

La Musicothérapie

Thérapie par la médiation musicale.

La musicothérapie est **un soin non médicamenteux** qui selon les cadres considérés, utilise le son et la musique sous toutes leurs formes, comme moyen d'expression et d'analyse de la relation.

« C'est l'objet de la musicothérapie que de permettre de dire par la musique »

Josette KUPPERSCHMITT, psychothérapeute-musicothérapeute.

Maîtrise en musicologie et Doctorat en psychologie.

La musicothérapie est une relation d'aide dans laquelle la médiation sonore fait écho et facilite de ce fait la communication. C'est une façon d'entourer la personne en souffrance, en mal-être, en épuisement psychologique et/ou physique.

Le soin musico thérapeutique est réalisé dans un espace précis appelé cadre. Cet accompagnement se doit d'être contenant. Il peut durer entre 20 minutes et 1h30 :

- Selon le public auquel il s'adresse : bébé, enfant, adolescent, adulte, famille, personnes âgées, personnes incarcérées...
- Selon les souffrances, selon les pathologies
- Selon la demande et les bienfaits recherchés
- Selon qu'il s'agisse d'une séance individuelle ou groupale

Le musicothérapeute a le choix pour orienter son action de soin :

La musicothérapie réceptive où l'on écoute de la musique.

La musicothérapie active lorsqu'on essaie de créer du lien, d'entrer en relation par la communication sonore (jouer avec des instruments par exemple).

« La musicothérapie est l'utilisation judicieuse et structurée de la musique ou d'activités musicales diverses par un professionnel formé en musicothérapie, ayant pour objectif de restaurer, de maintenir ou d'améliorer le bien-être physique, émotionnel, social et psychologique de la personne. »

Guylaine Vaillancourt, musicothérapeute, infirmière.

Présidente de l'Association des musicothérapeutes du Québec.

La musique que l'on joue, que l'on chante, que l'on écoute possède des qualités créatives, structurales et émotionnelles qui facilitent :

- Le contact
- L'expression
- La communication
- L'interaction
- Le développement personnel
- La conscience de soi et le retour à soi
- La détente

Selon Edith Lecourt, musicienne, musicothérapeute, Professeure émérite de psychologie clinique à l'université Paris V, « nous sommes en droit d'appeler « musicothérapie » l'utilisation de la musique comme moyen de détente et de relaxation, car elle ouvre sur un monde sensible où émotions, expressions et sentiments se côtoient. »

La musicothérapie ne prétend pas guérir ou prolonger la vie au sens médical du terme, mais elle cherche plutôt à améliorer la qualité de vie de la personne en l'aidant à développer et à utiliser ses ressources qui ont pu être laissées de côté, voire oubliées.

En musicothérapie, le corps humain est considéré comme un instrument de musique, vocal, de percussions et de rythme, qui fait vibrer et réagir. Toutes ces résonances révèlent l'identité sonore de la personne car le son la caractérise à un moment donné.

C'est à partir de cet aspect unique à chacun qu'Armelle BOURNÉ va travailler pendant les séances au sein de la Plateforme d'Accompagnement et de Répit de Vendée « **Le nid des aidants** ».

Bienvenue à tous

85 LNA.



Armelle BOURNÉ

Musicienne 🎵

Formatrice en éveil musicale

Comédienne pour enfants

Musicothérapeute Université de Nantes

(Étudiante en 2^{ème} année)

Soins musico thérapeutiques Résidence Les Jardins des Olonnes

(Depuis octobre 2017)