

MÉDIATION SONORE EN BIENTRAITANCE

1

Dr Isabelle Marié-Bailly

Phoniatre au service ORL du CHR d'Orléans

Coordinatrice de la RCP Acouphènes

Directrice de formation de MUS'E

Secrétaire du RLS



² La MÉDIATION SONORE

Comment agissent les sons ?

Etre récepteur pour être émetteur

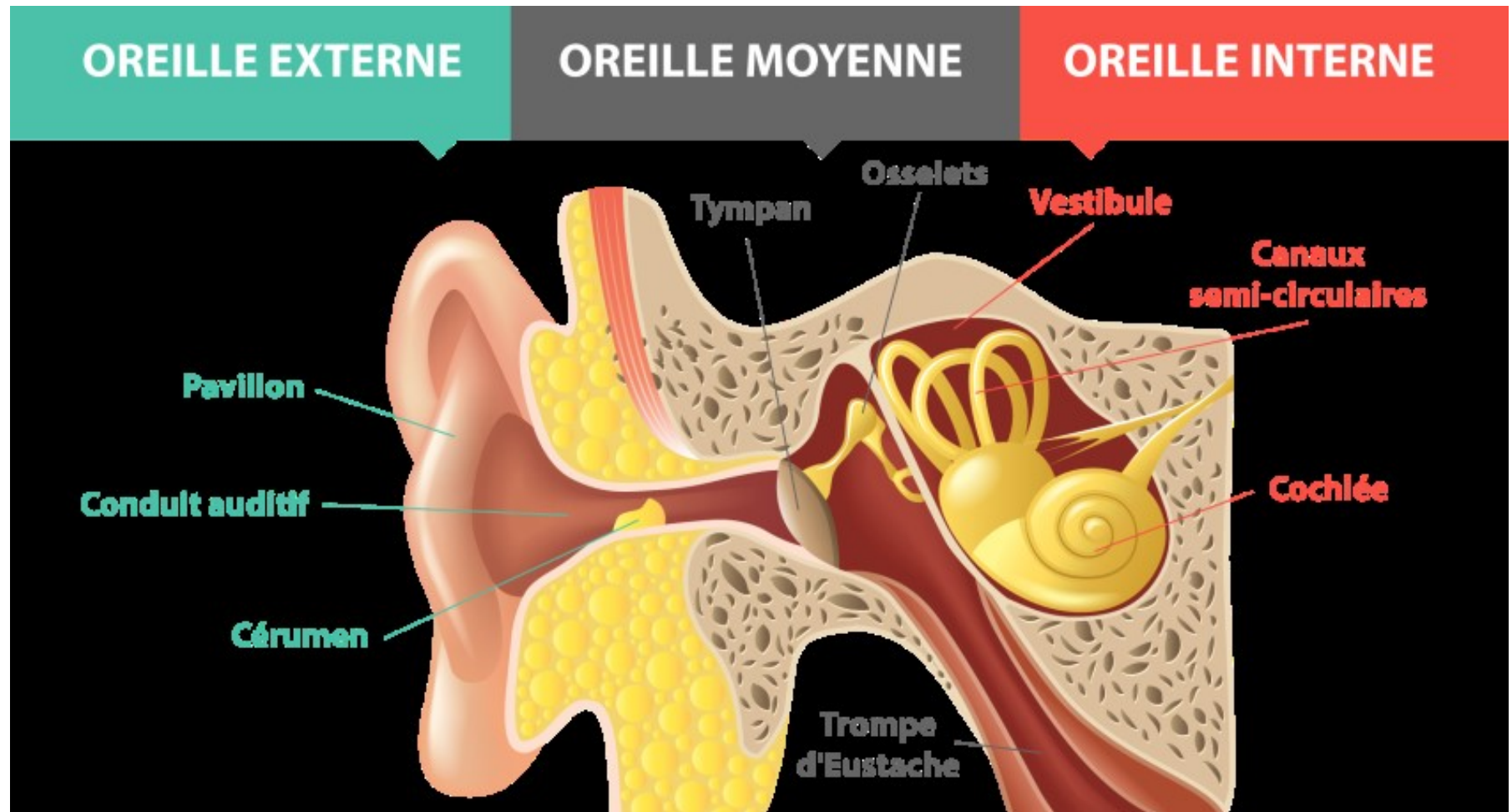
Voix, langage, chant, l'art de se dire

Musique au service de la relation

Expression de soi, créativité, résilience

ENTENDRE et Écouter

Comment agissent les sons?



