

Musicothérapie

La musique, une forme de thérapie complémentaire ?

Médecine alternative : harpe, lyre et compagnie..., des remèdes contre les maladies cardio-vasculaires et pour aider à diminuer le stress des patients lors des séances de soins intensifs ? L'idée d'utiliser la musique comme soutien aux soins pour faciliter la vie des patients et les soutenir dans la voie de la convalescence (dimension psychosociale de la thérapie) gagne de plus en plus d'importance dans le monde. Et, depuis le 1er juillet 2009, l'Autriche est le premier pays européen à statuer clairement sur la musicothérapie. C'est donc l'occasion de faire un tour d'horizon de ce domaine en Autriche.

=> Législation:

Le conseil national autrichien avait créé une loi concernant la musicothérapie en juin 2008. Cette loi est entrée en vigueur le 1er juillet 2009. L'Autriche est ainsi le premier pays européen à reconnaître (et revendiquer) la musicothérapie comme une forme de thérapie autonome, scientifique et artistico-créative. Si la musicothérapie joue avant tout un rôle de prévention, elle permet aussi de traiter certaines maladies chroniques telles que l'hypertension, la migraine, la dépression ou la maladie d'Alzheimer. Elle aide aussi à la réhabilitation et à la promotion des compétences sociales. La loi du 1er juillet 2009 vient (enfin) statuer clairement sur les normes de formation des musicothérapeutes et de pratique de la musicothérapie en Autriche.

=> La Basse-Autriche, moteur de la musicothérapie en Autriche:

La région de Basse-Autriche (Land Niederösterreich) soutient depuis des années la recherche sur l'utilisation des effets de la musique comme thérapie. Elle est un terrain fertile pour les musicothérapeutes dont la majorité (80%) y est installée ainsi que dans la région de Vienne (Land Wien).

En 1999, un Institut d'ethno-musicothérapie a été créé sous l'impulsion du musicothérapeute Gerhard Tucek dans la région de Waldviertel (Basse-Autriche) et dans le cadre du projet pilote "humanisation des soins intensifs" actuellement mené en collaboration avec l'hôpital public (Allgemeines Krankenhaus [AKH]) et l'Université de musique et d'art du spectacle (Universität für Musik und darstellende Kunst) de Vienne.

Toujours dans le Waldviertel, le Centre psychosomatique de Eggenburg vient d'entamer depuis peu l'étude clinique de la musicothérapie.

=> But et effets de la musicothérapie:

De toutes les études et de tous les projets, le but principal de la Basse-Autriche est de promouvoir l'utilisation de la musique et de ses bienfaits pour une meilleure qualité de vie. La musicothérapie soutient le processus thérapeutique en agissant sur le système

nerveux végétatif. Le but principal d'une thérapie est, à travers les effets de la musique, de rétablir la variabilité vitale du rythme cardiaque et de permettre aux patients atteints d'un stress chronique de retrouver un rythme cardiaque régulier tout en conservant une zone de fluctuation rapide.

Selon le Professeur d'Université Klaus-Felix Laczika, vice-directeur médical de la station de soins intensifs de la clinique universitaire de médecine interne de l'hôpital public de Vienne, l'homme est en meilleure santé d'autant que sa capacité à modifier son rythme cardiaque avec son souffle est grande. A travers la communication, le musicothérapeute aide le patient dans cette tâche. Le patient est alors plus calme, plus détendu et ainsi mieux disposé à subir les soins que le traitement lui impose.

Selon Gerhard Tucek, la musicothérapie est un bon moyen de réduire la peur et l'anxiété. Bien sûr, l'utilisation de la musicothérapie dépend naturellement des goûts de chaque patient. Un dialogue préliminaire avec celui-ci est donc nécessaire.

Klaus-Felix Laczika est convaincu des vertus thérapeutiques de la musique de Jean-Sébastien Bach. Concrètement, le musicothérapeute vient à l'hôpital deux fois par semaine avec différents instruments (harpe, lyre) et fait de la musique avec les patients. Beaucoup de patients prennent part à la musique en bougeant, chantant etc. raconte-il avec enthousiasme. En dehors de cet enthousiasme, l'effet physiologique de la musique sur le rythme cardiaque du patient est mesuré à l'aide des appareils de recherche destinés à apprécier le stress. Le rêve de Laczikas serait de réduire les besoins de sédatifs ou d'analgésiques des patients grâce à la musicothérapie. Quelques expériences dans ce domaine ont déjà été menées avec les patients.

=> Activités de recherche:

L'impulsion des recherches interdisciplinaires sur la musique et le cerveau a été donnée en Autriche en 1973 pendant "l'été de Carinthie". Toutefois, l'utilisation de la musicothérapie au sein d'Institutions médicales telles que l'AKH était encore inconcevable il y a quelques années. La recherche dans ce domaine s'est avant tout développée aux Etats-Unis, en Angleterre, au Japon, en Australie mais aussi en Allemagne et en Italie.

Ce n'est que suite à la publication à New York d'un article sur "l'effet Mozart" que l'Autriche a retenu une attention particulière pour le thème des relations de la musique avec la santé mentale et physique. Et, en 2003, à Vienne, l'I.M.A.R.A.A. (International Music and Art Austria Research Association) fût fondée en tant qu'association d'Institutions autrichiennes, dont le but est d'explorer l'impact de la musique en médecine et dans l'éducation.

De son côté, l'Université de médecine de Salzbourg a lancé, dès 2003, un vaste programme de recherche concernant les applications médicales de la musique. Sous la direction générale de Vera Brandes, des études scientifiques et cliniques pouvant comprendre jusqu'à 200 patients, examinent les effets de la musique dans un processus médical thérapeutique. Les résultats publiés et internationalement reconnus montrent une amélioration de la variabilité de la fréquence cardiaque et des effets positifs dans le

traitement du syndrome de "burn-out" et de la dépression. De même, il a déjà été montré que la musique diminue sensiblement et durablement l'hypertension.

Julien Bouasria

Lu 4309 fois

Tags : [musicotherapie](#), [musicothérapie](#), [psy](#), [psychotherapeute](#), [psychotherapeutes](#), [psychotherapie](#)