

# Proposer des ateliers de médiation musicale en psychiatrie

**M**usicien, percussionniste et chanteur spécialisé en musique afro-cubaine, j'interviens dans diverses structures pour amener l'art dans les lieux où la création artistique n'a pas une place prédéfinie. Depuis douze ans, je propose dans des hôpitaux de jour en psychiatrie des ateliers « rythmes et voix ».

## Déroulement des ateliers

Les ateliers « rythmes et voix » sont prescrits aux patients dans le cadre de leur parcours thérapeutique. Un soignant, souvent un infirmier, est également présent pendant ces temps en tant que co-animateur. Il est ainsi garant du cadre de l'institution de soin, ce qui est fondamental pour créer une « enveloppe soignante » durant les séances, permettant aux participants de se saisir de manière plus libre de l'activité de médiation qui leur est proposée. Cela permet également au soignant d'avoir une lecture clinique des interactions et des comportements singuliers pendant l'atelier.

Les séances commencent par des échauffements et des étirements. Certains soignants peuvent se charger d'animer la première partie des ateliers s'ils le souhaitent. Lorsque cela se produit, je me place en tant que participant et observateur, ce qui me permet de « rêver » le groupe, et de voir comment la médiation est saisie collectivement et individuellement par chacun des participants. Ensuite, nous échauffons nos voix avec divers exercices. Puis, comme pour nous accorder, nous chantons un chant issu du corpus oral afro-cubain de manière répétitive.

En tant qu'intervenant, je possède une caisse à outils diversifiée, composée d'exercices et de jeux autour des aspects musicaux, dans laquelle je pioche. Cela me permet de répondre au plus près de ce qu'est le groupe et d'improviser les ateliers. Au cours de la séance, nous pouvons donc réaliser des jeux de rythmes, de voix ou de danse. Enfin, pour clôturer la session, nous entonnons collectivement un chant. Il est important de préciser qu'aucun résultat final ni aucune production ne sont attendus du groupe. Une attention particulière est mise à prendre soin du « désordre » inhérent à chaque personne plutôt que de prendre soin de l'ordre de la musique ou de son esthétique.

## Une expérience de socialisation

La manière dont les participants se saisissent de l'activité proposée au sein des ateliers raconte leurs capacités, leurs difficultés, leurs vulnérabilités et leurs forces. Aussi, il est intéressant de souligner que le groupe et les participants réagissent en fonction de comment les personnes se sentent avec elles-mêmes et avec les autres. Le contexte institutionnel et social dans lequel le groupe se trouve l'influence également fortement.

Au cours des ateliers, les participants se rencontrent et tissent des liens. La musique est amenée comme un outil socialisant dans un lieu clinique. Au fil des années, mes ateliers ont été épurés dans leur conception afin que les cliniciens puissent lire les matériaux cliniques d'un groupe ou d'un participant produits lors des ateliers. Le soupçon thérapeutique de l'atelier réside donc dans le fait de pouvoir, en tant qu'intervenant, comprendre le travail mené par les professionnels du soin présents dans l'institution, être en lien avec eux et leur livrer mes ressentis ainsi que l'éprouvé d'une séance.

## Créer pour exister et pour se reconnecter

La création permet d'exprimer ses rêveries, son désordre, ses fragilités, ses forces... afin de les confronter au monde et aux autres. Souvent, après avoir chanté en cœur, les participants me disent qu'ils ont eu l'impression d'être « partis loin ». Cette impression pourrait faire penser au fait de « partir » au plus profond de soi-même. Partir loin en soi, donc finalement pas si loin, juste « dedans », mais dans un « dedans » que l'on oublie parfois.