LE SON

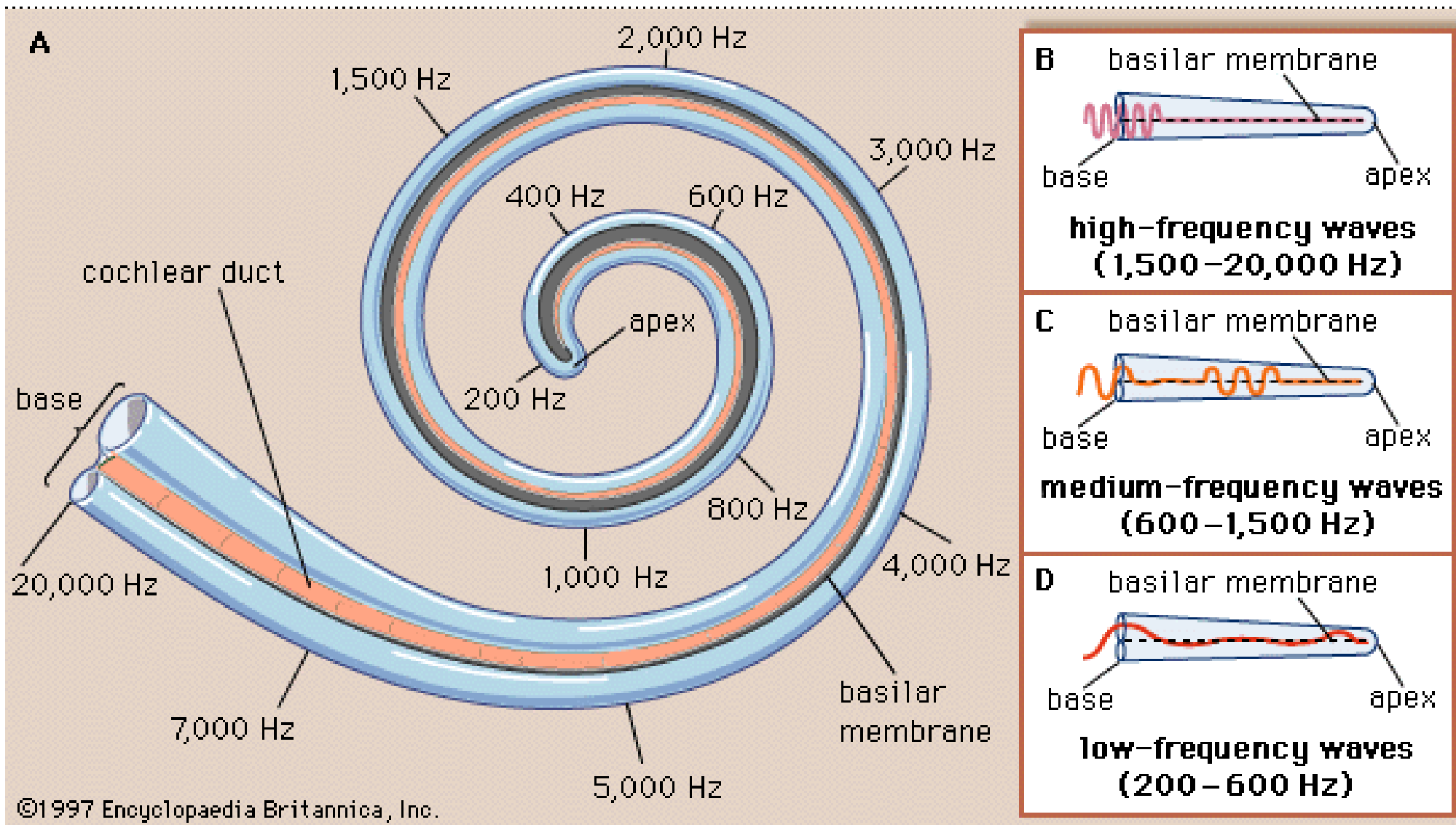
ENVELOPPE VIBRATOIRE

► Le son est une vibration qui se propage dans l'air plus ou moins vite

- Les infra-sons $< 20\text{Hz}$ et les ultra-sons $> 12\ 000\ \text{Hz}$
- Les basses fréquences, graves de 20Hz à 100Hz : donnent des sensations vibratoires intenses dans le bas du corps, les pieds, le bassin ; importance du rythme
- Les moyennes fréquences de 100Hz à 1000Hz : sont les mieux perçues et correspondent aux vibrations générées par les 2 cordes vocales
- Les fréquences aiguës de 1000Hz à $12\ 000\text{Hz}$ éveillent des sensations plus cérébrales



