

DYSTROPHIE MUSCULAIRE, PARALYSIE CÉRÉBRALE, SCLÉROSE EN PLAQUES, ETC.

La personne ayant une condition neurologique qui réduit sa motricité peut faire face à une baisse de son estime personnelle, à de l'isolement, à des douleurs physiques ou à des pertes d'aptitudes cognitives. Elle peut éprouver des difficultés importantes au plan de la communication, de la stabilité de l'humeur ou de l'autonomie dans la réalisation de ses activités de vie quotidienne. L'anxiété ou la dépression peuvent également être présentes et nuire à la qualité de vie.

La musicothérapie permet de maintenir ou de restaurer différents aspects du fonctionnement de la personne. À l'aide de l'évaluation initiale, le musicothérapeute identifie ses besoins et ses capacités au plan affectif, cognitif, physique et social ainsi que ses habitudes et préférences musicales. Il établit un plan d'intervention individualisé avec des objectifs qui tiennent compte de la globalité de la personne, tels que: développer un meilleur contrôle respiratoire, améliorer certains mouvements fondamentaux, consolider l'estime de soi, exprimer les émotions, gérer l'anxiété, développer des stratégies de communication, favoriser la détente, etc. Un suivi en individuel ou en petit groupe sera privilégié selon les besoins de la personne.

Pour atteindre ces objectifs, le musicothérapeute utilise diverses méthodes et techniques qui exploitent la musique sous toutes ses formes. Les propriétés communicatives et créatives de la musique sont au centre de la relation et des interactions thérapeutiques. La personne peut être invitée à improviser avec la voix ou les instruments pour exprimer ce qu'elle ressent; à régulariser sa

DYSTROPHIE MUSCULAIRE, PARALYSIE CÉRÉBRALE, SCLÉROSE EN PLAQUES, ETC.

respiration ou améliorer le tonus musculaire phonatoire en jouant des instruments à vent; à contribuer à la composition des paroles d'une chanson ; à échanger autour de pièces musicales choisies; à se détendre au son de la musique. Une grande variété d'instruments de musique (guitare, piano, percussions ou autres) est utilisée afin de rejoindre les préférences de chacun et de lui offrir une expérience émotionnelle riche. Il est également possible d'adapter les instruments de musique en fonction des capacités motrices de la personne afin de diversifier ses moyens d'expression musicale et d'optimiser son autonomie. En somme, la musicothérapie est un moyen privilégié pour aller à la rencontre de la personne atteinte de limitations physiques et pour maintenir ou restaurer son bien-être physique, affectif et social.

Pour communiquer avec un musicothérapeute de votre région ou pour de l'information sur la musicothérapie :

Association québécoise de musicothérapie
www.musicotherapieaqm.org
Tél. 514.264.6335

info@musicotherapieaqm.org

 ASSOCIATION
QUÉBÉCOISE
DE MUSICOTHÉRAPIE