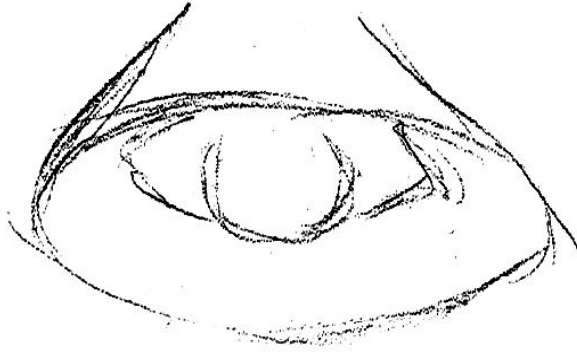


Jérémy BIGOT



Léon

Sommaire

- Prologue d'une psychologue	P 7
- Introduction	P 10
- Avant-prénoms	P 13
1. Des lieux et des vies	P 14
a. Des lieux	P 14
- Pôles d'Activités et de Soins Adaptés	P 14
- Le CANTOU	P 15
b. Des vies	P 15
- les personnes âgées	P 15
- La famille, les proches	P 16
- Une équipe pluridisciplinaire	P 16
2. L'éthique et l'étiquette	P 18
a. L'étiquette	P 18
- la maladie d'Alzheimer	P 18
- Les maladies apparentées	P 18
b. L'éthique	P 19
3. Communication et expression	P 20
a. Communication	P 20
b. Expression	P 21
4. Atelier musique ou musicothérapie ?	P 21
a. Atelier musique	P 21
b. La musicothérapie	P 23
- Interludes	P 25
. Tout n'est qu'illusion...	P 26
. Mamou	P 27
. Des mots, des moi	P 28
- Prénoms	P 29
. Léon	P 30
. Raymond	P 31
. Paulette	P 33
. Louise	P 35

. Micheline	P 36
. Jeanne	P 38
. Didier	P 40
. Solange	P 42
. Isabelle	P 43
. François	P 44
. Marie-Thérèse	P 45
. Denis	P 46
. La valse des prénoms	P 47
. Jérémý	P 48
- Epilogue provisoire	P 49
- Remerciements	P 51
- Bibliographie	P 52

Prologue d'une psychologue

À la lecture de ces écrits, un souvenir qui m'habitait à mon insu revenait à la surface. Son émergence n'était pas un hasard, peut-être éveillé également lors d'un de mes passages dans un des établissements pour personnes âgées dépendantes où je travaille. Mon attention fut portée par cette musique, je me suis retrouvée sans même en prendre conscience, debout, immobile, à me laisser envahir de la musique, de tout ce qu'elle dégageait autour. Ils étaient là, autour d'un musicien, ils étaient animés, le regard présent et absent à la fois mais tellement là et tellement loin. C'était indescriptible. Au-delà de tout entendement, nous étions là, tous ensemble et si loin des uns des autres, je m'y trouvais bien.

Il me semble que cet évènement, la rencontre, m'a éveillé ce souvenir : mon père aimait « jeux interdits », je l'avais oublié. La musique me revient, rien que par l'émergence de ce souvenir, je peux l'entendre au loin, au plus profond de moi.

L'émergence de cette musique me fait sourire... Si mon père avait le bonheur de rencontrer une guitare, il lui fallait que peu de temps pour demander à son propriétaire de lui jouer « jeux interdits ». De mes yeux d'enfants, je le regardais, il était comme transporté, jaillissait de lui une forte émotion que je ne lui connaissais pas. Oui, mon père était un homme plutôt introverti, parlait peu de lui, de son lien à l'autre, les mots lui manquaient peut-être, l'émotion aussi parfois. Face à Léon, l'accordéon, je pense avoir approché et touché du bout des doigts l'émotion de mon père, il y a de ça vingt ans.

Mon père avait su trouver cette musique « jeux interdits », elle faisait résonance à sa petite musique individuelle. Pris dans son histoire personnelle, sa petite musique individuelle déployait sa mélodie selon sa tessiture propre, à l'intérieur d'un concert dont la construction d'ensemble lui échappait.

Chacun affronte selon sa manière singulière et unique les méandres de ce qu'il lui est donné d'éprouver. La traversée ne s'accomplit pas n'importe comment. Chacun, toutefois, tente de trouver peu à peu le ton juste pour les sons dont il est porteur.

Jérémy le sait, si certaines « petites musiques » se ressemblent, elles n'en sont pas pour autant identiques. Chacune est unique... Les petites musiques qui nous représentent, souvent à notre insu, portent témoignages de nos identités propres.

Des paroles viennent alors porter témoignage que nous avons mal et qu'il n'y a plus grand-chose à dire. Ces paroles sortent du fond même de l'être. Elles

révèlent de l'incomplétude, des failles, des doutes, mais aussi, étrangement, de l'espérance.

Elles témoignent de forces qui nous habitent et qui nous poussent à ne pouvoir cesser d'être des « témoins de vie » tant que celle-ci nous anime et maintient notre existence à ce qui ne cesse d'en déranger le cours. Ainsi les vieux sont-ils souvent, paradoxalement, des « témoins de vie ».

Et ce vieillard, c'est nous...

Merci à toi Jérémy,

Sandrine LE COTONNEC

Introduction

« Y'a tout à l'heur'
Quinze ans de malheur
Mon vieux Léon
Que tu es parti
Au paradis
D'l'accordéon... »
Georges Brassens

Dans le travail basé sur la relation auprès de personnes âgées, je dois reconnaître que Léon fut le partenaire idéal pour instaurer la communication.

Ce petit accordéon fut le lien privilégié du travail que des structures d'accueil pour personnes âgées dépendantes m'ont permis de mettre en place.

Mais il n'est pas si simple d'écrire, de décrire ce travail. Comment faire passer dans des mots la complexité des relations humaines qui se jouent dans cet éternel présent ? Comment résumer une vie, un accompagnement ? Quels « outils » peuvent être utilisés ? Quelle philosophie accompagne ma pratique ? Ai-je fait de la musicothérapie ou de la musique ?

J'ai tourné la forme dans tous les sens, il n'y a que la perspective de Léon qui m'a permis de faire émerger le fond.

Je débiterai donc en guise d'avant-propos, un avant-prénoms où il sera question du cadre général de mes interventions. Je parlerai dans un premier temps des lieux et des vies qui se trouvent au sein de ces structures d'accueil pour personnes âgées dépendantes. J'aborderai ensuite l'éthique qu'il me paraît important de situer au-dessus des étiquettes qui réduisent la complexité de ce qu'est l'humain. Cet animal social qu'est l'homme, être de communication et d'expression, qui a développé l'art de combiner les sons. Je terminerai donc cet avant-prénoms sur ce qui peut être thérapeutique dans l'artisanat relationnel de la musique.

Je marquerai une petite transition par un interlude de ma composition. Trois poèmes qui éclairent sous un autre angle les problématiques auxquelles j'ai été confronté, et qui me posent toujours questions.

Je décrirai ensuite dans le chapitre des prénoms, les instantanés de vies que j'ai pu rencontrer, dans les chansons, en poésie, entre Léon et Jérémie.

J'utilise le prénom pour un relatif anonymat, et parce que le prénom, bien plus que le nom de famille, se forge autour d'une histoire singulière et unique. « Nous savons quelle importance présente le prénom, à tous les niveaux et particulièrement au niveau inconscient. C'est l'un des stimuli capable de

produire des ondes à l'électroencéphalogramme chez des sujets piqués au penthotal, en anesthésie profonde. »¹

Ce sont ces petits moments de rencontre avec ces êtres singuliers et uniques que j'ai envie de mettre en mots. Rendre compte de ce que la musique en général et la musicothérapie en particulier ont pu apporter auprès de ces hommes et femmes d'un autre âge. Je parlerai des rencontres autour de mon accordéon qui m'ont marquées, que ce soit en individuel ou dans l'évolution au sein d'un groupe. Dans une communication sonore, lorsque la maladie amène les mots sur un champ de compréhension qui nous échappe. J'ai essayé de résumer ces histoires singulières, remettant le travail en question, de façon perpétuelle, rien n'est acquis, c'est ce que m'a appris entre autre, ma formation à la musicothérapie.

Et comme rien n'est acquis, je terminerai par un épilogue provisoire afin de résumer ce premier travail autour des personnes âgées, de la musique et de Léon. Posant au travers de cet accordéon des possibles, quelques axes de réflexion.

¹ Rolando Benenzon (1992) Théorie de la musicothérapie à partir du concept de l'ISO (Éditions du non verbal/A.M.Bx) p 166

Avant-prénoms

1. Des lieux et des vies

a) Des lieux

Tout habitat est un lieu de vie mais ces lieux appelés maison de retraite ont la particularité d'être, pour beaucoup de ces résidents, le dernier lieu d'une vie.

Ces maisons de retraite sont pour beaucoup classées en EHPAD (Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes). L'obtention de cette qualification se fait lorsqu'une convention dite « tripartite » est signée entre le conseil général, l'agence régionale de santé et l'établissement. Cette convention permet l'hébergement de personnes âgées dépendantes.

Les EHPAD, par leur constance du personnel, leur médicalisation et leurs services d'aide au quotidien, peuvent s'avérer comme seule alternative à un maintien à domicile devenu difficile, voir impossible en raison d'une fragilité liée à la sénescence.

Les deux EHPAD dans lesquels j'interviens sont situés dans la Vienne (86). « La rêverie » se situe à Château Garnier, dans le sud du département, et « Les jardins de Montplaisir » se trouve à Ligugé, commune proche de Poitiers.

Ces deux maisons de retraite ont fait évoluer leur projet d'établissement vers une volonté d'un accompagnement personnalisé en érigeant des petites structures adaptées à la prise en charge de certaines pathologies liées au vieillissement. Chacune des EHPAD où j'interviens possède un Pôle d'Activités et de Soins Adaptés (PASA).

Pôles d'Activités et de Soins Adaptés :

Le plan Alzheimer et maladies apparentées 2008-2012 a permis l'ouverture de ces pôles d'activités afin d'améliorer la prise en charge et la qualité de vie des personnes âgées et de leur entourage.

Le PASA est un lieu de vie ouvert, proposant, pendant la journée, aux résidents ayant des troubles du comportement modérés, des activités sociales et thérapeutiques au sein d'un espace de vie spécialement aménagé et bénéficiant d'un environnement rassurant et adapté à la déambulation.

Le PASA est destiné à une population ciblée, synonyme de lieu de vie où se déroulent diverses activités ayant pour objectif le maintien des capacités physiques, psychiques et des relations sociales.

Ces pôles accueillent des personnes souffrant de maladies d'Alzheimer ou apparentées compliquées de symptômes psycho-comportementaux modérés qui altèrent la sécurité et la qualité de vie de la personne et des autres résidents.

La maison de retraite la « rêverie » comporte également une unité d'accueil fermée pour personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou apparentée à un stade plus évolué.

