

ROCK *et* CINÉMA au service des patients

Jouer dans un groupe de rock, interpréter une chanson, se laisser imprégner par un film... Ces nouvelles formes de thérapie font leur apparition dans des centres de soins.

On connaissait les médiations classiques en art-thérapie : la peinture, le modelage, la danse, le théâtre... Mais voilà qu'apparaissent de nouveaux supports thérapeutiques plutôt inhabituels dans l'univers psychiatrique. Au Centre Neuro Psychiatrique de Dave, en Belgique, l'éducateur Quentin Dabe a ainsi

en vue d'un retour progressif à la vie sociale. À l'atelier *MusicPlay*, la plupart d'entre eux s'exercent au chant, accompagné de Quentin à la guitare et d'un collègue infirmier à la batterie. Ceux qui maîtrisent un instrument peuvent intégrer le groupe, comme récemment un patient pianiste et un second batteur. D'autres encore ont écrit des textes que le groupe s'efforce d'intégrer au répertoire.

brasser une large palette de sentiments : la colère, le défoulement ou la joie pour le métal, la tristesse, la nostalgie ou la détente pour les morceaux plus softs», explique l'éducateur. L'atelier permet ainsi d'extérioriser des ressentis, mais également de travailler sur la confiance et l'affirmation de soi.

Le groupe a enregistré un premier album l'année dernière, essentiellement composé de chansons en karaoké, et travaille actuellement à la réalisation d'un second disque de 15 titres, joués cette fois-ci par ses membres en personne. « *Les patients sont très en demande de se produire, de montrer ce qu'ils font. C'est vraiment quelque chose qui les booste*, précise Quentin Dabe. *Nous avons déjà joué lors de colloques et de rencontres inter-établissements. Maintenant, nous cherchons à sortir du contexte institutionnel. En 2020, nous avons prévu de jouer aux fêtes de la Wallonie à Namur et dans une fête de la musique à l'extérieur.* » Car l'objectif à long terme est bien entendu le retour à une vie en milieu ordinaire, tout en continuant d'être soutenu par des structures ambulatoires extérieures à l'hôpital. « *Nous avons accueilli au sein de l'atelier un patient qui était complètement renfermé, il ne disait*

Le rock permet de brasser une large palette de sentiments : la colère, le défoulement, la joie, la tristesse, la nostalgie ou la détente.

monté un atelier rock qui vise plus particulièrement l'interprétation musicale, voire la composition ou l'écriture. Il accueille trois fois par semaine un groupe de six patients pour jouer et chanter ensemble. Au répertoire : Johnny Hallyday, Jean-Jacques Goldman, Jacques Dutronc, Michel Polnareff... À ces patients qui ont tous suivi un long parcours psychiatrique, l'unité qui les accueille propose une forme de passerelle,

UN GROUPE DE ROCK COMME DANS « LA VRAIE VIE »

« *Notre but n'est pas d'accomplir une performance, mais plutôt de prendre du plaisir ensemble et d'amener chacun à se dépasser. On veut former un groupe de musique comme dans « la vraie vie », où la dimension soignant/soigné n'existe plus* », explique Quentin Dabe. Pourquoi le rock ? « *Parce que ce genre permet de*



Le punk adoucit les mœurs

Les effets bénéfiques d'une simple écoute musicale sont attestés par des recherches, même lorsqu'il s'agit de musiques à consonance plutôt agressive. La psychologue australienne Leah Sharman a ainsi testé l'effet de 10 minutes d'écoute de musiques « extrêmes » (métal, hardcore, punk,...) sur un panel de 39 personnes amateurs de ces styles musicaux (1). Résultat : plutôt que de les rendre plus hostiles, ces morceaux ont permis d'abaisser leur niveau de stress et d'augmenter leurs émotions positives.

M. O.

Source : L. Sharman et al., « Extreme metal music and anger processing », *Frontiers in human neuroscience*, 9, 272, 2015

rien et n'interagissait avec personne, se souvient Quentin Dabe. Petit à petit, en venant à l'atelier, il s'est mis à chanter, et a commencé à vouloir faire des concerts. Aujourd'hui, il a son propre appartement à l'extérieur et s'est inscrit dans une école de musique. C'est vraiment grâce à la musique qu'il a réussi à sortir de sa bulle et aller vers le monde extérieur. Pour un autre patient avec des problèmes d'alcool, le fait de taper sur la batterie lui a permis de se décharger de ses ressentis négatifs et de ne plus penser à boire. »

LE GRAND ÉCRAN POUR DONNER DU SENS À LA VIE

Au-delà de la musique, le septième art, peut, lui aussi servir de déclic dans certaines situations. À l'hôpital de jour pour enfants Perreau de Grenoble, les soignants ont instauré un ciné-club un vendredi après-midi par mois. À cette occasion, un vidéaste vient projeter un film qui permet d'ouvrir sur des échanges avec des enfants parfois très fermés à la relation. « Ce n'est pas le film en lui-même qui est thérapeutique, mais les échanges qu'il amène, explique Pernelle Coupier, infirmière. Les enfants ont besoin de supports concrets pour échanger. Nous avons vu des enfants, qui habituellement ne parlent pas, poser plein de questions pendant et après le film. Les Temps modernes [NDLR : film muet de Charlie Chaplin de 1936 sur les évolutions du monde du travail] est un film qui les a vraiment captivés, par exemple. Ils ont beaucoup questionné les différences observées par rapport à notre époque. »

Mais ce support fonctionne aussi très bien chez les adultes. Au Centre de soins en addictologie La Gandillonnerie, à Payroux, dans la Vienne, la vidéothérapie fait partie des médiations thérapeutiques utilisées. Chaque lundi après-midi, un film est projeté sur grand écran, et suivi d'une discussion avec les patients animée par un médecin

alcoologue. « Nous avons par exemple projeté *Un Singe sur le dos* [NDLR : film de Jacques Maillot de 2009 sur le parcours d'un homme alcoolique qui a tout perdu et tente de se reconstruire], explique Michel Jarassier, cadre de santé. Ce type de film permet aux patients de s'identifier, et d'aborder parfois plus facilement des faits de violence qui se sont produits lorsqu'ils étaient alcoolisés. C'est un appui pour favoriser la prise de conscience et les échanges »,

Pour la scénariste et réalisatrice Nathalie Fauchoux, le cinéma permet « aux émotions enfouies de refaire surface et de créer une mise en abîme. Il ordonne et donne du sens », écrit-elle dans *Cinéthérapie* (1). Les films peuvent alors « nous apporter une vision plus claire de nous-mêmes. » Nous ouvrir les yeux, mais également « mettre le doigt sur des blocages ou des problèmes dont nous ignorons jusqu'alors l'existence. » C'est dans ce sens que le cinéma peut se révéler un « puissant outil thérapeutique », écrit encore Nathalie Fauchoux. À condition d'accepter un temps de plonger dans une autre réalité et de se laisser porter par ses émotions. Et pour cela, rien ne vaut l'ambiance d'une salle obscure avec un grand écran...

Marc Olano

1) Enrick B. Éditions, 2019.