

# INTRODUCTION

“ Puisque la musique console, calme et apaise, pourquoi ne pourrait-elle pas concourir au rétablissement d’un être malade et perturbé ? ” (*Dr Verdeau-Paillès - Le bilan psycho-musical - Ed. JM Fuzeau 1981*).

L’originalité de la musique du Dr Alain Amouyal - dont les thèmes ont été utilisés en milieu psychiatrique, gériatrique et scolaire depuis de longues années - tient dans le fait qu’elles sont des oeuvres presque entièrement improvisées.

Le compositeur, en laissant s’exprimer son vécu émotionnel a créé un support musical spontané qui entre facilement en résonance avec la musique intérieure de chacun, et favorise la communication affective et l’émergence du refoulé. Chacun peut ainsi s’y reconnaître et retrouver le fil conducteur de sa propre histoire.

Lorsqu’une de ses amies, infirmière de nuit, lui fit part des situations de détresse auxquelles elle devait faire face tous les soirs à l’Hôpital, il lui a proposé tout naturellement d’utiliser ses musiques. Il a choisit trois thèmes particulièrement efficaces dont Marie-Christine Plumejeaud a proposé l’écoute au cours de la nuit, suivant les besoins. Les essais furent rapidement concluants.

L’expérience présentée ci-après montre comment, dans un milieu hospitalier à forte composante gériatrique, la simple mise à disposition de l’une ou l’autre de ces musiques a rompu un isolement existentiel et agi comme un baume apaisant pour les patients confrontés à la souffrance et à la solitude.

Les écoutes se sont déroulées en Long et Moyen séjour, au cours de 61 nuits, entre décembre 2000 et février 2002. Les 76 patients, hommes et femmes, âgés de 80 ans en moyenne, souffraient (par ordre décroissant) des pathologies suivantes:

- affections respiratoires,
- maladie d'Alzheimer,
- hypertension artérielle,
- état dépressif et troubles du comportement,
- cancer,
- insuffisance cardiaque.

Cette initiative a rapidement rencontré le soutien de l’équipe soignante qui a pu mettre en place, avec l’accord du patient, des écoutes musicales à l’aide d’un walkman.

**PASSAGE - 21'**

## **PASSAGE - Ecoute Infirmiers et Aide-soignants**

**DURÉE: 21'**

---

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 15 au 16 décembre 2000

### *Jémoignage 1*

#### **Soignant:**

P. 37 ans, aide-soignant

#### **Réactions observées:**

"Cette musique est calme et douce, reposante. Elle est bonne pour la relaxation. Elle évoque l'époque de Louis XIV, elle me fait penser aux décors du film Barry Lindon. En l'entendant, j'ai vu des images d'art... elle est liée aux arts".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 décembre 2000

### *Jémoignage 2*

#### **Soignant:**

J. M. 50 ans, aide-soignant

#### **Réactions observées:**

"Musique très apaisante qui amène une bonne sérénité de l'esprit et du corps; musique non agressive. Belle mélodie sur laquelle on voit des paysages de montagnes".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 12 au 13 décembre 2000

### *Jémoignage 3*

#### **Soignant:**

C. D. 55 ans, aide-soignante

#### **Réactions observées:**

"D'accord de faire écouter cette musique à des gens en fin de vie. Tu vois une vie se dérouler par rapport à cette musique. Rien d'agressif dans cette musique, au contraire. C'est de l'apaisement: de l'eau qui coule, des arbres, la campagne, la nature... Un couple: ils courent l'un vers l'autre, ils s'embrassent, ils sont heureux. Pour quelqu'un en fin de vie, c'est bien de l'entendre; ça te permet de fermer les yeux et d'oublier ta douleur, ça t'apaise, ça te permet de p a s s e r" (elle ne connaît pas le titre).

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 12 au 13 décembre 2000

### *Témoignage 4*

**Soignant:** G. R. 24 ans, élève-infirmier en 3e année

#### **Réactions observées:**

"Musique qui n'impose pas, qui te guide. Il y a un fil conducteur. J'ai vu défiler beaucoup d'images: vastes paysages, grands lacs, grandes forêts. Sensation de vol.

Je suis surpris parce que cette musique est très mélancolique mais positive à la fois, elle a un effet contrairement à d'autres musiques dites de relaxation - c'est probablement lié à son caractère spontané - effet relaxant. Cette musique t'aide à réfléchir sur toi, sur ta vie; c'est quelque chose que tu peux faire seul chez toi, en l'écoutant".

*G. se dit par ailleurs heureux de l'initiative prise de faire écouter de la musique aux patients.*

**LIEU:** Domicile

**DATE:** Nuit du 16 décembre 2000

### *Témoignage 5*

**Soignant:** P. 23 ans, aide-soignante en unité de réanimation polyvalente

#### **Réactions observées:**

"Au début de ce morceau, je ne suis pas à mon aise car je sens que je vais être exposée à des souvenirs assez difficiles. En plus j'ai froid, mais je trouve cette musique fabuleusement belle et harmonieuse. Ensuite je commence à me laisser porter par le morceau, j'ai l'impression d'être installée sur un fauteuil, j'ai toujours froid, mon diaphragme est noué, mon sang est encrassé. Je sens mes pieds au contact d'une mousse végétale, verte, froide et humide. Je commence à comprendre que cette mousse épure mon sang et éponge ma peine. Quelque chose, je ne peux l'expliquer, me tire vers le haut. Je regarde vers l'horizon. Le coucher de soleil est là, il me transperce, il est magnifique. Je vois à perte de vue et je commence à rassembler les morceaux de moi-même qui se sont éparpillés. Je me sens beaucoup mieux maintenant. Je suis réchauffée, un grand soleil chaud brûle mon ventre. Je suis sûre à ce moment d'être aimée, j'ai aussi la certitude que j'ai choisi de naître. Merci..."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 4 au 5 janvier 2001

### *Témoignage 6*

**Soignant:** S. 31 ans, aide-soignant

#### **Réactions observées:**

"Cette musique est très belle. Elle traduit pour moi la vraie nature, simple.

J'ai vécu cette écoute en trois étapes:

- Les premières 10 minutes, j'ai eu la sensation de me trouver dans le film "L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux"... cette ambiance-là et ensuite dans un autre film "Et au milieu coule une rivière", j'étais dans le vert des feuillages et de la rivière qui coulait: merveilleux...

- au troisième "ding!", c'est comme si c'était le film de ma vie, avec de la mélancolie qui remontait de séparations, d'événements, les erreurs faites, le regret... ça se déroulait, mais ce n'était pas le côté négatif. Ensuite j'ai revécu ma petite enfance, quand j'étais chez mes parents: tout le bonheur vécu auprès d'eux.

- à la fin j'ai vu la vieillesse de mes parents et ma propre vieillesse.

Cette musique va vers toi, tu ne te forces pas pour l'écouter et elle ne te force pas non plus. Franchement, du fond du coeur elle te parle: elle te calme mais ne t'endort pas."

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

DATE: Nuit du 13 au 14 janvier 2001

## *Témoignage 7*

### **Soignant:**

H. 42 ans, aide-soignante, ayant constaté l'effet apaisant de la musique sur certains patients, elle souhaite l'écouter et écrit spontanément son vécu.

### **Réactions observées:**

1°/ Le son des violons vous donne un effet de détente, de bien-être; cette musique très douce vous procure une sensation de relaxation du corps qui se manifeste par une détente complète de votre personne, enlève le stress et vous permet de visualiser des choses plus douces. Exemple: pour un malade homme ou femme en phase d'agitation, ils peuvent se relaxer, car la musique elle-même est d'une grande douceur, tendre et fine, avec à l'appui des passages très lents et accélérés, des notes hautes ou basses.

2°/ pour ma part, j'ai eu l'impression de me voir en danseuse d'opéra dans un très grand ballet classique. Donc à travers la musique notre imagination s'évade.

Conclusion: la musique peut permettre aux personnes souffrantes une relaxation du corps et de l'esprit, car elle efface les sources d'agitation, de nervosité, elle permet de se détendre complètement, de se relâcher, de se décrisper et de diminuer, voire de supprimer, leur angoisse, leur peur de la maladie ou de la mort (ceci concerne les patients).

Pour ma part j'ai pu constater sur Mme G. et sur Mme. E. cette détente et cette relaxation du corps. Avec notre présence à leur côté, elles sont arrivées à se relâcher complètement. L'écoute musicale peut donc parfois remplacer un médicament. L'instauration de la musique dans les traitements pourrait vraiment permettre à certains patients hommes ou femmes de vivre la douleur autrement et d'adoucir la fin des mourants. Les gens sont souvent seuls face à leur souffrance, il devient presque urgent de nos jours de créer ou d'instaurer une équipe avec cette relaxation "Musique" pour adoucir, apaiser, décontracter les personnes souffrantes et nous aurions des résultats très positifs dans la relaxation de l'être, individu jeune ou vieux. J'espère que la musique entrera dans le traitement de base pour soulager cette oppression que les malades ressentent."

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

DATE: Nuit du 19 au 20 janvier 2001

## *Témoignage 8*

### **Soignant:**

G. 35 ans, aide-soignante

### **Réactions observées:**

"J'ai dû interrompre la musique tellement elle me relaxait: je me serais endormie.

Je l'ai trouvée naturelle - c'est rendu par le son des instruments - et ça a fait venir un ensemble d'images liées à la nature. C'est une musique vraiment positive et apaisante que je sentirais bien pour des personnes stressées ou déprimées.

Cette musique a un vrai contenu, ce qui contraste avec tant d'autres musiques qui n'en ont pas; elle te dit quelque chose, elle te parle, elle t'accompagne. Est-ce qu'on pourrait l'avoir ?

En tout cas, merci de me l'avoir fait écouter car je vois bien comment elle peut aider les malades... et les bien-portants!"

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine

**DATE:** Nuit du 31 janvier au 1er février 2001

## *Témoignage 9*

### **Soignant:**

M. H. 50 ans, aide-soignante

### **Réactions observées:**

"Relaxation complète du corps. Au bout de 10 minutes, le corps est complètement attentif à la musique. J'ai vécu un phénomène d'imprégnation par cette musique superbe... vraiment douce et relaxante".

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine

**DATE:** Nuit du 31 janv 2000 au 1er fév 2001

## *Témoignage 10*

### **Soignant:**

C. 28 ans, aide-soignante

### **Réactions observées:**

"Très belle musique relaxante qui me fait penser à mon mari et à ma fille, au bonheur que je vis avec eux. Cette musique évoque celle du film "Titanic", elle évoque le bonheur, ma famille. Musique positive qui fait partir: c'est un ballon d'oxygène".

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine

**DATE:** Nuit du 31 janvier 2000 au 1er février

## *Témoignage 11*

### **Soignant:**

A. 20 ans, aide-soignante

### **Réactions observées:**

"Je me suis sentie bien. J'étais toute relâchée; ça m'a fait penser au film "Braveheart", dès le début. J'ai pensé aux souvenirs et au futur de ma vie, comme si la musique reliait les deux. J'ai eu aussi la sensation de voler: légèreté de tout le corps.

Les gens peuvent revoir leur vie: cette musique permet un moment de face-à-face avec soi-même, elle rattache à la vie."

**LIEU:** Domicile

**DATE:** 1er février 2001

## *Témoignage 12*

### **Soignant:**

G. 66 ans, infirmière

### **Réactions observées:**

"Ça rentre partout, dans tout le corps. Action sur le coeur, le plexus solaire. Alors que je suis toujours en sur-tension, cette musique me calme puissamment. Elle conviendrait bien aux personnes âgées, aux gens en dépression et pour la relaxation. Extraordinaire musique."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 26 au 27 mars 2001

## *Témoignage 13*

### **Soignant:**

N. 45 ans, aide-soignante qui a travaillé 12 ans en réanimation.

### **Réactions observées:**

"Je me suis détendue jusqu'au bout des orteils. Par rapport aux musiques que j'écoute pour me relaxer, celle-ci a vraiment un effet différent; par exemple j'aime beaucoup Jean-Michel Jarre, mais je reste tendue, alors que là tu te relaxes vraiment.

C'est à écouter en forêt, au bord de l'eau, tu t'évades complètement.

J'ai vu repasser toute mon existence, mon enfance, mon adolescence, mes années défiler et devant c'était le futur... Aucune musique ne m'a fait cet effet de dérouler ma vie - et c'était le bon de ma vie, j'étais dans la sérénité alors qu'il y a beaucoup de négatif dans ma vie.

C'est vraiment une musique qui t'aide à faire une auto-évaluation, à faire un bilan".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 6 au 7 avril 2001

## *Témoignage 14*

### **Soignant:**

V. 34 ans, aide-soignante

### **Réactions observées:**

"Je me suis prise pour un oiseau, sensation de vol, véritable évasion. J'ai vu défiler des paysages.

Alors que j'étais tendue par des problèmes personnels, par le fait que je n'aime pas trop venir travailler ici, j'ai vraiment "posé les valises", j'ai fait le bilan, je me suis vraiment détendue."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 5 au 6 avril 2001

## *Témoignage 15*

### **Soignant:**

M. L. 47 ans, cadre infirmier de nuit

### **Réactions observées:**

"Je me suis vue en ralenti, petite fille, dans un champ en Algérie; mon père coupait avec son couteau les champignons que je cueillais. Au moment du "ding!", c'est l'adolescence, les premiers coups de pieds au derrière que la vie te donne. Puis je me suis vue femme avec mon fils dans mes bras.

Ensuite j'ai vu mes parents que j'accompagnais dans la vieillesse. Puis lorsque je serai moi-même grand-mère avec tout ce que j'aurai à transmettre à ceux que j'aime... Vers la fin, lorsque tu meurs tu es comme un roi, une reine qu'on accueille quelque part, même si tu ne t'es pas forcément bien conduit dans ta vie: ceux qui t'ont aimé et précédé t'ouvrent le chemin. J'ai revu M. et D. lorsqu'elles étaient vivantes et toute la peine ressentie à leur départ.

Cette musique génère une résurgence de ta vie et c'est positif, porteur d'espoir. Celui qui a composé cette musique a dû vivre lui-même beaucoup de choses pour pouvoir traduire ce qui est essentiel avec autant de subtilité".

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine

**DATE:** Nuit du 11 au 12 juin 2001

## *Témoignage 16*

### **Soignant:**

M. 47 ans, aide-soignante, après avoir constaté l'effet apaisant de la musique sur une patiente, souhaite l'écouter par intérêt.

### **Réactions observées:**

"Je ne sais pas d'où vient le son, j'avais l'impression qu'il venait de partout et que tu l'entendais toi aussi. Rappel de souvenirs douloureux, ça m'a surprise sur le coup (elle fait le geste d'un noeud au niveau du plexus solaire); ensuite l'apaisement, la sérénité. Je suis athée, mais il y a quelque chose d'autre dans cette musique, quelque chose de religieux, même si je n'y crois pas."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 7 au 8 juillet 2001

## *Témoignage 17*

### **Soignant:**

Mlle M. 31 ans, infirmière, restée la nuit auprès de sa grand-mère en fin de vie. Mlle M., qui pratique des animations musicales avec les personnes âgées, est très intéressée par la démarche de proposer de la musique la nuit.

### **Réactions observées:**

"J'ai écouté 4 fois le morceau, très beau, très apaisant, je fais de la relaxation, et j'ai ressenti exactement les mêmes effets. Ça fait lâcher en profondeur. Très bonne musique."



**COEUR ECLAIRÉ - 25'**

## COEUR ÉCLAIRÉ - Ecoute Infirmiers et Aide-soignants

DURÉE: 25'

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 11 au 12 mars 2001

### *Témoignage 1*

#### **Soignant:**

H.C. 42 ans, aide-soignante

#### **Réactions observées:**

"La musique est un moyen thérapeutique à instaurer pour la relation d'aide en urgence. Elle est un moyen de détente, de relâchement de tout son être. C'est un remède contre l'anxiété, le stress, cela se manifeste par une détente du corps. Il me paraît logique que la musique devrait être instaurée dans le "diagnostic infirmier". Il me paraît urgent de mettre ce processus en application sans tarder. Cela apporterait une réponse pour chaque individu à un problème de santé actuel. L'infirmière, de par la formation et la connaissance qu'elle aura eues sur la musique pourra traiter chaque pathologie de chacun avec différentes musiques si douces: cela ne peut que soulager une personne stressée, diminuer une douleur, faciliter un sommeil en douceur.

Dans cette musique, il y a les sons des violons, le piano qui dégagent une finesse extrêmement douce avec à l'appui le son des marteaux qui procure une détente absolue, une sensation de bien-être... Tu laisses ton imagination partir au gré du rythme de la musique: c'est génial.

Une musique si douce ne peut que procurer un bien-être aux patients, malades ou personnes âgées. De plus, à mon avis, cela amènerait une complète détente aux enfants malades, car tous les enfants aiment la douceur, et cette musique est la douceur même. Mon Dieu, cela est divin d'écouter ces sons qui frappent l'ouïe, ce bruit rythmé produit par le retour régulier des vibrations, cet air qui environne, qui pénètre dans le corps, ces ondes très douces qui parviennent à l'oreille te procurent une détente de bien-être agréable. C'est l'amour-même à l'infini qui te berce, c'est le coeur tout entier qui te parle: "bravo pour cette musique très douce".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 20 au 21 mars 2001

### *Témoignage 2*

#### **Soignant:**

C. 50 ans, aide-soignante

#### **Réactions observées:**

"Belle musique qui m'évoque la sérénité, la nature. Elle me plaît, je la trouve triste (avec un geste qui part du coeur et montre des souffrances, des noeuds). Musique que tu n'as pas envie d'arrêter en chemin, tu sens qu'elle t'amène quelque part, tu attends qu'il ( le compositeur) t'amène des choses. C'est vraiment beau."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 4 au 5 avril 2001

### *Témoignage 3*

**Soignant:**

A. 50 ans, aide soignante

**Réactions observées:**

"Détente par palier jusqu'à la détente profonde. À la longue, envie de pleurer.

On aimerait que la vie soit légère comme cette musique. On ne rencontre pas une légèreté pareille sur terre. C'est comme un souffle dans une forêt, c'est bien pour t'endormir. Cette musique permet de déconnecter un moment face aux douleurs, elle aide vraiment dans la souffrance."

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Polyvalente

**DATE:** Nuit du 10 au 11 mai 2001

### *Témoignage 4*

**Soignant:**

M. 54 ans, aide-soignante

**Réactions observées:**

"Très belle musique que tu peux écouter en musique d'ambiance (très douce), même la nuit dans notre travail; ça enlèverait le stress, ça modifierait l'environnement et le comportement des gens. Par rapport à notre travail de nuit, je pense que le matin on pourrait mieux s'endormir, étant donné la baisse du stress.

Musique qui touche profondément: j'ai eu des frissons et les larmes aux yeux dès que je l'ai entendue. J'ai remonté le temps, j'ai revu mon père (qui est décédé), j'ai revu les moments heureux vécus ensemble. Mon père adorait la musique, je sais que je peux communiquer avec lui à travers la musique et ça m'a fait beaucoup de bien.

Par rapport à d'autres musiques (et j'en écoute beaucoup, de tous les genres) aucune ne m'a touchée comme cela. Elle ne peut faire que du bien à un malade.