Le CANTOU (Centre d'Activités Naturelles Tirées d'Occupations Utiles)

Cette unité d'hébergement Baptisée « la maisonnée », propose un lieu contenant et un accompagnement personnalisé des personnes souffrant de maladie d'Alzheimer ou apparentée. Le site Internet de la structure décrit le CANTOU ainsi : « La maisonnée est caractérisée par un espace commun polyvalent, sur lequel est accolé un salon et une cuisine aménagée. L'unité comprend des chambres individuelles réparties autour de l'espace commun. L'organisation de la vie quotidienne est faite de telle sorte qu'elle doit s'adapter aux besoins et aux rythmes de chacun »².

Avant d'être un acronyme, le mot « cantou » désignait dans la maison paysanne l'unique élément de chauffage et le principal élément d'éclairage. Il représentait le cœur de la maison, de la vie familiale. Dans ce milieu rural, cette comparaison prend tout son sens, l'accompagnement adapté centré sur les activités quotidiennes permet un maintien des repères et des capacités.

b) Des vies

Les personnes âgées

Cette association de deux mots représente une multitude d'identités, de parcours. Agé est un adjectif indiquant tel âge, ce qui s'avère être très relatif.

La personne est quant à elle définie comme un être humain, un individu considéré en lui même et jugé responsable moralement, à ne pas confondre avec personne, pronom indéfini signifiant nul ou aucun, ce que peut représenter le sujet âgé dans certaine considération moderne...

Notre société occidentale voue un culte au jeunisme et peut parfois mettre de côté ceux qu'elle a du mal à nommer. Car en plus de personnes âgées, nous pouvons entendre parlé « des vieux » (sublimé par la chanson de Jacques Brel), « des anciens », plus récemment, c'est le terme « senior » qui fait son entrée, regroupant les sujets du troisième ou du quatrième âge.

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit à 60 ans l'entrée dans le troisième âge, ce cap caractérise la possibilité d'entrée en structure gériatrique dans la réglementation française.

Le troisième âge est la période qui suit l'âge adulte, où cessent les activités professionnelles, le quatrième âge est quand à lui l'entrée dans la période où les

² <http://www.ehpad-lareverie.fr>

activités de la vie quotidienne deviennent impossibles et correspond à la sénescence (vieillesse normale des tissus et de l'organisme).

Le vieillissement a pour caractéristique « d'être progressif, universel et classiquement inéluctable et irréversible »³. Un terme d'émergence ressentie et caractérisant l'entrée en structure est « la fragilité » des personnes âgées.

« Par leur vulnérabilité, les sujets âgés présentent des limitations fonctionnelles et une baisse des capacités d'adaptation ou d'anticipation, sous l'action conjuguée du vieillissement physiologique, des maladies chroniques et du contexte de vie »⁴.

Autant de vies que d'individus, d'âges différents, certes avancés, avec des pathologies et des pertes d'autonomie ayant motivées l'entrée en structure. Mais loin de focaliser sur les pertes, il est important de regarder les capacités. Entre héritage culturel et projet, il y a des moments à construire. Et au-delà de la sensation simple de vivre, réussir à insuffler le ressenti essentiel d'exister.

Chaque individu porte son histoire inscrite dans celle commune de sa famille et de ses proches.

La famille, les proches

L'entrée en établissement gériatrique peut s'avérer être la seule solution raisonnable pour l'entourage proche. Parfois situés dans le déni d'une maladie, dans l'incompréhension, voir dans la culpabilité d'avoir « placé » un parent, les proches, les familles, sont des aidants essentiels à inclure dans la prise en charge.

L'entourage est source d'une histoire de vie qui ne peut pas toujours se raconter. Les habitudes, les loisirs, les goûts sont autant d'indices à l'accompagnement adapté de chaque individu.

Pour ce qui est des ateliers musiques, savoir si les personnes ont jouées d'un instrument, si elles aimaient chanter, danser, le répertoire qu'elles écoutaient, les chansons qu'elles chantaient à leurs enfants ou lors de fêtes de famille sont des informations essentielles qui m'ont permis de raviver des souvenirs en séance.

Loin de se substituer à la famille, une équipe pluridisciplinaire entoure au quotidien la personne âgée lors de son entrée en structure.

Une équipe pluridisciplinaire

Accompagner la personne âgée dans une qualité de vie optimum s'inscrit dans un travail d'équipe essentiel à la cohérence de prise en charge.

³ J. Belmin/ Ph. Chassagne/ R. Gonthier / C.Jeandel / P. Pfitzenmeyer (2005) Gériatrie (Ed. Masson) p 8

⁴ Gériatrie op cit p 41

Le travail en musicothérapie s'inscrit dans cette prise en charge globale où chaque professionnel a son importance. Rien de cohérent ne peut se faire si l'on agit seul. C'est pourquoi les observations de chacun concourent à la compréhension globale de la personne dont nous prenons soin.

Faire équipe, c'est aller dans le même sens, donner de la cohérence à l'accompagnement. Aides Médico-Psychologiques (AMP), aides-soignantes, animatrices, infirmières, médecins, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, psychologues... ou musicothérapeutes oeuvrent tous, à différents niveaux, dans une démarche commune d'accompagnement adapté. La vision de chacun donne une cohérence à l'ensemble, tous différents, tous complémentaires, prenant en compte les spécificités humaines et professionnelles relatives à chaque acteur de la prise en charge.

Cela peut paraître une utopie, l'idéal de travail au sein d'une équipe est difficile à avoir, mais c'est une direction à poursuivre afin de tendre vers toujours mieux. De l'observation cohérente d'une AMP sur une résidente prise en charge en atelier musique à l'interprétation lors de la régulation faite par la psychologue, chacun peut permettre de « jouer le rôle de tiers dans la relation entre soi et l'autre »⁵. Nous pouvons ainsi écarter nos propres projections, analyser le transfert et le contre transfert, mettre en relief une certaine objectivité dans une éternelle subjectivité.

Pour souligner l'importance que j'accorde à ce travail d'équipe, je vais mentionner la conclusion qui ponctua le premier compte rendu de prise en charge remis à l'équipe des « jardins de Montplaisir » à Ligugé :

« Je vous remercie de contribuer par vos observations à faire que ce travail reste cohérent. Vous êtes au quotidien avec les résidents que je rencontre en atelier, et êtes donc les premiers témoins des changements (positifs ou négatifs) que ces ateliers peuvent amener, me permettant d'effectuer des ajustements. C'est un travail de remise en question perpétuel nourri par vos observations. J'apporte un peu de musique et mon regard sur les personnes-âgées, avec la volonté non pas de soigner à renfort d'accordéon, mais d'apporter un mieux-être avec votre étroite collaboration ».

Après avoir présenté les lieux et les vies que je côtoie lors de mes interventions, il me paraît important de faire part du contraste observé entre un morcellement diagnostique d'une personne âgée et l'approche holistique que je pense essentielle à garder.

2. L'éthique et l'étiquette

⁵ Philippe Gabéran (2010) Cent mots pour être éducateur (Ed érès) p 127

a) L'étiquette

L'annonce diagnostic d'une pathologie peut s'avérer important pour le patient qui en est porteur, comme pour les proches qui observent au quotidien les changements physiques et/ou psychiques de leur parent. Il ne s'agit pas de négliger l'apport médical et scientifique essentiel à la compréhension des nouveaux comportements que va adopter le sujet. Il faut connaître le diagnostic, l'évolution possible d'une maladie, mais il ne faut pas réduire la personne à un groupement de symptômes, décrit avec des troubles, des incapacités, relatifs à une maladie... « Elle est Alzheimer », « il a un parkinson » (elle est, il a..., être malade ou avoir une maladie ? telle est la question...).

La question est avant tout de prendre l'humain dans sa globalité sans se laisser aller à la réduction de la personne à ses diverses étiquettes.

Le sujet âgé peut revêtir de nombreuses étiquettes. Il est important d'en avoir connaissance mais il faut se méfier des représentations que l'on peut mettre sur ces différents diagnostics.

L'arrivée en structure fait souvent suite à une phase aiguë d'une maladie. Les étiquettes « physiques » dues à des troubles métaboliques sont d'étiologies connues et leur traitement, souvent médicamenteux, permet de réguler les effets à court, moyen ou long terme. L'hypertension artérielle, le diabète, les insuffisances en tout genre (cardiaque, respiratoire, hépatique, rénale...) peuvent bénéficier d'une prise en charge médicale et paramédicale connue. Qu'en est-il des maladies où la prévalence se situe dans cette frange de la population dite âgée, je pense ici à la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées.

La maladie d'Alzheimer est une maladie dégénérative qui atteint progressivement les cellules nerveuses du cerveau. Les troubles de la mémoire se manifestent en premier avant d'être associés par la suite à d'autres déficits tel que : troubles de la parole, du jugement, du comportement, difficultés à assurer les tâches quotidiennes, désorientation temporo-spatiale. La dépression est souvent associée à la maladie d'Alzheimer. Des phases de prise de conscience des troubles se manifestent au début avant de laisser place à une anosognosie qui se caractérise par le fait de ne plus avoir conscience de ses troubles.

Les maladies apparentées font partie des maladies neurologiques appelées démences qui n'appartiennent pas au champ des maladies mentales, mais bien des maladies du cerveau. Les démences peuvent être d'origines infectieuses, toxiques, post-traumatiques, tumorales, elles peuvent avoir une origine vasculaire... Elles peuvent toucher différentes parties du cerveau comme la démence fronto-temporale ou être associées à un autre syndrome (la maladie à corps de Lewy est par exemple associée au syndrome parkinsonien).

La liste n'est pas exhaustive et les descriptions restent sommaires, mais ce que je souhaite faire émerger de cette valse des étiquettes est l'approche globale de la personne. Qui est ce sujet qui me renvoie ce que je serai peut-être un jour ? Moi ou un de mes proches ? Qu'est-ce que je fais de cette relation ? Quelle éthique dois-je adopter pour être en accord avec ce que je conçois de l'humain dont il m'est confié l'accompagnement ?

b) L'éthique

« L'éthique est un cap à suivre »⁶. Dans la prise en charge des personnes âgées, je la situe dans le respect d'une histoire singulière et dans l'accompagnement quotidien que nécessite l'état général de la personne.

L'éthique est une réflexion sur ce qui peut être fait ou non entre membres de la même communauté humaine. C'est une approche philosophique qui questionne sur le bon sens (et si nous ne mettons pas de bon sens dans notre pratique, nous nous tromperons de direction...). Vieillir peut faire peur, et au bout de ce cheminement inéluctable, la mort elle-même est à la source de beaucoup d'angoisses et d'élaboration de systèmes de défense. L'homme est capable de prouesses technologiques dont il peut se garder si celles-ci vont à l'encontre du respect, d'une dignité attribuée à l'humain.

L'éthique interroge notre existence individuelle. Elle conduit à réfléchir sur le type de société dans lequel nous souhaiterions vivre ? Quels devraient être les droits et devoirs de chacun ? Quelle empathie devrions-nous tous avoir la possibilité de recevoir ? Ces interrogations se situent dans la nature du vrai, du faux, du bien, du mal, de ce qu'il faut ou ne faut pas faire. Une relativité qui rend impossible une vérité absolue mais qui fait admettre dans les grandes règles qui régissent l'humain, un consensus universel.