Tonotopie cochléaire



DÉVELOPPEMENT DE L'AUDITION



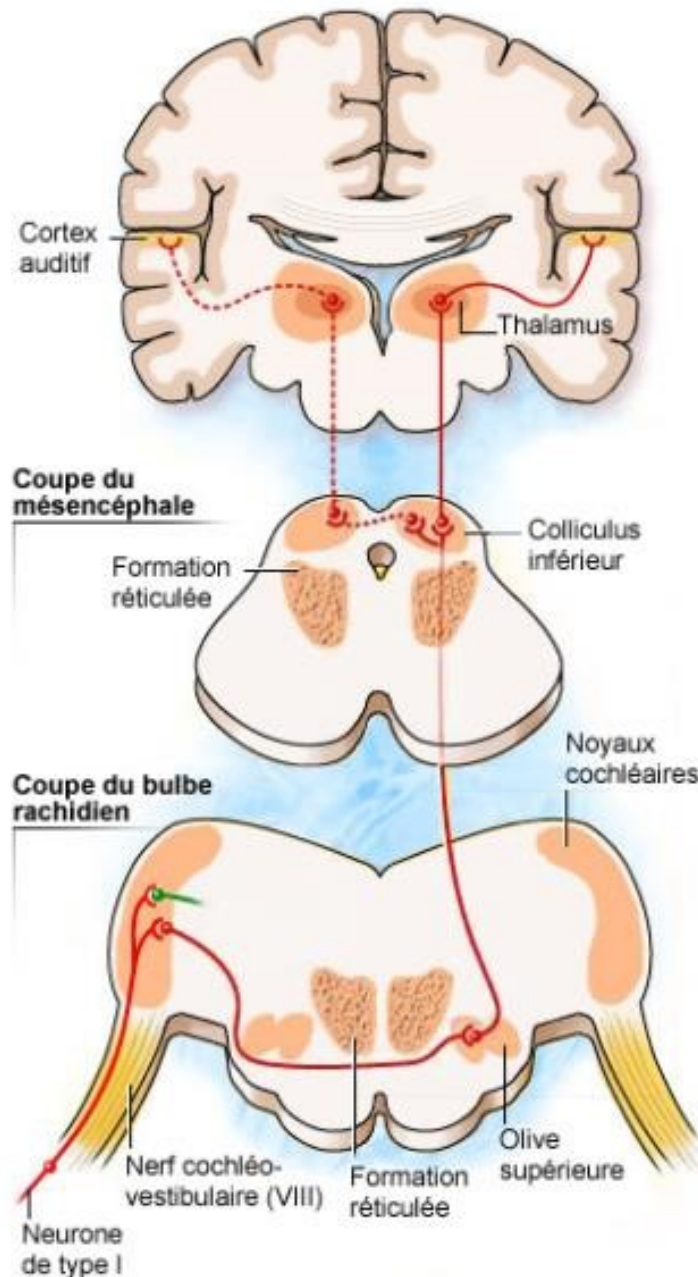
- ▶ **Organogénèse : enveloppe sonore**
 - ▶ Dès 6 mois : réponses aux fréquences graves intenses
 - ▶ imprégnation des sonorités musicales de la voix maternelle
 - ▶ Rythme régulier du cœur, bruits digestifs..

- ▶ **Naissance : lait de la voix maternelle**
 - ▶ réactivité innée plus grande aux aigus
 - ▶ oto-émissions abondantes à la naissance