Si j'avais pu l'écouter chez moi, je me serais évidemment beaucoup plus détendue. Merci d'avoir pu vivre ce moment."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 22 au 23 juillet 2001

### *Témoignage 5*

**Soignant:**

M. 25 ans, aide-soignant

**Réactions observées:**

"Je pratique le massage Shiatsu et cette musique m'a complètement remis dans l'ambiance de la relaxation. J'ai ressenti des picotements sur le corps, comme une sorte d'acupuncture sonore, et particulièrement au niveau des méridiens du coeur et de la respiration dans les bras, dont la circulation était activée. Cette musique évoque pour moi la passion dans le sens "énergie du coeur": elle ouvre le coeur. Elle correspond parfaitement à un type de soins auprès des malades. C'est chouette, il faut continuer!"

## **RÉSONANCE - 31'**

## RÉSONANCE - Ecoute Infirmiers et Aide-soignants

DURÉE: 31'

---

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine      **DATE:** Nuit du 25 au 26 avril 2001

### *Témoignage 1*

#### **Soignant:**

V. 36 ans, aide-soignante.

Etonnée par l'effet calmant de la musique sur M. V. souffrant de lombalgies opiniâtres, elle souhaite écouter cette musique. Elle exprime qu'elle est toujours en sur-tension, stressée et que cette écoute pourra peut-être l'aider.

#### **Réactions observées:**

"Impression que l'âme se détache au-dessus du corps, que tu flottes au-dessus des choses. Au début j'ai senti quelque chose qui voulait sortir (geste partant de sa poitrine) et ensuite comme si je n'avais plus de corps: je me suis touché la mâchoire (inférieure) pour sentir mon corps.

Ces sons de clochettes m'ont fait penser aux fées, aux nymphes, à leur magie lumineuse...  
L'eau: c'est excellent. Je me voyais dans un tunnel comme en spéléo et tu suis l'eau jusqu'à la source - ce que tu cherches d'essentiel. C'est pour toi.

Musique vraiment positive: enlève le stress, elle t'élève. Si je devais lui donner un titre: "Début de la Vie."

*Après cette écoute, le visage de V. est complètement changé, comme élargi, détendu... La voix de V. s'est posée et son élocution est plus lente.*

---

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour      **DATE:** Nuit du 25 au 26 mai 2001

### *Témoignage 2*

#### **Soignant:**

A. 50 ans, aide-soignante

#### **Réactions observées:**

"Ça met en vacances: chant de la nature, vent dans le blé, bruit de l'abeille, je me vois dans des champs. Il y a quelque chose d'apaisant sur le plan émotionnel, qui peut aider un enfant.

En résumé: détente physique et mise au contact des rythmes de la nature. Ça fait changer les idées."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 20 au 21 septembre 2001

### *Témoignage 3*

**Soignant:**

J. 48 ans, aide-soignante

**Réactions observées:**

"Cette musique fait naître beaucoup d'images. A la 2e minute, des sortes de lasers verts passaient devant moi: très agréable. Puis, silence de cathédrale, tu es dans l'harmonie. C'est hyper-reposant. 6e minute: une espèce de son aigu te tire de cet état: ça te fait monter les pulsations; rupture avec l'instant précédent.

Ensuite, j'étais dans l'espace où circulaient des bateaux, avec des sons évoquant des battements d'ailes. De la 10e à la 20e minute, évocation d'une houle et tu redescends sur terre. Hyper-relaxation.

La musique me fait penser à une chorale tout de blanc vêtue, une chorale de negro spiritual dont le chant est très doux.

Ensuite, un son qui semble égréner le temps, puis un autre comme les clochettes du printemps. Les deux dernières minutes: l'eau coule et le temps s'écoule... Tu vois, je deviens même poète avec cette musique ! Je peux te dire que, pour des malades et même pour les soignants, elle peut vraiment aider. Très bonne musique! Chaque fois que je ne suis pas bien, je vais au bord de la mer. Avec cette musique, j'ai vraiment entendu la mer."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 4 au 5 octobre 2001

### *Témoignage 4*

**Soignant:**

R. 27 ans, aide soignant

**Réactions observées:**

"Quelque chose de nouveau, de futuriste dans cette musique: j'ai d'abord eu le contact de la mer sur les rochers, puis est monté le sentiment d'une catastrophe imminente: la guerre? Il y a eu le 11 septembre... J'étais dans le film de fiction "V": Les envahisseurs". En plus, il y a eu un son qui faisait un bruit de moteur: "zzz". J'ai ressenti de l'inquiétude, de l'angoisse, j'ai eu la chair de poule, sueurs..."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 13 au 14 novembre 2001

### *Témoignage 5*

**Soignant:**

C. 50 ans, aide-soignante

**Réactions observées:**

"J'ai l'impression d'être seule sur la plage, genre crique, et j'écris sur le sable les mauvais moments de ma vie... Les rouleaux des vagues viennent les effacer au fur et à mesure que je les écris et derrière moi la musique m'emmène vers une nouvelle vie: c'est comme une renaissance."

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 13 au 14 novembre 2001

## *Témoignage 6*

### **Soignant:**

C. 32 ans, aide-soignante

### **Réactions observées:**

"Remontée de choses négatives, de peurs, sensation de présences hostiles, éléments d'angoisse surtout, ressentis jusqu'à la fin et dont je ne me suis pas dégagée. Si j'écoutais cette musique avant de m'endormir, je ferais des cauchemars..."

*C. dit traverser actuellement une période de "blues" et que sous son apparence rigolote, elle cache un certain désespoir.*

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 20 au 21 Décembre 2001

## *Témoignage 7*

### **Soignant:**

J. 25 ans, agent de sécurité, musicien, disc-jockey, rappeur, aime toutes les musiques. Père trompettiste, beaucoup de musiciens dans sa famille. Il trouve intéressante la démarche des écoutes musicales auprès des patients et des membres du personnel: "on peut toujours retirer quelque chose d'une expérience".

### **Réactions observées:**

"Au départ, quelque chose de céleste: on vole... Mais est-ce dans l'air, est-ce sous la mer? Une sorte d'exploration. Tu ne sais pas si tu es entre le ciel et l'eau, tu voles dans un espace aérien et aquatique en même temps. Ensuite, je me suis senti comme une particule dans l'eau, remontant vers la lumière, redescendant vers les profondeurs. Puis comme si je revenais vers la Source, à la fin, dans un décor de nature et de fougères, dans le ruissellement de la source..."

C'est vraiment une bonne musique qui véhicule des sentiments. J'ai trouvé intéressant le fait que remontent des petits moments d'angoisse, mais ceux-ci ont été très vite apaisés par des sons et des mélodies différentes - complexes d'ailleurs - comme si tu passais à une autre étape, une succession d'étapes.

Ce que j'ai le plus ressenti dans cette musique, c'est une sorte de liberté, c'est sa liberté. À un moment, j'ai vraiment frissonné en écoutant un son de petite cloche. Je suis de confession catholique, mais je me suis dit, comme si j'étais dans la peau d'un bouddhiste, que ces clochettes sont des sons qui ouvrent l'intérieur, comme si ça ouvrait les chakras.

Je te remercie, parce que j'ai reçu beaucoup de choses dans ce moment d'écoute. C'est vraiment bien pour les malades..."

## BILANS

---

### **Philippe Arnaud 38 ans** **aide-soignant sur le pool de remplacement de nuit**

Décembre 2001

C'est bien connu, la musique adoucit les moeurs et si elle est ciblée, peut être très relaxante.

- Dans un hopital, rares sont les patients qui sont à l'aise, le doute en l'avenir est souvent présent, un stress sournois s'installe...

Je pense donc qu'une musique d'ambiance ou appliquée personnellement (comme une thérapie) peut soulager bien des patients, les aider à passer un cap.

- Pour les personnes âgées, entrer dans un établissement vous met devant le fait que vous êtes au crépuscule de la vie, le ciel s'assombrit peu à peu et l'on se dit qu'après la pluie il n'y aura plus le beau temps... de là naît une forme de déprime qui a une incidence certaine sur le comportement et la santé de la personne âgée.
- Cette musique dégage un coin de ciel bleu dans cette période obscure qu'est la fin de la vie. J'encouragerai toujours et participerai de mon mieux à cette thérapie, car elle est pour moi aussi utile qu'une médication ou un autre soin (massage etc.).

Philippe

### **Marcelle Pérée 54 ans** **aide-soignante en Chirurgie polyvalente**

Novembre 2001

Chère Marie- Christine,

J'ai répondu avec joie et aussi un grand plaisir à ta demande de tester certaines musiques avant de les faire écouter aux patients.

Comme tu le sais, je suis très sensible à la belle musique, celle qui a le pouvoir de te transporter dans des havres de paix et qui adoucit la vie de tous les jours, qui peut aider les patients angoissés par la nuit et ceux qui sont en fin de vie.

Le premier morceau, "Coeur éclairé", m'a transportée pendant 20 minutes dans ce calme reposant: j'étais au bord de l'eau, c'était une nuit de pleine lune qui se reflétait de mille brillances sur cette eau calme et me donnait l'impression d'une sérénité céleste.

Par contre le second morceau, "Vocalises", était bien trop court.

Quant au troisième morceau, "Plateforme", il m'avait donné une sensation de froideur, je dirai même de malaise; à déconseiller d'après moi aux patients pas bien dans leur peau.

Voilà je t'écris ma façon de voir...

Je conclus en t'embrassant bien affectueusement.

Marcelle



**Jeanine Simard 42 ans**  
**aide-soignante en Chirurgie et Réanimation**

Novembre 2001

Marie- Christine, je souhaiterais te faire part de mes observations concernant le travail que tu fais sur la musique.

Tout le monde sait que se retrouver à l'hôpital du jour au lendemain n'est pas chose facile, pour des personnes relativement jeunes mais surtout pour des personnes âgées qui peuvent parfois perdre d'un seul coup leur autonomie ainsi que leurs repères acquis tout au long de leur vie...

Cela étant dit, le travail que tu fais en faisant écouter la musique est très positif. Je peux le certifier car j'étais avec toi chaque fois que tu l'as proposé à une personne souffrante.

J'ai pu constater que toutes les personnes qui ont écouté la musique étaient moins stressées, plus calmes et ont passé une bonne nuit malgré la douleur.

Cette musique les détend véritablement, leur permet de moins se concentrer sur la douleur, ce qui favorise leur repos en vue d'une guérison rapide.

Je souhaite que le travail que tu fais avec la musique va aller en s'amplifiant car cela est bénéfique pour les personnes soignées, ainsi que pour les soignants.

Amitiés sincères,

Jeanine

**Florence Christin 28 ans**  
**aide-soignante sur le pool de remplacement de nuit**

Novembre 2001

Au cours de mes différentes affectations dans les services, j'ai eu l'occasion de travailler plusieurs fois avec Marie-Christine. Au départ, son projet d'utiliser la musique me faisait sourire, étant persuadée que certaines personnes ne seraient pas réceptives à ce genre d'intervention, ex: personnes âgées ou démentes.

En une nuit et sans le savoir, Marie-Christine m'a prouvé que j'avais tort: je me souviens de cette nuit en Chirurgie orthopédique qui promettait d'être mouvementée... Il y avait entr'autres une femme d'une quarantaine d'années ayant déjà un lourd passé orthopédique et qui était une fois de plus hospitalisée pour une grosse intervention. Cette dame ne répondait à rien: ni antalgiques classiques, ni conseils prodigués par les soignants. La seule et unique chose qui semblait avoir un peu d'effet sur sa douleur...? son mal être...? était la morphine qu'elle réclamait à outrance.

Ce soir-là, Marie- Christine lui proposa d'écouter un disque et là, surprise, la malade a sonné une fois en fin de nuit pour rendre le walkman et nous dire son enchantement.

Plusieurs fois nous sommes allées la voir et j'ai pu constater que cette dame dormait paisiblement (événement qui n'arrivait qu'après une injection de morphine) et même son visage s'était détendu. Elle n'avait plus ce rictus de douleur qui ne la quittait plus depuis quelques jours. Cette nuit-là, la patiente n'a pas réclamé de morphine.

D'autre part, une dame âgée et connue comme étant agitée, semblait vouloir faire savoir à tout le service qu'elle était dans nos murs... Après lui avoir proposé de la musique, sans être sûre qu'elle avait bien compris ma question, j'ai dit à Marie-Christine que la patiente était d'accord d'écouter de la musique.

Dès les premiers accords, les cris se sont tus et cette dame a commencé à nous parler du temps où elle était enfant, sa mère était chanteuse et son père musicien. Elle même pratiquait le piano, elle adorait la musique et ça lui faisait du bien d'en entendre. Nous avons passé près d'une demie-heure à l'écouter nous raconter ses souvenirs au fil de la musique, ensuite elle s'est endormie...

Cette nuit-là, j'ai adhéré à la musique en tant que soin, convaincue qu'il pouvait y avoir des résultats plus que positifs, sans distinction d'âge ou de pathologie.

Merci à toi Marie-Christine, à bientôt et bonne chance dans tes futures fonctions.

Florence

**Michèle Durand 43 ans**  
**aide-soignante en Chirurgie orthopédique**

Novembre 2001

Accompagner un malade durant son hospitalisation consiste à lui apporter les soins d'hygiène, les soins de confort, être à l'écoute de sa douleur. Pendant son séjour à l'hôpital, le malade n'oublie pas pour autant ses soucis extérieurs et pour certains, ceux-ci amplifient leur mal-être durant l'hospitalisation.

Pour soulager la douleur, les angoisses, les moyens sont actuellement nombreux. Mais un comprimé ou une piqûre soulagent-ils vraiment? Dans certains cas non, car le patient a bien souvent besoin qu'on lui tienne la main, qu'on discute avec lui, qu'on soit tout simplement à son écoute, non pas d'un soignant à un malade, mais d'un humain face à un autre humain. Je travaille de nuit dans un service d'orthopédie où le patient est très demandeur, pour sa douleur, son sommeil, pour beaucoup d'autres choses.

J'ai fait quelques nuits avec Marie-Christine à la période où elle mettait en place un projet de musicothérapie. D'un commun accord, lorsqu'un patient avait des difficultés d'endormissement, Marie-Christine lui faisait écouter de la musique. J'ai été surprise de constater qu'après écoute les malades s'endormaient. Sur d'autres patients, leurs angoisses diminuaient.

Je me souviens d'une nuit où une patiente était très énervée, aucun traitement n'avait réussi à l'apaiser. Marie-Christine lui a proposé d'écouter un disque, la patiente a accepté. Le premier CD ne lui convenait pas, le second a fait revivre des souvenirs de jeunesse, elle s'est retrouvée au bord de l'eau a t-elle dit... Elle a écouté cette musique toute la nuit. A cinq heures, au dernier tour, cette patiente dormait paisiblement. Certains malades, après une écoute musicale, gèrent mieux leur douleur.

Personnellement, je pense que la musique peut apporter un plus au sein d'une équipe médicale, car j'ai constaté que les résultats étaient prometteurs. D'ailleurs certains médecins ont adopté cette méthode dans leur salle d'attente. Je souhaite à Marie-Christine beaucoup de succès pour son projet musical et j'espère que son travail sera reconnu. Je profite de ce courrier pour lui dire que j'ai apprécié de travailler avec elle durant ces années.

Bonne chance, Marie-Christine

Michèle

**Michèle Hoffman 42 ans**  
**aide-soignante de nuit sur la Maison de retraite aux Pergolines**

Novembre 2001

Marie-Christine, malgré mon septicisme de départ, m'a démontré l'utilité de l'utilisation de la musique auprès de la personne âgée et de surcroît malade.

Je pense en particulier au cas de Mme P. âgée de 82 ans, atteinte de démence débutante de type Alzheimer. Il s'agit d'une dame porteuse d'un "Delta fugue" suite à de nombreuses fugues. Dans son comportement Mme P. se montre tour à tour très craintive - elle a peur, voit des "choses", s'enferme souvent à clef - et irritable, voire agressive et ce, vis à vis de sa voisine de chambre. Une nuit, Mme P. - il devait être aux alentours de minuit - déambulait dans les couloirs, très énervée. Elle n'était pas fatiguée et disait qu'il n'était pas l'heure de se coucher, qu'elle n'avait pas dîné etc... Impossible de lui faire entendre raison.

Marie-Christine me proposa d'essayer la musique, ce qui m'a fait rire car je n'y croyais pas!... A ma grande surprise, Mme P. a beaucoup apprécié cet intermède musical, elle s'est calmée et a trouvé son sommeil. Sa voisine de chambre était très soulagée et tout le monde a passé une très bonne nuit!

Michèle

### **Monique Génestar 54 ans** **aide-soignante de nuit au Moyen séjour des Pergolines**

Décembre 2001

J'apporte ici mon témoignage concret dans le rôle important et bénéfique de la musique, auquel j'ai assisté et participé auprès de malades atteints de pathologies diverses.

Ici, le cas d'un malade sous oxygène avec de lourds problèmes respiratoires, anxieux, ne pouvant trouver le sommeil. L'infirmière lui a proposé de la musique afin qu'il se détende. D'abord sceptique, celui-ci a accepté. Il s'est décontracté puis endormi et le lendemain a demandé s'il pouvait se procurer le disque car lui-même était surpris du résultat.

Une autre patiente qui réclamait à corps et à cris un comprimé pour dormir: après avoir eu son traitement, une écoute musicale lui a été proposée et cette dame n'en revenait pas le lendemain d'avoir dormi et de se réveiller si détendue au matin.

Le cas le plus spectaculaire est celui de cette dame parkinsonienne dont le traitement n'avait pas encore été adapté et qui souffrait d'accès de tremblements avec mouvements désordonnés continus secouant tout son corps et son lit et la privant de tout sommeil. Etat très pénible pour elle et face auquel nous nous sentions assez impuissantes dans ce cas. Mon infirmière a proposé la musique à notre malade qui lui a répondu "si cela ne me fait pas de bien, ça ne me fera pas de mal..." Un moment après, je suis allée voir comment ça se passait et notre malade s'était endormie paisiblement... Plus aucune secousse...

Le lendemain l'infirmière se trouvait dans un autre service et il a fallu aller la chercher, car notre malade la réclamait afin qu'elle lui fasse écouter la musique qui pour elle était le meilleur remède et cela pendant plusieurs nuits de suite, le temps que son traitement soit réadapté.

Pour moi qui ai pu voir et constater les effets et résultats de ces écoutes musicales de nuit, je pense qu'il serait très bénéfique autant pour les patients que pour les soignants de les poursuivre au sein de l'institution.

Monique

### **José Azuara 48 ans** **aide-soignante de nuit au Moyen séjour des Pergolines**

Novembre 2001

Ayant travaillé pendant des années au Moyen séjour en équipe de jour, j'ai souvent eu des patients qui, malgré des antalgiques ou tranquillisants, ne pouvaient ni être calmés ni être rassurés. Or un matin, j'ai appris par l'un d'eux que la nuit avait été douce et apaisante grâce à l'infirmière qui lui avait fait écouter la mer avec un casque. Je suis restée sceptique...