Dans cette approche guidée par la musicothérapie, il me paraît essentiel de garder à l'esprit que je m'adresse à un être humain capable de décisions, vecteur d'émotions, à qui le respect et la dignité doivent être dus jusqu'au dernier moment de la vie, et qui par tout ce qu'il est, est capable de communication et d'expression.

3. Communication et expression

a) Communication

⁶ Philippe Gabéran op cit p 90

Quels sont les moyens de communication que possède la personne dont je vais m'occuper ? A-t-elle encore les mots ? Parlons-nous le même langage ? Où se situe sa compréhension dans le message que je souhaite lui transmettre ?

« Pour l'école de Palo Alto, **on ne peut pas ne pas communiquer**. Que l'on se taise ou que l'on parle, tout est communication. Nos gestes, notre posture, nos mimiques, notre façon d'être, notre façon de dire, notre façon de ne pas dire, toutes ces choses « parlent » à notre récepteur.

La communication est considérée comme un système complexe qui prend en compte tout ce qui se passe lorsque des individus entrent en interaction et fait intervenir à la fois des processus cognitifs, affectifs et inconscients. Dans cette optique, on considère que les informations transmises sont toujours multiples, que la transmission d'informations n'est qu'une partie du processus de communication et que différents niveaux de sens circulent simultanément

On dit parfois que la communication est holistique - c'est-à-dire qu'elle fait intervenir le tout de l'homme - pour souligner l'importance de l'environnement, des interférences environnementales dans la communication.

Elle passe donc aussi par le corps. Ainsi, elle sera non-verbale ou plutôt non-verbalisée. La communication non-verbale peut être para-verbale, c'est-à-dire qui accompagne la vocalisation. »⁷

Il est souvent question en musicothérapie d'ouvrir de nouveaux canaux de communication. « Ouvrir des canaux de communication, c'est permettre à l'individu de rendre compréhensible à son entourage le contenu de sa communication »⁸.

Lorsque ceci est établi, il peut alors s'instaurer une relation dont le premier positionnement s'établit dans une attitude d'écoute.

Etre à l'écoute de soi, dans un premier temps, permet d'admettre ses émotions, prendre conscience des transferts et contre transferts qui se jouent dans toute inter-relation. Pour enfin être à l'écoute de l'autre, qui se trouve à nos côtés, à l'écoute de ses mots, de ses gestes, du moindre signe pouvant être réapproprié dans la relation thérapeutique.

Lorsque la communication est établie, peut s'installer une relation où l'individu a la possibilité d'expérimenter les champs de l'expression.

b) Expression

⁷ Communication. Dans wikipédia. Consulté le 11/01/2012. tiré de <http://fr.wikipedia.org/wiki/Communication>

⁸ Gérard Ducourneau (1989), Musicothérapie, clinique, technique, formation (Ed Privat) p 85

« Les personnes âgées attendent un mode d'expression auquel le milieu social les a habituées. Elles réagissent par des blocages pensant être traitées comme des primitifs ou des enfants »⁹.

J'ai souvent pu constater cette observation de R. Benenzon pendant les ateliers musiques. Que ce soit le refus d'utiliser des percussions, souvent décrites comme infantilisantes, ou par le souhait de se positionner comme simple auditeur, il a fallu que je m'adapte au « public » et que j'amène les séances en douceur.

Il a fallu laisser la relation s'installer sur la durée, faire émerger une confiance pour que des résidents s'autorisent une liberté d'expression. Qu'elle soit orale, vocale, par des mots, un langage, une mélodie... elle a pu être gestuelle, le corps qui s'exprime, qui bouge, marque le rythme... Pour qu'ensuite, les instruments s'imposent comme prolongement du corps, comme objet intermédiaire pouvant permettre l'amplification de ce que les personnes souhaitaient exprimer.

Quel que soit l'âge, il faut impulser une envie, donner la possibilité d'une expression personnelle pour que l'espace de jeux créé puisse devenir un espace de « je » essentiel dans cette expression de musicalité, qui pourra donner un sens au verbe Exister.

« La musicothérapie travaille sur la globalité de l'être humain, et propose une forme d'action lui permettant de prendre conscience de son existence, de ses potentialités, de ce qu'il a à exprimer, de lui donner le goût de vivre, objectif prioritaire dont dépend la suite.»¹⁰

4. Atelier musique ou musicothérapie ?

a) Atelier musique

« En convention de jonglerie, un **atelier** symbolise à la fois une rencontre et une session d'entraînement entre plusieurs participants. Un atelier, savant mélange entre cours magistral et travaux pratiques, est censé favoriser les échanges et ouvrir la discussion sur des thèmes particuliers de la pratique jonglistique. »¹¹

S'il m'arrive parfois de jongler avec les mots ou avec les instruments, je ne suis pas dresseur de massues pour deux sous, même si le groupe de musique auquel j'appartiens s'appelle Cirque 13...

Mais ce qui me semble intéressant dans cet aspect de l'atelier, c'est que je peux prendre la base de cette définition pour illustrer ce que j'essaie de mettre en place dans les maisons de retraites où j'interviens.

⁹ Rolando Benenzon (1992) Théorie de la musicothérapie à partir du concept de l'ISO (Editions du non verbal/ A.M.Bx) p 137

¹⁰ Gerard Ducourneau enfance, musique, médecine, colloque Grenoble 1994, cité par Michel Lapeyre (2007) dans Musicothérapie : relation à soi communications avec autrui (Ed du non verbal/ A.M.Bx) p 30

¹¹ Atelier. Dans wikipédia. Consulté le 15 janvier 2012 tiré de <http://fr.wikipedia.org/wiki/Atelier>

L'atelier musique symbolise à la fois une rencontre et une session d'enchantement (au sens incantare, chanter dans un endroit) entre plusieurs participants. Un atelier musique, savant mélange entre chansons et travaux rythmiques. Il est censé favoriser les échanges et ouvrir des canaux de communication par l'expression singulière d'émotions, émergées par la musique, les chansons, ou l'interrelation.

Les observations que j'ai pu faire au sein des ateliers musique, le retour des professionnels ou des résidents eux-mêmes, montrent le champ des possibles que ces prises en charges ont pu induire dans la contribution à un mieux-être.

Il a fallu avant cela que je fasse le deuil d'une utopie concernant le cadre thérapeutique dont je souhaitais bénéficier. Les EHPAD, dans leurs unités de prise en charge n'ont pas forcément de salles spécifiques pour assurer un tel cadre.

« En musicothérapie, le thérapeute ne suffit pas. Personne n'est à l'abri, encore moins si le cadre est défaillant, incohérent ou inexistant. Il représente l'enveloppe, l'ambiance, l'atmosphère, les repères, les limites qui vont plonger à chaque séance le patient et le musicothérapeute dans une enclave en rupture avec l'environnement extérieur et le quotidien.»¹²

La volonté des établissements de proposer un accompagnement thérapeutique par le biais du médiateur musique m'a incité à trouver des solutions pour mettre en place ces ateliers.

Ainsi, un salon de coiffure s'est vu transformé tous les vendredis après-midi en salle d'atelier musique. Tout ce qui pouvait induire le bien-être capillaire était retiré ou dissimulé pour y installer Léon l'accordéon, des percussions, des chansons... et de la communication dans une valse de prénoms.

Ce salon n'était d'ailleurs pas que de coiffure, il était aussi de lecture, et maintenant, salon de musique. Le véritable nom qui lui est attribué étant le « salon des pensées ».

Pour instaurer la communication avec les résidents venant dans les ateliers musiques, j'utilise les concepts de musicothérapie.

b) La musicothérapie

« La musicothérapie est une pratique de soin, d'aide, de soutien ou de rééducation qui consiste à prendre en charge des personnes présentant des

¹² Stéphane Fellonneau (2004) Cadre et trouvailles en Musicothérapie (2^d édition du Non verbal/ A.M.Bx) p 24

difficultés de communication et/ou de relation. Il existe différentes techniques de musicothérapie, adaptées aux populations concernées : troubles psychoaffectifs, difficultés sociales ou comportementales, troubles sensoriels, physiques ou neurologiques.

La musicothérapie s'appuie sur les liens étroits entre les éléments constitutifs de la musique, et l'histoire du sujet. Elle utilise la médiation sonore et/ou musicale afin d'ouvrir ou restaurer la communication et l'expression au sein de la relation dans le registre verbal et/ou non verbal. »¹³

Je suis formé à la musicothérapie, j'en utilise les concepts pour entrer en relation avec des personnes en situation de handicap perturbant leur mode de communication à l'autre.

Il s'agit dans cette utilisation des concepts de musicothérapie, de travailler avec les troubles physiques et/ou psychiques en lien avec le sujet âgé. Nous travaillons de façon générale sur les troubles cognitifs. Les repères dans le temps et dans l'espace. C'est pourquoi il est essentiel de garder le même lieu, même jour et même heure, cette fréquence pour une activité précise peut favoriser un rythme admis par la personne âgée qui pourra s'investir dans l'atelier, si elle l'a repérée et adoptée.

Un travail de mémoire à court et moyen terme peut être envisagé grâce au rappel des chansons, des discussions évoquées les semaines qui précèdent la séance.

Les chansons, dans leur aspect mélodique et dans le texte font appel à des souvenirs propres à chaque individu, ou participent à l'histoire culturelle commune. Ceci permet une réminiscence, un travail sur la mémoire à long terme, et la réactualisation autant que possible dans le présent.

La musique permet de faire du lien, avec son histoire mais aussi avec ce que les autres peuvent avoir à nous raconter. Etre à l'écoute de l'autre et savoir que l'on est écouté et entendu, qu'il existe encore des moments où l'on peut partager, que ce soit une chanson, des mots, des regards, des rythmes...

Un travail sur la coordination peut être fait, essentiellement par l'utilisation de petites percussions, ergonomiques, permettant une expression sonore simple et des mouvements (principalement des mains) adaptés.

L'imagination peut être mise à contribution, notamment dans la création de chansons.

La capacité à faire des choix est régulièrement utilisée car elle fait partie des pertes observées dans les atteintes neurologiques de type Alzheimer ou apparentées. Le choix d'un instrument, d'une chanson...et avant cela, le choix de participer ou non à l'atelier.

Un aspect à privilégier tout particulièrement dans cette approche auprès des personnes âgées est l'estime de soi. La dévalorisation est fréquente,

¹³ Fiche métier de musicothérapeute définition tiré de <http://www.musicotherapie-federationfrancaise.com>

exprimée par la personne elle-même : « je ne suis pas capable, je ne vais pas y arriver, ça ne sert à rien » est à reprendre continuellement afin de rétablir une confiance en soi et en ses capacités. Réussir à retrouver une chanson, se souvenir de ce qui s'est passé à la dernière séance, avoir envie de participer... chaque petit signe, s'il est observé, est à prendre en compte, et doit être renvoyé positivement à la personne qui a tendance à se dévaloriser.