Avoir l'ouïe fine = avoir l'oreille musclée : discrimination des sons

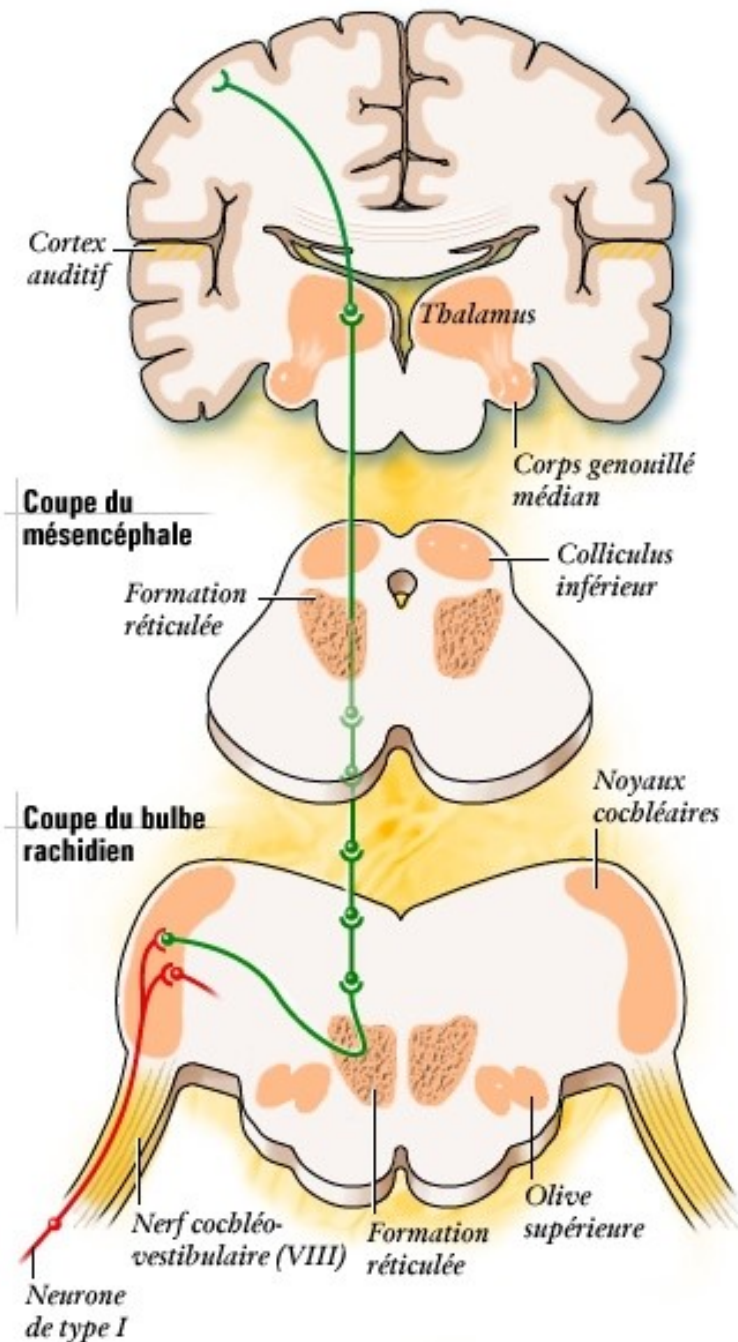
- ▶ **Enfance et plasticité cérébrale : miroir sonore**
 - ▶ aptitude à reproduire les sons par mimétisme, rôle du rythme
 - ▶ audition et élocution immature: liberté individuelle

Voies auditives primaires



- ▶ Analyse rapide
- ▶ Principalement rythmique
- ▶ Peu fréquentielle
- ▶ Langage +++
- ▶ Liens étroits avec les aires de la compréhension et de la parole

