

Musique à l'hôpital psychiatrique

Musiciens, ingénieurs et personnel soignant ont uni leurs forces à Yverdon pour mettre de la musique à disposition de patients en crise psychiatrique. Les premiers résultats sont prometteurs.

Sylvain Pool — À l'hôpital psychiatrique d'Yverdon-les-Bains, sur la porte de l'une des chambres de soins intensifs (CSI), prévues pour les patients en situation de crise aiguë, neuf symboles sont apparus l'hiver dernier, répartis sur de petits boutons.

Si le patient appuie sur 1, il entend une série de morceaux entraînants et joyeux ; sur 2, les morceaux sont plus mélancoliques ; s'il choisit le 3, la musique est plus tendue ; et sur 4, elle est douce et calme. Cette porte musicale interactive est à la totale disposition des patients : en tout temps, ils peuvent sélectionner et écouter au volume

désiré vingt titres de musique répartis sur quatre catégories d'émotions.

L'écoute de musique peut-elle aider les personnes traversant un épisode de crise psychique ? Dans ces moments, les émotions peuvent être très difficiles à exprimer. La sensation qu'il n'y a personne en soutien et qu'un profond gouffre nous sépare de tout peut être immense. Or la musique semble avoir une capacité étonnante à remplir cet espace obscur. Elle permet de recréer un lien et de nous protéger ainsi de l'isolement. Les psychologues parlent d'espace transitionnel : un lieu de passage possible entre l'intérieur et l'extérieur, l'imaginaire et le réel, un état de crise et un état plus stable. Pour passer de l'un à l'autre, il faut un moyen de communication, d'imagination.

Meublée uniquement d'un lit, avec pour but premier d'apaiser la personne, tout en l'empêchant de se blesser ou de blesser son entourage, la CSI est une mesure contestable : elle représente un enfermement, un isolement, une exa-

acerbation de la hiérarchie entre soignant et malade. Cependant, elle permet parfois une protection physique et psychique face à la violence des crises. Le paradoxe de cette mesure est que le patient peut s'y trouver encore plus isolé et sous-stimulé. Dans ce contexte difficile et controversé, il existe un besoin fort de repenser, de réaménager le soin d'urgence. La musique, par exemple, pourrait réguler et transformer les stimulations sensorielles du patient ainsi que faciliter la communication avec les soignants. Le fait que le patient puisse piloter lui-même un dispositif d'écoute musicale pourrait lui redonner une sensation d'autonomie et l'aider à mieux faire face à ses émotions et gérer ses comportements.

Ces considérations ont interpellé le personnel soignant du DP-CHUV/SPN (le département psychiatrique du CHUV, secteur Nord), ainsi que deux chercheurs de la Haute école de la santé vaudoise, qui ont ensuite mis sur pied une équipe interdisciplinaire pour un projet de recherche-action sur l'apport de musique en CSI. Un premier objectif mené par deux chercheurs de l'HEMU a été de sélectionner vingt morceaux de musique instrumentale de divers styles et au contenu émotionnel varié, en se basant sur un modèle théorique élaboré au pôle des sciences affectives de Genève¹. En parallèle, deux ingénieurs de la Haute école d'ingénieurs d'Yverdon ont conçu et réalisé un prototype de porte interactive, en travaillant sur une technologie spécifique : l'onde de choc provoquée par le doigt du patient sur l'une des touches peintes sur la porte est détectée, quelle que soit son intensité — certains patients étant susceptibles de frapper très fort sur les touches. L'installation audio est programmée pour réagir de manière adéquate. La porte est reliée à un ordinateur qui recueille les données d'utilisation.

« Oublier mes hallucinations »

Une fois le dispositif en place, l'équipe de recherche a effectué des entretiens avec les soignants et avec quatre patients ayant pu utiliser le système. Elle a également analysé les données d'utilisation. Les résultats observés sont très encourageants. Les patients ont écouté plusieurs fois les musiques, ont exprimé des préférences quant aux morceaux et aux catégories d'émotions, et ont formulé des critiques constructives quant au dispositif. Ils ont plutôt choisi quelques morceaux qu'ils ont écoutés plusieurs fois. Les patients agités ont préféré écouter les

morceaux rythmés et tendus. La catégorie nostalgie a beaucoup été écoutée, notamment lorsque les patients ressentaient de la tristesse.

Les patients décrivent aussi les effets de la musique : « ça me permet d'oublier mes hallucinations », « je me sens en contact avec l'extérieur », « je me sens plus triste », « ça m'a permis de m'endormir ». Une patiente dit qu'elle a pu voyager à l'intérieur d'elle-même. Un autre patient pleure en écoutant et redemande une écoute le lendemain. Une autre avoue ne pas toujours aimer les musiques proposées, et regrette de ne pas pouvoir y intégrer les musiques qu'elle possède. Un patient souffrant de polytoxicomanie nous raconte : « pour moi c'était tellement dur l'isolement, d'être isolé, ça [la musique] m'a aidé au quotidien ».

Selon les soignants, la diffusion de musique a passablement transformé leur vision du vécu en CSI. Une soignante révèle que le patient devient « plus responsable de quelque chose » et « prend beaucoup plus en compte l'environnement extérieur ». Une autre rapporte que « ça permettait vraiment de parler à propos de quelque chose hors de leurs préoccupations du moment, de susciter de l'intérêt ». Pour elle, « la relation devenait du coup plus authentique, plus calme. »

En résumé, la musique a pu évoquer des souvenirs, créer des émotions et des sensations (principalement d'apaisement) ainsi qu'engendrer des discussions équilibrées. En aucune circonstance l'écoute de musique n'a péjoré l'état des patients. La musique a introduit une dynamique relationnelle soignant-patient particulière, offrant ainsi aux patients un espace d'expression privilégié, en lien avec leur vécu personnel et leur vision de la prise en charge en CSI. Par ailleurs, l'appropriation et l'utilisation libre du système leur a permis de retrouver un peu d'autonomie.

À l'avenir, il est prévu d'équiper toutes les CSI de l'hôpital d'Yverdon, de proposer le dispositif à d'autres hôpitaux et, qui sait, d'étendre le projet à d'autres lieux (comme les prisons par exemple). Par ailleurs, de nouveaux financements seront nécessaires pour poursuivre les observations, améliorer le système et proposer un choix plus varié de musiques.

Note

¹Zentner, M., Grandjean, D., & Scherer, K. R. (2008). Emotions evoked by the sound of music. *Emotions*, 8, 494-521.

Sylvain Pool

... est musicien, professeur de guitare et chercheur en psychologie. Il vit à Lausanne.

> www.vieillebranche.ch/sp

Anzeige

SRF 1

Kampf der Orchester

WIR BLASEN EUCH WEG!

DIE NEUE MUSIK-SHOW
AB 16. NOV.
20:05 UHR

srf.ch

NÖLDI FORRER UND DIE BESTEN BLASORCHESTER SIND BEREIT.

JETZT KAMPF DER ORCHESTER APP RUNTERLADEN UND LIVE MITVOTEN.