Quelques temps plus tard plusieurs malades m'ont parlé de cette fameuse musique mais moi j'étais toujours sceptique: quelle UTOPIE!... calmer ou rassurer ou endormir des patients avec la musique! Depuis maintenant mai 2001 je suis passée en équipe de nuit. J'ai fait la connaissance de Mme Plumejeaud, cette fameuse infirmière qui utilise la musique dans son travail de nuit et quelle surprise! Je me suis trouvée une nuit confrontée à un état d'angoisse et une crise de Parkinson chez une patiente jeune. Le lit bougeait à cause des tremblements et la patiente transpirait... Marie-Christine lui a proposé la musique: dans les dix minutes qui se sont écoulées la patiente avait cessé de trembler, de transpirer et s'était endormie.

À partir de cette nuit-là, j'ai commencé à croire à l'efficacité de la musique et souvent, quand un patient n'est pas bien ou angoissé par la nuit et que Mme Plumejeaud est dans les Pergolines, j'ai pu assister à une relaxation spontanée, grâce à la musique, de ces patients qui n'attendent plus rien des cachets. Pour en savoir plus sur l'effet de la musique, une nuit, j'ai pris les écouteurs et me suis mise dans la situation d'une personne angoissée. Avec cette musique, je me suis sentie rapidement détendue et heureuse. Je peux maintenant comprendre pourquoi nous pouvons être apaisés en écoutant un son mélodieux et qui vous donne une impression de joie et d'amour.

Je pense que Mme Plumejeaud réussira dans sa quête d'Aider et d'Amener des patients dans une sérénité quasi totale car pour moi aujourd'hui, la musique dans les soins n'est plus utopie mais bien réalité.

José

### **Amélie Martinez 53 ans** **aide-soignante de nuit au Long séjour des Pergolines**

Décembre 2001

Au moment où j'écoutais cette musique, j'ai ressenti une paix, une tranquillité m'envahir. C'est une musique très fine, qui m'a propulsée dans un autre monde plus léger. Par moments j'ai eu envie de pleurer, parce que je voudrais que ce soit aussi beau dans la vie.

Pour les malades, leur sommeil s'en est trouvé plus paisible car la musique chasse tout, elle prend le pas sur le reste.

Je peux dire qu'au sein d'une équipe et pour les patients la musique est très efficace pour la relaxation et qu'elle a modifié nos rapports humains car elle les a enrichis.

Amélie

### **Sylvie Benne 45 ans** **infirmière de jour en Chirurgie orthopédique**

Décembre 2001

*La situation:*

Une jeune femme de 30 ans, retardée mentale depuis la naissance, entre dans l'unité de Chirurgie orthopédique pour fracture de la cheville droite en fin d'après midi. Elle est accompagnée de sa mère.

Angoissée à l'arrivée mais calme, cette jeune femme a passé la soirée sans trop d'agitation ni de douleur. Sa mère, restée le plus longtemps possible, a été obligée de partir peu de temps avant l'arrivée de l'équipe de nuit. Elle se faisait beaucoup de soucis de laisser sa fille seule et craignait que la nuit soit difficile. La jeune fille commença à s'agiter, à pleurer, à appeler sa mère, à s'angoisser, à stresser et à avoir de plus en plus mal...

Le lendemain matin à la relève, l'infirmière de nuit Mme Plumejeaud, nous a signalé qu'elle avait pu calmer cette angoisse grâce à une écoute musicale et qu'il n'avait pas été utile d'avertir l'interne, la nuit s'étant déroulée sans problème particulier par la suite.

Dans la matinée, sa mère est venue nous remercier pour les soins que nous avons prodigués à sa fille, en particulier durant la nuit, elle était ravie que l'on ait utilisé une méthode douce plutôt que d'augmenter les traitements médicamenteux (antalgiques majeurs, anxiolytiques ou même augmentation des neuroleptiques). Elle avait été mise au courant par la voisine de chambre de sa fille.

Le lendemain matin, la mère a demandé à rencontrer l'infirmière qui avait aidé sa fille, elle tenait à la remercier personnellement.

*Mon ressenti:*

En écoutant cette mère exprimer sa reconnaissance, cela m'a aidée à réfléchir sur ma façon de penser au sujet des médecines dites "douces". En effet, j'ai été surprise que cet "outil thérapeutique" puisse réduire l'intensité et la durée des douleurs en diminuant l'anxiété, sans l'aide d'un support médicamenteux. Cette pratique a pu éviter à la patiente de voir ses doses de neuroleptiques augmentées par l'interne de garde de nuit. Elle a pu ainsi dormir de son sommeil naturel plutôt que d'être "abrutie" par des somnifères et antalgiques majeurs.

Je pense, en tant que soignante, que cette thérapie musicale ne peut qu'améliorer la qualité des soins et que renforcer les relations soignant-soigné ainsi qu'avec la famille.

Il est même regrettable de constater que cet "outil" ne soit pas davantage utilisé pour calmer l'angoisse et le stress, il est vrai qu'il est beaucoup plus facile et plus rapide de donner un cachet, mais c'est très regrettable!

Cette réflexion m'amène à penser que la musique pourrait être utilisée non seulement pour "les soignés" mais aussi pour les "soignants": le personnel souvent confronté dans l'exercice de sa fonction à des situations de stress et d'angoisse.

Sylvie

**Marie-Luce Bayard 47 ans**  
**Cadre Infirmier en service de nuit**

Décembre 2001

Je tiens à remercier Marie-Christine Plumejeaud pour avoir fait preuve de tant de volonté dans la recherche d'une relation de qualité avec les patients.

Elle fait partie de cette génération d'infirmières qui, après vingt-cinq ans d'activité, reconnaissent toujours l'importance de la maîtrise du geste technique, de l'évaluation d'une situation, mais qui en plus cherchent à établir une relation de qualité avec le patient.

Marie-Christine, par son projet professionnel, a montré qu'elle voulait entreprendre cette démarche. Elle a mis en place l'utilisation de la musique dans son service de nuit. Elle s'est heurtée à l'ignorance, le refus ou la moquerie. Elle a continué, et en a eu beaucoup de satisfaction, tant auprès des patients que des agents. Certains se sont révélés, certains l'ont surprise par leur réaction, certains ont été rassurés... Enfin, chacun y a trouvé un peu de douceur et de réconfort.

Je lui souhaite bonne chance dans cette démarche et surtout qu'elle ait la possibilité de faire ce qui la passionne.

Marie-Luce

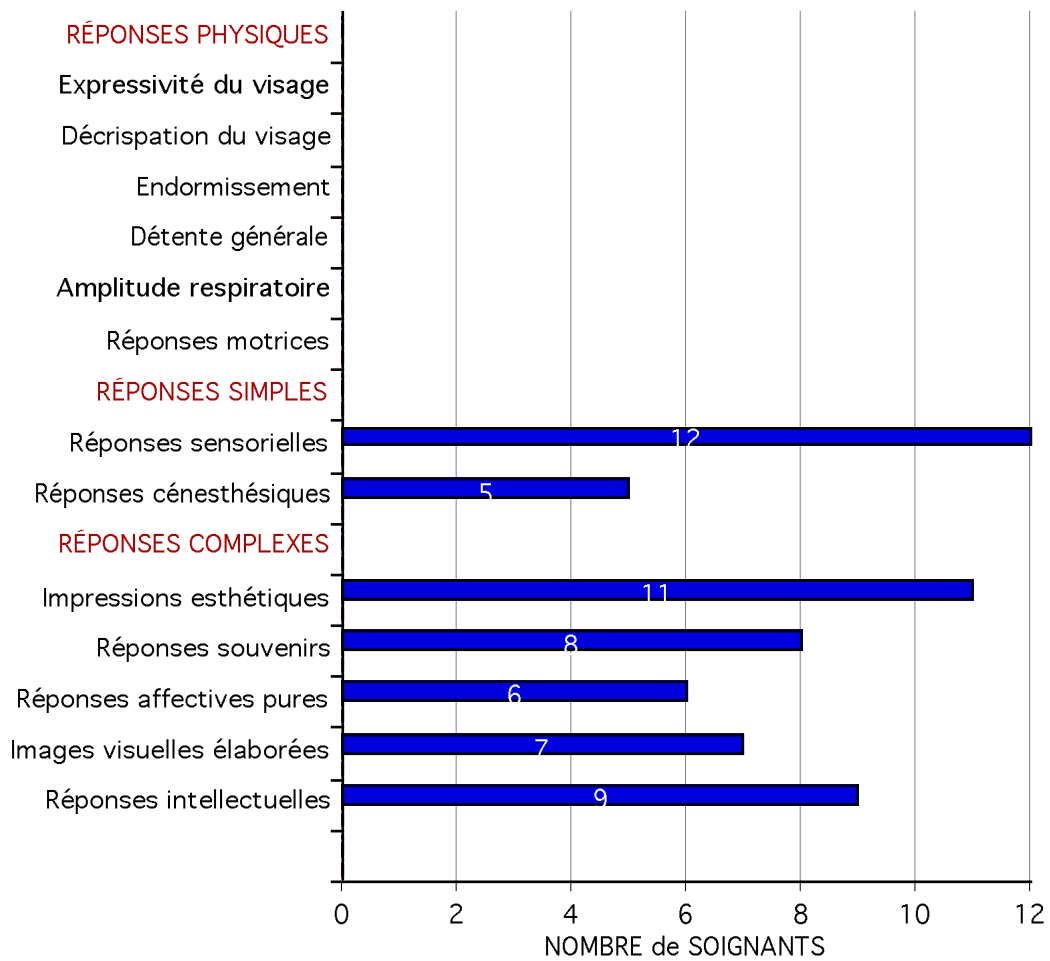
***BILAN GRAPHIQUE***

**INFIRMIERS & AIDES-SOIGNANTS**

# PASSAGE

- Infirmiers et Aide-soignants -

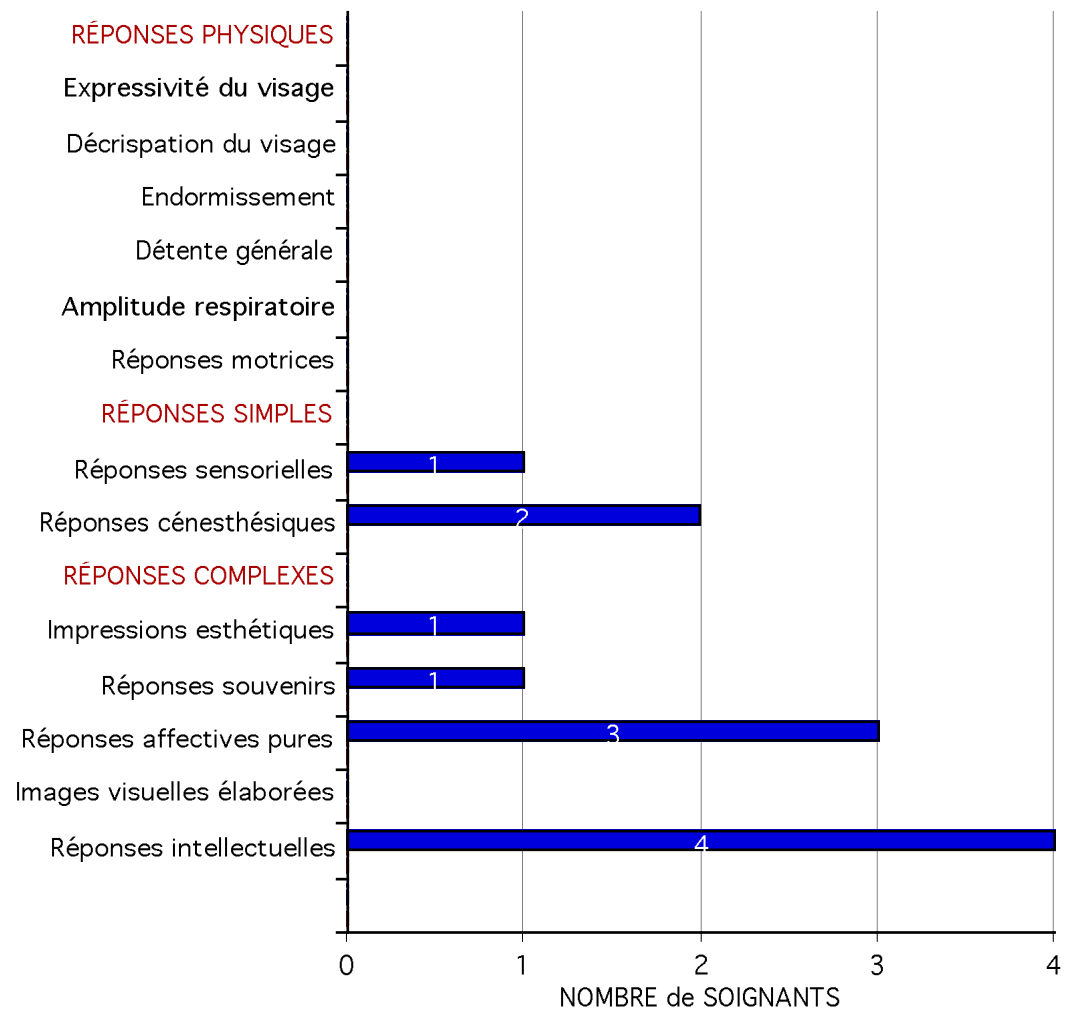
## CRITERES d'OBSERVATION de 17 SOIGNANTS



# **COEUR ECLAIRE**

- Infirmiers et Aide-soignants -

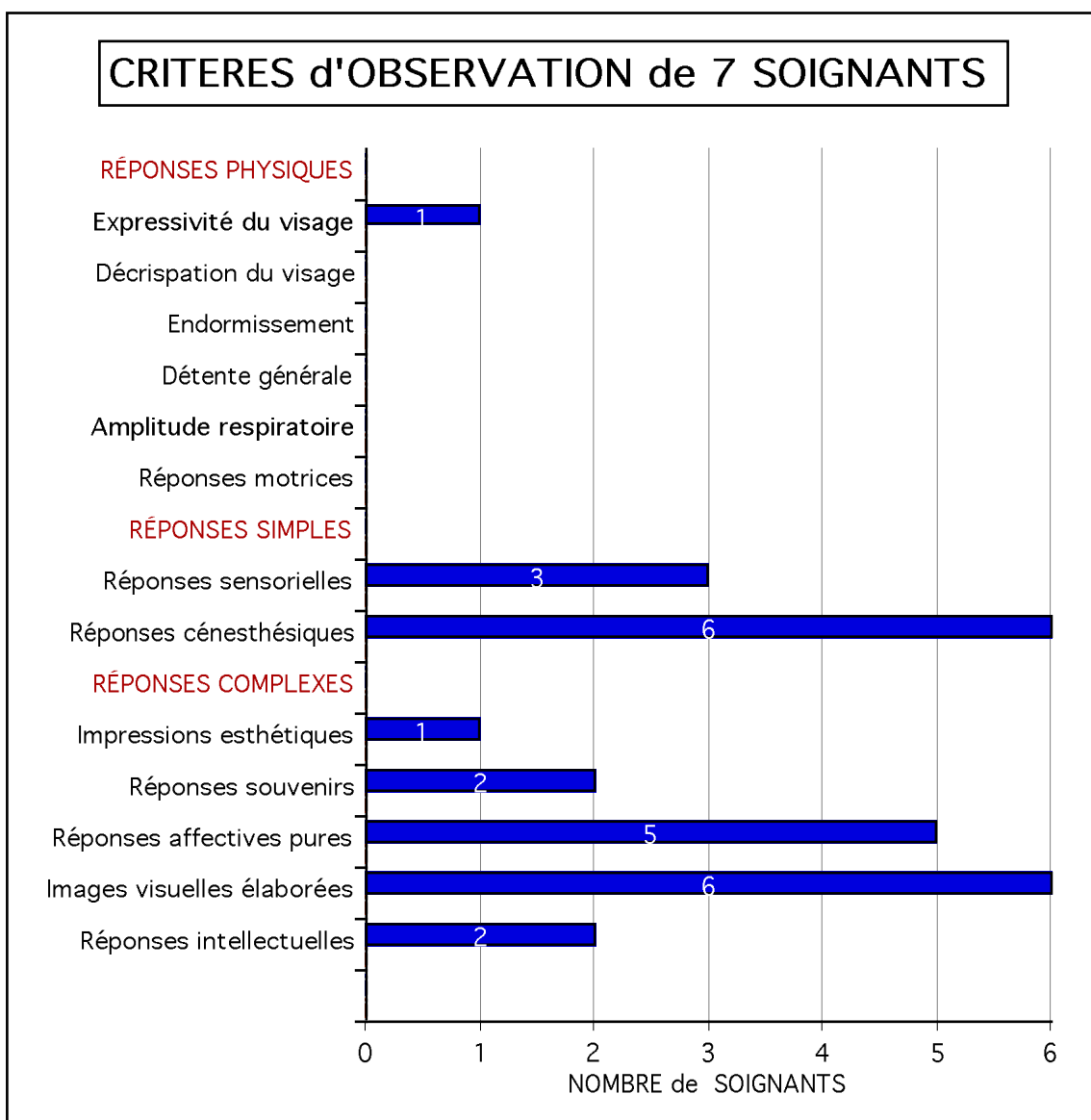
## CRITERES d'OBSERVATION de 5 SOIGNANTS





# RÉSONANCE

- Infirmiers et Aide-soignants -



**QU'EN DISENT LES PATIENTS ?**

## LES POINTS CLÉS

- Détente physique et apaisement psychique
- Endormissement
- Restauration de la communication verbale
- Diminution ou cessation de la douleur
- Cessation d'une crise de tremblements (Parkinson)
- Rétablissement du contact avec le corps par le toucher
- Impact esthétique de la musique relié à des références culturelles, émotionnelles, spirituelles
- Retour émotionnel de vécus antérieurs (particulièrement chez les patients atteints d'Alzheimer)
- Progression dans les étapes du deuil (tristesse, colère, sentiment de perte, acceptation, sérénité)

**PASSAGE - 21'**

## PASSAGE - Ecoute Patients

DURÉE: 21'

---

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 15 au 16 décembre 2000

### *Témoignage 1*

#### **Patient:**

M. R. 97 ans, parkinson, angor, bronchite sévère.

Attitudes significatives observées la nuit: la raideur généralisée, le visage parcouru de tics, une sorte de rictus permanent au niveau de la bouche. Actuellement, il tousse beaucoup. Communication très difficile avec M.R. qui ne comprend que les questions simples. Cette nuit, M.R. ne dort pas, il gémit beaucoup, se découvre sans cesse. Après l'avoir réinstallé, je lui propose une écoute musicale.

#### **Réactions observées:**

L'audition commence par une quinte de toux prolongée, puis M. R. fait à 4 ou 5 reprises le signe d'enlever quelque chose de son nez.

Au bout de quelques minutes, son expression s'apaise, les tics habituels disparaissent, et une détente généralisée s'amorce comme si la musique, à partir de l'audition, se propageait aux autres étages du corps en descendant. La respiration devient plus ample et régulière. A trois reprises durant l'audition, M.R. fait un signe d'acquiescement de la tête.

Après un temps d'assoupissement, il dit "mais je l'aime bien"... Puis se rendort.

Le changement le plus net est celui de son corps qui, de la rigidité habituelle est passé à la détente. Le reste de la nuit sera calme.

---

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 décembre 2000

### *Témoignage 2*

#### **Patient:**

Mme C. 83 ans, cécité, néogastrique inopérable, en fin de vie.

