Écoute musicale en CHRS : discontinuité dans la normalité sociale exogène ?

Alain Rakoniewski

▶ **To cite this version:**

Alain Rakoniewski. Écoute musicale en CHRS : discontinuité dans la normalité sociale exogène ?. Revue française de musicothérapie, 2017, 36 (1). hal-03429382

HAL Id: hal-03429382
https://hal.science/hal-03429382

Submitted on 15 Nov 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

La Revue Française de Musicothérapie

La Revue Française de Musicothérapie

ISSN : 2107-7150 Volume XXXVI - Numéro 01 - février 2017

Écoute musicale en CHRS : discontinuité dans la normalité sociale exogène ?

Alain Rakoniewski

Musicothérapeute, Nantes.

Résumé

Un centre d'hébergement et de réinsertion sociale (CHRS) a deux principales missions : une finalité de normalisation sociale exogène et une finalité de santé mentale (définie par l'OMS comme un état de bien-être physique et mental). Les entretiens de soutien psychologique avec le psychologue s'adressent à tous les résidents. Leur finalité est de soutenir, pour chaque personne, les processus de changement psychique et de recherche de solutions. Afin de dynamiser ces processus, l'écoute d'un morceau de musique en début de séance construit une « discontinuité du cadre » devant favoriser des discontinuités psychiques nécessaires aux processus de recadrage et de changement. L'ensemble de ces finalités et objectifs nécessite l'existence d'aires transitionnelles co-construites (théorie de Winnicott) entre le patient et le thérapeute, et entre la musique et tout sujet humain. Le modèle théorique des « 4 temps de l'écoute musicale » nous permet de représenter les quatre différents types d'aire transitionnelle et leur rôle dans la dynamique de changement psychique.

Mots clefs

Représentation Mentale (RM) – musicothérapie – discontinuité du cadre – recadrage – Winnicott – aire transitionnelle - écoute musicale – changement psychique

Abstract

A centre for accomodation and social rehabilitation (french acronym : CHRS) has two main missions : a cultural finality of exogenous social normalization, and a finality of mental health (physical and mental well-being as promotes the W.H.O.). Sessions with the psychologist are available for every resident of the « CHRS ». Their finality is to support, for every person, the psychic change processes, and searching for problem resolution. In the aim of sustaining these processes, a passage of music listened at the beginning of every psychologist session constructs a « frame-discontinuity » that can creates psychic discontinuities which are necessary for reframing and psychic changes. But this finalities and objectives set needs the existence of co-constructed transitional areas (Winnicott's theory) between the patient and the therapist, and between music and a human person. The theoretical model of « the 4 times in music listening » enables us to represent the four different kinds of transitional area and their role in the psychic change dynamics..

Keywords

Mental Representation (MR) – musictherapy – frame-discontinuity – reframing – Winnicott – transitional area - music listening – psychic change

Écoute musicale en CHRS : discontinuité dans la normalité sociale exogène ?

Réinsertion sociale et subjectivation

Un CHRS est un Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale. Ce type d'établissement est structuré par le **Paradoxe** de la « **Réinsertion Sociale** » qui cherche à allier pour chaque résident deux finalités de changement :

-une finalité culturelle de normalisation sociale exogène (travailler, éduquer ses enfants, gérer son budget, savoir entretenir couramment son logement …)

-une finalité de santé mentale (définie par l'OMS comme un état de bien-être physique, mental et social), inséparable d'une dimension de **liberté du sujet** et de **subjectivation**. **Singularité** du sujet désirant et construction culturo-groupale exogène constituent a priori un enjeu contradictoire, ouvrant la voie à un parcours complexe sur lequel le « résident » d'un CHRS s'aventure pour un voyage tourné vers la création de **discontinuités** et de **changements psychiques**. Ces changements psychiques seront la résultante de processus de co-construction d'aires transitionnelles par le *playing* (Winnicott, 1975) entre deux sujets, **ou** entre un sujet et un professionnel, **ou** entre un humain et la musique ; dans les schémas suivants l'aire transitionnelle est représentée par la lettre « **A** » :

