

Éléments de musicothérapie

Gérard Ducourneau

Nouvelle préface de **Bernard Auriol**

Éléments
de
musicothérapie

3^e édition

DUNOD

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée.

Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Dunod, 2021

2002 et 2014 pour les éditions précédentes

11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-079333-4

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Table des matières

<i>REMERCIEMENTS</i>	IX
<i>AVANT-PROPOS</i>	XI
<i>PRÉFACES</i>	XIII
<i>INTRODUCTION</i>	1
1. La relation	7
Ouverture des canaux de communication	7
<i>Le complexe son/être humain/son, 7 • Rolando Benenzon, un pionnier, 9 • L'isolement, 12 • La communication, 14 • Nouvelle situation, nouvelle perception, nouvelle prise de conscience, 16 • Un outil fondamental : le quadrilatère de Rosolato, 17</i>	
De la relation	18
<i>Généralités, 18 • Mise en acte/comportement, 22 • L'écoute, 24 • Exemple d'analyse, 25 • Le tableau à double entrée, 27</i>	
Temps, lieu, espace	28
<i>Le temps, 28 • Le lieu, l'espace, 30</i>	
Le rituel	31
Le non-verbal	32

2. Les procédés musicaux	37
Le geste et le rythme en musicothérapie	37
<i>Généralités, 37 • À propos de l'atelier rythme, 43 • Pour une première approche de l'instrument, 45</i>	
Le son	49
<i>Généralités, 49 • Le traitement du son, 52 • La voix, 56</i>	
La musique	64
<i>L'écoute, 64 • La pratique, 70</i>	
3. Les prescriptions thérapeutiques	75
Généralités	75
<i>La thérapie, 75 • L'indication, 80 • Thérapie et rééducation, 82 • Évaluer et rendre compte, 84</i>	
La santé mentale	89
La rééducation	94
<i>Principes de base, 95 • Quelques exercices fondamentaux, 96</i>	
4. La mise en place	107
Musicothérapie et gériatrie	108
Musicothérapie et préparation à l'accouchement	112
Musicothérapie et pédiatrie	115
Musicothérapie et surdité	115
Musicothérapie en oncologie	116
Musicothérapie et accompagnement du mourant	117
Prévention du stress et du mal-être au travail	117
Musicothérapie en milieu carcéral	119
Musicothérapie et toxicomanie	121
Musicothérapie et maladie de Parkinson	122
Intervention auprès d'enfants et adolescents souffrant de mucoviscidose	123
Musicothérapie et polyhandicap	124
Musicothérapie, prophylaxie de la douleur et détente	124

Musicothérapie, transidentité et intersexuation	126
Musicothérapie et préparation à une intervention chirurgicale	126
5. Travaux pratiques	129
Quelques directions	131
L'univers sonore	145
La découverte des rythmes et des sons	150
<i>À partir des éléments naturels, 150 • À partir de son corps, 151 •</i>	
<i>Avec des éléments divers, 154 • Des instruments fabriqués à ceux</i>	
<i>fournis, 154</i>	
 <i>CONCLUSION</i>	 159
 <i>ANNEXE . LA FORMATION DU MUSICOTHÉRAPEUTE</i>	 163
 <i>BIBLIOGRAPHIE</i>	 169
 <i>INDEX DES NOMS PROPRES</i>	 173
 <i>INDEX DES NOTIONS</i>	 177

Remerciements

JE REMERCIE toutes les personnes, enfants, adolescents et adultes qui m'ont permis de réaliser ce travail... Je ne saurais les citer tous !

Je tiens toutefois à mentionner Colette Fourié, institutrice d'école maternelle qui m'a souvent accueilli dans sa classe et à qui je dois de nombreuses idées de travaux pratiques.

Enfin, je ne saurais passer sous silence tout l'apport de Colette Maïsterrena qui, depuis l'origine de l'Atelier de Musicothérapie de Bordeaux (A.M.Bx), est l'instigatrice de nombreuses réflexions en même temps qu'une modératrice avisée.

Avant-propos

CETTE NOUVELLE édition a été largement remaniée car la musicothérapie, discipline encore jeune et en pleine croissance, est l'objet, de la part de l'auteur, d'une recherche toujours en mouvement.

La mise en pratique continuelle au sein de l'Atelier de Musicothérapie de Bordeaux a permis l'émergence de nouvelles idées qui s'affinent, se concrétisent, prennent corps et réalité. L'aboutissement de cette recherche émaille l'ensemble du livre. Quelques interrogations ont disparu... remplacées par d'autres qui ouvrent encore de nouvelles perspectives.

Un important chapitre, entièrement nouveau, traite des applications de la musicothérapie. L'utilisation initiale dans la santé mentale y est largement développée mais on y trouve aussi l'application de techniques de musicothérapie en rééducation, en pédagogie et dans de nombreux domaines variés tels que l'accompagnement des situations extrêmes, l'aide aux personnes âgées, la préparation à l'accueil d'un nouveau-né, etc.