Etat de maigreur squelettique, la seule chose que Mme C. réclame est de l'eau d' Evian en aérosol que l'on brumise dans sa bouche. Cette nuit-là, elle est agitée, dit qu'elle a peur, demande que je reste près d'elle. Grande mélomane, elle est allée à tous les festivals de Bayreuth, en Inde, au Mexique... et la proposition de lui faire entendre de la musique lui convient tout à fait.

#### **Réactions observées:**

"C'est superbement esthétique" dit Mme C. tandis que son visage traduit une expression de ravissement. Elle met ses 2 mains sur sa poitrine et son ventre comme si, pacifiée, elle reprenait contact avec ces 2 régions. Tout son corps s'abandonne: elle est visiblement bien.

Mme C. réclamera à trois reprises que je lui remette la musique sur laquelle elle s'endort profondément.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 17 au 18 décembre 2000

### *Témoignage 3*

#### **Patient:**

Mme S. 77 ans, syndrome dépressif chronique, parkinson, cécité, troubles de la déglutition.

Pas de communication verbale possible avec cette patiente dont la bouche reste constamment ouverte avec une rétraction des muscles du cou. Elle râle sa gorge en permanence en émettant une sorte de râle chevrotant. Comme la nuit dernière, Mme S. s'agite, elle est encombrée. Après avoir aspiré les sécrétions qui la gênent et effectué des soins de bouche, face à son agitation persistante je lui propose - même si aucun signe de compréhension ne se manifeste - de lui faire écouter une musique douce.

#### **Réactions observées:**

Dès le début de la musique, une expression de stupeur apparaît sur le visage de Mme S., puis d'intense attention. Son visage se modifie notablement au fil des instants: les différents étages se "réordonnent"; le plus frappant étant la mâchoire inférieure qui se décripe et se relâche sensiblement.

Mme S. fait le signe de toucher quelque chose en face d'elle, avant de poser ses mains sur sa poitrine.

La respiration d'ordinaire bruyante se libère et s'amplifie, ne fait plus de bruit.

Mme S. s'endort et reste calme tout le reste de la nuit.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 29 au 30 décembre 2000

### *Témoignage 4*

#### **Patient:**

Mme C. 80 ans, HTA, surdité partielle, troubles psychiques, fracture du col du fémur droit (prothèse intermédiaire), nutrition par dreep. Mme C. est, cette nuit, très agitée et souffre de problèmes intestinaux. Doucement, après l'avoir réinstallée, je pose mes mains sur son ventre: elle s'apaise progressivement et je lui propose d'entendre une musique douce.

#### **Réactions observées:**

Au bout de quelques instants d'écoute où ses yeux étaient fermés, elle a un regard très particulier ainsi qu'une intense attention et referme les yeux. Elle semble très présente.

Détente progressive du corps, la respiration se fait plus profonde et lente.

L'aide-soignante entrée doucement dans la chambre remarque que la musique "ça marche" et que Mme C. s'est endormie.

Le reste de la nuit, il y aura quelques épisodes de gémissements en rapport avec son problème de transit, mais Mme C. se rendormira à chaque fois.

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

DATE: Nuit du 4 au 5 janvier 2001

## *Témoignage 5*

### **Patient:**

M. S. 30 ans, est aux Pergolines pour rééducation suite à une arthrodèse de la cheville droite sur séquelles de polyomyélite.

M. S. me fait appeler parce qu'il ne parvient pas à trouver le sommeil, malgré le somnifère pris. Je lui explique que je ne peux pas lui en donner un deuxième à 2 heures du matin et lui propose une écoute musicale qu'il accepte.

### **Réactions observées:**

Je le retrouve profondément endormi une demie-heure plus tard: il ronfle!

#### Verbalisation au réveil:

"Cette musique m'a fait penser aux danses africaines (je suis né au Sénégal), à Beethoven...Très belle, très efficace vraiment, j'ai tout oublié. J'ai été gêné ensuite par les cris d'une grand-mère qui m'a réveillé et j'ai mis une de mes musiques mais elle n'a pas eu le même effet car je n'ai pas réussi à m'endormir! J'ai vraiment aimé cette musique, je suis musicien, je fais des percussions avec des potes et elle contient des rythmes naturels, assez complexes. Merci vraiment".

*Il est heureux que je fasse part de ses observations au compositeur.*

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

DATE: Nuit du 4 au 5 janvier 2001

## *Témoignage 6*

### **Patient:**

Mme B. 80 ans, BPCO, HTA, syndrome dépressif.

C'est C., l'aide-soignante, qui me propose d'aller lui faire écouter de la musique car elle ne dort pas, elle est dans son fauteuil face à la fenêtre ouverte pour "arriver à respirer". Dans son discours, elle ne cesse de répéter qu'elle va mourir, qu'elle en a assez...

Après m'être assurée de l'absence de problème respiratoire chez Mme B., je lui propose une écoute musicale pour apaiser sa détresse morale. Elle accepte.

### **Réactions observées:**

Dès les premières mesures, la stupéfaction se lit sur le visage de Mme B. tandis qu'elle dit: "magnifique! MA-GNI-FI-QUE! Quelle ampleur!"

Je la retrouve assoupie la tête sur sa table de nuit après l'écoute: donc effet d'apaisement obtenu. Elle dira ensuite: "j'ai vécu 40 ans à Paris, j'ai vu beaucoup de choses magnifiques à l'opéra et en écoutant cette musique je me trouvais dans un amphithéâtre, j'ai revu l'ouverture de Carmen": et elle se met, avec ses bras, à battre le tempo du morceau dont elle chante les premières mesures (ce qui est remarquable pour une personne souffrant d'insuffisance respiratoire!).

*Le lendemain, elle reparle à C., l'aide-soignante, de cette musique si belle qui l'a aidée.*

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 9 au 10 janvier 2001

### *Témoignage 7*

#### **Patient:**

Mme V. 91 ans, problème de désorientation temporo-spatiale avec chutes à répétition.

Depuis plusieurs jours - mais la nuit en particulier - la patiente présente des épisodes d'agitation avec cris, nécessitant l'administration de sédatif injectable. Cette nuit, vers 2 heures du matin, Mme V. recommence à crier et à s'agiter; l'aide-soignante qui espérait qu'elle allait se calmer et se rendormir, me prévient vers 3 heures. Avant d'administrer le sédatif prescrit "en cas d'agitation", je lui propose une écoute musicale. Mme V., dans ses plaintes, ne cesse de crier "aie aie aie!". Elle se tourne dans un sens et l'autre, sans conscience apparemment de l'entourage. Elle ne répond pas à ma question sur ce qui lui fait mal. Après avoir vérifié son installation correcte, je prévient Mme V. que je vais placer des écouteurs dans ses oreilles pour lui faire entendre la musique.

#### **Réactions observées:**

Mme V. cesse de s'agiter. Après plusieurs minutes d'écoute dans le calme, elle se remet à crier "Aie, aie aie!" mais cette fois-ci en le psalmodiant au rythme de la musique, elle saisit ma main qu'elle ne lâchera plus. Ensuite, elle dira plusieurs fois "mon Dieu", puis "grand-mère viens!"

Ses plaintes s'espacent, elle serre toujours ma main fortement et commence à se mettre sur le côté en chien de fusil, j'entoure doucement son épaule en imprimant un léger mouvement de balancement à son corps nettement plus détendu et réceptif à présent. Mme V. est complètement apaisée; elle se remet à dire (sans le crier cette fois) "aie" et à ma demande de ce qui la fait souffrir elle répond: "Je ne sais pas ce qui se passe" puis "je ne sais pas où j'ai mal" puis "j'ai mal à la gorge" (qu'elle désigne). Je lui murmure qu'ici elle est en sécurité et qu'elle peut s'endormir; elle s'assoupit. L'accalmie durera 2 heures.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 12 au 13 janvier 2001

### *Témoignage 8*

#### **Patient:**

Mme G. 84 ans, accident vasculaire cérébral d'origine ischémique ayant entraîné une hémiplégié. L'apparition de troubles du comportement fait poser le diagnostic d'Alzheimer.

Cette nuit, comme cycliquement, Mme G. s'agite: en cas d'agitation la prescription est l'administration d'un sédatif injectable. Mme G. crie, elle veut sortir de son lit à tout prix car elle doit, selon ses dires, aller chercher de l'argent avec son mari. Son attitude générale traduit de la crispation et de l'angoisse. Après l'avoir aidée à se resituer dans la réalité, et installée le plus confortablement possible, je lui propose une écoute musicale.

#### **Réactions observées:**

Dès les premières mesures, Mme G. reste totalement immobile les yeux grands ouverts dans le lointain "comme si elle avait vu le petit Jésus" dira H. l'aide-soignante présente à ce moment-là. Au cours de l'audition, Mme G. réamorçe à plusieurs reprises son intention première de partir puis, reprise par le fil de la musique, se calme à chaque fois davantage.

Elle semble constamment chercher une bonne position et me signalera à plusieurs reprises "je ne suis pas bien", et elle acquiesce à ma demande "vous êtes bien maintenant?" chaque fois qu'on a trouvé la bonne position. À deux reprises, Mme G. m'avertit "je n'entends pas" lorsqu'un des écouteurs vient de tomber et me signale qu'elle entend bien à nouveau lorsque je le lui replace. Elle finit par se mettre en décubitus latéral gauche, dans une position qui traduit une détente de tout son corps. Sa respiration est devenue régulière. Sa tête est à présent posée sur son avant-bras replié, ses yeux toujours grands ouverts dans le lointain: Mme G. pose alors sa main sur mon épaule. Dans ce geste, beaucoup de douceur. La musique s'arrête et Mme G. veut à nouveau se lever etc...

Je lui explique clairement qu'elle peut se reposer encore 2 heures jusqu'au moment de la toilette, ou bien, si elle s'agite, m'obliger à lui faire une injection de calmant. Mme G. m'exprime qu'elle ne veut pas de piqûre. Elle se recouche en demandant "où est la musique?" et s'endort.



**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 13 au 14 janvier 2001

## *Témoignage 9*

### **Patient:**

Mme E. 78 ans, malformation congénitale avec, entre autre, une importante gibosité diminuant sévèrement sa capacité respiratoire. Son handicap, s'il l'a rendue très dépendante physiquement, n'a en rien altéré ses facultés mentales et Mme E. est très présente dans la relation.

Facteur aggravant actuel: elle souffre d'une bronchite créant une sensation d'étouffement permanent doublé d'un état d'angoisse bien compréhensible et majoré la nuit: elle sonne toutes les demi-heures, demande à boire, exprime à l'aide-soignante qu'elle a peur de la mort, demande qu'on la réinstalle.

Nous pensons que la musique pourrait aider Mme E., qui l'accepte.

Une fois installée le plus confortablement possible, on met la musique: autre difficulté, Mme E. n'entend que de l'oreille droite et il est assez difficile de régler le son.

### **Réactions observées:**

Le retour verbal est sommaire compte tenu de l'état de grande fatigue, mais à deux reprises Mme E. demandera à s'endormir après l'écoute et dira, lumière éteinte, "ça va, je n'ai pas peur".

Elle dormira environ deux heures d'affilée. Elle réclamera plusieurs fois dans la nuit la musique... "Très belle" dira-t-elle.

*Pour ce cas, un vrai travail d'équipe a été nécessaire et, sans la dextérité de l'aide-soignante pour installer cette patiente, l'écoute n'aurait pas été possible.*

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 janvier 2001

## *Témoignage 10*

### **Patient:**

M. X. 92 ans, néo-prostatique avec métastases osseuses.

L'aide-soignante me demande, face à l'état d'agitation avec propos incohérents de M. X. (qui est par ailleurs sous traitement sédatif), d'essayer la musique.

### **Réactions observées:**

Après quelques instants d'écoute, nous entendons M. X. dire: "On ne peut rien faire de mieux", puis en italien "tutto va bene" avec une intonation dont le calme et la netteté nous ébahissent. Etant appelée auprès d'un autre patient, je demande à l'aide-soignante de rester auprès de M. X. durant l'audition. Elle rapportera plus tard:

"En me mettant derrière la porte pour qu'il ne me voie pas, j'ai d'abord entendu M. X. chanter, oui, chanter sur la musique, puis il s'est mis à battre des mains, et ensuite il a carrément battu la mesure avec un air.. heureux".

Lorsque je suis revenue ôter à M. X. le matériel d'écoute, il dormait profondément.

Devant ce résultat, l'aide-soignante propose de m'appeler la nuit suivante si M. X. s'agite à nouveau.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 janvier 2001

## *Témoignage 11*

### **Patient:**

Mme Y. 62 ans, diabétique et en convalescence suite à un accident de la route.

Elle me fait appeler car elle pense qu'elle a une hypoglycémie, ce que ne confirme pas le dextro de contrôle. Elle m'explique ensuite qu'elle est venue se reposer et n'y parvient pas avec une voisine qui la gêne. En attendant le lendemain pour changer de chambre, elle est d'accord pour écouter la musique.

### **Réactions observées:**

L'endormissement est très rapide et Mme Y. au réveil exprime sa satisfaction d'avoir pu se reposer et trouve cette musique "très belle et efficace".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 22 au 23 janvier 2001

## *Témoignage 12*

### **Patient:**

Mme S. 82 ans, insuffisance cardiaque, HTA, actuellement bien stabilisée par son traitement, mais insomniaque.

Mme S. dit n'être pas une grosse dormeuse en temps habituel: son problème d'insomnie doit être débattu à la visite du lendemain et je lui propose une écoute musicale qu'elle accepte "si c'est de la musique classique".

### **Réactions observées:**

Mme S. s'endort rapidement et ne se réveillera pas lorsque je reviendrai lui retirer les écouteurs; elle dormira en tout 2 heures avec la sensation au réveil de s'être tout juste rendormie.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Médecine

**DATE:** Nuit du 31 janvier au 1er février 2001

## *Témoignage 13*

### **Patient:**

M. X. 65 ans, diabète déséquilibré, insomniaque.

Refuse d'utiliser des somnifères et préfère des méthodes plus douces: il est intéressé par une écoute musicale.

### **Réactions observées:**

"Je n'ai pas pu m'endormir mais cette musique très belle m'a vraiment apaisé.

Durant toute l'écoute je me suis vu en train de danser avec une femme: c'était très beau. Grâce à cette écoute, j'ai pu passer un bon moment; je suis très sensible et touché, merci beaucoup."

LIEU: Centre Hospitalier de Sète, unité de Médecine      DATE: Nuit du 31 janvier au 1er février 2001

### *Témoignage 14*

**Patient:**

Mme X. 78 ans, diabétique et artéritique, amputée ce jour du membre inférieur droit.

La souffrance persiste malgré le traitement instauré. Ma charge de travail ne me permet de rester que quelques instants auprès de Mme X. qui, particulièrement agitée, gémit et crie par moments "mais je vais devenir folle" en désignant son membre amputé. Elle accepte d'écouter un peu de musique.

**Réactions observées:**

Durant l'audition, elle tient mes mains fortement serrées contre sa poitrine et petit à petit se relâche.. À plusieurs reprises, elle est sur le point de s'endormir, mais se réveille et se remet à gémir. Elle finira tout de même par s'endormir vers 2 heures et demie du matin.

LIEU: Centre Hospitalier de Sète, unité de Pneumologie      DATE: Nuit du 1er au 2 février 2001

### *Témoignage 15*

**Patient:**

Mme V. 92 ans, souffrant d'hémoptisie avec amaigrissement.

Mme V. cette nuit ne parvient pas à dormir et ne cesse de répéter "pourquoi me donnent-ils tous ces médicaments, ça me fait cracher du sang, ça n'est pas bon..." Dans ses propos, il y a une certaine colère qui se transforme en désespoir: "pourquoi le malheur m'a poursuivie toute ma vie?" Après avoir dit à Mme V. que j'entends sa peine et ses questions, je lui propose d'écouter de la musique et cela lui convient.

Entre temps, sa voisine me fait signe de venir et m'explique "elle est malheureuse cette grand-mère, elle a beaucoup souffert dans sa vie et quand elle a perdu son mari elle voulait partir avec lui, elle dit qu'elle ne veut plus vivre..."

**Réactions observées:**

Très rapidement, le visage de Mme V. s'apaise et elle ferme les yeux. Elle s'endort sur la musique et dira à son réveil qu'elle a pu dormir et qu'elle était bien en écoutant la musique.

LIEU: Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique      DATE: Nuit du 5 au 6 février 2001

### *Témoignage 16*

**Patient:**

Mme C. 72 ans, reprise de prothèse de hanche, grande insuffisante respiratoire.

Mme C. ne parvient pas à dormir (2 heures du matin) et souhaite que l'on fasse quelque chose. Une proposition d'écoute musicale lui convient: "je préfère les méthodes douces".

**Réactions observées:**

Au bout de quelques instants, Mme C. dit: "mais vous savez que ça fait du bien!" avec une expression de réel contentement et de soulagement... elle dira aussi: "vous savez, j'en ai passé, j'ai les nerfs complètement usés". Détente de tout le visage - qui semble se dilater - la respiration devient plus profonde et ample. Mme C. qui trouve cette musique très belle, demande à la réentendre... et elle s'endort profondément jusqu'à 5 heures.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour      **DATE:** Nuit du 9 au 10 février 2001

## *Témoignage 17*

### **Patient:**

M. X. 88 ans, syndrome de glissement sur un terrain dépressif.

M. X. refuse de s'alimenter et la décision a été prise de le perfuser.

Cette nuit, M.X. qui ne dort pas, dit se sentir mieux après qu'on l'ait réinstallé et accepte d'écouter un peu de musique.

### **Réactions observées:**

"Cette musique est très belle et très douce" dit M. X. au départ de l'écoute.

Lorsque j'irai un peu plus tard lui retirer les écouteurs, M. X. dira: "Mais qu'est-ce que j'ai fait de mal pour qu'il m'arrive ça?", avec un geste brusque significatif d'une certaine colère. A ma question sur ce point, M. X. répond: "oui, je suis en colère parce qu'on ne respecte pas ma décision". "Votre décision?" "Oui, ma décision de finir mes jours à la maison."

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique      **DATE:** Nuit du 10 au 11 février 2001

## *Témoignage 18*

### **Patient:**

Mme. C. 86 ans, fracture du fémur gauche a eu, en post-opératoire, des épisodes de confusion.

Mme C. cette nuit ne parvient pas à trouver le sommeil et la proposition d'une écoute musicale lui convient tout à fait: "J'adore la musique".

### **Réactions observées:**

Dès le début de l'audition, le visage de Mme C. s'éclaire d'un sourire et elle se met à parler au fil de la musique. "J'ai été élevée dans une famille de musiciens: ma mère était violoniste, mon père pianiste. Je n'ai pas été élevée comme les autres enfants, car on m'apprenait la musique. J'ai appris le piano et la mandoline. Tous les dimanches, on faisait venir le professeur de Vias à Béziers pour qu'il me donne un cours de piano."

Tout en souriant, elle bat la mesure. Un peu plus tard, je la retrouve profondément endormie.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique **DATE:** Nuit du 10 au 11 février 2001

## *Témoignage 19*

### **Patient:**

Mme N. 57 ans, greffe osseuse sur tibia-péroné avec pose de fixateur externe suite à un accident il y a 8 ans, ayant causé ultérieurement une fracture spontanée avec multiples interventions. Mme N. sait qu'il s'agit de la dernière intervention sur sa jambe avant l'amputation. Patiente polymédiquée, insomniaque, Mme N. est en état de demande permanent.

