

# SCHIZOPHRÉNIE ET TROUBLES PSYCHOTIQUES

La schizophrénie et les troubles psychotiques peuvent entraîner de la détresse, de l'isolement social et une altération des perceptions de la personne. Elle peut éprouver des difficultés importantes à communiquer, à exprimer ses émotions et ses besoins et à réagir à ceux d'autrui. Il est souvent difficile pour elle de maintenir son attention et de mener à bien des tâches quotidiennes, ce qui peut susciter de l'anxiété et une désorganisation face aux nombreux stress de la vie de tous les jours.

La musicothérapie permet de maintenir ou d'améliorer le bien-être émotionnel et social de la personne. À l'aide de l'évaluation initiale, le musicothérapeute identifie les besoins et capacités de la personne au plan de l'affectivité, de la communication et de la pensée ainsi que ses habitudes et préférences musicales. Il établit ensuite un plan d'intervention individualisé avec des objectifs qui tiennent compte de sa globalité, tels que : reconnaître les signes d'anxiété, exprimer ses émotions, développer des repères dans sa perception de la réalité, organiser ses pensées, mieux communiquer avec les autres, 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 à

# SCHIZOPHRÉNIE ET TROUBLES PSYCHOTIQUES

partir d'un thème relié à sa vie; à composer les paroles d'une chanson pour exprimer ses émotions ; à écouter une chanson qui aborde une problématique familiale ; à apprendre 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 d'offrir une expérience émotionnelle riche et valorisante. La musique peut ouvrir le chemin vers les mots et elle peut aussi compléter quand la parole manque. En somme, la musicothérapie est un moyen privilégié d'aller à la rencontre de la personne ayant un trouble psychotique et de soutenir son mieux-être.

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

Association québécoise de musicothérapie  
[www.musicotherapieaqm.org](http://www.musicotherapieaqm.org)  
Tél. 514.264.6335

[info@musicotherapieaqm.org](mailto:info@musicotherapieaqm.org)