À la demande de nombreux lecteurs ou stagiaires en formation, l'auteur a également puisé largement dans sa pratique personnelle augmentée des apports de Colette Fourié, institutrice d'école maternelle, pour le chapitre 5. Ces travaux, bien exposés et détaillés, seront vraisemblablement une aide précieuse pour bon nombre de professionnels désirant utiliser la matière sonore comme relation d'aide et comme outil de perfectionnement.

Préfaces

QUELQUES MOTS de Yehudi Menuhin :

« J'ai toujours pensé que la musique est fondamentalement thérapeutique, restaurant l'équilibre détruit par les pressions de la journée. Dans un état de déséquilibre physique, d'origine nerveuse ou mentale, la musique peut atteindre notre subconscient et remettre les choses en place. Cette thérapie explore une nouvelle approche fascinante de la vie intérieure. [...] Le son pénètre directement notre corps. Ce que l'oreille peut accomplir, à l'intérieur de notre cerveau, à l'intérieur de nos vies, rien d'autre ne peut le faire. »

Ces *Éléments de musicothérapie* sont loin d'être élémentaires ! Ils sont principaux, constitutifs de la musicothérapie.

L'effet d'une série de séances de musicothérapie n'est généralement pas considéré comme un changement radical qu'on puisse appeler guérison, comme l'a très bien exprimé Alain Cabéro dans sa préface de la deuxième édition du présent ouvrage. Cependant, Suzanne Foinard¹ dans un ouvrage ancien de phytothérapie se permet de citer Luther qui déclare que le diable est auteur de tous les maux et que pour le combattre, il n'est rien de tel que la musique.

De fait, dans son écrit, Jean-Yves Tarrade, élève de Gérard Ducourneau, décrit son expérience personnelle de *bouleversement relationnel éprouvé*

1. Suzanne Foinard, *Merveilleuses vertus des plantes*, Nice, Éditions Sainte-Rita, 1951.

pendant sa formation à la musicothérapie. Il assimile ce changement à une expérience quasi « initiatique » et témoigne que ce ne fut pas sans douleur. Il insiste sur l'importance de la relation entre musicothérapeute et patient qui, pour être idéale, devrait être bienveillante, compréhensive, désintéressée. Mais, la bienveillance, le tact, la délicatesse, l'intuition, l'expérience professionnelle peuvent-ils être enseignés ? Il ne s'agit pas de minimiser la valeur du travail des médecins, mais au-delà des « traitements » qu'ils proposent, il y a une valeur plus belle : la relation à la personne malade. De ce point de vue la formation à la musicothérapie peut produire un véritable bouleversement. Il s'agit de « traiter les élèves comme des patients » qui découvrent les effets de la musique, les expériences émotionnelles et affectives qui surviennent, les changements et les questions qui en découlent.

Il est connu que Jean-Sébastien Bach apaise « parce que ses pulsations semblent battre avec notre cœur¹ » ! Ces bercements, nous en partageons la magie d'endormissement avec les autres mammifères.

L'ouvrage de Gérard Ducourneau s'attache à tenir compte de tous ces aspects pour la transmission de la musicothérapie.

Le son est l'oublié de notre civilisation. Le visuel oblitère le sonore. L'image est reine. L'image désigne, décrit, fascine. Instantanée, synoptique, on l'embrasse d'un seul coup d'œil. Avec le son, il faut être à l'écoute, tendre l'oreille. Le son est dans la durée : pour l'entendre, il faut le temps. Nous avons maintenant à notre portée, en conserve, les témoignages sonores les plus divers : bruits de la nature, des animaux, musiques d'autres temps, d'autres civilisations.

Nos musiques ne peuvent plus se contenter de composer avec des sons préexistants, mais doivent composer le son lui-même, le sculpter, l'étirer, le colorer, le façonner, le métamorphoser à l'envi ; jouer sur la corde sensible des mécanismes auditifs pour se rapprocher des sons familiers ; mais aussi diverger en échappant aux contraintes mécaniques, pour faire surgir l'univers imaginaire, immatériel, du sonore virtuel.

1. On pourrait créer des morceaux qui asserviraient l'exécution numérique d'une musique aux pulsations de l'écouter (ou réciproquement). Cf. Lechevalier, p. 191.

Le son entoure, enveloppe, pénètre ; il joue un rôle vital : alarme de l'agresseur cheminant à l'arrière de soi, marquage de possession territoriale ou appel sexuel séducteur chez nombre d'animaux. Avant de voir – avant de naître – on écoute et on entend. Pour Ronsard, « qui n'honore pas la musique n'est pas digne de voir le jour ». Le plaisir de la musique – ouïr, jouir – trouve ses sources dans la vie d'avant la naissance : reviviscence des premiers sons et mouvements vécus en aveugle. On a beaucoup spéculé sur l'emprise de la musique, et la jubilation de l'écoute gratuite, « plaisir délicat d'une occupation inutile ».

