

Pascal Romailier, musicothérapeute – Olivier Salamin, directeur ASA-Valais

1. Présentation du concept de musicothérapie

Introduction

La musicothérapie est un outil de communication, dont elle vise à améliorer les possibilités.

Dans son approche, Pascal Romailier s'appuie sur le travail du musicothérapeute Belge vivant à Paris : Willy Bakeroot dont il a suivi la formation. L'un des principaux éléments de cette méthode est d'envisager le rythme musical, le mouvement et la parole dans leur enracinement corporel.

Nous retenons de ce que dit Carl Orff (musicien ethnologue), que rythme-mélodisme, mouvement-danse et parole sont intimement liés. La musicothérapie active se base sur cette « triangulation ». Elle offre à tous les genres de patients - moyennant un aménagement permanent aux cas et aux situations - un lieu favorable à la reconstruction. La « **musique élémentaire** » est ainsi adaptée aux différentes populations auxquelles des ASE ont à faire.¹

"Musique élémentaire, orchestration élémentaire, formes verbales et motrices élémentaires. Qu'est-ce qu'élémentaire ? Élémentaire, en latin "elementarius", signifie appartenant aux éléments, aux substances primaires, essentielles, relatif aux origines. Par conséquent, qu'est-ce qu'une musique élémentaire ? Musique élémentaire n'est jamais musique seulement, elle est reliée au mouvement, danse et parole, c'est une musique que chacun fait lui-même, dans laquelle on s'implique, pas tant comme auditeurs mais comme co-exécutants. Elle est pré-intellectuelle, ne connaît pas de grandes formes architecturales, produit ostinati, petites formes répétitives et de rondo. Musique élémentaire est terrestre, innée, corporelle, que n'importe qui peut apprendre et enseigner. Elle est adaptée à l'enfant."²

Forme-t-on des musiciens à la thérapie ou des thérapeutes à la musique ? Des essais ont été entrepris dans les deux sens, mais ce ne sont pas nécessairement les musiciens qui deviennent les meilleurs musicothérapeutes...

Pascal Romailier explique que la musicothérapie cherchera surtout à éviter les frustrations, tout en favorisant l'amélioration des possibilités de communication.

Pour réaliser son approche, Pascal a monté un atelier MGI (musique, geste et improvisation) pour aller plus avant vers l'invention et l'improvisation.

Le but de la musicothérapie est de favoriser la liberté dans l'expression, d'amener quelque chose qui vient de soi. Le processus thérapeutique conduit à un : « j'ose, je lâche – j'entre en communication (sans tabelle) ». Il permet une plus grande créativité : faire autre chose, explorer, exploser, donner des impulsions, sortir du rythme...

¹ Willy Bakeroot : www.carmina-carmina.com

² Extrait emprunté à l'introduction au Schulwerk de Carl Orff, édition allemande. Reprit dans l'introduction de l'édition Italienne de Giovanni Piazza, "Orff Schulwerk, musica per bambini, Ed. Suvini Zerboni - Milano.

La notion de respect y est fondamentale. Avec un sujet autiste par exemple, on va attendre que quelque chose se produise (même si certaines règles sont à suivre, par exemple en ce qui concerne l'absence de contacts physiques).

L'adaptation aux situations permet ainsi une meilleure appropriation du « *côté obscur de la force* » en allant chercher le sujet là où il est...

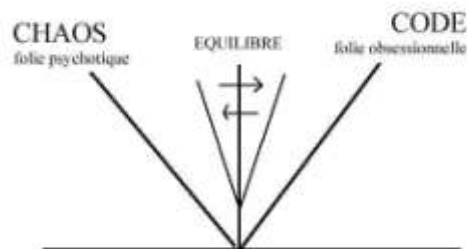
Une progression méthodologique

La musicothérapie (telle que présentée par Pascal qui se soutient également des théories de Rolando Benenzon sur la question) s'appuie sur une progression qui amène le participant du non verbal au verbal, du non corporel au corporel, du chaos à la structure.

Benenzon par exemple dans une des facettes de sa thérapie, travaille dans une salle où l'on retire progressivement, au fil des exercices, les instruments de musique.

Se référant davantage à sa formation à la musicothérapie active (dans une perspective anthropologique et psychanalytique) la démarche de Pascal propose ensuite d'aller vers une plus grande structuration du jeu, un chemin pour que la symbolisation redevienne possible, codification au travers d'une palette d'exercices progressifs, tout en introduisant de façon toujours plus importante une place à l'improvisation.

Un schéma résume l'affaire, où il s'agirait de « chaosifier » le névrosé (l'obsessionnel) et de codifier le psychotique.



Qu'est-ce qui est fou de ce qui ne l'est pas ? Chacun a sa part de folie, l'équilibre, propose Pascal, se trouvant entre le chaos et le code, en particulier dans la possibilité de passer souplement de l'un à l'autre.