Les ateliers musiques ne s'inscrivent pas dans des objectifs de chanter bien ou mal, réussir ou échouer un rythme... la musique est un prétexte à la relation, à soi et à l'autre. C'est le moment présent qu'il faut saisir et restituer dans des notions de prendre plaisir autour de la musique. Les observations sur la durée permettent d'évaluer l'évolution des troubles et d'adapter la prise en charge, ce qui induit le côté thérapeutique dans l'utilisation de la musique. L'essentiel auprès des sujets âgés étant de maintenir au maximum les acquis, et de garder en tête, ce que la vie offre toujours de poésie.

Interludes

Tout n'est qu'illusion...

**Tout n'est qu'illusion, une rêverie permanente
Je nage à profusion, je navigue et j'invente
Il faut apprendre, recracher des mots
Pas besoin de comprendre pour flatter son ego.**

**Tout n'est qu'illusion, une rêverie permanente
La vérité est une invention qui rassure les eaux dormantes
Tout est flou, tout est faux
Ce qui est fou, ce qui est beau**

**Tout n'est qu'illusion, une rêverie permanente
Les mots, les journaux, les journées décadentes
Déjà gamin, il faut demander
Il faut lever la main pour pouvoir exister**

**Tout n'est qu'illusion, une rêverie permanente
La musique, les chansons, cette vie qui s'invente
On en vante les mérites et on cherche du bonheur
On se cache dans la fuite, les antidépresseurs**

**Tout n'est qu'illusion, une rêverie permanente
La vérité, le pardon, l'ennui, la détente
Ce que j'en dis, ce que j'en pense
Les non-dits, les minutes de silence**

**Tout n'est qu'illusion, une rêverie permanente
J'oublie mes ambitions, saisis l'instant qui se présente.**

Mamou

**Mamou m'a dit mon fils, ça faisait bien longtemps
Comment va Béatrice ? Comment vont les enfants ?
Je m'installe à ses côtés, j'observe le silence
Je nous prépare un café, je la regarde, et je pense**

**Mamou a des gestes lents, s'habille à l'envers
Elle vit dans un autre temps, comprend tout de travers
Je n'ose pas la reprendre, j'ai peur de la vexer
Peur de lui apprendre...qu'elle perd la vérité**

**Mamou sème ses idées, ses affaires ou son chat
Dans le garde-manger, ça l'énerve en Patois
J'ai trouvé ses lunettes rangées dans le frigo
Entre une tartelette et un château Margaux !**

**Mamou n'a jamais pu partir de son carré
Choisir une autre issue, sa vie était tracée
Fille d'agriculteur, épouse de paysan
Maîtresse du facteur, mère de dix enfants**

**Mamou est ailleurs de plus en plus souvent
Elle attend son facteur qui est mort depuis longtemps
Personne ne vient la voir, elle s'ennuie, le dit souvent
Et quand vient le soir, elle prie pour les absents.**

**Mamou m'a dit mon fils, son fils je ne le suis pas
J'ignore qui est Béatrice, des enfants je n'en ai pas
Mamou est ma grand-mère, je viens lui annoncer
La mort de mon père, qu'elle avait oublié.**

Des mots, des moi

**Des maux d'émoi s'échappent des peaux fripées
Des corps à l'étroit et des cœurs étriqués
Les gestes sont lents, le tempo a changé
C'est un autre temps et le couteau est plié**

**Le tableau est déformé, le discours nous ment
Une hémorragie de mots rageants
S'abat sur l'oubli, les pertes de l'instant
La vie s'est arrêtée dans des souvenirs noirs et blancs**

**Que reste-t-il du passé quand s'effacent les mémoires ?
Que reste-t-il à l'arrivée quand c'est l'heure du départ ?
Il ne faut pas oublier que chaque homme écrit l'histoire
Rien ne pourra jamais changer, ou peut-être le regard**

**Est-il en train de marcher ou est-ce qu'il déambule ?
Est-il fou à lier ou est-ce un funambule ?
Un artiste qui s'ignore, dans un rythme, une chanson
C'est une âme et un corps, une liberté d'expression**

**Faut-il interpréter et demander pourquoi ?
Ou faut-il juste écouter, montrer que nous sommes là...
Si le temps est compté alors je compte jusqu'à trois
Chaque vie peut se raconter, dans les mots, dans les moi**

Prénoms

Léon

Sa cabane est usée, la poignée a perdu sa mousse, la sangle épaisse est devenue un filet et la sacoche pour ranger les partoches a accumulé toutes les poussières des endroits où je l'ai traîné depuis des années.

Léon n'est pas si vieux que ça, il vient d'avoir 9 ans. Si l'on compte la fabrication, nous arrivons peut-être à 10 ou 11 ans, je ne me rappelle pas le temps de gestation d'un accordéon. Ce dont je me rappelle, ce sont les conditions de son arrivée.

Léon a débarqué le soir de Noël 2002 et ma famille ne peut savoir à quel point cet instrument a changé ma vie. Mon visage s'est éclairé à la vue inattendue du petit instrument qu'il est. Les bras tremblants et le sourire béat, la première prise fut maladroite, timide. Je l'ai posé sur mes genoux, j'ai débloqué les crochets et je lui ai donné sa première inspiration en faisant craquer le soufflet. Les premières notes se sont égrainées au hasard, première communication entre lui et moi, expérimentation de la main droite, de la main gauche, puis tentative des deux mains. Des allers et des retours inhérents à son fonctionnement, une improvisation sur le moment et déjà l'envie pour moi de le comprendre.

Léon est un accordéon diatonique de marque Honner. L'accordéon d'étude en sol/do le plus répandu pour son rapport qualité/prix. Il est noir avec des reflets dorés, les touches sont blanches et le soufflet renvoie un rouge vif lorsqu'il prend sa plus ample inspiration. Les reflets dorés sont atténués aux endroits où se posent mes mains, l'oxydation aidant, le temps qui passe également.

Par les sonorités qu'il dégage et l'histoire qu'il suscite, Léon m'a permis de rentrer en contact avec les personnes âgées. Il a facilité les présentations, la mise en relation, la mise en confiance dans une sonorité connue. Ceux qui ont été musiciens dans cette génération, ont souvent tapoté l'accordéon, ceux qui ne l'ont pas été, ont connu le bal, où il était l'élément central. Synonyme de fête, de rencontres, de danses, de veillées... Il suscite l'anecdote, et par le retour au passé, une existence qui peut se raconter dans un moment présent.

Valses, tangos, javas, musiques traditionnelles, chansons du répertoire commun, en créations ou en improvisations... Léon marque le temps, le temps qui passe dans les souvenirs flous, les mémoires qui jouent des tours, un petit détour et il recentre l'individu sur son histoire. C'est un instrument qui invite à l'expression, dans la danse, les battements de mesures, avec les mains ou les chaussures... Le support de mots, de chansons, de vocalises, un passeur de sonorités, de souvenirs retrouvés. Dans le partage d'une histoire ou dans l'accompagnement d'une fin de vie, Léon est l'intervenant indispensable, le témoin de mes souvenirs et le lien de tous les prénoms à venir.

Raymond

Il traînait ses chaussons jusque dans le salon. Toujours en jogging, la tête basse, avait souvent un gant de toilette jetable dans les mains, détournant l'utilisation première pour s'en servir de mouchoir. Il tournait le dos à la porte d'entrée car il disait être gêné par la lumière.

Il me parla de cela lorsque je le lui ai proposé l'atelier musique pour la première fois. Il n'était pas convaincu de pouvoir venir, admettait aimer la musique, il accepta tout de même lorsque je m'engagea à adapter la lumière s'il la trouvait trop agressive.

Mais Raymond ne me parla pas de lumière dans l'atelier musique, il me parla de lui.

La première séance étant de présentation, je demandai aux résidents d'indiquer leur année de naissance. Quand ce fut le tour de Raymond, il me répondit :

- 1922 ! ça ne vous dit pas grand chose, vous n'étiez pas né et ne savez rien de moi.

Il ponctua son intervention en regardant ses pieds :

- je suis un minable !

En effet, je ne savais rien de lui, et cette première intervention m'incita à être attentif à tout ce qu'il allait vouloir montrer.

Au début, Raymond ne chantait pas, se disait incapable de chanter, qu'il allait faire fuir tout le monde, ou lieu commun, qu'il allait faire pleuvoir. Laissant de côté ces remarques météorologiques et n'insistant pas sur ses capacités, je l'ai vu crescendo se prendre au « je ». Il se cala peu à peu sur la voix commune du groupe, verbalisant qu'il aimait ces moments, que cela lui permettait d'entendre l'accordéon. Raymond a eu un chromatique « mais je me le suis fait tirer par les boschs », souvenir douloureux s'ajoutant à la vente du piano de sa fille car il n'avait pas été payé « par les curetons » pour un chantier.

Il parlait de ses regrets par rapport à la musique, d'une vie de labeur qui n'a pas laissé beaucoup de place aux loisirs, et qu'il n'avait pas grand chose à dire.

Et pourtant, petit à petit, Raymond s'est raconté. Au fil des chansons et des souvenirs qui revenaient, il aborda sa vie. Il a fait part de ses voyages, en Italie, en Australie, il a fait le tour de Bretagne en vélo et il a adoré la Corse où il a pu visiter la maison de Tino.

C'est d'ailleurs sur les chansons de Tino Rossi qu'il levait le plus le menton, se redressant dans son fauteuil pour nous faire part de ses souvenirs.

Dès la deuxième séance, il avait repéré l'atelier, il était déjà installé lorsque je commençais à accompagner les autres résidents. Il accepta au bout de

5 séances de prendre Léon sur ses genoux, il jouait de la main droite pendant que je rythmais une valse de la main gauche, calant les accords en fonction de ses improvisations. Il exprima suite à cela, ses souvenirs de bal, parla d'André Verchuren qui faisait trop de triolet. Il n'a jamais souhaité investir les percussions mais il bougeait toujours ses chaussons, en alternant les pieds, au rythme des chansons.

Raymond remet souvent l'atelier en question, et moi par la même occasion. Reprochant que nous abordions toujours les mêmes chansons et qu'il serait bien de changer un peu. Il me renvoyait ainsi dans mes solutions de facilité, me permettant d'apporter de l'eau aux séances de l'atelier.

L'été allait s'installer et Raymond avait changé. L'équipe m'indiqua qu'il avait répondu « violemment » à un autre résident et que ceci n'était pas dans ses habitudes. En me renseignant d'avantage, c'est juste qu'il n'acceptait pas de se faire dicter sa conduite. En effet, avant, Raymond ne disait rien, il subissait, verbalisait son sentiment d'inutilité. Et là, il avait la tête droite, se donnait le droit d'exister et de ne pas subir l'environnement si ce qui lui était proposé lui déplaisait.

Les changements observés dans le quotidien ont peut-être été amenés par sa participation aux ateliers musiques, il est difficile de l'affirmer, c'est une hypothèse. Tout comme la fin de l'histoire que voici :

Je suis resté absent durant plus de trois mois à cause de l'idée saugrenue d'avoir voulu faire une partie de football avec des collègues. Vu mes dispositions pour ce sport et la fragilité connue de mes genoux, l'entorse était inévitable et m'a contraint à l'arrêt précipité des ateliers, sans pouvoir dire aux participants au revoir et à bientôt.

