



# Expression vocale et musicothérapie au CRCM Mixte de Roscoff

Présenté par le Dr Anne Dirou, responsable du groupe  
« expression vocale » CRCM Roscoff

Musicothérapeute : Emmanuelle Cueff Uguen

Avec la participation de Marythé Kerbrat, membre du  
groupe « expression vocale »

Octobre 2016 Réseau muco ouest

# Présentation

- ▶ Emmanuelle : diplômée en musicothérapie
- ▶ Contrat prestataire depuis 2006
  - 4 h/semaine
    - ▶ Lundi matin : 2 heures
    - ▶ Mercredi matin : 2 heures
- ▶ Demande de renouvellement du financement d'activité à la fondation du centre de Perharidy, tous les ans depuis 2006

# La musicothérapie

- ▶ Trouve ses racines dans le monde sonore qui constitue notre environnement :
  - les bruits, les voix, les sons, le silence, le souffle, la musique...
- ▶ Utilise différentes techniques
  - Ex : improvisation libre au moyen d'instruments de musique et de la voix,
  - Ecoute d'extraits musicaux
- ▶ La musique a des qualités non-verbales, créatives, émotionnelles et structurelles. Ces qualités sont utilisées dans la relation thérapeutique pour faciliter le contact, les interactions, la conscience de soi, l'apprentissage, l'expression de ses émotions, la communication et le développement personnel

# Le musicothérapeute

- ▶ La formation professionnelle de musicothérapie combine l'étude théorique et la pratique
- ▶ Les étudiants sont musiciens et acquièrent la connaissance du développement normal et pathologique de l'être humain, des problèmes et des besoins liés aux personnes qui souffrent de maladies ou de troubles divers
- ▶ Ils sont formés à l'observation, aux entretiens et aux évaluations

# Historique

- ▶ **2004** : don d'instruments de musique au Centre de Perharidy, → début d'ateliers musicaux pour tous patients
- ▶ **2006** : Projet « chant » pour les patients atteints de mucoviscidose. Création d'un groupe de réflexion pluridisciplinaire de 14 professionnels et patients (1x an état des lieux et amélioration de la prestation)

avec un postulat de départ :

**« le chant peut améliorer la qualité de vie des patients CF par ses bénéfices physiologiques, psychologiques et sociaux »**

# Organisation des séances

- ▶ **Comment ?** Proposition dès 3 ans puis « prescription » médicale si accord (intégré au programme d'etp/ compétences psychosociales)
- ▶ **durée** 30 mn, animée par la musicothérapeute
- ▶ Rendez-vous pris en tenant compte de l'emploi du temps du patient
  - En individuel dans la chambre (HJ ou hospitalisation)
  - En salle de musique, quand les règles d'hygiène le permettent
  - Pas de séances en groupe à ce jour ...

# Bilan d'activité 2015

## ▶ Les chiffres :

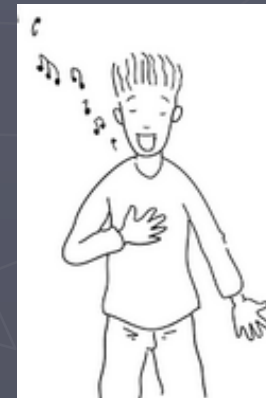
- 206 patients depuis septembre 2006
- En 2015, 75 patients ont participé :
  - ▶ Enfants : 68 % dès 3 ans
  - ▶ Adultes : 32 %
- À quel moment ?
  - ▶ Hôpital de Jour : 74 %
  - ▶ Hospitalisation complète adulte : 12 %
  - ▶ Hospitalisation complète pédiatrie : 14 %

# Bilan d'activité 2015 suite

- ▶ Nouveaux patients : 17
  - 3 service Adultes, 4 service pédiatrie, 10 en Hôpital de Jour
- ▶ Nombre de séances / patient
  - Varie de 1 à 10 séances / an
  - Moyenne 3 à 4 séances / an

# Objectifs :

- ▶ Développer l'écoute (oreille)
- ▶ Amener à une découverte de soi
- ▶ Trouver un espace plaisir tout en travaillant sa respiration



# Déroulement des séances d'expression vocale

- ▶ **Première séance** : Temps de **discussion autour de la musique**
  - *« Le patient et/ou sa famille exprime(nt) ses goûts musicaux, sa manière d'écouter de la musique, à quel moment de la journée, sur quels supports »*
  - *« Certains ont déjà une pratique musicale, nous en parlons aussi à ce moment là...*
  - *Nous parlons aussi de leur pratique sportive et de leur manière d'appréhender la respiration...*
  - *Ce temps consacré à la parole est un moment important pour commencer le travail et parfois nous commençons quelques exercices respiratoires après cette discussion, souvent rendez-vous est pris pour la prochaine venue au Centre »*