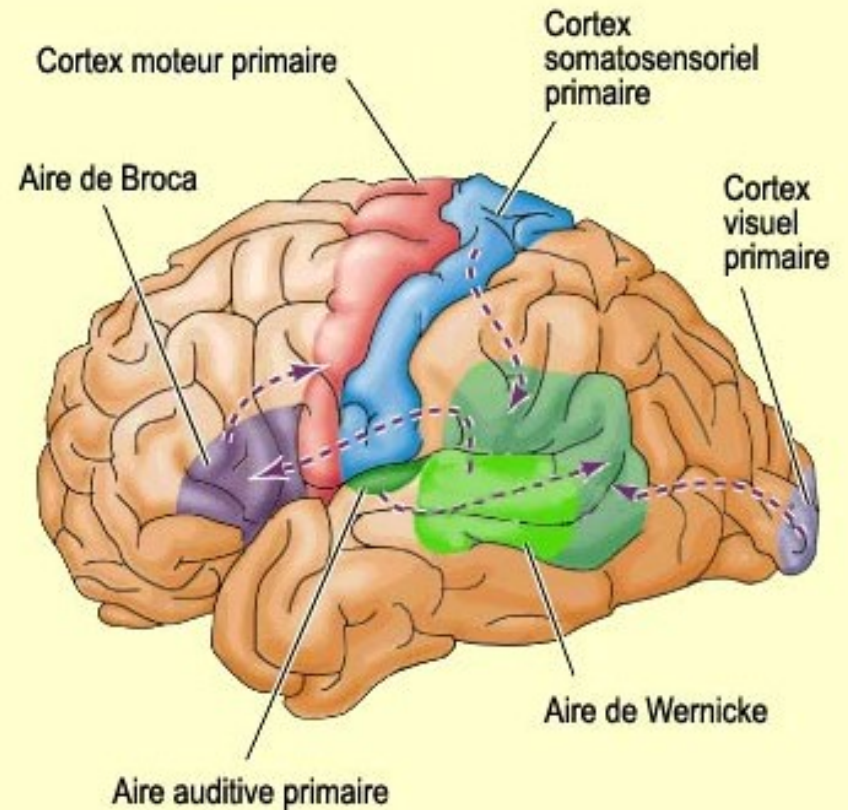
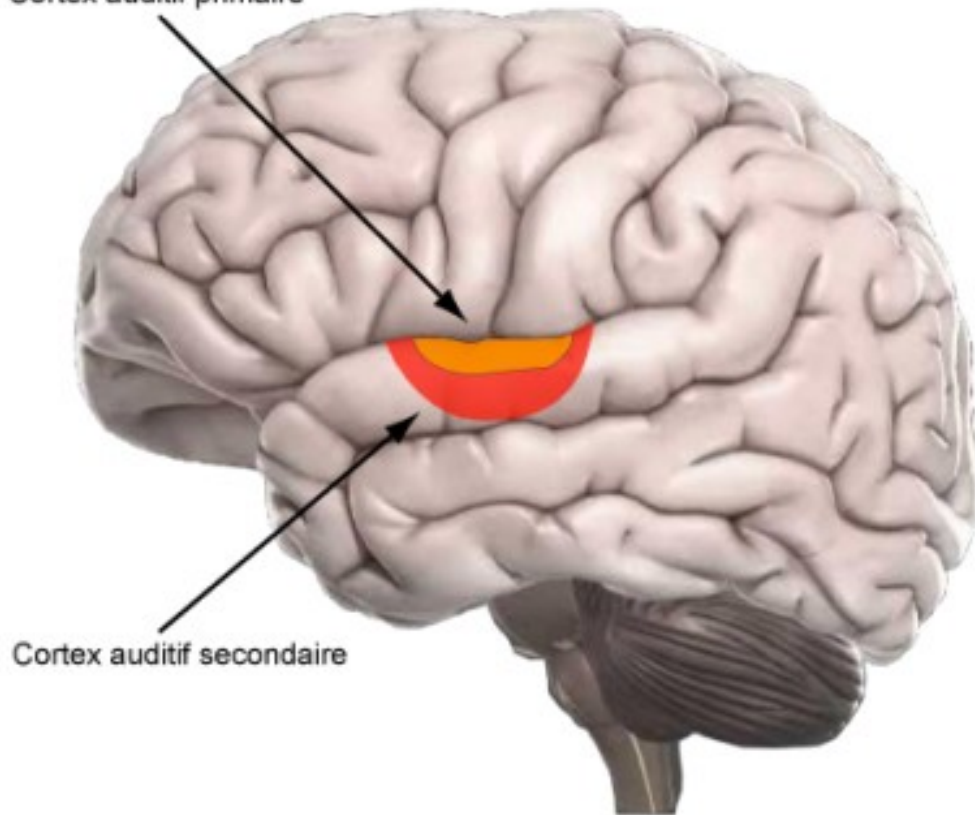
Voies auditives secondaires



- ▶ Voie réticulaire ascendante
- ▶ Commune à toutes les sensations
- ▶ Cortex polysensoriel
- ▶ Rôle dans la sélection des informations importantes
- ▶ Association

Aires auditives

Cortex auditif primaire



L'OREILLE EST UN ORGANE de VIGILANCE

- ▶ Ecoute consciente et inconsciente
- ▶ Oreille directrice

▶ Les 3 cerveaux humains :