À 2 heures du matin, Mme N. fume, elle a demandé à l'aide-soignante de l'eau chaude afin de se préparer un café tout en regardant la télé. Après un échange avec elle pour voir comment on pourrait modifier certaines de ses "mauvaises habitudes" (selon ses propres termes), je propose à Mme N. une écoute musicale qu'elle accepte sur un "pourquoi pas?".

Son traitement antalgique a été augmenté la veille et comme prévu dans le protocole, je pratique une EVA: 6

### **Réactions observées:**

Vers la 13e minute d'écoute, je vais voir Mme N. qui ne m'entend pas arriver. Yeux clos, un léger sourire sur les lèvres, le visage de Mme N. traduit une détente profonde, tandis que sa tête commence à fléchir sur le côté, comme pour un endormissement.

Quelques instants plus tard, Mme N. se réveille: "c'est dommage d'interrompre cette musique, mais j'ai vraiment besoin d'aller aux toilettes". Mme N. remarque que son transit intestinal s'est rétabli.

Nous aidons Mme N. à se recoucher et elle demande à réentendre la musique. A notre grand étonnement, Mme N. n'a pas appelé, ni réclamé son injection de morphine de toute la nuit. Nous sommes allées la voir et avons constaté à plusieurs reprises qu'elle dormait profondément avec un visage paisible, contrastant avec l'habituelle "grimace douloureuse".

Le matin, Mme N. a rappelé pour rendre le walkman et exprimer son vécu sur la musique "extraordinaire": "je me suis vue courant dans un champ rempli de fleurs... C'était l'été... Couleurs, chaleur du soleil sur tout mon corps... Parfums de nature... Je baignais dans un bain de vie. Plus la moindre douleur, j'étais heureuse... Merveilleux... Merci... depuis longtemps, je n'avais pas dormi comme ça".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour **DATE:** Nuit du 20 au 21 février 2001

## *Témoignage 20*

### **Patient:**

M. F. 68 ans, en convalescence après une nouvelle décompensation cardiaque (la troisième) sur pneumonie.

M. F. est angoissé la nuit, il se dit rassuré parce que je suis arrivée rapidement après qu'il ait sonné. Il a en fait besoin d'un échange et la proposition d'une écoute musicale lui convient.

### **Réactions observées:**

M. F. s'endort durant l'écoute. Il se réveillera 3 heures plus tard et dira que cette musique l'a tranquilisé, il ne se sent plus angoissé.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour      **DATE:** Nuit du 20 au 21 février 2001

## *Témoignage 21*

### **Patient:**

Mme B. 78 ans, fracture supra-condylienne gauche après une chute chez elle, à la suite de laquelle elle a vécu difficilement sa perte d'autonomie, étant de nature très indépendante.

Avec l'arrivée de la nuit, Mme B. se sent très angoissée "je me fais des films noirs, j'imagine le pire". Après un temps d'échange, Mme B. est d'accord avec la proposition d'une écoute musicale.

### **Réactions observées:**

Après l'écoute, Mme B. dit s'être sentie apaisée par la musique, elle ne ressent plus d'angoisse et se sent prête à s'endormir.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour      **DATE:** Nuit du 20 au 21 février 2001

## *Témoignage 22*

### **Patient:**

M. D. 75 ans, en convalescence suite à une septicémie après infection urinaire.

Ne parvenant pas à trouver le sommeil cette nuit, M. D. accepte d'écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Suite à l'écoute, M. D. se dit beaucoup plus détendu, il pourra s'endormir.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour      **DATE:** Nuit du 20 au 21 février 2001

## *Témoignage 23*

### **Patient:**

Mme S. 82 ans, grosse insuffisance cardiaque en phase de décompensation, OAP à répétition, sur-infection bronchique.

Problème actuel d'angoisse importante au moment de l'endormissement: Mme S. se réveille en sursaut avec sensation de mort imminente... Après plusieurs nuits à ce régime et l'impossibilité de lui administrer un traitement médicamenteux (antécédent d'hépatite médicamenteuse), Mme S. est très fatiguée... Elle accepte d'écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Au fil de l'écoute, Mme S. s'apaise, sa respiration se régularise et une détente généralisée s'amorce. Elle peut franchir, sans réveil en sursaut, le cap de l'endormissement et dormira 3 heures sans interruption. Il faudra renouveler l'écoute pour l'aider à se rendormir.. pour 2 nouvelles heures.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 26 au 27 février 2001

## *Témoignage 24*

### **Patient:**

Mme T. 77 ans, néoplasie mammaire opérée, insuffisance veineuse des membres inférieurs, HTA, maladie d'Alzheimer. Mme T. se lève plusieurs fois dans la nuit et dérange sa voisine de chambre et parfois les autres pensionnaires lorsqu'elle s'égaré. Elle veut bien écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Dès le début de l'écoute, son visage s'éclaire d'un sourire. "Cette musique est très fine, très douce et très puissante en même temps". Mme T. s'endort en serrant le walkman contre elle pour le reste de la nuit.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 26 au 27 février 2001

## *Témoignage 25*

### **Patient:**

Mme D. 75 ans, chutes à répétition et désorientation.

Cette nuit, Mme D. est en proie à un accès d'angoisse: elle pleure et exprime "tout me fait peur." Elle se dit très rassurée par notre présence et accepte volontiers d'écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Mme D. se met à sourire, "cette musique est très belle, elle est fine". L'endormissement est rapide, jusqu'au matin.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 6 au 7 mars 2001

## *Témoignage 26*

### **Patient:**

Mme T. 68 ans, en convalescence suite à une arthroplastie de la hanche droite; ses douleurs nocturnes dans les membres inférieurs restent rebelles aux traitements antalgiques habituels.

Mme T., nouvellement arrivée, se dit très angoissée par sa perte d'autonomie et la crainte de ne pas retrouver "la forme que j'avais avant cette opération qui a été une véritable épreuve". Elle craint avec ses douleurs dans les jambes - "jusqu'à quand les aurai-je?"- de passer une nuit blanche.

Après un temps d'échange, elle est tout à fait d'accord pour écouter de la musique, elle-même étant très mélomane.

### **Réactions observées:**

Mme T. réécouterait 4 fois le morceau dans la nuit, avec des intervalles où elle pourra s'endormir.

Le matin elle exprime que cette musique a quelque chose de religieux dans le sens positif; elle a réveillé beaucoup de souvenirs: "trop de choses sont restées enfermées là" (elle désigne sa poitrine).

Au terme de cet entretien, Mme T. accepte de s'occuper d'elle-même durant son séjour afin de prendre un nouveau départ.

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine      **DATE:** Nuit du 11 au 12 juin 2001

## *Témoignage 27*

### **Patient:**

Mme M. 66 ans, néo du sein métastasé en phase terminale.

J'observe que Mme M. ne dort pas la nuit. Dans sa relation, cette personne reste très en retrait, elle communique très peu. À 5 heures du matin, Mme M. m'explique qu'elle ne souffre pas, mais ne parvient pas à trouver le sommeil. Je lui propose une écoute musicale qu'elle accepte.

### **Réactions observées:**

Au terme du morceau, Mme M. dit que cette musique l'aide (en faisant un geste de dégagement au niveau de sa poitrine). Elle dit d'autres choses que je n'arrive pas à comprendre, compte tenu de son timbre très bas et de son élocution difficile... mais son expression est très vivante: gestes des mains, de la tête, le regard... Ensuite, elle s'endort très rapidement.



**COEUR ECLAIRÉ - 25'**

## COEUR ÉCLAIRÉ - Ecoute Patients

DURÉE: 25'

---

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 9 au 10 mars 2001

### *Témoignage 1*

#### **Patient:**

Mme T. 77 ans, néoplasie mammaire opérée, insuffisance veineuse des membres inférieurs, HTA, maladie d'Alzheimer.

Elle s'est levée plusieurs fois dans la nuit et à 2 heures du matin, elle ne dort toujours pas.

#### **Réactions observées:**

Mme T. se met à sourire dès le début de l'écoute et dit "j'ai déjà entendu ça" (elle a entendu le morceau PASSAGE il y a une semaine), "c'est magnifique, magnifique!".

Elle place ses mains sur son cœur et s'installe confortablement à plat-dos dans son lit, elle baille et ferme les yeux. Il y a une expression de grande sérénité sur son visage. Au terme de l'écoute elle dira: "cette musique, c'est quelque chose de magnifique, c'est une merveille, ça te fait penser à des choses, tu ne peux pas les dire tellement c'est beau, tu vois, les larmes coulent toutes seules, ça me fait du bien. Merci".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 10 au 11 mars 2001

### *Témoignage 2*

#### **Patient:**

Mme G. 78 ans, maladie d'Alzheimer évoluant depuis 1993, Pace Maker en 1998, migraine chronique, dépression avec épisodes d'auto-agressivité.

Elle me signale à 1h15 qu'elle a mal à la tête et ne dort pas. Elle est d'accord pour écouter de la musique.

#### **Réactions observées:**

Au départ de l'écoute, Mme G. se met à sourire "c'est très beau". Durant toute l'écoute, elle garde les yeux fermés, les mains jointes sur sa poitrine.

Après l'écoute: "C'est drôle, la musique m'a dégagé la tête, je n'ai plus mal. Il y a un bruit tout le temps dans mon oreille droite, ça l'a fait partir, je suis mieux maintenant." (elle fait un geste des deux mains qui partent du haut de la tête et descendent le long du corps). Cette musique parle à mon cœur (elle ne connaît pas le titre) des choses, des souvenirs, des gens que j'aime. Elle m'a dégagé le cœur. Maintenant, je me sens bien. Je vous remercie".

*Tout son visage traduit la sérénité.*

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 20 au 21 mars 2001

### *Témoignage 3*

**Patient:**

Mme F. 78 ans, en convalescence suite à une fracture du col du fémur droit opérée, leucémie chronique, insuffisance cardiaque. L'équipe observe que depuis son arrivée (5 jours), Mme F. ne dort pas la nuit et reste des heures entières les yeux grands ouverts.

**Réactions observées:**

- Cette musique est très belle, elle me fait penser aux musiques d'opéra. Je ne me suis pas endormie mais elle m'a soulagée."
- Elle vous a soulagé?
- Oui, du vide que je ressens...
- Du vide?
- Oui, il n'y a pas de sentiment dans ma vie (elle place ses mains sur son coeur).
- Qu'est-ce qui se passe pour vous là?
- Ma fille et mon beau-fils sont charmants avec moi. Mon mari vient me voir, ma famille est très gentille, mais je ne peux plus vivre chez moi, je ne pourrai plus retourner à la maison, le médecin me l'a dit. J'ai 80 ans, c'est très dur pour moi. Cela fait un très grand vide, une grande perte.  
*Elle s'endormira pour quelques heures après avoir exprimé cela.*

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 3 au 4 avril 2001

### *Témoignage 4*

**Patient:**

Mme L. 68 ans, méningiome opéré à 2 reprises avec hémiplégié droite à la deuxième intervention, crises comitiales localisées, dépression.

Ma collègue m'avertit que Mme L. est très abattue ce soir suite à un problème familial. Effectivement, Mme L. ne parvient pas à trouver le sommeil; après un échange elle est d'accord pour écouter de la musique.

**Réactions observées:**

Mme L. dira plus tard que cette audition l'a apaisée et que, plus sereine, elle a pu s'endormir par la suite.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 5 au 6 avril 2001

### *Témoignage 5*

**Patient:**

Mme H. 95 ans, syndrome parkinsonien, syndrome coronarien, sub OAP à répétition.

Vers 5 heures du matin (l'heure habituelle où Mme H. sonne pour signaler qu'elle n'est pas bien), Mme H. dit qu'elle se sent oppressée. Après l'avoir réinstallée et vérifié ses constantes, je lui propose d'écouter de la musique. J'aurai quelques difficultés à régler le volume sonore en raison d'une surdité partielle.

**Réactions observées:**

Une heure plus tard, je trouve Mme H. nettement moins oppressée, elle signale que le son était trop fort et que l'aide-soignant est venu le lui baisser; elle est sur le point de s'endormir.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 10 au 11 avril 2001

## *Témoignage 6*

### **Patient:**

Mme S. 83 ans, syndrome de détérioration des fonctions intellectuelles avec fugues.

Ce soir Mme S., confuse et agitée, circule de chambre en chambre en réclamant sa mère d'une voix de stentor qui réveille tout le service. Je parviens à l'apaiser et à la raccompagner dans sa chambre où je lui propose d'écouter de la musique - en attendant.

### **Réactions observées:**

Suite à une première audition du morceau, je trouve Mme S. tout à fait calme, elle ne réclame plus sa mère et dit "je ne dors pas" puis "je vais rester comme ça toute la journée?" Après avoir réenclenché le walkman pour une deuxième écoute, je fais signe à Mme S. qu'elle peut dormir. Elle me sourit puis prend ma main qu'elle pose sur son coeur. Quelques minutes plus tard, ses yeux se ferment. Dans ce laps de temps, son regard fixe était devenu serein, confiant. Mme S. dormira jusqu'au matin. L'équipe de jour dira qu'il est habituellement très difficile de la calmer dans ses phases d'agitation.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 10 au 11 avril 2001

## *Témoignage 7*

### **Patient:**

M. O. 80 ans, syndrome dépressif, Alzheimer, récent choc septique sur terrain infectieux et depuis, état comateux vigile. Après avoir changé et réinstallé M. O., et face à ses gémissements, je décide de lui faire écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Cessation progressive du tremblement généralisé, régularisation de la respiration au fil de l'écoute. 3 minutes avant la fin du morceau, sa mâchoire inférieure se relâche et il s'endort, il n'y a plus aucun tremblement. L'aide-soignante du matin le trouve endormi avec le walkman. Nous lui retirons les écouteurs sans le réveiller!

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Chir. Polyvalente

**DATE:** Nuit du 11 au 12 mai 2001

## *Témoignage 8*

### **Patient:**

Mme P. 79 ans, néoplasie gastrique à son stade terminal.

Ce soir, Mme P. est incohérente dans son discours, agressive vis-à-vis de sa voisine et à notre égard, tournant contre elle tout ce qu'on tente de lui dire: "vous vous foutez de moi", "vous ne me croyez pas", "elle (sa voisine) m'empêche de dormir et je suis là pour me reposer sinon je vais crever"...

Mme P. accepte une écoute musicale après un préambule pour entrer en relation avec elle.

### **Réactions observées:**

L'aide-soignante craint qu'elle ne jette le walkman en bas du lit, mais Mme P. reste calme durant toute l'écoute, tête reposée sur l'oreiller. Après l'écoute, Mme P. dit "je ne dors pas" mais elle est sereine.

Au moment de pratiquer son injection, nous constatons que Mme P. a complètement changé de discours.

Elle dit que la musique lui a fait du bien, s'excuse auprès de sa voisine, relève sa manche pour l'injection en disant "je me mets à votre disposition". Souriante, elle nous remercie, dit qu'elle va s'endormir... ce qu'elle fait.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 13 au 14 mai 2001

## *Témoignage 9*

### **Patient:**

M. P. 50 ans, BPCO sévère, en attente de greffe pulmonaire.

M. P. à la veille de son départ dans un centre spécialisé, est ce soir particulièrement essoufflé et angoissé. Son visage et ses lèvres sont bleutés et son élocution difficile. Il nous dit qu'il est tendu dans sa tête et dans son corps et qu'il souffre de céphalées.

La proposition d'une écoute musicale lui convient "vous me l'aviez déjà proposée et cette fois j'accepte parce que je suis vraiment mal ce soir et que je n'ai pas bien dormi les 2 dernières nuits".

### **Réactions observées:**

Après une première écoute: "C'est super cette musique. J'ai senti au début qu'elle dégageait mon plexus solaire, ça a fait une sorte de déclic à cet endroit là puis ça s'est diffusé au reste du corps (il fait le geste de tensions qui lâchent de la tête aux pieds). C'est quand la musique s'arrête qu'on se rend compte de ce qui s'est passé... Tout le corps est détendu maintenant, les muscles se sont décontractés".

*Le visage de M. P. est à présent apaisé, la coloration est devenue normale, la respiration n'est plus spasmée et l'élocution s'est normalisée. M. P. demande une deuxième écoute pour s'endormir. Il ne parle plus de son mal de tête. Le lendemain, l'équipe soignante me contacte de la part de M. P. qui est parti en demandant où il pourrait se procurer cette musique qui lui a fait tant de bien.*

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 mai 2001

## *Témoignage 10*

### **Patient:**

Mme D.C. 87 ans, déminéralisation osseuse diffuse, altération des fonctions intellectuelles, désorientation temporo-spatiale. Suite à ses difficultés d'endormissement, je propose à Mme D. C. une écoute musicale qu'elle accepte.

### **Réactions observées:**

Dès le départ de l'écoute, Mme D.C. nous dit "si ma mère était là, elle serait heureuse". Après l'écoute: "cette musique me fait penser à ma vie, elle est belle, je me suis sentie bien en l'écoutant". Le visage de Mme D.C. est souriant. L'endormissement sera rapide.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 mai 2001

## *Témoignage 11*

### **Patient:**

Mme D. 82 ans, désorientation temporo-spatiale, troubles mnésiques et comportementaux.

Agitation inhabituelle ce soir de Mme D. qui veut passer par dessus les barrières du lit. Son corps est parcouru de mouvements saccadés avec rictus facial. J'avertis Mme D. que je vais lui faire entendre de la musique; elle ne s'oppose pas à l'installation du casque.

### **Réactions observées:**

Au fil de l'écoute les mouvements saccadés s'estompent et le visage de Mme D. se libère de son rictus. Elle se met à parler: "C'est affreux, mon mari, quand je l'appelle au téléphone, il ne me répond pas; il est là bas et moi je suis ici. Qu'est-ce que je fais ici, je n'aurais jamais dû venir". À 2 minutes de la fin du morceau, elle retire avec douceur le casque en disant "c'est bien cette musique".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 25 au 26 mai 2001

## *Témoignage 12*

### **Patient:**

Mme E. 77 ans, maladie d'Alzheimer, AVC ischémique avec épilepsie.

Mme E. ne trouve pas le sommeil ce soir. Très grande amatrice de musique, elle est ravie qu'on lui propose une écoute.

### **Réactions observées:**

"Musique très belle et très douce. C'est absolument formidable, des musiques comme ça! Je suis bien". Et elle se met à chanter sur la musique, avec une expression de ravissement sur le visage.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 25 au 26 mai 2001

## *Témoignage 13*

### **Patient:**

M. F. 82 ans, maladie d'Alzheimer avec état dépressif et propos suicidaires.

Ce soir, M.F. est très mélancolique et ne trouve pas le sommeil. Il refuse que nous l'approchions, se sent agressé. Après un temps d'échange, il dit qu'il aime la musique et accepte d'en écouter.

### **Réactions observées:**

De son état habituel de raideur et de crispation, M. F. passe à une détente progressive du corps. Il ferme les yeux et sa mâchoire inférieure se relâche complètement. Il prend une position de détente, puis murmure des propos à voix inaudible. Il dira après l'écoute que cette musique lui a fait beaucoup de bien.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 6 au 7 juin 2001

## *Témoignage 14*

### **Patient:**

M. D. 80 ans, troubles du rythme cardiaque et du comportement avec épisodes agressifs vis-à-vis du personnel et de son épouse.