La presque totalité des patients qui nous sont confiés n'ont pas un accès normal à la symbolisation. Leur parole est souvent balbutiante, mal assurée, parce qu'un travail d'enracinement n'a pas pu s'opérer pour toutes sortes de raisons. Ils sont toujours "brouillés" avec le langage symbolique.

L'objectif final de toute démarche thérapeutique, de toute tentative de reconstruction, vise à l'accès au symbolique, c'est-à-dire à la parole. C'est ce qu'on appelle la symbolisation. Elle seule redonne un sens à l'humain.³

³ Willy Bakeroot : www.carmina-carmina.com

Deux approches distinctes

La musicothérapie peut être réceptive (on écoute de la musique et on en parle – on produit une analyse verbale) ou active (elle exige une participation à la démarche, telle qu'elle vous a été proposée et qui met en jeu de la personne dans sa globalité)

Exercices

Quelques précautions d'usage

Lorsque Pascal propose aux enfants de travailler, il va insister sur la dimension récréative de l'activité. Si la dimension thérapeutique est évoquée, elle génère plutôt des défenses, et cela même si elle est en effet thérapeutique.

- a. éviter la situation d'échec (la frustration de ne pas y arriver)
- b. insister sur le plaisir et la satisfaction
- c. pour le formateur : assurer un niveau de compétence suffisant pour la mise en œuvre d'un atelier (pour ne pas être dépassé par des ados qui maîtrisent mieux un instrument par exemple)

Proverbe libanais : « On enseigne pas ce qu'on sait, on enseigne ce qu'on est ! »

Une limite : les frontières architecturales

Pour que le travail puisse se dérouler dans les meilleures conditions, il va falloir mettre tous les atouts de notre côté. Il semble donc judicieux de structurer l'espace disponible. Premièrement, une aire de jeu qui verra l'exécution des protocoles, et deuxièmement, une aire de réflexion, d'analyse et de verbalisation.

Certains lieux possèdent déjà des limites naturelles extrêmement précises, telles une estrade, un podium ou une scène que l'on pourra utiliser d'emblée. Néanmoins, dans les locaux exempts de ce genre d'installations, un grand tapis, ou mieux, une épaisse ficelle posée à même le sol feront parfaitement l'affaire. Avec les populations dont nous avons la charge, nous privilégierons la ficelle, car, les participants pourront, dans une sorte de rituel, dérouler eux-mêmes cette limite en début de séance. Dans tous les cas, il faudra prendre le temps de leur faire comprendre le sens de cette structuration de l'espace :

D'un côté, le lieu où vont se dérouler les protocoles, le terrain de l'action et du jeu. La scène, la place où l'imaginaire pourra trouver une dimension symbolique et où tout deviendra potentiellement possible. Ce lieu, nous l'appellerons : « L'ESPACE DE JEU ». De l'autre côté, un terrain neutre, le lieu où l'on est spectateur et que nous appellerons simplement : « LA SALLE ». C'est l'espace du public. Le lieu où l'on écoute, regarde et où l'on cause de ce que l'on a fait ou allons faire, au-delà de la limite.

Présentation des instruments

Avant le lancement des exercices, Pascal rappelle quelques modalités pour préserver les peaux des instruments, pour utiliser correctement les baguettes, pour ranger les instruments.

Il explique les particularités des instruments et propose même pour chacun de les détourner pour générer de la créativité.

1. approche des instruments

Avec pour seule consigne de ne pas communiquer verbalement, les participants explorent les instruments, les découvrent.

2. vers une écoute progressive des autres

Pascal limite le cadre et invite progressivement les participants à l'écoute des productions des autres.

Il s'agit de faire par étapes une place à l'autre, d'essayer de construire en se rattachant à d'autres productions ou en tentant de rattachier l'autre

En écoutant les instruments, le participant essaie de faire quelque chose avec l'autre, par exemple en se greffant ou non sur un rythme (ce qu'il fait m'appelle...)

3. une progression dans la percussion

A partir de la confusion générale du début, l'animateur donne des consignes qui permettent un développement des rythmes.

Il fait varier les approches en travaillant par exemple sur les polarités : rythmes forts et faibles, rapides et lent. Puis sur des concepts musicalement plus abstrait comme le froid, le chaud, le dur, le mou etc...

Il introduit ensuite des ostinati ouvert ou fermé (progression dans la structure).

Note : Les ostinati (obsessions) sont des structures rythmiques ouvertes (avec un espace en tempo qui laisse la place à d'autres instruments) et fermé (sans place pour les autres)

Par ex. : le cercle de tambourin : une batterie de tambourin formée par les participants permet une accélération progressive des rythmes et génère une dynamique de mouvement (les tambourins peuvent ensuite à chaque fois être placés dans des lieux différents).

4. le directeur et son orchestre

Aux mouvements du chef d'orchestre les bras des musiciens jouent et seulement ce que le chef montre. Il doit donc se faire comprendre.