▶ Cerveau rationnel

- ▶ Intellectuel
- ▶ Langage

▶ Cerveau intermédiaire

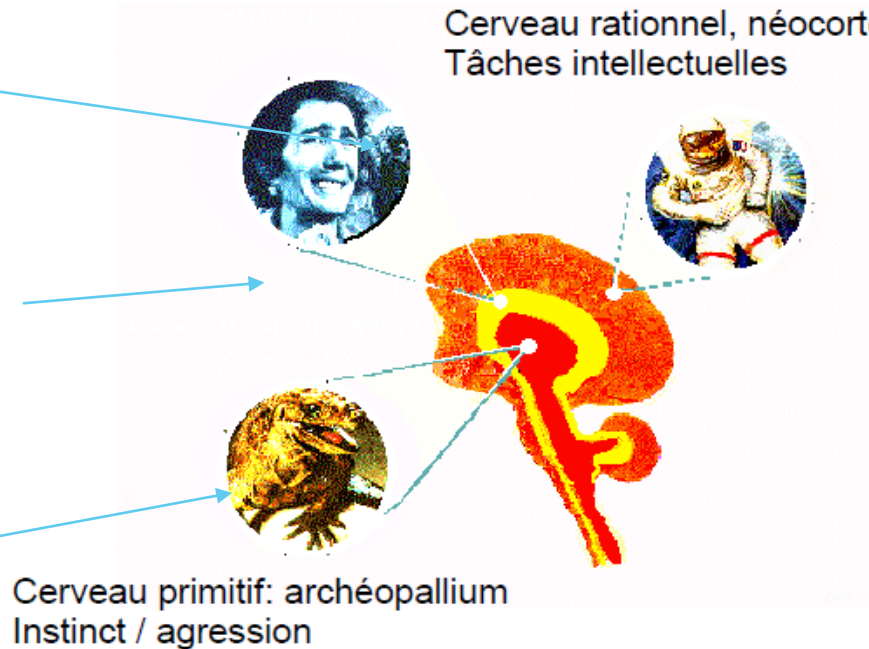
- ▶ Émotions
- ▶ Système limbique

▶ Cerveau primaire

- ▶ Instinct
- ▶ Agression

Cerveau intermédiaire: palléopallium
Système limbique / émotions

Cerveau rationnel, néocortex : néopallium
Tâches intellectuelles



Récepteur et émetteur

MEDIATION SONORE



ENTENDRE et ÉMETTRE les SONS



► L'oreille, organe phonatoire

- Bien parler ou chanter suppose de bien entendre
- Zones de sensibilité de l'audition et de codage du langage identiques : entre 500 Hz et 4000 Hz

► Contrôle de l'audition de sa voix

- **Audition externe** : boucle courte et boucle longue

Les sons aigus plus directifs sont mieux perçus

- **Audition interne** : par voie osseuse :

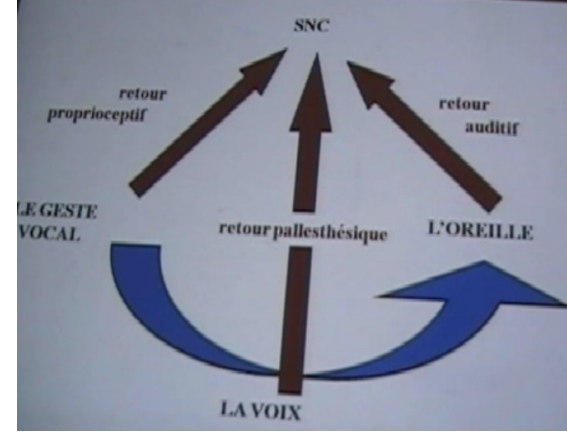
Perception assourdie donne la sensation désagréable de ne pas reconnaître sa voix enregistrée

La boucle audiophonatoire

- ▶ Nous parlons et chantons avec nos oreilles
- ▶ Toute altération qui frappe l'audition se transmet sur l'émission vocale
- ▶ Notre voix reflète la manière dont nous écoutons :
 - ▶ tournés vers l'intérieur
 - ▶ ou ouverts ... !



La boucle audio sensitivo phonatoire



- ▶ Tout le corps participe à la production vocale :
 - ▶ Connaissance de son schéma corporel vocal
 - ▶ Sensations des vibrations palesthésiques et proprioceptives du geste vocal
- ▶ Paramètres psychiques :
 - ▶ Concentration
 - ▶ capacité d'analyse sensorielle
 - ▶ Conscience de soi, auto-contrôle,
 - ▶ écoute du son et de soi
 - ▶ Rapport à l'autre, à l'espace

La boucle audio socio phonatoire

► Apprentissage personnel et construction sociale du geste vocal

« Qu'un choc affectif surgisse et le monde sonore devient douloureux, pénible. Que l'on entende mais que l'on écoute plus, voilà une défense possible.

L'oreille se désadapte, elle reprend sa fonction première, celle de la défense, celle qui avertit du danger, celle qui précède la remontrance, la réprimande que l'on estime injustifiée. »

Claire Gillie



La boucle audio socio phonatoire

Diaphragme auditif sélectif

► Facteurs environnementaux

- Voix maternelle et de la tribu familiale
- Voix éducatives
- Le silence, les bruits, la musique...

► Facteurs psychologiques

- Écoute intérieure, émotionnelle
- Entendre et écouter

► Mémoire du geste vocal

- essence proprioceptive et vibratoire



Voix, chant, langage l'art de se dire au monde

LA MEDIATION SONORE



LA VOIX

Un entre-deux qui relie !



La voix se trouve décrite entre :

Nature et culture

Corps et langage

Parole et musique

Entre l'intimement personnel et le profondément social

Symbole de la condition humaine

et marque de l'identité individuelle,

"raisonnance" et "résonance"

VOIX, LANGAGE, LANGUE, MOT

► La voix a créé l'homme.

L'espèce pré-humaine qui est devenue l'homme n'a pu faire le saut de l'humanisation que grâce à sa voix.

La voix a permis le langage. Le langage a fait l'homme.

Si on ne peut répondre à la question : " Quand apparaît le langage ? ", au moins peut-on se demander :

" Pourquoi apparaît-il ? Pourquoi l'enfant se met-il à parler ? "

► Parler répond au besoin fondamental, indispensable à la survie de l'homme, de communiquer avec l'autre

Le langage est le moyen de vivre ensemble, de ne pas mourir, en entrant en relation.