Lorsque je suis revenu en octobre, Raymond ne sortait plus de sa chambre. Il restait dans le noir et ne souhaitait pas recevoir de visite. Je suis pourtant allé le voir, lui proposant de revenir dans la salle pour faire un peu de musique, que ça lui changerait les idées, mais il refusa poliment, me demandant de le laisser. L'accompagnement que j'ai souhaité faire en chambre a tourné court, il n'avait plus cœur à la musicalité, ou je n'ai pas pu m'adapter à l'évolution de son état de santé. Je suis resté aux changements que j'avais observés avant mon départ forcé, me trouvant dans l'incapacité de lui redonner l'étincelle qu'il avait manifesté durant les ateliers.

Je ne peux pas affirmer que l'arrêt brutal des ateliers a pu contribuer au syndrome de glissement le menant à la mort qu'il demandait. Je ne m'inscris pas dans un ressenti de culpabilité car ça n'aurait peut-être rien changé, mais il me semble important que je le garde à l'idée.

Paulette

Pour l'administration, elle s'appelle Léone, mais tout le monde l'a toujours appelée Paulette. Elle n'explique pas ce désordre dans ses prénoms et à vrai dire, cela l'importe peu.

Paulette a toujours une mélodie en tête. Les paroles sont souvent oubliées mais les intervalles restent justes. Elle se dit à l'étroit dans son fauteuil qui est pourtant imposant. Elle est souvent habillée de robes colorées allongées d'une couverture descendant sur ses chaussons. Elle a un rire expressif qui laisse sortir par saccades la voyelle « a » qui s'atténue comme l'éloignement progressif d'un écho. Elle porte des lunettes qui ne corrigent plus sa vue, elle est non-voyante depuis longtemps, à dire quand, elle ne se souvient plus, la cécité s'est installée progressivement.

Paulette confond souvent les notions de temps, les notions d'espace. Elle inverse régulièrement ses cycles veille/sommeil, elle dort donc la journée et se réveille la nuit pour demander à manger. Elle a son franc-parler et ne se prive pas pour interpeller, pour faire comprendre quand un geste ou une parole lui déplaît. Elle a une gouaille de titi parisien, elle utilise souvent l'argot, a fait de nombreux métiers mais celui qui l'a le plus marqué, c'était le travail sur les marchés. Elle a parcouru de nombreuses routes et se retrouve au bout du chemin, dans cette maison de retraite au nom de jardins.

Quand j'ai demandé au médecin traitant de Paulette s'il pouvait me donner une indication ou une orientation dans la prise en charge, sa réponse fut : « Oui, faites-lui faire un peu de musique, ça ne peut pas lui faire de mal, elle s'emmerde à 100 sous de l'heure »

La précision fut apportée par la psychologue de l'établissement en ces termes : « Favoriser la discrimination auditive dans la reconnaissance de l'autre, garder du lien social au travers d'un médiateur connu et apprécié par elle ».

En effet, en plus d'avoir toujours une mélodie en tête, Paulette a joué du banjo et de l'accordéon. Elle possède toujours ce dernier. C'est un accordéon chromatique touches pianos. Elle en joue de temps en temps mais exprime le fait qu'il soit trop lourd pour elle, lui faisant mal aux bras et aux seins. Elle a appelé son accordéon « la boule noire », en souvenir d'un cabaret qu'elle fréquentait quand elle était dans la région parisienne.

Par son histoire musicale, Paulette prit rapidement la place de leader dans le groupe. Demandeuse de percussions, elle a investi un tambourin qu'elle utilisa de façon conventionnelle. Variant l'intensité de son utilisation en fonction des rythmes des chansons, de sa forme du jour et de son envie dans la participation. Le frappant contre ses mains, contre ses cuisses, contre son ventre, elle en a exploré les différentes possibilités sonores.

Coupant régulièrement la parole dans les débuts de l'atelier (par le chant ou le tambourin), elle s'est montrée progressivement à l'écoute des autres résidentes. Interpellant directement la personne qui parlait pour compléter les souvenirs par son expérience. Que se soit dans l'achat des chansons car « tout le monde n'avait pas un phono » ou dans la transmission d'un répertoire qu'elle enseignait à son frère.

Au fil des semaines, Paulette a su repérer l'atelier, savait dire qu'il y avait musique si l'on était vendredi, et si nous sommes vendredi, c'est qu'il y a musique.

- « Ah, c'est Jérémy, vous avez apporté Léon ? »
- Et bien oui, j'ai toujours mon accordéon.

Paulette a accepté d'en jouer. Elle disait qu'il était léger par rapport au sien, était contente de retrouver une sonorité connue mais reprochait à Léon de ne pas avoir « les barres de Nougat » (touches piano). Elle en jouait souvent en début de séance, recevant des compliments malgré sa déception de ne pouvoir retrouver parfaitement les mélodies.

La répétition des chansons et des thématiques au sein de l'atelier a permis à Paulette de faire du lien d'une séance à l'autre, de reconnaître à la voix les autres résidentes, de s'insérer dans cette histoire commune.

L'atelier auquel Paulette participait avait débuté en automne, quand le printemps pointa son nez, elle piqua du sien, était souvent assoupie, la dynamique qu'elle avait pu créer n'était plus. Elle demandait pourtant à venir mais le tambourin restait silencieux sur ses genoux une grande partie de la séance. Elle demandait lorsque je la raccompagnais pourquoi nous ne l'avions pas réveillée ? Je lui répondais que nous avions essayé mais rien n'y faisait.

Paulette ne participe plus aux ateliers, je la vois de façon informelle, en individuel, dans sa chambre, en fonction de la demande de l'équipe, de son état de santé. Elle apprécie toujours d'entendre Léon, fredonne toujours des chansons, et en de rares occasions, accepte de rejouer de son accordéon.

Louise

Louise est centenaire. Son fils l'appelle « la grand mère » et elle, elle appelle tout le monde mimi. C'est mon surnom, mais je ne lui ai jamais dit.

Elle a des yeux bleus, de petites lunettes argentées, des cheveux blancs maintenus par des barrettes colorées. Elle porte des appareils auditifs qui sifflent toujours la même note aiguë, elle met souvent la main contre eux pour les régler mais rien n'y fait. Il faut parler fort dans son oreille gauche pour être entendu. Pour ce qui est d'être compris, c'est une autre paire de manche.

Lors des ateliers, Louise souhaitait être à mes côtés, ou plus exactement et comme elle l'exprimait, « je veux être à côté de Léon sinon j'entends pas assez mimi ». Comment faire Louise ? Comment l'inclure dans le groupe ? Je me suis interrogé sur sa place dans l'atelier. Pourquoi la faire participer si elle éprouve des difficultés de part sa surdité ? Comment mettre du sens à sa venue ? Par la percussion... bien entendu !

Louise a investi une maraca, l'arthrite de ses doigts n'entravant pas la prise ergonomique de l'instrument, elle l'utilisa à chaque fois, la réclamant si par malheur j'oubliais de lui tendre.

Elle prenait plaisir sur l'instant présent, ne comprenait pas toujours les mots mais saisissait la rythmique. Qui pourrait croire quand on regarde Louise, que cette dame d'un autre temps a connu une jeunesse, qu'elle adorait faire de la moto et appréciait la vitesse. Louise se cale sur les basses de Léon, elle communique avec sa percussion, et elle apprécie surtout quand le tempo est rapide, « j'aime bien quand ça va vite mimi ».

Quand un sujet de conversation émergeait d'une chanson, je me penchais à son oreille pour lui faire part des mots de chacun. Mais je ne murmurais pas, je parlais fort, répétant mes mots à la manière du Professeur Tournesol, elle plissait les sourcils, levait les épaules, rigolait de la situation avant de lâcher un « je comprends pas mimi ».

Louise ne comprenait pas tous les mots mais elle utilisait tout de même sa voix abîmée par les années pour ponctuer les chansons d'onomatopées « wa wa » et « ta ta » étaient les plus fréquentes, elle signait ainsi le final des chansons.

Louise répondait souvent à Paulette. L'une malentendante et l'autre malvoyante, elles communiquaient par percussions interposées, Louise aux maracas, Paulette au tambourin.

Dans cette communication rythmique non-verbale entre deux personnes âgées ayant des sens altérés, je peux affirmer que j'ai assisté à des dialogues animés qui se punctuaient souvent par des éclats de rire... de là à vous dire ce qu'elles se sont racontées, je ne sais pas, elles ne m'en ont jamais parlé...

Micheline

Micheline a de grands cheveux blancs qu'elle peigne en arrière par des gestes tremblants. Ses yeux sont bleus clairs et elle a un large sourire qu'elle n'ose montrer, le dissimulant souvent derrière ses mains ridées.

Elle a toujours la télé allumée sur la deuxième chaîne, elle dit qu'elle ne regarde pas vraiment mais que ça lui donne l'impression d'avoir de la compagnie. A son entrée dans la structure, elle ne souhaitait pas sortir de sa chambre. Elle disait aimer sa tranquillité et surtout, elle ne voulait pas déranger.

C'est pour cette raison que l'équipe m'a demandé si je pouvais la rencontrer, pour voir si elle accepterait de sortir de sa chambre et de se rendre à l'atelier musique.

Je suis donc allé me présenter, j'avais Léon dans une main et un test d'évaluation cognitive dans l'autre.

Ces évaluations peuvent donner une idée sur les « troubles » liés au vieillissement. Faut-il encore que les personnes à qui nous les faisons passer acceptent l'idée de pouvoir être mises en échec... ce n'est bien sûr pas le but mais c'est ce que Micheline a exprimé.

Je lui ai pourtant dit que je ne lui faisais pas passer le bac, ou comme le dit le test « il s'agit d'apprécier comment fonctionne votre mémoire » mais Micheline s'est trouvée bien embêtée, et moi aussi.

- Pouvez-vous m'indiquer la date complète d'aujourd'hui ?

Elle regarda l'éphéméride, frottant ses mains nerveusement, répondant du bout des lèvres un timide et tremblant :

- Je crois qu'on est vendredi ? Le 8 ?
- C'est bien cela répondis-je, j'enchaînais :
- Et quel mois de l'année sommes-nous ?

Devant la peur de ne pas répondre à la question, elle s'excusa, chercha ses mots, les inversa et me répondit :

- Il y a quelques mois du temps, j'aurais pu dire à vos questions, mais là je suis désolée, je suis bête, vous me trouvez bête...

Terminant ses paroles par un sanglot qu'elle étouffa dans la paume de ses mains.

J'ai tenté de dédramatiser la situation, je me suis excusé, et bien sûr, j'ai abandonné cette évaluation. Je n'avais pas de réponses adaptées à la détresse que j'avais initiée, à part peut-être des excuses sonores soufflées par Léon.

Elle s'apaisa un peu après quelques notes d'une valse improvisée, sécha ses larmes et parla la première :

- Il est joli votre accordéon !

Je l'ai remerciée, elle a ri quand je lui ai dit son prénom, elle a répondu non quand je lui ai demandé si elle connaissait des chansons. J'ai joué un peu, fredonné « la java bleue » qu'elle appela « la valse bleue ». Elle terminait du

bout des lèvres les paroles du refrain et retrouva peu à peu le sourire que le « test cognitif » lui avait fait perdre.