Ce soir, M. D. ne dort pas, il dit souffrir "de l'estomac", est à nouveau agressif dans ses propos, il commence à se calmer lorsque je lui dis que j'entends bien qu'il a mal. En attendant que son traitement antalgique fasse effet, la proposition d'une écoute musicale le surprend un peu, mais il l'accepte.

### **Réactions observées:**

Le revirement est rapide chez M. D. qui exprime dans un premier temps: "je n'ai pas l'habitude d'écouter de la musique, mais celle-ci est très belle, elle fait beaucoup de bien".

L'agressivité est complètement tombée, M. D. sourit et il s'endort profondément durant l'écoute. Il dormira jusqu'au matin.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 10 au 11 juin 2001

### *Témoignage 15*

**Patient:**

M. F. 85 ans, maladie de Parkinson, néo de la prostate, perte d'autonomie physique (chutes à répétition) et psychique avec troubles du comportement.

M. F. présent dans le service depuis une semaine, ne dort pas du tout la nuit. Par ses activités nocturnes, il réveille son voisin excédé: "faites quelque chose ou je vais l'assommer". Je tente dans ces conditions une expérience musicale auprès de M.F.

**Réactions observées:**

M. F. reste remarquablement calme durant toute l'audition, il répète à plusieurs reprises "ça me plait" et passe de sa position habituellement raide à une attitude de vraie détente.

Au terme de l'écoute, il est sur le point de s'endormir, mais ce sont les propos agressifs de son voisin qui le réveillent à nouveau et le remettent visiblement en état de stress. J'expliquerai le lendemain à l'équipe ce problème de voisinage.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 16 au 17 juin 2001

### *Témoignage 16*

**Patient:**

M. P. 90 ans, en convalescence après bronchite sur antécédents cardiaques sévères et rétention urinaire. M. P. a présenté quelques épisodes d'agitation au cours desquels il s'arrache la sonde vésicale.

Pour cette nuit, son traitement sédatif a été augmenté afin qu'il dorme, ce qu'il fait jusqu'à 1 heure du matin où il recommence à s'agiter. Après avoir été réinstallé, M. P. est d'accord pour une écoute musicale.

**Réactions observées:**

Au départ du morceau, M. P. dit: "on dirait une romance".

Il ferme les yeux et tout son corps se détend, il s'endort durant l'écoute jusqu'au matin.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique

**DATE:** Nuit du 20 au 21 juin 2001

### *Témoignage 17*

**Patient:**

Mlle C. 32 ans, fracture du tibia-péroné gauche, débilité suite à une réanimation à sa naissance, épilepsie, vit avec sa mère. Elle est à la veille de son rapatriement dans la région lyonnaise.

Mlle C. me fait comprendre qu'elle souffre beaucoup ce soir, ses yeux sont pleins de larmes.

Après l'avoir réinstallée et mis en route le traitement antalgique, elle est tout à fait contente de pouvoir écouter de la musique.

**Réactions observées:**

Lorsque la musique commence, Mlle C. fait un geste depuis son coeur "c'est beau, très beau!"

Elle prend ma main et la serre. Au terme de l'écoute, le visage de Mlle C. (les antalgiques ont également fait leur effet) a radicalement changé, il s'est éclairé d'un beau sourire. Elle demande à réentendre la musique sur laquelle elle s'endort.

Sa voisine de chambre - infirmière belge à la retraite - dit "vous avez vraiment trouvé ce qui pouvait la rassurer en l'absence de sa mère qui, ce soir, n'avait pas pu rester auprès d'elle".

Le lendemain matin, au réveil, Mlle C. m'embrasse très fort pour "cette musique super"... suivi le lendemain d'un message de remerciement de sa mère, transmis par l'équipe.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. orthopédique **DATE:** Nuit du 20 au 21 juin 2001

## *Témoignage 18*

### **Patient:**

Mme C. 79 ans, hospitalisée pour fracture du fémur droit et souffrant par ailleurs d'une maladie d'Alzheimer.

Ce soir, Mme C. ne dort pas et tient des propos incohérents durant lesquels elle s'adresse à une certaine Simone. Mme C. accepte sans difficulté d'écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Mme C. se met à sourire dès le début de l'écoute et, avec une expression de ravissement, murmure: "Tu as vu comme il dit les choses cet homme, doucement... que c'est beau!... Il est bon... écoute ce qu'il dit... Oh! Je vois les petits enfants qui s'approchent, ils se tiennent la main, il y en a qui ont quelque chose dans les cheveux... des couronnes de fleurs... comme ils sont jolis!... Tu les vois?"

Mme C. se met à chanter sur la musique en se balançant sur son rythme, toujours en souriant: elle s'endort profondément jusqu'au matin.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique **DATE:** Nuit du 26 au 27 juin 2001

## *Témoignage 19*

### **Patient:**

Mme K. 74 ans, souffre d'une fracture du poignet très douloureuse, malgré les antalgiques, mais veut bien écouter de la musique: "ça peut m'aider à lâcher un peu, j'aime la musique et j'écris aussi des poèmes".

Dans sa relation Mme K. est très demandeuse et autoritaire; en fait, elle accepte difficilement toute situation de dépendance.

### **Réactions observées:**

Après une première écoute, Mme K. exprime: "je me suis vue nageant dans l'eau où je me sens bien car je suis entière (elle le dit à 2 reprises) mais dès la fin du morceau, le cerveau se remet en marche" (elle fait un geste comme si sa tête allait exploser).

Mme K. demande une 2ème écoute. Au moment où la musique redémarre, elle dit: "qu'est ce que c'est cette musique?..." Elle se met à pleurer soudain, comme si une grosse digue de pression accumulée craquait, elle parle sur la musique:

- Je vois toute ma vie défiler... j'ai perdu mon mari en juillet dernier, je ne l'ai pas assez aimé...

Quand j'ai perdu ma mère, qui était une femme très dure et autoritaire (j'ai beaucoup souffert, enfant, de son absence de tendresse) au moment de sa mort, à l'hôpital, je n'ai pas réussi à la prendre dans mes bras... Je m'en veux terriblement."

*Mme K. poursuit le film de sa vie, parle de sa solitude actuelle car ses enfants et petits enfants se sont éloignés... Beaucoup plus paisible au terme de ce bilan, Mme K. - qui ne parle plus de la douleur liée à sa fracture - redemande une troisième écoute et s'endort.*



**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique **DATE:** Nuit du 27 au 28 juin 2001

## *Témoignage 20*

### **Patient:**

Mme D. 80 ans, fracture du col du fémur gauche, problème d'incontinence vésicale en post-opératoire: cette perte d'autonomie l'angoisse beaucoup - elle doit être rapatriée le lendemain en centre de rééducation, ce qui augmente son stress - et son somnifère ne l'aide pas à s'endormir.

Après un échange pour l'aider à envisager son séjour en rééducation sous l'angle justement d'une reprise d'autonomie, Mme D. pense qu'une écoute musicale peut l'aider à se détendre.

### **Réactions observées:**

Mme D. trouve ce morceau magnifique "comme s'il m'avait aidée à prendre du recul face à ce que je vis". Elle se sent apaisée et prête à s'endormir..

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. orthopédique **DATE:** Nuit du 27 au 28 juin 2001

## *Témoignage 21*

### **Patient:**

Mme C. 84 ans, fracture du fémur, très angoissée par son état de grande fatigue et se demande si elle redeviendra "comme avant": "Vous voyez, il faudrait que je dorme pour récupérer, j'ai pris mon comprimé, mais je n'arrive toujours pas à trouver le sommeil". Mme C. accepte volontiers une écoute musicale.

### **Réactions observées:**

Mme C. ressent immédiatement la douceur de la musique et note "son caractère symphonique".

Suite à l'écoute: "j'ai ressenti cette musique comme une caresse, elle m'a dégagée" - ce que traduit la détente de son visage. Elle remercie. L'endormissement est rapide.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour **DATE:** Nuit du 30 juin au 1er juillet 2001

## *Témoignage 22*

### **Patient:**

Mme F. 79 ans, maladie d'Alzheimer avec épisodes d'agitation et d'angoisse. Ce soir, ma collègue m'avertit de son refus total de prendre son traitement. La nuit précédente, Mme F. a déambulé dans toutes les chambres en réveillant les pensionnaires...

### **Réactions observées:**

Je trouve Mme F. très angoissée "on va me frapper, j'ai très peur, je ne me sens pas bien".

Elle accepte ma présence et veut bien venir s'asseoir pour parler. Elle me demande si j'aime les pieds-noirs "parce que moi je suis pied-noir et je suis née à Alger... Ma famille me manque beaucoup et je suis très angoissée de ne pas l'avoir auprès de moi". À ma demande si elle aime la musique, Mme F. répond par l'affirmative et ajoute: "mais je ne peux pas l'écouter maintenant, je suis trop angoissée". Au bout d'un moment, elle veut bien s'allonger sur son lit "si vous vous asseyez à côté de moi". Puis elle accepte l'écoute musicale. Au début de l'écoute Mme F. dit: "Pierrette m'a dit de vous écouter, que vous étiez gentille..."

Elle est belle, la musique, mais je ne suis pas très intelligente pour... Mais elle est belle... Est-ce-qu'elle va m'endormir? Vous savez, je suis pure Algéroise, et des Arabes, il y en a des bons et des méchants et des Français, il y en a des bons et des méchants... À Alger, personne m'a jamais fait de mal... Tout le monde se connaît... J'aime ma famille... ça m'angoisse terriblement de pas être avec eux... Je m'sens pas bien parce que j'ai peur.. Elle est belle cette musique..." En fin d'écoute, Mme F. accepte de prendre son traitement et dit "bon, on va éteindre, vous pouvez arrêter la musique, je vous raccompagne à la porte" ce qu'elle fait, et va se recoucher ensuite. Elle s'endort jusqu'au matin.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. orthopédique **DATE:** Nuit du 30 juin au 1er juillet

## *Témoignage 23*

### **Patient:**

M. M. 84 ans, insuffisance respiratoire chronique (BPCO), cancer du colon en phase terminale.

À une heure du matin, M. M. souffre et a un fort hoquet ce qui le fatigue beaucoup. Après lui avoir donné le traitement prescrit, il accepte une écoute musicale.

### **Réactions observées:**

La régularisation de la respiration, la cessation du hoquet, l'assoupissement.

Au terme de l'écoute M.M. exprime que la musique lui a fait du bien. L'endormissement est rapide.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique **DATE:** Nuit du 4 au 5 juillet 2001

## *Témoignage 24*

### **Patient:**

Mme H. 81 ans, prothèse de hanche gauche, opérée ce jour.

Vers 22 heures, nous trouvons Mme H. tremblant de tous ses membres, elle nous exprime qu'elle se sent très angoissée. Après avoir vérifié l'ensemble de ses paramètres, nous l'installons confortablement et, après un temps d'échange, Mme H. se sent disposée à écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

En quelques instants les tremblements de Mme H. cessent, elle nous sourit avec le geste qu'elle apprécie cette musique, ferme les yeux, et visiblement se détend... À son réveil au matin, elle nous fait part de la grande qualité de cette musique, de l'apaisement ressenti: "Je n'avais plus cette angoisse, et j'ai pu m'endormir. Merci de votre aide".

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. orthopédique **DATE:** Nuit du 5 au 6 juillet 2001

## *Témoignage 25*

### **Patient:**

M. A. 44 ans, opéré dans la journée d'une fracture compliquée du tibia-péroné gauche.

L'intervention s'est déroulée sous rachi-anesthésie qui cause en post-opératoire des problèmes de rétention urinaire. Effectivement, à 22 heures, M.A. n'a toujours pas uriné, et l'anesthésiste lui explique que s'il n'y est pas parvenu à minuit, il faudra lui placer une sonde vésicale. Cette perspective angoisse M. A.; il ressent malgré tout l'envie croissante d'uriner.. sans y parvenir. À l'heure du sondage prévu, M. A. explique "j'y suis presque, mais je suis tellement tendu pour arriver à uriner que je bloque tout... Il suffirait d'un petit déclic..."

- Et si ce petit déclic, c'était qu'on se laisse un quart d'heure à vingt minutes de détente, en écoutant de la musique, qu'en pensez-vous? La proposition ravit M.A.: "justement , je suis musicien"...

### **Réactions observées:**

Dès le début de l'écoute, M. A. exprime qu'il trouve cette musique "carrément superbe". Il ferme les yeux - il rentre visiblement dans l'écoute musicale - nous sortons sur la pointe des pieds...

Un quart d'heure plus tard, M. A. rappelle, heureux et très soulagé. " Je suis en train d'uriner, je me suis tellement détendu en écoutant cette musique magnifique, que c'est venu tout seul... Et quand, pour vous prévenir, j'ai arrêté la musique... je me suis arrêté d'uriner.. il a fallu que je la remette à nouveau pour continuer à uriner.. je ne l'aurais pas cru si on me l'avait raconté!...". Nous rions de bon coeur.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. orthopédique **DATE:** Nuit du 16 au 17 juillet 2001

## *Témoignage 26*

### **Patient:**

Mme L. 44 ans, double fracture de la cheville droite; elle souffre d'insomnie (malgré le traitement donné) depuis son intervention.

Mme L. veut bien essayer "pourquoi pas?" d'écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

"J'ai vraiment aimé cette musique, c'était comme un baume au coeur: je m'en suis beaucoup voulu d'avoir laissé mon petit fils - qui dormait comme un ange sous la tente où nous campions - pour aller danser.. Une bousculade m'a fait tomber et voilà..

Mais le plus dur, ça été mon mari, qui s'était absenté et à son retour m'a fait tout un tas de reproches: "tu te rends compte, le petit, ce qui aurait pu lui arriver.."

Je lui ai répondu: "mais tu ne crois pas donc pas que le Ciel m'a suffisamment punie pour ma négligence?"... En écoutant cette musique, je me suis sentie pardonnée, ça va beaucoup mieux..."

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Chir. Orthopédique **DATE:** Nuit du 17 au 18 juillet 2001

## *Témoignage 27*

### **Patient:**

M. C. 31 ans, récemment opéré d'une grosse intervention de la jambe droite suite à une agression par balle dans son exercice professionnel.

Ce patient, depuis l'accident, souffre d'un traumatisme psychologique qui lui fait revivre cycliquement de manière soudaine et brutale, l'agression vécue. Une thérapie psychologique et médicamenteuse a été instaurée. Ce soir, M. C. est à nouveau en difficulté et se sent très angoissé. Après un temps d'échange, le temps que son traitement agisse, il accepte une écoute musicale.

### **Réactions observées:**

M. C. écoutera 5 à 6 fois le morceau (je lui laisse le walkman pour la nuit) et exprimera que la musique l'a aidé à se détendre et à passer la nuit. Apaisé, il a pu s'endormir. Au réveil, il dit se sentir mieux.

## **RÉSONANCE - 31'**

## RÉSONANCE - Ecoute Patients

DURÉE: 31'

---

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Médecine      **DATE:** Nuit du 24 au 25 avril 2001

### *Témoignage 1*

**Patient:**

M. V. 77 ans, opéré il y a une dizaine de jours d'un canal lombaire droit, il souffre de douleurs lombaires intenses malgré son traitement antalgique. Il est insomniaque. Il réclame son comprimé antalgique avant l'horaire prescrit: afin de l'aider à patienter, je lui propose une écoute musicale. D'abord surpris, M.V. trouve l'idée excellente, d'autant plus que chez lui il baigne dans la musique: ses deux enfants qui adorent l'Inde lui ramènent régulièrement des musiques qui l'aident à se détendre.

**Réactions observées:**

"Cette musique est vraiment très agréable, je suis totalement surpris car je n'ai plus mal au dos !". M.V. s'endormira ensuite rapidement, durant 3 heures, sans avoir eu besoin d'antalgique.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour      **DATE:** Nuit du 20 au 21 août 2001

### *Témoignage 2*

**Patient:**

M. B. 42 ans, sida stade terminal (encéphalite probable).  
Il s'est montré très agressif à l'encontre du personnel. Il a refusé de prendre ses médicaments et crie dans sa chambre... Il accepte de parler avec nous, puis il est d'accord pour une écoute musicale.

**Réactions observées:**

M.B. se calme et s'endort rapidement. Il exprime au réveil que la musique lui a plu.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, Unité de Médecine      **DATE:** Nuit du 31 août au 1er sept 2001

### *Témoignage 3*

**Patient:**

Mme R. 60 ans, suspicion d'une maladie de Creutzfeld Jacob: membres supérieurs et inférieurs en rétraction. Personne qui ne dort pas la nuit: à toute heure on peut voir qu'elle garde les yeux ouverts.  
À la proposition d'une écoute musicale, elle dit: "j'aime beaucoup la musique".

**Réactions observées:**

Au fil de l'écoute, il est frappant d'observer, malgré la rétraction musculaire, la détente s'installer chez Mme R. L'expression toujours douloureuse du visage, avec plissement constant entre les sourcils, laisse place à un "sourire aux anges". Elle s'endort rapidement.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, Unité de Médecine    **DATE:** Nuit du 1 au 2 septembre 2001

### *Témoignage 4*

**Patient:**

Mme Z. 90 ans, confusion et crises d'agitation...  
À nouveau agitée ce soir, Mme Z. "accepte" l'écoute, malgré son état de confusion.

**Réactions observées:**

Mme Z. ne s'endort pas durant l'écoute, mais se calme. Elle restera paisible durant toute la nuit. Elle n'exprime rien concernant la musique.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Médecine    **DATE:** Nuit du 2 au 3 septembre 2001

### *Témoignage 5*

**Patient:**

Mme M. 77 ans, entrée l'avant-veille après un accident ischémique transitoire (AIT) ayant causé une hémiplégie gauche. Etat d'angoisse maximum chez cette personne qui répète: "qu'est-ce qui m'arrive? Aidez-moi, je vous en supplie"... Débit verbal constant. Elle accepte d'écouter de la musique, qu'elle dit aimer beaucoup.

**Réactions observées:**

Au bout de 20 minutes, Mme M. se calme et s'endort.  
Elle dit au réveil que cette musique l'a beaucoup aidée: "elle m'a calmée, m'a apaisée", et ajoute qu'elle se sent mieux ce matin. Elle est très reconnaissante de ce "véritable soin" et dit qu'elle va en parler à son mari, à sa famille.

**LIEU:** Centre Hospitalier de Sète, unité de Médecine    **DATE:** Nuit du 2 au 3 septembre 2001

### *Témoignage 6*

**Patient:**

Mme L. 87 ans, désorientation spatio-temporelle, asthénie et anémie importante (hémoglobine à 4,5). Cette patiente ne dort pas la nuit. Elle accepte une écoute musicale.

**Réactions observées:**

Pas de verbalisation, mais Mme L. s'endort jusqu'au petit matin.

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

DATE: Nuit du 7 au 8 septembre 2001

### *Témoignage 7*

**Patient:**

Mme. T. 73 ans, antécédents de néoplasie vésicale, bronchopneumopathie, état dépressif. Bien qu'elle ne souffre pas (elle est correctement calmée par le traitement), Mme T. ne parvient pas à s'endormir...

**Réactions observées:**

Suite à l'écoute, Mme T. dit s'être sentie apaisée. Elle s'endormira une heure plus tard.