LA VOIX CONSCIENCE



Entre Parole, Chant, Cri et Silence

- ▶ **La voix est la conscience**, dit Derrida
l'histoire de la conscience est inséparable de l'histoire de la voix
- ▶ **Quand la voix vient à manquer**,
quand elle devient symptôme,
quand elle est "perdue", qu'elle "se casse",
elle dit l'impossibilité de se dire Soi,
l'incommunicabilité de ses ressentis et de ses émotions.

LA VOIX QUI DÉVOILE

Le larynx est une zone d'étranglement sensible au danger, pouvant retrouver sa fonction sphinctérienne

- ▶ Le symptôme, ressenti corporel de l'organe phonatoire

"Ça coince, ça serre" "Rien ne sort, ça reste là"

"Je sens une boule, j'ai plein de glaires qui me gênent"

"J'ai la gorge sèche, ça brûle"...

- ▶ L'émotion plus ou moins consciente



"Je dois tout contrôler" "il ne faut pas que je pleure"

"on n'ose pas parler " "Ça me stresse !"

"plein de truc que je ne peux pas dire" "Je me sens nul !"

LE TIMBRE DE LA VOIX

Comment les autres l'entendent ?



- ▶ En parlant ou en chantant, nous faisons entendre notre voix avec un timbre et une articulation plus ou moins clairs,
 - ▶ rendant nos paroles plus ou moins compréhensibles
 - ▶ et son écoute plus ou moins agréable à entendre !

- ▶ Sensations suggestives en relation avec
 - ▶ notre expressivité, nos émotions
 - ▶ la liberté et l'ouverture de notre espace de résonance

LE TIMBRE DE LA VOIX

Que dit-il de nos émotions ?

Que dit-il de la relation à nous-même ?



Cercle vertueux

Position euphonique de la voix = BIENVEILLANCE

↑ "J'écoute mes besoins" → BIENTRAITANCE → RESILIENCE ↓
" Je lâche prise, J'accueille et nomme mes émotions, je parle"

Cercle vicieux

Forçage vocal = Malmenage = AGRESSIVITE

Stress, Colère, Angoisse, Peur, Culpabilité, Fatigue, Isolement

↑ "Tu dois, Il faut, Tu es nul! " → AUTO-MALTRAITANCE ↓
"Je ne peux rien dire " MALTRAITANCE sur autrui

Musique au service de la relation L'art de l'accordage

LA MEDIATION SONORE



La Médiation Musicale dans le cadre du SOIN



- ▶ l'Art de l'écoute active, empathique et bienveillante
- ▶ Depuis quand existe la musicothérapie ?
 - ▶ Depuis les origines, l'homme utilise la musique pour son bien-être.
 - ▶ La musicothérapie apparaît au 20ème siècle.
- ▶ Impact de l'univers sonore et musical sur la vie affective et émotionnelle
 - ▶ La musique et le temps.
 - ▶ Le repérage dans son histoire des liens entre musique et événements.
 - ▶ L'impact de la voix humaine chantée et l'importance de la chanson.

MUSICOTHÉRAPIE

Définition



- ▶ La musicothérapie est l'utilisation du son et de la musique, sous toutes leurs formes, comme
 - ▶ moyens d'expression, de communication,
 - ▶ de structuration de la personnalité,
 - ▶ et d'analyse de la relation.

- ▶ Elle s'inscrit dans un cadre
 - ▶ soit clinique (psychothérapie),
 - ▶ soit psychopédagogique et social.

MUSICOTHÉRAPIE

Publics et modalités



- ▶ Elle est pratiquée à tous les âges,
 - ▶ Handicap physique et/ou psychique, dépendances,
 - ▶ Troubles de la communication, autisme, maladie Alzheimer
- ▶ En individuel ou en groupe.
- ▶ Il existe de nombreuses techniques qui utilisent
 - ▶ soit l'écoute de musiques : musicothérapie réceptive,
 - ▶ soit la pratique musicale : musicothérapie active,
 - ▶ soit une combinaison de ces deux formes.

MUSICOTHÉRAPIE et BIEN-ÊTRE

En quoi la musique a-t-elle un effet bien-être ?

- ▶ Développement et maintien de la capacité d'écoute et de concentration.
- ▶ Evocation de l'histoire personnelle et de ses jalons musicaux.
- ▶ Maintien ou restauration de la communication avec les autres.
- ▶ Optimisation de l'image de soi par l'expression et la créativité.