# A partir de la deuxième séance

- ▶ **1<sup>er</sup> temps** : détente corporelle, échauffement physique
- ▶ **2<sup>ème</sup> temps** : exercices respiratoires pour prendre conscience de sa respiration et mieux la contrôler par des jeux de souffle. Puis travail du souffle vers le son
- ▶ **3<sup>ème</sup> temps** : échauffement vocal, mise en voix par des exercices jeux (résonance de la voix, articulation, justesse)
- ▶ **4<sup>ème</sup> temps** : chants, choisis parfois par le patient

# Paroles, expériences de patients

- ▶ « Dix ans déjà et toujours autant de plaisir de chanter »
- ▶ À 16 ans Sylvie prenait des cours de chant à l'école de musique. Ensuite elle a intégré une chorale "Emmanuelle m'a appris beaucoup de choses sur la respiration, cela fait partie des soins, j'ai davantage confiance en moi, j'arrive à tenir les notes beaucoup plus longtemps, mon souffle est amélioré. Je participe bientôt à un concert avec ma chorale à Bruxelles ... »

« Une autre manière de travailler sa respiration en s'amusant... Je découvre un autre monde, celui des sonorités, de la voix. Le travail des graves et des aigus. C'est plus axé sur la respiration. »

*Maxime, 26 ans*

« C'est génial ! C'est super cool ! Ça me fait plaisir ! Je veux revenir à chaque fois. Avant la séance, je suis pressé, après, je suis déçu que ce soit terminé. J'aimerais bien venir tous les jours ! » *Florian, 11 ans*

« Respirer mieux, ... vider la tête : tu n'es pas en train de te concentrer sur la maladie... il n'y a pas que les soins ! »  
*Sophie, 31 ans*

« Liberté ! »

« Plaisir ! »

Mon rêve : faire un album et monter sur scène : le DVD est né en septembre 2014, une belle aventure humaine ...

*Pascal, 39 ans*

# LES PATIENTS

« Contrôler ma respiration demande un véritable effort physique... avec le chant, j'ai constaté une amélioration de ma capacité respiratoire. Je respire différemment. »

*Erwan, 35 ans*

« Avant, je ne chantais pas, maintenant, je chante dans la voiture, chez moi »

*Sandra, 36 ans*

« Ca met de l'ambiance dans le service ! »  
*Gurvan, 25 ans*

« Je suis plus à l'aise dans mes sports : vélo, handball. Je récupère en pensant à ma respiration abdominale ». *Jade, 19 ans*

« Certains jeunes patients attendent ce moment avec impatience. Ils le disent pendant la consultation. »

« Ce sont des moments privilégiés qui permettent de développer l'écoute et la découverte de soi »

« Chacun peut y trouver de la détente, de l'amusement, du plaisir et un espace d'expression. »

# LES PROFESSIONNELS

«Ca a facilité l'acceptation d'une hospitalisation de longue durée, en attente de greffe»

« Ils ont du plaisir à participer, c'est important »

« Et moi qui croyait que la musique ne l'intéressait pas!... »

# Conclusion

- ▶ la plupart des patients disent
  - Avoir acquis plus de confiance en eux
  - Trouver :
    - ▶ Détente et plaisir
    - ▶ un lieu d'expression, même si travailler sa voix n'est pas de tout repos et demande un grand investissement
    - ▶ Un temps pour travailler sa respiration de manière ludique
    - ▶ Un temps pour découvrir sa voix

- ▶ *« La musicothérapie et l'expression vocale servent aussi à la création d'une « petite boîte à outils » que la personne remplit au fur et mesure des rencontres, et dont elle peut se servir à sa guise dans la vie de tous les jours »*

# Nos conclusions

- ▶ Activité possible, avec des moyens, des volontés et de la motivation
- ▶ Un pari, et son succès nous a tous étonné
- ▶ Participe à
  - Un mieux-être physique
    - ▶ Travail sur la posture, souplesse de la cage thoracique...
    - ▶ Conscience de sa respiration
  - Un mieux-être psychologique
  - Un mieux-être social
- ▶ Chacun a sa marge de progression

# Film

Merci à Auréliane, Quentin et sa maman,  
Amélie, Yannick  
pour leur participation et leur confiance

