

Musicothérapie et autisme : l'exemple des interventions de Léthé Musicale à Lyon

| par **Nathalie Rochet et Chantal Roussel**

LÉTHÉ MUSICALE

LÉTHÉ MUSICALE est une association qui anime des ateliers de musique et de musicothérapie depuis 25 ans en Région lyonnaise.

Elle a été créée par Chantal Roussel, musicothérapeute formée à l'Université de Montpellier, par ailleurs artiste et musicologue.

Aujourd'hui l'association a des partenariats avec une quarantaine d'établissements médico-sociaux de l'agglomération lyonnaise. Elle accueille dans ses ateliers près de 500 bénéficiaires aux handicaps divers.

L'équipe de 10 professionnels musiciens et musicothérapeutes est entourée de bénévoles et de volontaires.

Les ateliers proposés ont vocation artistique, éducative, ou thérapeutique, ou les trois à la fois, car il n'est pas impossible qu'un atelier à vocation thérapeutique débouche sur une production artistique donnée à entendre à un public.

Musicothérapie et autisme, quel avantage de cette pratique ?

Un cadre contenant

Dans les séances avec des personnes autistes, le musicothérapeute pose un cadre solide et un dispositif de séances sécurisant pour favoriser le travail de l'écoute et la venue du plaisir.

Un jeu en résonance, pour établir la relation

En jouant à partir de ce qui est l'autre, de ce qu'il est capable d'émettre ou de ce qu'il aime, le musicothérapeute se met en résonance avec le patient.

A partir des différents jeux sonores et musicaux, il cherche à rencontrer l'autre et l'invite à jouer avec lui ou avec les autres participants.

C'est dans cette aire de jeu que se met en œuvre la créativité de chacun et que la construction de soi s'opère.

Les jeux à consignes aident à structurer l'expression individuelle et adhérer au groupe ou à la relation interindividuelle.

Relier le corps vibrant et l'esprit, une construction musicale structurante

Grâce à la médiation sonore, on peut voir opérer le travail d'articulation entre le corps et l'esprit, entre soi et l'autre, et s'affirmer peu à peu une pensée sonore en même temps que le désir et les capacités à communiquer.

Le travail d'écoute, la recherche du plaisir, l'exploration vocale ou instrumentale, les soutiens dans l'élaboration d'une idée musicale, le partage d'un espace de jeu contribuent à la structuration d'une pensée où l'éprouvé et le vouloir sont en phase.

Une séance de musicothérapie, c'est comment ?

Chaque séance est singulière, car le musicothérapeute doit avoir la capacité à s'adapter en permanence au moment de la rencontre avec le ou les patients : humeurs, environnement, événements.

Les conditions

Il est important d'avoir un cadre solide, avec un jour et une heure et un lieu fixe, une durée et une fréquence régulière des séances, ainsi que la permanence de l'intervenant encadrant l'activité, et un investissement dans la durée.

Le déroulé

Un déroulé harmonieux d'un jeu musical à l'autre, avec ou sans parole : des rituels, des jeux variés mobilisant l'écoute, la voix et la manipulation d'instruments.

L'écoute musicale

Pour travailler l'écoute, le musicothérapeute peut donner à entendre soit une musique enregistrée, soit son propre instrument.

La chanson, l'expression vocale

L'expression vocale implique directement le corps. Elle favorise la perception corporelle et la subjectivation.

Des jeux vocaux avec les stéréotypies verbales, avec les onomatopées, avec les bruitages favorisent les échanges entre participants.



Les chansons simples (enfantines ou traditionnelles) sont sécurisantes car elles rappellent des temps agréables de l'enfance ou de la jeunesse.

Les Chansons en général sont structurantes et fédératrices car elles font partie d'un patrimoine commun. Elles permettent à chacun de se repérer et de s'inscrire instinctivement dans le déroulement mélodique.

Les jeux instrumentaux

Ils sont extrêmement variés, de même que les instruments utilisés.

Quelques exemples ci-dessous

La mise en vibration d'un bol tibétain, instrument métallique rond, sécurisant, aura des vertus sonores apaisantes. Sa longue vibration favorise une perception corporelle qui renforce l'écoute.

Un jeu collectif autour d'un tom basse installé à l'intérieur d'un cercle rassemblera le groupe autour d'un espace sonore délimité par la chaude vibration de l'instrument.

On pourra aussi chercher à mettre en valeur des individualités en soutenant des propositions mélodiques, par exemple sur un clavier, avec un continuo ou une rythmique.

Le champ (chant) des possibles n'a pas de limite, pour le musicothérapeute comme pour les participants, et la séance est toujours une source de découverte personnelle et réciproque.

Ainsi, la musique est pour chacun l'occasion de « vivre une expérience sensorielle heureuse » qui encourage l'être à s'engager dans un processus créatif, prometteur de rencontre.

CONTACT : <https://www.lethemusicale.org/>