Il peut paraître surprenant de considérer la possible existence d'une aire transitionnelle entre un humain et la musique disponible dans une culture, dans la mesure où la musique n'est pas un sujet humain. « La réponse de Winnicott est que lorsque nous sommes en bonne santé, nous vivons dans une zone intermédiaire : l'aire tierce, l'espace transitionnel. Selon la culture dans laquelle nous sommes nés, nous en profitons de différentes façons : en lisant, en jouant au foot, en dansant. La première des cultures, cependant, c'est la relation précoce mère-bébé. Dans la poursuite de ces activités culturelles l'expérience que nous avons de nous-mêmes s'améliore et se développe. Toutes ces activités contribuent à la qualité de la vie. » (Abram, 2001, p. 238) Ainsi, en écoutant de la musique nous faisons l'expérience d'une aire transitionnelle, d'une aire intermédiaire, d'une aire tierce qui sépare et lie entre eux le dedans et le dehors de chaque sujet. D'un point de vue neurologique, dedans et dehors du sujet semblent bien délimités : le cerveau fait partie du dedans, bien que son extrême sensibilité aux stimulations externes rende la frontière parfois floue. Mais ce sont les capacités scientifiquement observables de projection et de **R**eprésentation **M**entale de l'humain qui rendent pertinent le concept d'aire intermédiaire pour théoriser certains phénomènes de communication intra et intersubjectifs. Dans la mesure où la musique a une capacité de synchronisation interhumaine (Bigand, 2013 p. 48), elle peut jouer un rôle facilitateur dans tout *playing* et co-construction d'aires transitionnelles.

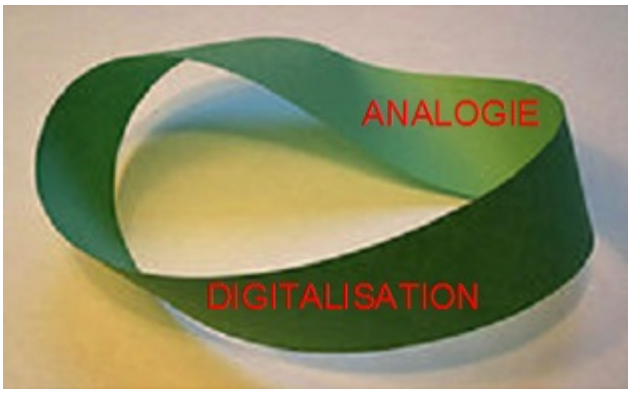
Comment la musique ?

Michel Garnier, « responsable de la conception du son » a établi, en concertation avec un collège d'organistes, les plans du nouvel orgue de la philharmonie de Paris. Il déclare dans une interview au journal Le Monde (7-8 février 2016, p. 18) :

« La Philharmonie nous a contactés en 2009, avec un cahier des charges assez vague, mais qui laissait apparaître deux impératifs. L'orgue devait être symphonique et de **type français**. C'est-à-dire avec des **sonorités claires, douces et arrondies**. Par rapport à **l'orgue allemand**, qui privilégie la **lisibilité de la polyphonie**, l'orgue français préfère les

harmonies plus fondues. Mais il y a aussi des jeux de trompettes, brillants et puissants, pour la parade. »

Il s'agit d'une métaphorisation de l'« outil » scientifico-technique familier aux musicothérapeutes : la bande de Mœbius liant analogie et digitalisation !!!! Chaque sujet humain dispose des deux types d'orgue, et en se déplaçant sur la bande de Mœbius il développe des processus psychiques d'analogie et de digitalisation. Dans le cadre professionnel, un des objectifs de l'écoute sera l'activation de cette bande.