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

DATE: Nuit du 14 au 15 septembre 2001

### *Témoignage 8*

**Patient:**

Mme C. 61 ans, maladie de Parkinson. Le traitement de Mme C. a été modifié. Il est convenu avec elle de nous signaler si elle est reprise par ses tremblements.

Mme C. nous appelle aux alentours de 01 h. car en proie à un nouvel accès de tremblements. Elle exprime qu'elle n'en peut plus et que ses nerfs craquent. Elle sait que nous ne pouvons pas lui donner de calmant (puisqu'on doit observer l'effet du traitement modifié), mais elle accepte une écoute musicale: "même si je n'y crois pas trop" ...

**Réactions observées:**

Mme C. parle d'une musique merveilleuse, demande qui en est l'auteur... "J'étais dans un monde d'images, tout le corps baigné dans l'eau. J'ai senti tout mon corps, mes muscles se détendre. Il est si rare pour moi de parler d'un moment de plénitude... et c'est ce que j'ai vécu, alors que je me sentais comme un bout de bois sur une mer déchaînée. Remerciez le musicien, dites-lui de continuer"...

*L'aide soignante, M., n'en revient pas devant le constat de l'état de détente de Mme C. qui ne tremble plus et s'endort. Mme C., le lendemain, parlera à l'équipe de jour de ce "soin sonore" vécu.*

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

DATE: Nuit du 20 au 21 septembre 2001

### *Témoignage 9*

**Patient:**

Mme R. 79 ans, altération de l'état général avec amaigrissement, asthénie, anorexie, altération des fonctions cognitives évoquant un syndrome démentiel débutant.

Vers 1h.30, Mme R. exprime qu'elle ne parvient pas à dormir. Accepte, "pour essayer", une écoute musicale.

**Réactions observées:**

Mme R. rappelle vers la fin du morceau en disant: "je vous sonne, parce que j'allais m'endormir !".

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

**DATE:** Nuit du 20 au 21 septembre 2001

## *Témoignage 10*

### **Patient:**

Mme R. 79 ans, fracture du col du fémur droit.

Personne gênée dans son sommeil par le fait qu'elle urine très souvent... Un peu angoissée, la proposition d'une écoute musicale lui convient.

### **Réactions observées:**

Mme R. appelle au moment de s'endormir pour qu'on lui retire les écouteurs. Elle dort 2 heures durant, avant d'appeler (pour uriner) et se rendormira sans difficulté.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 5 au 6 octobre 2001

## *Témoignage 11*

### **Patient:**

Mme E. 79 ans, maladie d'Alzheimer en phase de décompensation vers un stade démentiel avec hyperthermie liée à un foyer pulmonaire.

Vers 2 h., Mme E. qui dormait en départ de nuit, s'agite et tient des propos incohérents. La prise de sa température montre une reprise de la fièvre. Après administration du traitement prescrit nous décidons, avec l'aide-soignante présente, de proposer à Mme E. d'écouter la musique qu'elle avait beaucoup appréciée les fois précédentes.

Elle ne réagit pas à cette proposition mais, tout en poursuivant son monologue, accepte les écouteurs que je lui place.

### **Réactions observées:**

Sur les 30 minutes de la durée du morceau, c'est dans les cinq dernières minutes que la modification dans le comportement de Mme E. est la plus remarquable:

- durant environ 25 minutes, Mme E., qui est d'origine canadienne, émet avec une force véhémence une succession de phrases ponctuées de passages chantés. Dans son discours, quatre éléments reviennent: "It's mine", "It's my love", "It's me", "Yes"... et sont accompagnés d'un frappement des deux mains sur le ventre.

Elle porte fréquemment sa main à son nez comme si quelque chose la gênait à ce niveau, elle secoue également sa tête et finit par faire tomber les écouteurs. Je ne tente pas de les replacer, car ils ont glissé et se trouvent contre la région occipitale de part et d'autre de la nuque de Mme E.: on entend la musique qui continue à diffuser de façon atténuée.

- dans les cinq dernières minutes, le discours de Mme E. s'espace et perd de sa force, ainsi que sa gestuelle saccadée. Elle passe à plusieurs reprises la main dans ses cheveux, dans un geste de dégagement de sa tête, puis ferme les yeux comme si subitement elle s'intériorisait... Doucement, elle croise les doigts de ses deux mains, qu'elle place successivement sur son ventre puis sur sa poitrine, avec un grand soupir. Elle s'endort très exactement au moment où la musique s'arrête... Elle dormira tout le reste de la nuit.

*Je demanderai ensuite à l'aide-soignant ce que le comportement de Mme E. signifie pour lui:  
- "la gestuelle de Mme E. m'a évoqué la perte d'un enfant". J'avais ressenti la même chose.*



## *Témoignage 12*

### **Patient:**

Mme G. 81 ans, fracture du col du fémur gauche, opérée le matin sous rachi-anesthésie, avec agitation post-opératoire: dans la soirée, Mme G. passe par dessus les barrières de son lit et fait une chute. À mon arrivée, elle vient de remonter de la radio où les clichés n'ont pas montré de dégâts au niveau de l'intervention pratiquée sur sa hanche.

Malgré le traitement antalgique et anxiolytique (antécédent de dépression), Mme G. s'agite de plus en plus... En dépit de la charge de travail, il nous faut rester constamment auprès d'elle pour éviter le risque d'une autre chute. En désespoir de cause, l'aide-soignante propose à Mme G. une écoute musicale: elle est très surprise, alors que la patiente paraît tout à fait incohérente, de l'entendre lui réclamer la musique !

### **Réactions observées:**

Au fil de l'écoute, le comportement de Mme G. ne se modifie pas: elle reste très agitée, le corps parcouru de tremblements et de spasmes. La tension artérielle est passée à 20, le pouls à 110 pulsations/minute; je vais devoir appeler l'interne...

Au delà de la "pression" du moment, j'ai le sentiment qu'il faut écouter ce qui se passe chez cette patiente: doucement, je pose ma main sur sa poitrine et, pour la première fois, elle me regarde et "connecte" avec ce que je lui dis. Je l'invite à respirer profondément, ce qu'elle fait. Elle commence à se détendre et, petit à petit, la relation s'organise... Je reprends avec elle le déroulement des événements, depuis sa chute qui a motivé son hospitalisation, et tout ce qui s'est passé... Son regard qui était fixe se normalise avec la reprise du contact avec la réalité. Elle entend qu'elle est en sécurité et se met à bailler.

En fin d'écoute, devenue parfaitement tranquille et cohérente, elle sourit... Le recontrôle de la tension montre un chiffre à 13/7 et des pulsations à 82... Mme G. restera paisible tout le reste de la nuit. Le bilan fait avec l'aide-soignante nous permet de conclure que l'agitation de Mme G. était tout simplement liée au vécu depuis sa chute, avec tout l'enchaînement des événements qui s'y sont rattachés et ont constitué pour elle un stress majeur.

## *Témoignage 13*

### **Patient:**

Mme D. 83 ans, fracture du col du fémur en 3e jour post-opératoire et souffrant par ailleurs d'une maladie d'Alzheimer.

Elle est, cette nuit, à nouveau complètement confuse avec un discours incohérent. Très hilare et volubile, elle accepte volontiers d'écouter de la musique.

### **Réactions observées:**

Mme D. reste tout à fait calme durant toute l'écoute, puis elle reprend son discours habituel. Alors que je quitte la chambre après lui avoir retiré les écouteurs, elle dit entre deux phrases: "c'est très joli, votre musique, elle est vraiment magnifique!".

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Moyen Séjour

DATE: Nuit du 16 au 17 octobre 2001

### *Témoignage 14*

#### **Patient:**

M. M. 86 ans, accident vasculaire cérébral ischémique, avec traumatisme crânien ayant causé un hématome sous-dural et agitation secondaire.

Il est à nouveau agité en ce début de nuit, a entièrement défait son lit. Il s'est souillé et tient des propos incohérents.

L'aide-soignante me propose de lui faire écouter de la musique: "on ne sait jamais !" dit-elle. Pendant que nous lavons M. M., il se met à pleurer, réalisant son état (il a des moments de lucidité): "pourquoi vous vous occupez d'un vieux débris comme moi ? Occupez-vous donc des jeunes..."

Après avoir réinstallé et réconforté M.M., il est quelque peu surpris par la proposition d'une écoute

#### **Réactions observées:**

Au bout de quelques instants, M.M. se met très droit dans son lit, à tel point qu'il fait penser à quelqu'un d'allongé et de debout à la fois.

Le deuxième changement est celui de son visage, dont l'expression d'abord surprise, puis de plus en plus sereine, lui confère une certaine noblesse contrastant avec des traits plutôt lourds.

La troisième chose est la position des mains que M.M. a croisé sur sa poitrine comme s'il priait. Il s'endort profondément dans cette position qu'il gardera jusqu'au matin.

LIEU: Les Pergolines à Sète, unité de Cure Médicale

DATE: Nuit du 23 au 24 octobre 2001

### *Témoignage 15*

#### **Patient:**

Mme E. 79 ans, angor, dépression et diabète.

Mme E. exprime en milieu de nuit qu'elle ne se sent pas bien. Après avoir vérifié ses constantes, qui sont normales, un petit entretien permet à Mme E. de dire qu'elle se sent en fait très angoissée. La proposition d'une écoute musicale lui convient tout à fait.

#### **Réactions observées:**

Mme E. rapportera à l'équipe que la musique lui a fait du bien et qu'elle a pu s'endormir grâce à elle.

LIEU: Centre hospitalier de Sète, Unité de Médecine

DATE: Nuit du 31 octobre au 1er nov 2001

### *Témoignage 16*

#### **Patient:**

Mme B. 80 ans, pneumopathie et syndrome dépressif.

Elle ne parvient pas à trouver le sommeil malgré le somnifère pris et s'en désolent: "je suis si fatiguée et il faudrait que je puisse dormir". Elle accepte - "on ne sait jamais" - une écoute musicale.

#### **Réactions observées:**

Progressivement le visage de Mme B. s'éclaire d'un sourire. Elle prend une position de détente et s'endort. Elle remerciera le lendemain "pour cette musique qui m'a apaisée et grâce à laquelle j'ai pu dormir".

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, Unité de Médecine      **DATE:** Nuit du 31 octobre au 1er nov 2001

### *Témoignage 17*

**Patient:**

Mme S. 73 ans, accident vasculaire cérébral massif avec hémiparésie droite et parotidite purulente. Malgré les antalgiques Mme S. ne dort pas. Elle ne réagit pas à la proposition d'écouter de la musique.

**Réactions observées:**

Au bout de quelques instants une expression de surprise apparaît sur le visage de Mme S. Elle s'endort vers la 18ème minute et ce, durant deux heures.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, Unité de Long Séjour      **DATE:** Nuit du 12 au 13 décembre 2001

### *Témoignage 18*

**Patient:**

Mme S. 79 ans, Hypertension artérielle, syndrome dépressif chronique, perte d'autonomie, alimentation par sonde gastrique.

Comme régulièrement, Mme S. crie en début de nuit et s'agite. Même si elle ne paraît pas comprendre, je lui propose une écoute musicale et lui place les écouteurs.

**Réactions observées:**

Peu à peu, les cris s'espacent, Mme S. se calme et s'endort vers la 20e minute. Elle dormira toute la nuit.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour      **DATE:** Nuit du 13 au 14 décembre 2001

### *Témoignage 19*

**Patient:**

Mme B. 88ans, perte d'autonomie et démence sénile. Elle ne cesse de crier.

Je lui propose une écoute musicale et, malgré certains gestes à la limite de l'agressivité, elle tolère les écouteurs.

**Réactions observées:**

23 heures: Mme B. ne cesse de répéter: "j'suis malade... J'ai mal à la tête, j'ai mal aux yeux... ne bouge pas la tête, ne bouge pas les yeux... Ne fais pas caca, ne fais pas pipi... j'ai mal à la tête, j'ai mal aux yeux..."

Régulièrement durant l'écoute, elle porte sa main à ses yeux et vers la 11ème minute, son discours s'interrompt. Pour la première fois, elle tourne la tête vers moi en disant: "soigne-moi". Ensuite, une ébauche de dialogue apparaît avec son propre corps: elle porte les mains successivement à son ventre et à son pubis en disant "j'ai mal..." . Puis elle dit: "j'ai mal aux pieds, j'ai mal partout".

Petit à petit son discours s'use et perd de sa force: elle commence à s'endormir... Elle est malheureusement réveillée par un cri strident dans une chambre voisine. Elle reprend son monologue et ne s'endormira que vers 5 H. du matin.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 13 au 14 décembre 2001

## *Témoignage 20*

### **Patient:**

Mme B. 82 ans, ulcère gastrique, insuffisance cardiaque, maladie de Parkinson d'évolution récente, cirrhose avec ascite importante causant une toux réflexe. Elle a eu ce jour une ponction d'ascite.

Elle se plaint ce soir de se sentir délaissée par ses enfants et petits enfants: "le dernier de mes petits-enfants, j'ai encore son cadeau de Noël de l'an dernier dans le placard... Alors vous voyez...", avec une expression qui signifie "à quoi bon vivre ?" À nouveau elle me parle: "Béni soit Dieu, vous êtes là, qu'Il vous protège toujours; je suis heureuse que vous soyez là". Elle accepte volontiers la musique.

### **Réactions observées:**

Mme B. sourit et s'endort rapidement. Elle dormira durant quatre heures, avant que sa toux ne reprenne de nouveau. Elle exprimera le lendemain à l'infirmière de jour qu'elle a été enchantée de la musique.

**LIEU:** Les Pergolines à Sète, unité de Long Séjour

**DATE:** Nuit du 19 au 20 décembre 2001

## *Témoignage 21*

### **Patient:**

Mme G. 87 ans, accident vasculaire cérébral avec hémiparésie droite, confusion état démentiel. Comportement anxio-dépressif et agressivité envers le personnel et les autres pensionnaires: déchire les rideaux, arrache les prises électriques etc.

Ce soir, elle essaie de sauter les barrières de son lit, tient des propos incohérents. Il m'est cependant possible d'établir une communication "normale" avec elle et elle accepte sans difficulté une écoute musicale. Mme G. est très réceptive à la musique.

### **Réactions observées:**

Alors que d'ordinaire elle casse le matériel (elle a une poigne étonnante!), Mme G. montre une très grande douceur dans ses gestes, en remettant à plusieurs reprises les écouteurs en place. Etant appelée ailleurs, je prends le risque de lui laisser le walkman. À mon retour, vers la 12ème minute, elle a les yeux ouverts, elle est parfaitement tranquille. Une heure plus tard, l'aide-soignante la trouve profondément endormie, avec le casque qu'elle a ôté et tient, intact, dans ses mains. Elle restera dans cette position jusqu'au matin.

**LIEU:** Centre hospitalier de Sète, unité de Médecine

**DATE:** Nuit du 27 au 28 décembre 2001

## *Témoignage 22*

### **Patient:**

Mme L. 62 ans, intoxication aux barbituriques, qui ce soir ne parvient pas à trouver le sommeil, se sent oppressée malgré le traitement. Elle dit beaucoup aimer la musique et la poésie. La proposition d'une écoute musicale lui convient tout à fait.

### **Réactions observées:**

"C'est une musique superbe, tout à fait cosmique et qui renvoie aux quatre éléments eau-terre-air-feu... elle évoque le film "Soleil Vert" avec l'acteur Charlton Heston où on s'aperçoit qu'il y a un monde futur avec tellement de saletés qu'il n'y a plus rien à manger. On faisait croire aux gens qu'ils mangeaient des aliments normaux alors que ceux-ci provenaient des vieux qu'on avait fait mourir sur une musique cosmique comme celle-ci. Ce film m'a beaucoup touchée. Cette musique touche tous les organes sensoriels: extrêmement apaisante et belle. Merci vraiment pour ces instants."