Micheline accepta que je revienne la voir pour que je lui joue un peu d'accordéon. Pour ce qui était de participer aux ateliers, il était trop tôt pour que cette question supplémentaire lui soit posée...

Au bout de cinq rencontres en chambre et après une relation de confiance instaurée, elle accepta de me suivre pour écouter la musique.

Micheline n'est pas bavarde. Elle cherche souvent ses mots et bute sur les syllabes, il faut prendre le temps de l'écoute, faire de la relation d'aide dans une approche de considération positive lorsqu'elle affirme « je suis bête » ou « je vous fais perdre votre temps ». Lors d'une création de chanson où il était question d'associer une rime à son prénom, elle proposa : « Micheline n'est pas très fine... », sa proposition fut reprise pour l'amener peu à peu à : « Micheline aime la bonne cuisine ».

Lors d'une séance où je souhaitais effectuer un travail sur le souffle et la voix, je fis confectionner aux résidentes des mirlitons. Ce sont des tubes de bambou munis d'un petit trou, et bouchés à une extrémité d'une feuille de papier à cigarette tenue par un élastique. Le mirliton permet de mettre un effet sur la voix en modifiant son timbre, d'utiliser la mélodie en imitant un jeu instrumental.

Micheline, peu bavarde avec les mots, l'est tout à coup devenu avec le mirliton. Elle m'a dit ignorer l'instrument mais l'a investi goulûment. Elle s'est mise à fredonner dans le petit tube, improvisant des mélodies que je ne connaissais pas, riant de ce qu'elle exprimait et expliquant même à Louise en des termes adaptés comment l'utiliser...

Micheline ne connaît jamais vraiment la date du jour et cherche toujours ses mots. Mais elle utilise de plus en plus l'humour lorsqu'elle inverse ses propos.

Même si elle apprécie la compagnie de sa télévision, elle la délaisse volontiers pour se rendre aux animations susceptibles de l'intéresser. Elle prend maintenant ses repas au restaurant et converse un peu avec les autres résidents.

Elle ne se souvient jamais de mon prénom mais bien celui de Léon, elle m'appelle le musicien, le chanteur... Peu importe ma dénomination, je garderai d'elle ce petit souvenir :

Je passais dans sa chambre pour l'accompagner à l'atelier musique, lorsque je lui ai demandé où nous allions, elle m'a répondu d'un rire en chanson :

- Aux champs Elysées
- Pa la pa la pa... fut la seule réponse que j'ai trouvé adaptée.

Jeanne

« La Jeanne, la Jeanne
On la paie quand on peut des prix mirobolants
Un baiser sur son front ou sur ses cheveux blancs » Georges Brassens

J'ai souvent chanté à Jeanne cette chanson de Brassens, je la salue de la main et ne l'embrasse pas sur le front, quant à ses cheveux blancs, ils ont plutôt les reflets blonds que l'on peut avoir à 92 ans...

J'ai connu Jeanne à l'époque où j'intervenais dans la structure comme infirmier, elle me parle souvent de ce temps où je soignais sa peau fragile à coup de pansements. Elle me dit maintenant que je la soigne avec Léon, et qu'elle préfère cette relation.

A cette époque, Jeanne sortait peu de sa chambre, excepté pour les repas. Elle restait collée à sa fenêtre, regardait passer les saisons. Attendait chaque semaine sa fleuriste qui lui rendait visite pour orner son unique meuble personnel d'une plante à chaque fois différente. La plante était toujours à côté de la télé, celle-ci n'était jamais allumée.

C'est elle qui a souhaité venir dans les ateliers, elle disait apprécier la musique et acceptait, pour ces moments, de sortir de sa chambre.

Tous les vendredis pendant 10 mois, je suis passé dans sa chambre à 16h15 pour débiter l'atelier à 16h30 à peu près. A chaque fois que je pouvais la porte, elle levait les bras en me disant « ah ! Je t'attendais ». Jeanne me tutoie, je la vouvoie, c'est une question de respect... Je la transfère de son fauteuil confort à son fauteuil roulant, nous dansons une valse le temps du demi-tour et je lui fais toujours la même blague : « je ne suis pas un très bon danseur », elle rigole poliment et me parle sur le trajet du temps où elle pouvait danser. Ces temps de trajet sont importants. Ils permettent de prendre la température, savoir comment ça va en ce moment, de parler de la conjoncture ou bien de parler du temps.

Quand nous passons la porte du salon des pensées, Jeanne salue l'assemblée, sa voix au départ timide ne recevait pas toujours le retour, mais au fil des séances, chacune des autres participantes l'accueillait à sa façon. Louise agitait sa maraca, Micheline articulait avec peine mais en sourire un « bonjour madame » et Paulette chantait « y'a de la joie, bonjour bonjour les hirondelles... »

Jeanne était toujours installée en face de moi. Elle se souvenait à chaque fois de la date du jour, de l'année, de ce qui s'était chanté la semaine passée. Lorsque je demandais à ces dames leurs chansons préférées, Jeanne entonnait « mon Amant de St Jean », rejointe rapidement au chant par Paulette, à la percussion par Louise, à la vocalise par Micheline, à l'accordéon par Léon... Elle aime l'écouter cet accordéon, n'a jamais vraiment souhaité prendre des percussions.

Au fil des séances, Jeanne a échangé des mots avec les autres résidentes, ne passant plus par moi pour poser des questions. Que ce soit pour partager les souvenirs ou mettre en commun le quotidien.

Dans les périodes de Noël, elle a reçu des partitions envoyées par sa fille. Elles appartenaient à Jeanne du temps où elle était dans une chorale. Je l'ignorais et pris la matière à chanter qu'elle m'offrit pour inclure ses chansons dans le groupe dont elle faisait partie. Ces chansons d'un autre temps lui ont permis de relater les souvenirs qui les ont accompagnés et d'avoir une place particulière auprès des autres résidentes. Peu de temps après, elle reçut par la poste, un petit poste de radio. Elle écoute toute la journée les musiques des stations qu'elle a trouvées ou qu'elle demande aux filles qui viennent pour l'aider.

Jeanne accepte de faire pause avec le poste et se pose volontiers en extérieur, profitant du soleil et du premier brin de douceur. Elle ne reste plus tout le temps dans sa chambre à contempler les saisons, elle demande à s'installer en terrasse, discute du temps qui passe, ou fredonne des chansons.

Didier

J'ignore le contenu des pages que Didier a noircies dans ses mémoires. Il a couché sa vie sur du papier, ses souvenirs ; maintenant il est couché sur son lit et il va bientôt mourir.

La première fois que je suis allé le voir, c'était à la demande de l'équipe. Elle avait eu écho qu'avant il aimait la musique, et que ça pourrait être un bon complément des antalgiques... J'ai rappelé que je ne soignais pas avec mon accordéon mais je voulais bien me rendre à ses côtés pour voir si mon intervention pouvait se justifier.

Je suis rentré en douceur dans sa chambre même si il ne m'avait pas invité, j'avais été informé que les mots lui faisaient défaut, ce qui ne m'a pas empêché de me présenter et de lui indiquer la raison de ma venue.

Didier était allongé sur son lit, gémissait, avait une fréquence respiratoire élevée, le visage crispé et des spasmes au niveau des bras. Il ne répondit rien quand je lui demandai s'il avait mal, s'il avait froid... quand je lui ai demandé s'il acceptait que je joue un peu de musique, il lâcha un oui dans une grande expiration. A-t-il répondu à ma dernière question ou était-ce aux précédentes avec un temps de réflexion ?...

J'ai donc sorti Léon, calant le rythme du soufflet sur sa respiration rapide, puis j'ai impulsé des basses continues avant d'improviser des thèmes nostalgiques que la situation m'inspirait.

Il a semblé s'apaiser, la respiration se faisant plus calme, le corps et le visage moins crispés. Est-ce une hallucination ? Est-ce dû à Léon ? Est-ce que j'ai interprété ce que je voulais voir ? Je ne pourrai jamais répondre à ces questions.

Je suis retourné voir Didier la semaine d'après, il était toujours allongé sur son lit, cette fois-ci, il avait une couverture sur lui. Il était plus éveillé que la semaine passée, semblait moins crispé, a dit me reconnaître et accepta que je chante des chansons.

J'ai donc ressorti Léon en commençant par « étoile des neiges », juste parce que j'appris qu'il était chasseur alpin, c'est un peu léger mais ça a fait son effet :

« la chanson que nous chantions, la chanson » il répéta plusieurs fois « la chanson ». Avec à chaque fin de mot, une grande expiration.

Il ferma les yeux sur « la java bleue », enleva sa couverture, tirait sur son jean, son corps s'agitait mais il avait le sourire. Il me demanda à la fin qui chantait cette chanson, je lui répondis Lina Margy. Me montrant sa photo de mariage, il me demanda si c'était elle ? Je lui dis qu'il s'agissait de son épouse, il parla ensuite de la valse : « j'ai valsé, la valse à Paris », répéta cette phrase

plusieurs fois, la ponctuant par un soupir. Essayant de parler fort, me donnant l'impression de s'épuiser, je jouai une valse pour tenter l'apaisement.

Il parla de « la valse à paris », me dit qu'il y était allé 4 fois à Paris, 2 fois comme élève dans l'armée et 2 fois comme jésuite. Répéta plusieurs fois ces mots clés, qui, je l'appris plus tard par son épouse, furent des étapes essentielles de son histoire, sans doute développées longuement dans ses mémoires.

Lorsque je lui ai dit que nous allions arrêter là pour aujourd'hui, il parla d'autant plus, des jésuites et de Paris. Je lui ai alors demandé s'il souhaitait que je revienne la semaine suivante, il acquiesça.

Au moment où j'allais passer la porte, il expira d'une voix forte :

- A quelle heure ?

Je lui ai donc indiqué l'heure de ma prochaine venue.

Lorsque je suis arrivé la semaine suivante à l'heure convenue, j'appris qu'il était parti la veille, qu'il ne m'avait pas attendu.

Solange

Je passe voir Solange tous les 15 jours et nous passons un petit moment ensemble. Elle reste toujours en chambre, et ce depuis des années, j'ai vu son évolution : « du lit à la fenêtre puis du lit au fauteuil, et puis du lit au lit »¹⁴. Elle reste maintenant sous les couvertures, ne sort que pour la toilette et les toilettes.

Il n'y a que le coiffeur qui arrive à l'emmener hors de sa chambre, le temps d'une permanente ou le temps d'une couleur. Solange était coquette. Elle a gardé ce plaisir d'être bien coiffée, d'être maquillée, d'être manucurée. Elle est blonde et a un carré court, des lunettes rondes qui ne sont plus adaptées à sa vue, et depuis quelques temps, elle dit qu'elle n'entend plus.

Solange m'a souvent fait penser à la chanson du comique troupier Ouvrard : « je n'suis pas bien portant » (j'ai la rate qui s'dilate...). Il est vrai que Solange somatise, parle souvent du docteur, elle est dans une certaine maîtrise.