MUSICOTHÉRAPIE EN GÉRIATRIE

Effets thérapeutiques de la musique chez les patients atteints de démence

- ▶ Ouverture corporelle et psychique
- ▶ Diminution de l'anxiété et de l'agitation motrice
- ▶ Activation et stimulation
 - ▶ des fonctions mnésiques, de la mémoire émotionnelle.
 - ▶ des fonctions motrices globales et fines
 - ▶ de la coopération dans les soins et du rythme veille/sommeil.



MUSICOTHÉRAPIE EN GÉRIATRIE

Impact d'un atelier chant sur le comportement de personnes âgées démentes :

- ▶ Impact physique :
 - ▶ détente corporelle, ouverture respiratoire
 - ▶ agilité de l'espace de résonance, articulation
- ▶ Activation des fonctions cognitives :
 - ▶ mémoire émotionnelle, apprentissage de nouveau chant
 - ▶ reconnaissance identité vocale sur enregistrement
 - ▶ jeux des assonances, rimes et rythmes, créativité ...

Expression de soi
Créativité

Résilience
Bientraitance

LA MEDIATION SONORE



Expression de soi, Voix et émotions

- ▶ La voix qui dévoile et le chant résilience

- ▶ En cours de chant : découverte du Corps-Voix

Dire "Je "



de la parole au chant



- ▶ En consultation de phoniatrie : 2 chansons, 2 voix

Voix éteinte ou radieuse, chanson triste ou joyeuse



- ▶ La voix vibration, enveloppe sonore sécurisante

- ▶ En accompagnement de musicothérapie en duo

- ▶ douceur et profondeur du timbre vocal

- ▶ Complémentarité de l'aigu et du grave ;
féminin, masculin



Expression de soi, Voix et émotions

Improviser

Chanter la langue de
l'autre

Communier en rythme
et résonance

Partage

Confiance

Authenticité

Reconnaissance



**Jouer ENSEMBLE
AVEC nos différences**

GRAND CHANTIER



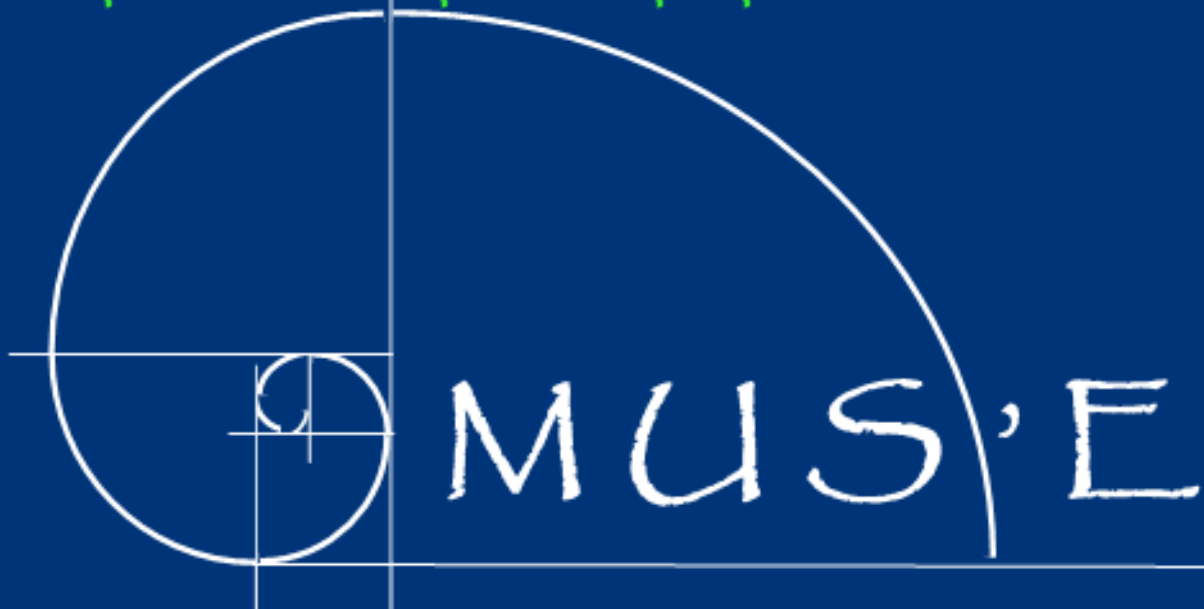
AU REVOIR

Rendez-vous
à l'ERTS

ASSEMBLEE
GENERALE
de MUS'E

Vendredi
23 Mars

Un petit air de printemps près d'Orléans



17^{ème} Impromptu Vocal

JEUX de VOIX

Que disent nos voix parlées et chantées
de nos statuts et de nos postures
intimes et professionnelles ?

Stage Tout Public
muse45.org
06 76 02 62 44

Samedi 24 Mars
ERTS d'Olivet