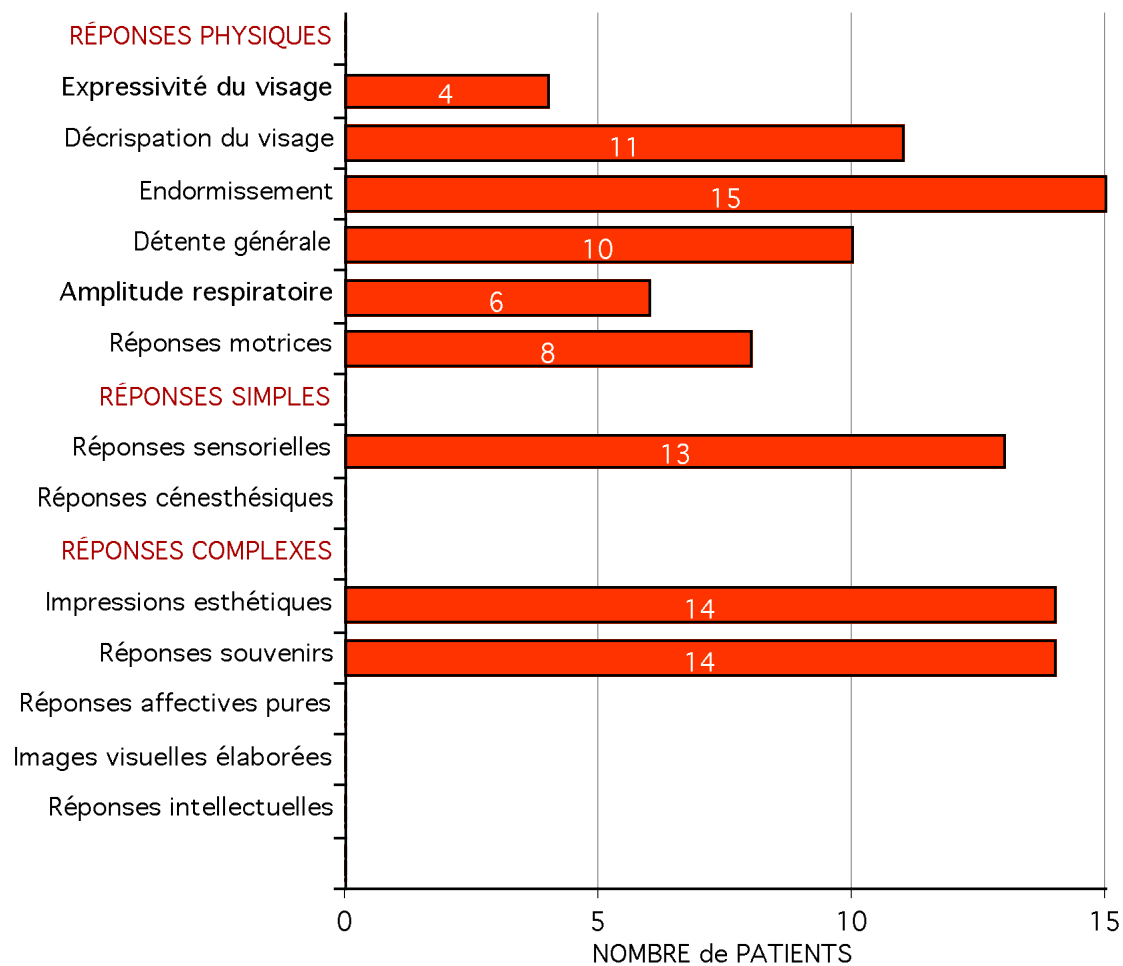
***BILAN GRAPHIQUE***

**PATIENTS**

# PASSAGE

- Patients -

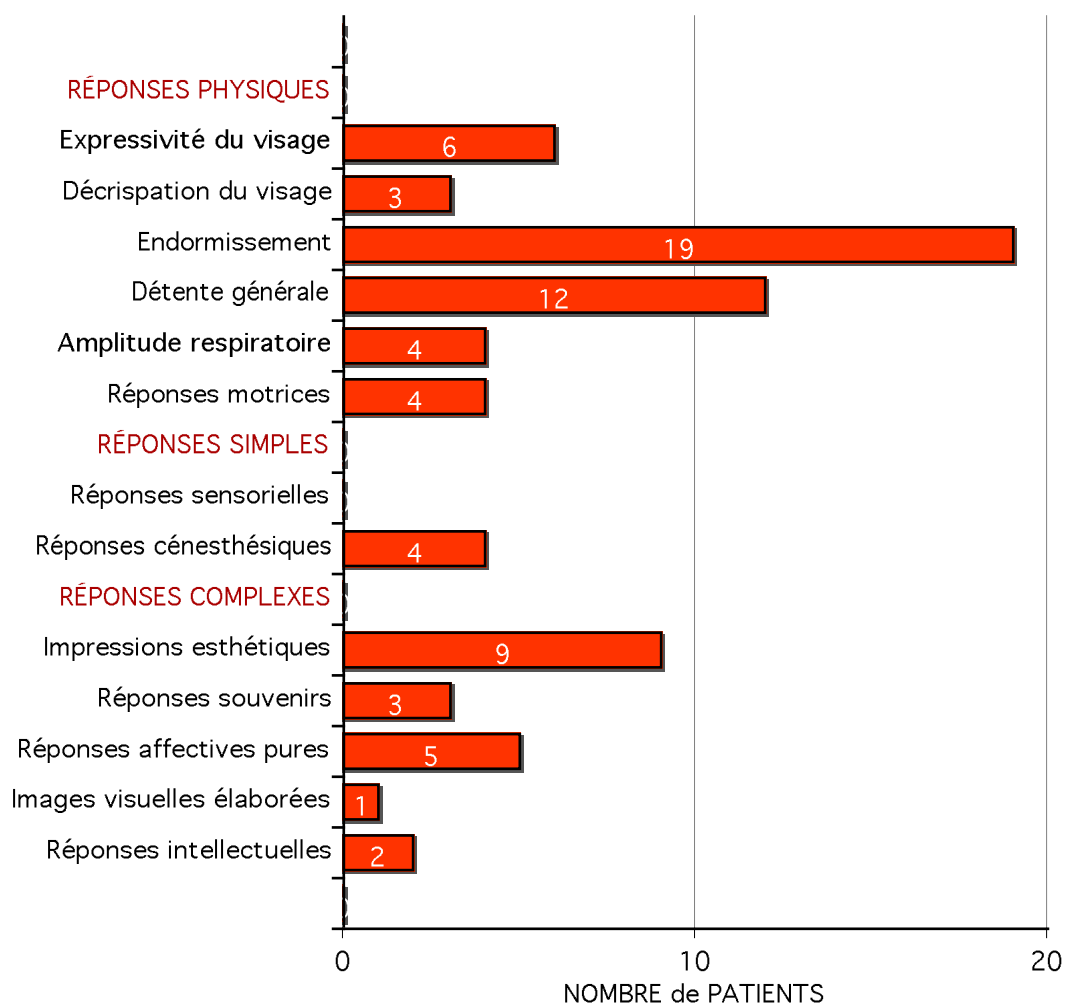
## CRITERES d'OBSERVATION de 27 PATIENTS



# COEUR ECLAIRE

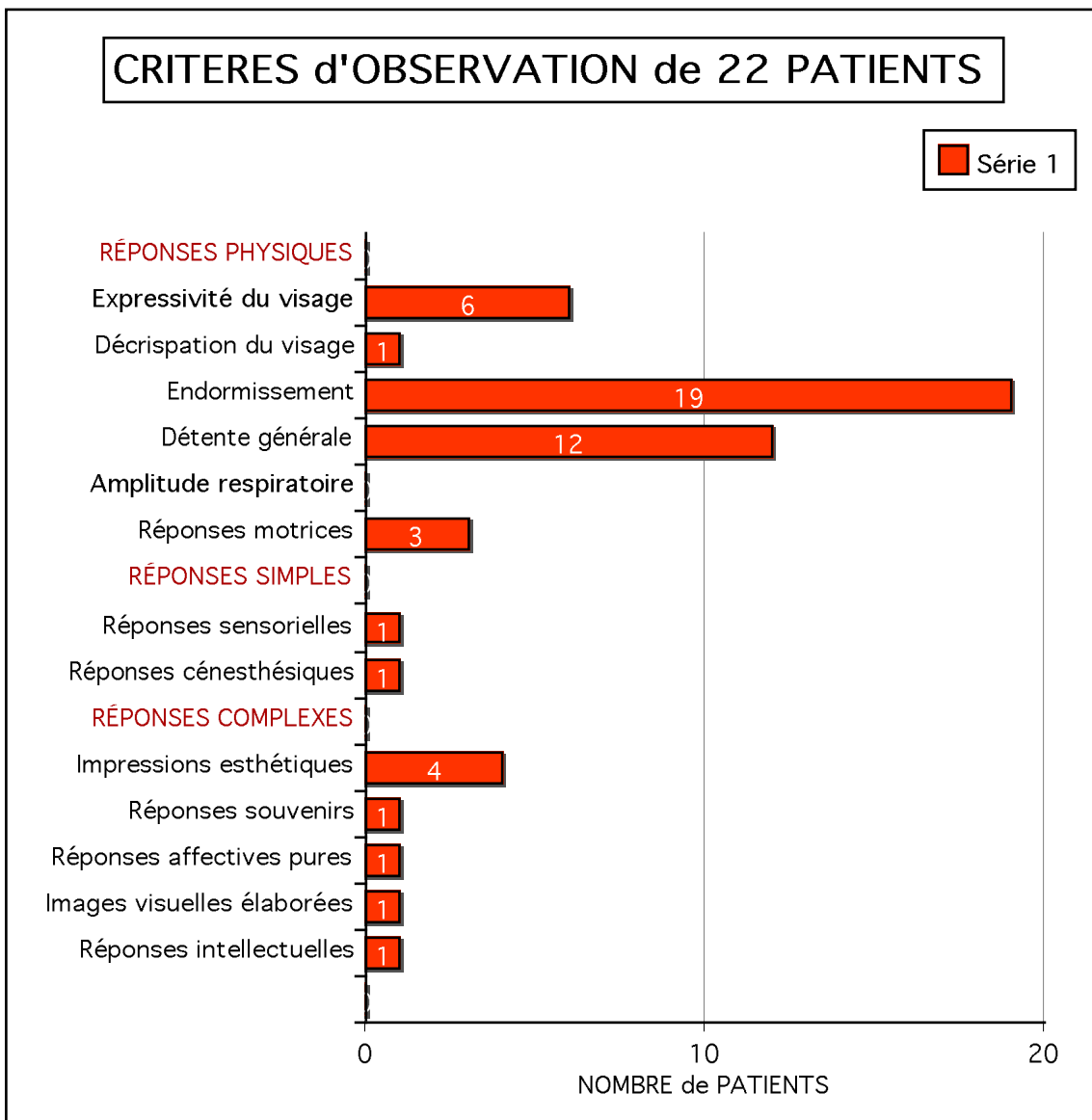
- Patients -

## CRITERES d'OBSERVATION de 27 PATIENTS



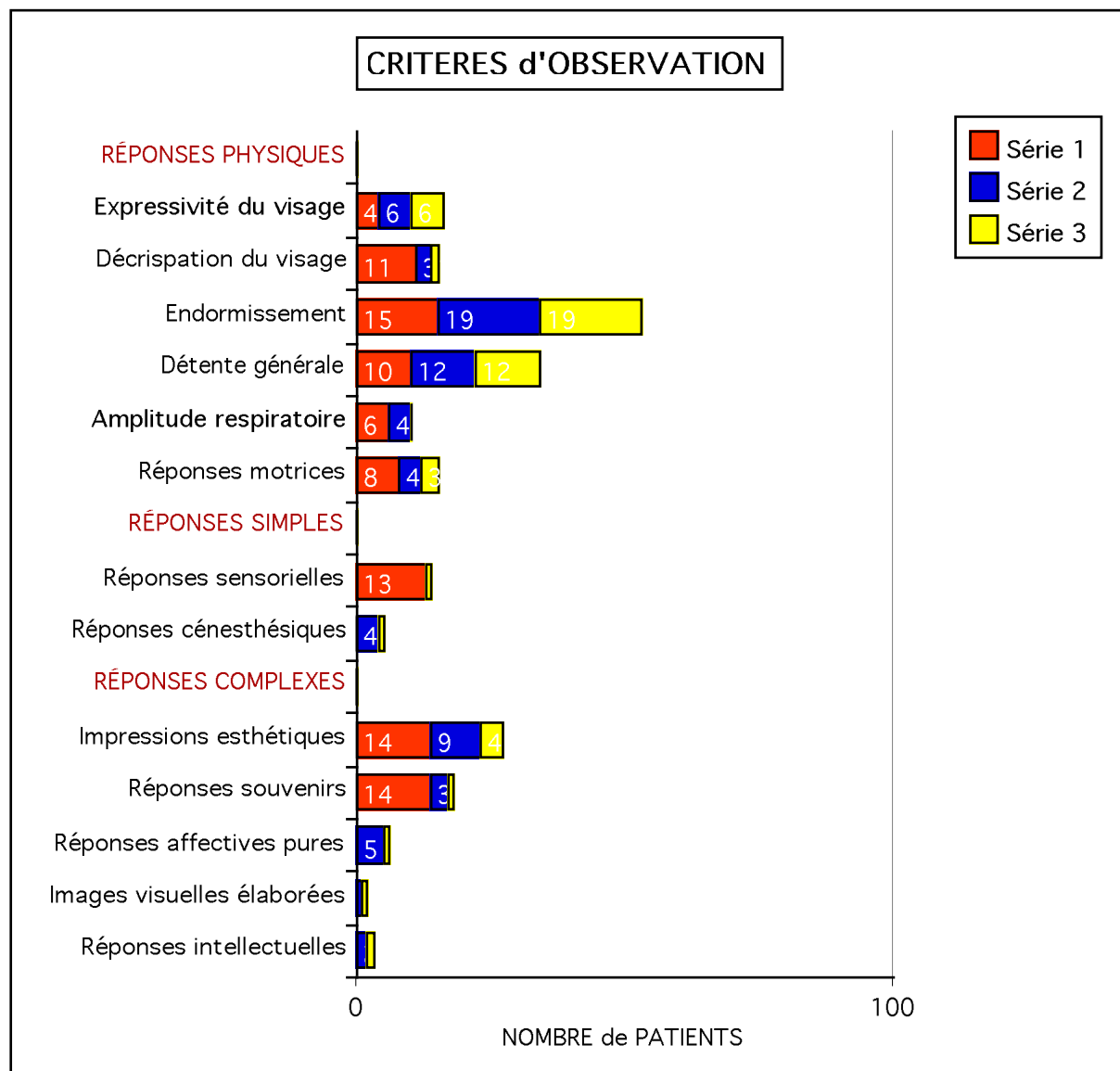
# RESONANCE

- Patients -





## COMPARATIF des TROIS TITRES



**SÉRIE 1** = Morceau "PASSAGE" - 27 patients  
**SÉRIE 2** = Morceau "COEUR ECLAIRÉ" - 27 patients  
**SÉRIE 3** = Morceau "RÉSONANCE" - 22 patients

## SYNTHÈSE ET CONCLUSIONS

Suite à la proposition du Dr Alain Amouyal de la mise à disposition de trois de ses musiques (d'une durée de 20 à 30 minutes), Marie-Christine Plumejeaud, infirmière de nuit en Long et Moyen séjour à l'Hôpital de Sète a proposé des écoutes musicale à une population des 76 patients de 30 à 100 ans (la tranche la plus concernée se situant entre 70 et 90 ans).

Les cinq pathologies principales étaient, par ordre décroissant:

- les affections respiratoires,
- la maladie d'Alzheimer,
- l'hypertension artérielle,
- les états dépressifs,
- les cancers et l'insuffisance cardiaque.

### **Que peut-on retirer de cette expérience ?**

*Pour le personnel soignant*, on relève dans les témoignages et bilans des infirmiers et aide-soignants les effets principaux suivants:

sur le plan physique:

- apaisement, détente par paliers, relaxation profonde allant jusqu'à l'endormissement
- abaissement du seuil de la douleur

sur le plan psychique:

- stimulation de l'imaginaire
- évocation de souvenirs, succession d'étapes et projections dans l'avenir
- aide à l'auto-évaluation et aux bilans de vie, où le négatif est relativisé

sur l'environnement:

- modification de l'ambiance
- amélioration et enrichissement de la communication soignants-patients-famille

Cette musique a pleinement répondu à leur demande pressante d'humaniser et d'améliorer les soins par l'apport de techniques simples et accessibles.

*Pour les patients*, leurs réactions ont bien traduit l'impact bénéfique de ces musiques:

- détente physique et apaisement psychique
- endormissement
- restauration de la communication verbale
- diminution ou cessation de la douleur
- cessation d'une crise de tremblements (Parkinson)
- rétablissement du contact avec le corps par le toucher
- impact esthétique de la musique relié à des références culturelles, émotionnelles, spirituelles
- retour émotionnel de vécus antérieurs (particulièrement chez les patients atteints d'Alzheimer)
- acceptation progressive des étapes du deuil (tristesse, colère, sentiment de perte, acceptation, sérénité).

La musique du Dr Amouyal semble, dans cette expérience, avoir agi comme un véritable médiateur, en particulier auprès des patients atteints de la maladie d'Alzheimer, souffrant d'une détérioration de leurs fonctions cognitives et de relation.

On a pu constater une reprise de contact avec des souvenirs lointains ou proches, comme si la musique avait ramené en surface et "réordonné" certains éléments de la mémoire, permettant de rétablir une relation même partielle mais porteuse d'espoir pour les personnes frappées d'isolement: "*Cette musique parle à mon coeur des choses, souvenirs, des gens que j'aime. Elle m'a dégagé le coeur. Maintenant je me sens bien*" (Témoignage patient n° 2 - COEUR ÉCLAIRÉ).

Parmi les patients insuffisants respiratoires, particulièrement angoissés la nuit, certains ont retrouvé dans leur vécu des événements heureux, donc une "charge positive" détournant l'angoisse du moment: "*En écoutant cette musique, je me trouvais dans un amphithéâtre, j'ai revu l'ouverture de Carmen*"... et elle se met à battre le tempo du morceau dont elle chante les premières mesures (Témoignage patient n° 6 - PASSAGE).

D'autres ont exprimé leur colère de ne pas être écoutés...

Et cet instant d'intimité musicale, en faisant écho à leurs deuils - ils sont nombreux lorsque les facultés diminuent avec l'âge, lorsque l'entourage aimé n'est plus là - leur a permis de mettre en mots leur détresse: "*Je ne pourrai plus retourner à la maison, le médecin me l'a dit. J'ai 80 ans, c'est très dur pour moi. Cela fait un grand vide, une grande perte*" (Témoignage patient n° 3 - COEUR ÉCLAIRÉ) et de se sentir entendus... jusqu'à l'apaisement et au sommeil réparateur.

Dans certains cas de démence sénile, l'écoute musicale a permis de désamorcer un épisode d'agitation qui aurait nécessité une injection de calmant.

En chirurgie orthopédique, où les suites opératoires sont souvent douloureuses et invalidantes, cette musique s'est avéré être un précieux adjuvant aux antalgiques.

### **Effets propres à chacun des thèmes musicaux utilisés:**

- **PASSAGE** semble propice à l'émergence d'images, souvent trame existentielle qui est:
  - mise en mots: "*J'ai pensé aux souvenirs et au futur de ma vie comme si la musique reliait les deux*" (Témoignage soignant n° 11) - "*J'ai vu repasser toute mon existence, mon enfance, mon adolescence, mes années défilier, et devant c'était le futur...*" (Témoignage soignant n° 13)

- ou en gestes: cette patiente en fin de vie met ses mains sur sa poitrine et son ventre comme si, pacifiée, elle reprenait contact avec ces deux régions. Tout son corps s'abandonne. Elle est visiblement bien (Témoignage patient n° 2).

Effet obtenu: détente, apaisement des tensions.

- **COEUR ÉCLAIRÉ** semble davantage faire écho à la sphère affective, celle du coeur précisément (bien que ni les patients, ni les soignants n'aient été informés du titre avant l'écoute du morceau): "*Cette musique évoque pour moi la passion dans le sens énergie du coeur. Elle ouvre le coeur. Elle touche le méridien du coeur*" (Témoignage soignant n° 5).

Il m'a paru très intéressant dans l'accompagnement des processus de deuil: "*Il n'y a pas de sentiment dans ma vie*", dit cette patiente en posant ses mains sur sa poitrine, "*je ne pourrai plus retourner à la maison...*" (Témoignage patient n° 19).

Une patiente, suite à un vécu douloureux, exprime: "*en écoutant cette musique, je me suis sentie pardonnée*" (Témoignage patient n° 26).

• **RESONANCE** semble plus directement s'adresser à la préparation au sommeil des malades. Les témoignages des soignants, eux, ont un caractère "onirique" et abstrait.

Quant à Marie-Christine Plumejeaud, son attente a été comblée.

Particulièrement touchée par l'authenticité des témoignages, elle a trouvé là l'occasion de répondre à la demande de plus en plus pressante de soins qui respectent et prennent en compte toutes les dimensions de la personne dans un processus de maladie ou de fin de vie:

"Entendre, écouter leurs désirs, pour les distinguer les uns des autres et répondre à leur besoin d'appartenance et de spiritualité" (*Dr Marie Françoise Rochard-Bouthier, psychiatre - 5e Rencontre Nationale autour de la maladie d'Alzheimer, Janvier 2001*).

# PERSPECTIVES

## Au plan de la recherche

Il serait vraiment intéressant de pousser plus loin les investigations concernant les utilisations de cette musique dans le secteur gériatrique entr' autre, avec une méthodologie rigoureuse et le support d'un plateau technique permettant d'en valider les effets spécifiques.

## En Art-thérapie

Les expérimentations en milieu scolaire et éducatif, hospitalier ou gériatrique, comme celles des Drs Duclaud, Verdeau-Paillès, Mouret et de Mme Leneveu (directrice de maison de retraite), ont souligné le **pouvoir cathartique** de cette musique, sa capacité à stimuler le passage d'un état statique à un état dynamique, et la créativité qui en résulte: cette musique apparaît ainsi comme un support idéal pour de nombreuses activités créatrices.

Dans un contexte plus général, la musique du Dr Alain Amouyal est sur le point de devenir le support d'un grand projet de Spectacle Multimédia à visée thérapeutique, où plusieurs formes d'expression artistique seront combinées.

## Marketing

Un laboratoire pourrait intégrer dans sa stratégie commerciale la distribution d'un tel produit auprès de sa clientèle, joignant à la qualité de ses médicaments une musique originale et efficace.