Le chef montre ensuite au un par un. Et peut faire alterner les tempos.

Le chef d'orchestre fait les erreurs... Il doit gérer une position de pouvoir, mais aussi bien éviter celle d'abus de pouvoir.

5. le jeu des sabres

Deux cordes représentant des sabres sont croisées sur le sol. Il ne faut pas marcher sur les sabres – ce qu'on entend crée ce que l'on fait et on ne sait plus, finalement, ce qui constitue le jeu.

6. expression des émotions

Les 4 grandes émotions sont : la joie, la colère, la tristesse et la peur.

D'abord en groupe, les participants essaient de traduire les émotions avec leur instrument, pour arriver ensuite seul devant le groupe.

Avec les groupes, les émotions peuvent être isolées, puis travaillées vers la production d'un petit spectacle par exemple.

7. vers la productions de sons « personnels »

En route vers le verbal, dans une première production de sons de bouche. Par exemple dans l'exercice du directeur et de son orchestre ou dans le jeu du sabre.

Pour décoincer le groupe, Pascal propose l'exercice du cri qui tue (pour rassembler et libérer la voix). Un premier cri, puis une « montée en cri » (de 1 à 10). Les participants expulsent quelque chose de la voix et le remettent au sein du groupe.

8. exercices de rythmique vocale

L'exercice, dans un balancement constant propose une évolution rythmique vocale.

Du cha / doum, en passant par l'ajout de croches :

cha (accent aigu) – doum (accent grave)

cha ba doum ba (ajout des croches sur les noires)

cha ba di mi doum ba di mi

cha ba di cha cha ba di mi

variantes : introduction d'improvisation de chant

2 . Développement personnel et travail théâtral

Selon les capacités de la population en présence, nous aborderons l'expression purement théâtrale sans perdre de vue son caractère rythmique et corporel.

Comme pour la musique, le théâtre est envisagé comme une modalité de restauration de l'expression corporelle, de l'affectif, de l'intellectuel et de la communication verbale. En cela, cette activité va permettre au comédien d'affirmer sa personnalité en reproduisant le rapport entre son monde intérieur et le monde extérieur, dans la perspective d'améliorer les troubles de la relation et de la communication.

Les notions de plaisir, d'émotions, de sensations agréables dans l'action sont prépondérantes pour la rééducation d'une capacité perdue. En proposant aux participants/acteurs des situations adaptées à leurs capacités, ils seront peut être capables d'oublier leurs troubles pour retrouver des sensations positives, des émotions de bien-être et de plaisir.

Sans parler de technique pure, Il va de soi que ce sont les qualités humaines naturelles (facultés émotionnelles, expressives) des participants ainsi que la qualité de l'intérêt que l'animateur porte aux hommes qui va déterminer les résultats.

C'est le regard porté par l'un sur l'autre qui devient l'objet révélateur de la beauté ou de la laideur que chaque être humain porte en lui. C'est la capacité de l'animateur/thérapeute à considérer l'individu comme une « personne » et non comme une maladie ou un diagnostic qui sera susceptible de modifier (dans un sens comme dans l'autre) l'image que la personne en souffrance à d'elle-même.

La mise en scène apparaît alors comme une forme d'exorcisme.

L'acteur, par le biais de la fiction et de l'artifice, en amplifiant les signes de l'émotion humaine les bouleverse à tel point qu'il produit du plaisir là où, dans la vraie vie, on n'éprouverait que peur et souffrance.

En proposant des scénarios adaptés, il s'agit de permettre à l'acteur de s'approprier son histoire, de se la raconter, de la symboliser pour mieux l'appivoiser, l'affronter et y faire face de manière positive.

Improvisation théâtrale

- La boutique magique
- Diverses situations de la vie quotidienne...

Quelques extraits filmés

- Le rôti de lapin
- Le calendrier des 4 saisons
- Le malade imaginaire et sa version libre

Présentation des association partenaires

Vous trouverez toutes les infos relatives à nos activités sur les sites internet suivants :

www.asavalais.ch

www.pensionlaforet.ch

www.cerebral-vs.ch

Comme référence, nous vous proposons le site :

www.pagesromandes.ch

Nous vous invitons à vous abonner à cette excellente revue, unique en son genre en Suisse romande en ce qui concerne son approche du handicap mental et de l'éducation spécialisée (et/ou à proposer à votre école/institution de vous y abonner...).

Témoignages

Nous profitons de remercier les acteurs qui ont témoigné de leur participation à la troupe de l'Evadé. Vous pouvez toujours les retrouver en cliquant sur le lien suivant : www.evade.ch

Nous remercions également Miguel Fernandez, membre du comité de l'association Rafroball et Lionel Frossard, fondateur et vice-président de l'association Rafroball pour les explications qu'ils nous ont données de leur sport inédit :

www.rafroball.ch

Nous vous souhaitons une bonne continuation dans votre formation.