Au départ, l'indication était de la faire sortir de sa chambre, l'objectif fut revu à la baisse dans une perspective de la faire sortir de ses récriminations somatiques.

Je m'assieds donc à ses côtés si elle y est disposée, je prends le temps de l'écouter, puis, d'elle-même, elle me parle de Léon et fait des pauses dans ses ruminations. Au début de la prise en charge, Solange était beaucoup dans la logorrhée. J'ai assisté progressivement à une évolution, l'ai vu prendre à son tour le temps d'écouter, demander des nouvelles, se projeter.

J'ai essayé de l'amener à de la création, faire travailler l'imagination, lui laisser la maîtrise en tentant un peu de lâcher prise. Elle accepta pour une chanson intitulée « l'important c'est de manger » où nous avons abordé ensemble la problématique autour de l'alimentation. Mais elle a vite abandonné la création et je n'ai pas insisté.

Elle parle maintenant plus facilement d'un temps qu'elle savait apprécier. Le temps des fêtes foraines, de la grande roue, des manèges, le temps des bals, des danses, de la valse et du tango, de la java et du paso-doble qu'elle me demande souvent.

Je passe voir Solange tous les 15 jours et nous passons un petit moment ensemble. Elle ne demande pas à ce que nous changions sa vie, elle n'en a pas envie, dit qu'il est un peu tard. Elle souhaite juste que nous passions un peu de temps avec elle, et chacun, à différents degrés, lui signifier qu'elle n'est pas oubliée.

¹⁴ Jacques Brel « les vieux »

Isabelle

Isabelle chuchote parfois des mots que je ne comprends pas. J'ai essayé de parler tout bas, de m'accorder à sa tonalité, à son intensité. J'ai souhaité l'accompagner pour tenter de lui donner la possibilité de communiquer avec autre chose que les mots.

J'ai essayé différents lieux pour qu'elle puisse s'exprimer. Un salon, une chambre, une salle d'activité, quel que soit le lieu, je ne l'ai pas trouvé adapté. Quand je lui proposais de venir pour écouter la musique, elle disait oui à chaque fois et se levait spontanément. Je la tenais alors par les mains, lui servant de guide pour l'emmener dans ces lieux différents, elle avançait à petits pas en laissant échapper quelques mots sur le chemin : « c'est gentil », « où on va ? », « on s'en va ? », « on va à la maison ? »... je l'accompagnais juste pour faire émerger une communication.

Isabelle n'a jamais nommé Léon, pas même parlé d'accordéon, elle l'a mimé, et quand sortait le son, elle dansait du bras droit, faisait du sur place avec ses petits pas. Elle souriait par moments puis fermait son visage, fixant du regard des images qui m'échappaient. J'essayais d'en savoir plus mais je pense avoir eu tort. Si je cherche une autre communication, ce n'est pas pour la mettre en difficulté sur les mots... Isabelle prenait parfois la percussion que je lui tendais, la portant à sa bouche ou la dirigeant vers ses pieds. Était-ce un micro ? Était-ce une glace ? Quelle signification a-t-elle donné à ces maracas ? Quand son regard lointain tout à coup revenait, elle me fixait en souriant et disait : « on y va ? » Quand je lui demandais où, elle me répondait encore dans sa maison, voulait voir sa famille, me parlait de ses enfants, devait garder son petit-fils qui lui-même devait déjà être grand.

La dernière fois qu'elle m'a dit « on y va », j'ai posé Léon et j'ai raccompagné Isabelle dans son unité. Je l'ai vu accepter des affirmations, elle s'est installée comme on lui a dit, où on lui a dit. Elle a pourtant exprimé l'envie de marcher. « Tout à l'heure » lui a été répondu, « maintenant c'est l'heure du goûter ». J'aurais alors pu mettre de côté mon échec dans la tentative de communication et marcher un peu avec elle, accompagner sa demande, mais je n'ai pas pris le temps, et pourtant, je l'avais.

François

Lorsque j'interviens dans le salon de la maisonnée, François aime bien que je m'installe à ses côtés. Il n'aime pas quand je parle de trop, il me dit qu'on s'en fout et termine par un impératif :

- Joue !

Ou par une impériosité :

- Faut que j'aille au cabinet

François se lève alors de son fauteuil, dit qu'il va se coucher. Il est souvent impatient, demande quand est-ce qu'on sert le dîner. Il part dans sa chambre puis revient à mes côtés, me demande où j'habite, si je suis marié, si j'ai des enfants, quand je lui dis que j'ai un chat, il me montre sa dent en souriant, puis croise les mains en se calant dans le fauteuil. Peu de temps après, il demande l'heure qu'il est, dit qu'il est pressé de manger pour aller se coucher, alors il se lève et dit qu'il va au cabinet... et ce paragraphe pourrait encore recommencer.

François ne prend pas les percussions, il ne chante pas les chansons, il les récite parfois. Enlevant la mélodie, il en fait de la poésie. Offrant ainsi quelques phrases, lui donnant l'occasion de raconter des souvenirs. Les chansons qu'il chantait au moment des battages, celles que chantait sa mère quand elle faisait des beignets...

Il lui arrive souvent de crier « s'il vous plaît », oubliant dans l'instant que quelqu'un allait venir l'aider, ou parfois, sans raison apparente, peut-être pour montrer par sa voix qu'il est toujours là.

Il se souvient à distance de mots que nous avons échangés. François est de ces résidents qui ne se rappellent pas de mon nom et qui lorsqu'ils me voient, me demandent si j'ai apporté mon accordéon. Il a demandé un jour à un médecin de passage si c'était Léon qu'il avait dans sa mallette, mais brassard et stéthoscope ne dissimulaient pas de chansons, alors il a continué sa route sans attendre de réponse.

Est-ce parce qu'il était chauffeur routier qu'il aime faire de la route ? Il parle parfois de son ancien métier, des livraisons qu'il a faites, il a maintenant troqué le camion contre les chaussons.

Quand je demande à François s'il se souvient des chansons de la semaine passée, des thèmes dont nous avons parlés, espérant faire émerger quelques souvenirs récents ; il répond justement que c'est du passé et que ce n'est pas important...

- L'important c'est de t'écouter maintenant, allez, joue donc !

Alors je fais résonner Léon, car sur ce moment présent, il a tout à fait raison.

Marie-Thérèse

« Marie-Thérèse aimait bien se mettre à l'aise ». C'est la rime qu'elle avait choisi pour la valse des prénoms.

Elle était hémiplégique suite à un accident vasculaire cérébral, se déplaçait avec une canne. Elle portait d'épaisses lunettes et avait les cheveux courts, elle aimait Jacques Brel et les chansons d'amour.

Une création sur ce thème lui avait inspiré cette rime : « l'amour, on voudrait que ça dure toujours », elle avait de l'imagination, aimait quand il y avait de la création. Sur un autre thème où l'objectif était de trouver une rime avec ce qui peut-être égaré, elle avait dit en souriant : « j'ai perdu mes ailes, je ne suis plus demoiselle ».

Marie-Thérèse aimait chanter, elle avait une voix aiguë, elle se souvenait des paroles et exprimait son vécu. Elle parlait de ses regrets de n'avoir pu profiter pleinement de sa vie, avait l'impression de s'être sacrifiée, pour ses enfants, son mari.

Elle avait intégré le Pôle d'Activités et de Soins Adaptés de la rêverie, aimait que l'on s'occupe d'elle. Toutes ces attentions contrastaient avec ce qu'elle avait connu depuis le temps où elle n'était plus demoiselle.

Elle avait repéré la chorale avec Sylvie, la gym avec Catherine, les sorties avec David, les cafés rencontres avec Sandrine, la musique avec Jérémy... elle appréciait de nouveau les petites saveurs de la vie.

Marie-Thérèse est de ces résidentes qui font pleurer quand elles s'absentent. Une vie à laquelle on s'attache, qui donne du sens à nos accompagnements. Un travail d'équipe qui a contribué à ce qu'elle profite avec le sourire de tous ces derniers petits instants. Un professionnel se doit de le rester, mais nous travaillons avec de l'humain et il est humain de pleurer.

Marie-Thérèse a retrouvé ses ailes, vivra désormais dans nos mémoires, je regrette juste en pensant à elle, de n'avoir pu lui dire au revoir.

Denis

Les mains dans les poches et les épaules en arrière, Denis se déplace d'un pas lent mais assuré. Était-ce le rythme du pas qu'il avait du temps où il était surveillant de pénitencier ? Quoi qu'il en soit et comme pour son métier, les portes de la maisonnée sont fermées, c'est inhérent au fonctionnement d'un CANTOU, cela limite la déambulation. Du coup, Denis ne sort plus beaucoup et se contente de surveiller les entrées.

Denis est grand, il a les cheveux gris, il répond doucement en agitant sa moustache, les mots sont courts et appuyés, la dernière syllabe est parfois murmurée.

Pour ce qui fût de la mise en place de l'atelier musique dans la maisonnée, je dois avouer que Denis fit avancer la dynamique hebdomadaire de cette guinguette au salon.

Il n'a pas souhaité au départ prendre des percussions, l'œil que je posais sur lui ne mettait pas en évidence une envie active de participation. Et pourtant, il ne fallut pas beaucoup de séances pour que Denis mène la danse. Sur une fin de chanson, il applaudit en tapant sur les accoudoirs du fauteuil. Je repris alors son geste, tapant simultanément, questions-réponses rythmiques par fauteuils interposés. J'amplifiai cette nouvelle expression, en variant l'intensité, cette dynamique fit rire l'assemblée. Les fauteuils sont toujours en bon état, et Denis accepte sans trop de sollicitations, le rôle de métronome dans le déroulement des chansons.

Il a maintenant élargi son champ d'action, essayant dans un premier temps les maracas, il délaissa les instruments de fabrication maison pour un tambourin. Il varie son utilisation, actionne les parties métalliques, tapote les parties plastiques, l'utilise en secoué, en frappé, dans ses mains, sur ses genoux... Il fait des pauses dans les exécutions mais rythme une grande partie des chansons de l'atelier.

Je lui demande souvent d'impulser le tempo, je cale alors Léon sur sa proposition. Une fois que les accords résonnent et que la mélodie est reconnue, les autres résidents entonnent les chansons, s'adaptant au tempo pour actionner à leur tour leur percussion, frapper des mains, battre le rythme, ou simplement écouter ce qui se joue.

Dans cet espace de collectivité, ce salon musical du mercredi après-midi, ce ne sont pas « des démenes » dont il faut parler, mais bien de Marie-Rose, Yvonne, Jean-François, Fernande... qui au tempo de Denis, expriment « l'amusicalité ».

La valse des prénoms

Les fauteuils du salon sont installés en ronds. L'espace se réduit, les possibilités s'étendent. Des percussions se sont invitées. Je propose à Jeanne le tambourin qu'elle a apprécié par le passé, mais pas aujourd'hui, ne veut pas le casser. Yvonne trouvera le début de maracas, François l'appellera Marrakech. Il se souvient de Léon, ne veut pas jouer de percussions. Il veut entendre de l'accordéon, ne veut pas danser, récitera : « c'est un mauvais garçon ». Simone a choisi aujourd'hui le tambourin qu'elle utilisera surtout en début d'atelier. Yvonne est concentrée à dénouer le nœud de la maraca. Ginette acceptera d'en prendre une après une deuxième proposition, et elle l'utilisera sur toutes les chansons.