La musique associe pulsion et organisation. Et, bien sûr, le son est le véhicule de la parole, moyen privilégié de communication entre les êtres humains. La Cité démocratique grecque ne devait pas dépasser une certaine taille, afin que tous les citoyens puissent entendre les orateurs débattre, sur l'agora, de la chose publique. Pour que ses disciples ne soient pas distraits, Pythagore a inventé l'acousmatique¹ : il parlait derrière un rideau et dans cette situation, si on écoute mal, on n'y entend rien.

L'ouvrage de Gérard Ducourneau n'est pas une encyclopédie, mais il réunit nombre d'informations issues de diverses disciplines. Il dit ce qu'il faut savoir sur les fondements de la musicothérapie et sur sa pratique. Il est thérapeute, son métier est d'apaiser la souffrance psychique, et sa pratique s'accompagne d'un souci permanent de recherche et d'évaluation. Il n'oublie jamais les liens entre la musique, mouvement des sons, l'expression corporelle et la danse, mouvement des corps.

Pour Leonard Meyer, l'expérience première de la musique est une succession d'attentes tour à tour comblées ou déçues : la disposition de l'auditeur peut mettre en avant l'aspect cérébral, sensoriel, ou émotif, le calcul des proportions, les mouvements archaïques ou les références à l'extra-musical. La musique nous parle de ce qui nous dépasse. Le jeu musical se situe aux frontières de l'ordre et du chaos, à la fois surprise et maîtrise du devenir : il relie les rites sonores socialisés aux souvenirs de l'aube de notre vie. Le phénomène musical fonctionne en s'appuyant sur un fonds commun

1. Du grec *akousma*, ce qu'on entend. Le terme « acousmatique » était employé par le philosophe Pythagore pour qualifier un enseignement qu'il donnait caché de ses disciples par un rideau, afin que ceux-ci se concentrent uniquement sur ses phrases et non sur ses gestes.

d'intersubjectivité (cf. Pierre Boulez, Luciano Berio ou Karlheinz Stockhausen et le sérialisme intégral). L'écoute est une forme de toucher à distance, à la sensibilité exquise. Même les émissions sonores animales peuvent susciter une expérience musicale intense et souvent, sans instrument, nous savons qu'il y a musique.

L'auteur étudie les repères, les jalons nécessaires pour décrire les « mécanismes » que la musicothérapie met en œuvre. Et l'on peut en récolter une forme de libération. La formation musicothérapique est une chance. Elle peut aller jusqu'à produire un bouleversement, une *métanoïa*, un basculement positif pour devenir un soignant créatif. De même qu'il est imposé à tout psychanalyste de s'allonger d'abord sur le divan à titre personnel¹, il s'agit ici d'expérimenter la musicothérapie, à son propre bénéfice. Ceci est vrai de toute thérapie, mais qu'en est-il de notre outil, la musique ?

Bien avant que nous ne découvriions les odeurs, l'air frais, les sons variés de ce qui sera le quotidien, nous entendîmes la voix de maman et de tous nos proches, les rythmes de son corps, les pulsations de son cœur, les mouvements de sa respiration.

L'écoute des sons et du *contour musical*² par l'oreille gauche est plutôt une stimulation de la sensibilité, de la sécurité et de la stabilité, et de la mémoire musicale³, en connivence avec le rôle de la musculature du côté gauche de notre corps. La perception et l'analyse non consciente des timbres⁴ qui résident dans l'hémisphère droit du cerveau permettent au sujet de reconnaître qui parle, *via* le timbre de sa voix. Comme le constate Lechevalier, l'accès aux sons disponibles à l'oreille droite comporte une sorte d'activité, en connivence avec le rôle ultérieur de la musculature du côté droit de notre corps. Par ailleurs, la main droite donnera au piano

1. Position de Sigmund Freud et d'Otto Rank, Congrès de Nuremberg (1910).

2. Bernard Lechevalier (2003), p. 83, citant Diana Deutsch (1977).

3. Bernard Lechevalier, *Le Cerveau de Mozart*, Odile Jacob, p. 58-59 : Le temps musical est inséparable des événements qui viennent de se passer autant que de l'attente de ceux qui vont survenir. C'est pourquoi la musique est profondément dynamogène. La mémoire de Mozart a notoirement servi sa musique, autant peut-être que sa musique a servi sa mémoire (idem p. 68).

4. Il existe un moyen électronique d'analyse spectrale du timbre : l'Intégrateur de Densité Spectrale ou IDS de Leipp et Sapaly.