'un atelier chant sur le comportement

- Activation de la mémoire émotionnelle
- Jeux des assonances, rimes et rythmes
- Mise en place de feed-back auditif et visuel par le spectrogramme





Musicothérapie en PASA



muse45.org



Motricité et Musique ...



muse45.org

Respiration

Motricité globale

Motricité fine



<https://muse45.org/accompagnement-en-musicotherapie-des-personnes-confrontees-aux-troubles-de-desorientation-senile/>



muse45.org

Effets chez les patients atteints de maladies neuro-évolutives

Pour résumer :

- **Ouverture** corporelle et psychique
- **Diminution** de l'**anxiété** et de l'**agitation** motrice
- **Activation et stimulation** des **fonctions cognitives et motrices**
- Participation à la **régulation** du **rythme de vie** veille/sommeil
- Améliore la **coopération** dans les soins





Effets sur l'institution : Art de l'écoute...

VOIX, ECOUTE

L'art de l'accordage relationnel...

Écoute de soi (émotionnelle)

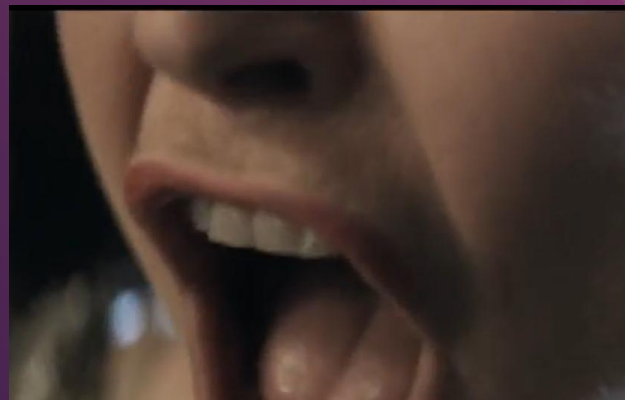
Écoute de l'autre

Communication bienveillante

Cohésion d'équipe



muse45.org





Du sens au sens...



muse45.org



- **Evaluations** possibles et pertinentes en fonction des contextes
- Nécessité d'une **co-animation** en institution : ouverture du regard, objectivité,
- Un thérapeute qui agit seul n'a pas de sens : Nécessité d'un **travail interdisciplinaire**
- **Sans thérapeute , il ne peut pas y avoir de musicothérapie**
- **Ecouter** les besoins de chacun et mettre en sens :
objectifs adaptés et individualisés.





A distance et à l'extérieur...

Atelier collectif de Musicothérapie



- **PUBLIC**

- Personne de **tous âges et toutes cultures**
- Toute personne ayant **besoin d'être écoutée**
- Toutes les **oreilles bienveillantes**

**A distance en visio-conférence
ou par téléphone**

- **OBJECTIFS**

- **Ouvrir l'écoute** émotionnelle et corporelle
- Bien **"s'entendre"** avec soi et les autres
- **Ajuster la relation** à son environnement
- **Favoriser l'expressivité et la création artistique**

Exemple de Mauricette :

*Perte d'autonomie,
Perte de la mémoire immédiate,
isolement social*

- **MOYENS**

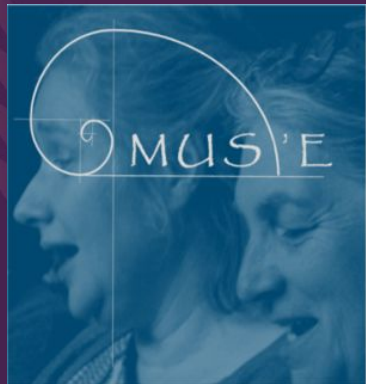
- **Temps d'expression et de partage**
- **Ecoutes** musicales, échange des ressentis
- **Lecture** de texte apportés par les participants
- **Jeux vocaux** d'intonation, **chant**, improvisations vocales
- 6 sons du Qi Gong associant **mouvements et sonorisations simples**

**OUVERTURE ET PARTAGES
INTERGÉNÉ-RELATIONNELS**

Création d'une chanson - karaoké avant et pendant le confinement



muse45.org



Merci pour votre attention

<https://muse45.org/activites/mediation-musicale-musicotherapie/ateliers-en-institution/>

<https://muse45.org/accompagnement-en-musicotherapie-des-personnes-confrontees-aux-troubles-de-desorientation-senile/>