

L'apport de la musicothérapie avec une clientèle vieillissante

Par Chrystine Bouchard, MTA

Musicothérapeute en gériatrie CS des Affluents, Centre « La croisée », 2010

Les différentes étapes de notre vie nous amènent à revoir nos habitudes, nos goûts, l'organisation de notre espace et de notre temps. Dans le tumulte du travail, on pense peu à notre propre vieillesse. Et pourtant ! Qu'arrive-t-il lorsque la maladie s'empare de nous, qu'une malchance survient et que nos capacités et talents ne deviennent que souvenirs ? Cette situation n'est pas associée uniquement avec le fait d'atteindre 80 ans. La dignité humaine en prend alors pour son rhume. La dépendance et l'isolement estompent toute l'histoire personnelle, familiale et professionnelle de l'être humain en situation de perte d'autonomie.

Divers intervenants travaillent pour adapter du matériel à usage quotidien, pour maintenir et améliorer la condition physique, pour organiser, avec la famille, la nouvelle vie de la personne malade ou vieillissante. Pendant ce temps, cet individu reçoit les soins de base avec compassion, il peut participer aux activités du milieu de vie jusqu'à ce que son état lui permette.

En parallèle à tout cela, pendant qu'elle est assise dans son fauteuil gériatrique ou devant son déambulateur la personne semble écouter la télé est ouverte, une foule de gens passent devant la chambre et c'est rarement pour elle. C'est une situation de vie, c'est comme ça.

Arrivent alors les « intervenants à grosses valises » ! En musicothérapie, elles renferment des instruments de percussions faciles à manipuler (maracas, tube à pluie, tambour à vagues, blocs ou œufs sonores, xylophone, lames sonores ou tambour africain) ; du matériel choisi en fonction d'éviter l'infantilisation de l'individu âgé. Sur le chariot de la musicothérapeute: une guitare, une flûte, le cahier de chansons adaptées à l'âge de la clientèle mais aussi sélectionnées selon ses goûts, sa culture et ses préférences puis, des lingettes désinfectantes. Si la personne est alitée, l'intervention se déroulera à la chambre avant ou après l'intervention de groupe à l'étage.

Le but n'est aucunement de former des musiciens d'orchestre ou des choristes d'opéra, mais bien d'utiliser la musique comme véhicule de communication. Sans vous tracer tous les effets physiologiques et psychologiques que provoquent un son ou une chanson dans l'organisme humain, je souligne le pouvoir intégrateur de la musique qui fait en sorte qu'après tant d'années, on se souvient de la mélodie et des paroles d'un chant. Cette réminiscence enclenche tout un processus d'actions telles : augmentation du rythme cardiaque d'où un sourire ou un repositionnement du corps chez les personnes plus atteintes physiquement. Et c'est là que l'émotion surgit : **le plaisir pur**

et simple comme faire fondre un morceau de chocolat dans sa bouche. Le plaisir de partager un moment et un sentiment commun avec d'autres gens qui autrement ne se parlent pas nécessairement ; le plaisir de se rappeler un épisode de sa vie et le voir alimenté par les autres. Le plaisir de rire et de faire des associations qui mènent à d'autres chansons. Ce plaisir stimule l'éveil, l'attention, l'interaction, le bonheur d'être écouté et de s'exprimer. Si la personne ne peut utiliser sa voix pour parler ou chanter, elle a la possibilité de choisir un instrument de musique qui devient alors la parole, sa parole. L'isolement est ainsi brisé.

Les moments musicaux se déroulent dans le respect du rythme et des capacités de chacun. Tout passe par le jeu dans un contexte créé spécifiquement pour faire vivre la réussite, la satisfaction personnelle.

La rencontre est le pivot d'une séance de musicothérapie, mais elle doit être menée par un musicothérapeute ayant suivi une formation reconnue selon les normes de l'association de musicothérapie du Canada.

En fait, c'est la dignité humaine qui est ainsi considérée. Nous rencontrons, des enseignants, des agriculteurs, des employés municipaux, des mamans qui ont tout donné au foyer, des infirmières, des commerçants, bref tous les gens qui ont fabriqué à leur façon un épisode de l'histoire Lanaudoise et Québécoise. Pendant quelques heures par semaine, ces artisans de l'histoire reprennent vie et existent.