Yvonne et Marie-Rose chantent ensemble, Simone suit souvent à contre temps, les mots sont oubliés mais la mélodie est restée. Le petit parisien sera l'occasion de tester l'improvisation, je commence les phrases et les laisse terminer, parfois ce sont les bons mots, parfois non, mais cela reste cohérent au niveau du sens de la chanson. Ginette, Yvonne, Denis, François et Simone donneront chacun un mot, et le refrain sera commun. Je me déplace d'un siège à l'autre, pour tempérer Jeanne qui s'absentera un moment, pour stimuler Simone qui chantera en délaissant le tambourin, pour accompagner Yvonne qui ne connaît pas de chanson si on lui demande de chanter, et qui les chante toutes dès les premières notes fredonnées.

Denis tapera des pieds et des mains sur « les filles des forges ». Je lui ai demandé de donner le rythme, il s'y adonne de bon cœur, sous les regards amusés de l'assemblée. François réclame l'accordéon, car je « percussionne » Léon mais ne lui fait pas sortir beaucoup de sons. Je lui propose d'en jouer mais refuse, il veut écouter. Armand me parle du tambour lorsque je lui montre celui bricolé, je lui propose les baguettes mais ne veut pas s'en saisir. Il sera assoupi sur une bonne partie des mélodies.

Le temps est à l'orage, Jeanne pense que le sol a été nettoyé, Marie-Rose veut rentrer avant que ses parents ne soient inquiétés... Ce moment de chant et de partage fait émerger des possibilités d'expressions. Des comportements évoluent dans le quotidien, certains ne sont pas réceptifs, distants ou trouvent le joueur un peu faux. Peu importe, la mémoire ne fait pas que défaut, des détails peuvent se révéler. Au delà des mots qui peuvent parfois enfermer, le corps a sa musique qu'il faut laisser exprimer. Et ce que les résidents me laissent à voir et à entendre, m'indiquent simplement avec ce qu'ils sont, que j'ai encore beaucoup à apprendre.

Jérémy

« Bigot Jérémie né le 15.2.81 à 7h30 ». C'est ce qui est inscrit à l'encre bleue sur mon bracelet de naissance. Le « y » a remplacé le « i e » après débat dans la maternité, dans ce choix d'écriture pour signifier d'avantage de masculinité, c'est bien sûr mon père qui a gagné.

Je suis le fruit d'un amour, le dernier d'une fratrie de trois, je suis le résultat de rencontres et de choix qui au départ, ne dépendaient pas de moi.

Mais à partir du moment où l'on m'a mis ce petit bracelet, j'ai reçu une éducation, me suis forgé une personnalité, m'inscrivant dans la conformité ou dans la distinction, en fonction de ce que je comprenais, de ce que je croyais être les bonnes décisions. Et quand je regarde ce petit cercle plastifié d'un diamètre de 3cm où tenait l'un de mes poignets, je me dis qu'il symbolise mon histoire, résume à lui seul le chemin parcouru jusqu'à maintenant.

Tous les choix qui ont constitué ma vie, qu'ils soient libres ou en figures imposées, m'ont amené peu à peu à ce que je suis, m'ont orienté vers un métier centré sur la relation, et plongé dans un exutoire qui est devenu une passion.

Le choix d'exercer le métier infirmier est né à l'âge de 6 ans, et cette intuition ne m'a jamais quittée.

La musique quant à elle, a forcément toujours été là. Les berceuses de ma mère, l'harmonica de mon père, la trompette de mon frère, et peut-être avant que je ne puisse en prendre conscience, l'accordéon qu'avait joué mon grand-père.

Cette musique que je n'ai jamais appris à lire, ces instruments qui sont devenus mes compagnons de loisirs, tous ces échanges autour de rythmes, de mélodies, de mots, qui ne sont à chaque fois qu'un prolongement de moi, vers les autres, pour les autres. Un besoin de reconnaissance dans la relation et dans la création.

Ces deux premiers temps inhérents à ma vie, l'approche humaine de mon métier et ma passion pour la musique, m'ont amené à la rencontre du troisième temps qu'est la musicothérapie.

Cette formation, par l'introspection qu'elle permet, m'a permis d'approfondir mes pratiques de relations aux personnes par l'intermédiaire du médiateur musique. Elle a bien sûr été vecteur de changements profonds, car au-delà de l'approche des sons, c'est l'humain que je suis qui fut remis en questions.

Et ce questionnement permanent, cette philosophie, ce chemin, tout ce qui me hante ; moi, Bigot Jérémy, né le 15.2.81 à 7h30, trouve un semblant d'apaisement dans une éthique, mon lien à l'autre par la musique ; et loin d'être parfait, j'essaie au moins d'être authentique.

Epilogue provisoire

Il n'est pas si simple d'écrire, de décrire ce travail. Comment faire passer dans des mots la complexité des relations humaines qui se jouent dans cet éternel présent ? Comment résumer une vie, un accompagnement ? Quels « outils » peuvent être utilisés ? Quelle philosophie accompagne ma pratique ? Ai-je fait de la musicothérapie ou de la musique ?

Ces questions que je me posais lors de l'introduction n'ont pas trouvé de vérité absolue à la rédaction de cet écrit.

J'ai tout de même l'intuition que toutes ces histoires de vie forgées autour d'un prénom m'auront, par leurs rencontres, forcément influencées.

L'intervention par la musique auprès de personnes âgées trouve du sens parce que la musique est vecteur d'émotions et peut faire émerger bien des formes de communication.

Ces êtres singuliers que l'on dit âgés ont une histoire qui est encore à jouer. J'essaie de mettre en place des ateliers musicaux, d'utiliser ma formation à la musicothérapie pour apporter du mieux-être, de la relation et personnaliser l'accompagnement. Que ce soit avec ou sans Léon, en rythmes ou en chansons, l'essentiel étant de s'inscrire dans une éthique au sein d'un travail d'équipe.

Je suis d'ailleurs témoin d'un changement que j'estime bénéfique dans les structures gériatriques. L'approche de soin essentielle se voit de plus en plus complétée par des expériences menées un peu partout dans le monde. Je pense notamment à l'éthique que mène Nicole Poirier et toute son équipe au Québec, dans une structure appelée « Carpe Diem » qui accueille des résidents touchés par la maladie d'Alzheimer.

Cette philosophie de l'instant présent, cette vérité de l'ici et maintenant est une approche que j'estime essentielle dans l'accompagnement de l'humain âgé (et dans tout accompagnement de personnes en difficulté). Être à l'écoute de l'autre, saisir sa réalité, dans le respect, dans la dignité.

L'élaboration de cet écrit a permis d'accroître et d'étendre les interrogations autour de ma pratique, de garder du sens, de vouloir sans cesse étoffer ma petite expérience. Je projette de mettre en place avec une étudiante en psychologie, un atelier d'expression sonore pour des personnes âgées qui n'ont plus ou très peu de communication verbale. L'intuition étant toujours de faire émerger les diverses formes de communication.

Les structures dans lesquelles j'interviens me font confiance dans la prise en charge de l'humain. J'espère ne jamais me lasser de cette chance qui m'est offerte de pouvoir utiliser ce que je suis, par ma pratique, par la musique, afin de favoriser l'expression et la communication auprès de tous ces pré-noms que je côtoie, situés à juste distance, de Léon et de moi.

Remerciements

Je tiens dans cet écrit à remercier tous ceux qui m'ont accompagné, soutenu, et qui m'ont toujours permis d'avancer en respectant ce que je suis.

Bien sûr mes parents, pour les valeurs qu'ils m'ont transmises et que j'essaie de cultiver.

Mon frère aîné qui suit maintenant lui aussi le chemin de la relation à l'autre, et bien sûr mon frère musicien, qui m'offrant la musique à l'âge de 15 ans, m'a mené doucement à la musicothérapie. Sa compagne pour la relecture et les diverses corrections.

Merci aux personnels, aux familles et surtout aux résidents des « jardins de Montplaisir » et de « la rêverie » pour tout ce que j'ai pu témoigner dans ces pages. Une salutation toute particulière pour la future mariée, qui en acceptant d'élaborer ce prologue, a enrichi la réflexion entamée dans nos régulations.

Les habitants du 9 rue du château, pour leur réflexion et leur humanité qui ont inspiré quelques lignes de cet écrit, ils ont été les témoins de mes questions et de ma longue procrastination.

A la résidente de « la niche », pour l'instantané noir et blanc qu'elle a fait de moi et qui illustre parfaitement ma relation avec « Léon ».

Merci au capitaine en chaussettes des Ateliers de Musicothérapie de Bordeaux, qui de part la richesse de son expérience et son humanité, s'est avéré la seule transition envisageable à ce chemin encore long qu'est la musicothérapie.

Les Ateliers Sud Aquitaine de Musicothérapie ne sont plus et leur fondateur me manque, mais ce que j'ai pu apprendre dans ce début de formation restera toujours une étape déterminante de ma vie.

Une pensée pour les collègues de formation croisés durant toutes ces sessions, qui de part leur expérience et leur regard, ont enrichi mon histoire.

Une petite caresse pour un chat au nom d'antidépresseur qui a influencé mes humeurs d'écriture, m'a accompagné dans mes songes de lecture.

Et enfin, un grand merci à ma muse, qui a toujours su m'encourager pour que je mène à bien mes projets, et tout particulièrement cet écrit.

Bibliographie

Artur P. 1999. Musicien à l'hôpital. Non verbal/ A.M.Bx, collection « les cahiers ».

Bedos R. 1979. Expression musicale et handicap intellectuel à Boissor. Edité par la coopérative scolaire de Boissor.

Belmin J./ Chassagne Ph / Gonthier R / Jeandel C / Pfitzenmeyer P 2005. Gérontologie. Masson collection « pour le praticien »

Benenzon R. 1981. Manuel de musicothérapie. Privat.

Benenzon R. 1992. Théorie de la musicothérapie à partir du concept de l'ISO. Non verbal/A.M.Bx.

Fellonneau S. 2005. Cadre et trouvailles en musicothérapie. Non verbal/A.M.Bx.

Gaberan P. 2010. Cent mots pour être éducateur. Edition Erès. Collection « trames »

Gendarme M. 1994. L'émergence du signe. Non verbal/A.M.Bx., collection « les cahiers ».

Lapeyre M. 2007. Musicothérapie : relation à soi communications avec autrui. Non verbal/A.M.Bx., collection « les cahiers ».

Lecourt E. 2010. La musicothérapie. Édition Eyrolles

Patat G. 2008. « j'ai été... je suis » guide d'accompagnement des personnes atteintes de la Maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés. Les Parentèles

Tolle E. 2000. Le pouvoir du moment présent. Éditions Ariane

Winnicott D.W. 2010. Jeu et réalité. Gallimard. Collection folio essais

Yalom i. 2009. Le jardin d'Épicure, regarder le soleil en face. Galaade Éditions