Analogie et digitalisation

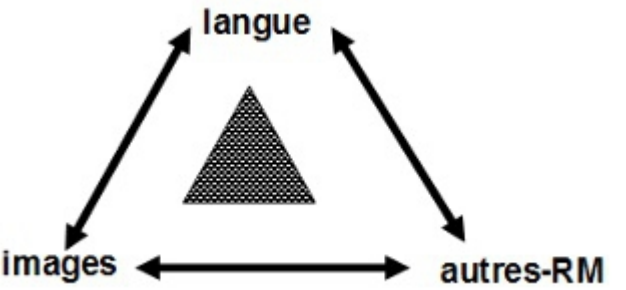
Analogie : le codage analogique recherche une correspondance étroite avec la chose représentée. Sur le plan psychique, le codage analogique recherche la non-contradiction et la **continuité**. Du fait de leurs manifestations psychocorporelles (visage, prosodie …), les **émotions** utilisent beaucoup ce codage dans les processus de communication interhumains. Par ailleurs, l'analogie établit par un fonctionnement psychique intuitif et/ou inconscient des rapports de classement, de similitude et de catégorisation entre les éléments de la « réalité » (Hofstadter & Sander, 2013). De plus, le codage analogique est porteur de bi-valence comme l'illustre l'image de «la bouteille à moitié … vide ou pleine ». De même, les larmes peuvent exprimer la tristesse ou la joie.

Digitalisation (numérisation) **:** le codage digital introduit une **discontinuité** importante entre le code et la chose représentée. Les mots d'une langue créent cette discontinuité. La digitalisation cherche à projeter sur la « réalité » ce type de codage ainsi que des méthodes analytiques précises (syntaxe, règles logiques, méthodes scientifiques …).

La communication digitale et la communication analogique sont à la fois intrapsychiques et interpsychiques. **L'écoute d'un morceau de musique** peut être représentée par un processus de déplacement sur une bande de Mœbius liant analogie et digitalisation **:** NOUS SOMMES LES DEUX TYPES D'ORGUE !!! **Dans notre cadre professionnel, un des objectifs de l'écoute sera l'activation de cette bande.**

Le triangle des Représentations Mentales (RM)

Comme l'avait résumé Alfred Korzybski (1998), ''un mot n'est pas la chose, **une** carte n'est pas le territoire''. Ainsi, dans une perspective constructiviste, chaque sujet vit dans l'univers de ses **R**eprésentations **M**entales, et NON dans « *Das Ding an sich* », la chose en soi (notées **RM** dans la suite du texte). Dans notre modèle simplifié trois grands types de **RM** occupent les trois sommets d'un triangle formant un **système** d'interactions permanentes :



La catégorie « autres-**RM** » désigne les représentations de mouvements (praxis), les connaissances procédurales (implicites), et certaines **RM sonores** (dissonant/consonant, hauteur tonale, rythmes, timbres, mélodies …)

Toutes les **RM** forment des traces dans le cerveau : (circuits de neurones), aires neuropsychologiques (cortex frontal, aires motrices, noyaux de la base …), entités cérébrales spécialisées (noyau accumbens, amygdale, hippocampe …). La **plasticité cérébrale** modifie

sans cesse l'organisation du système des **RM**. Inconsciemment et consciemment, le système environnement-soma-psychisme se (ré)organise à tout instant. Plasticité cérébrale et multimodalité de la **RM** construisent en permanence des processus de traitement de l'information et d'apprentissage **inconscients** et **conscients** utilisant les codages analogique et/ou digital.

Musique et cerveau : émotion(s) et raisonnement(s)

D'un point de vue cognitif, les notes de musique constituent des « valeurs discrètes » (fréquences précises) caractérisant différentes hauteurs, séparées les unes des autres. Les capacités de reconnaissance présentent des variations interindividuelles importantes : l'oreille absolue n'est pas un attribut cognitif universel ! **La musique** repose donc sur l'organisation de **discontinuités** dans le sonore par l'utilisation d'éléments « discrets » **les notes**. De même, le rythme et le tempo constituent des discontinuités temporelles qui structurent une représentation du temps, organisant un découpage de la **durée temporelle**. Par ailleurs, l'écoute musicale est en partie scientifiquement représentable comme une catégorie du système consonance/dissonance cognitive, puisque les auditeurs ont des **RM** des rapports consonant/dissonant et tension/résolution. Ainsi, la musique essaie d'introduire une **rationalité** dans un monde sonore chaotique, forme un **cadre**, et permet l'**anticipation** : la musique comme « intelligibilité d'un monde sonore autonome » (Wolff, 2015, p. 154). Les **processus d2c**, **d**ifférenciation, **c**omplémentarité, **c**onflictualisation, participent donc à l'écoute musicale (Rakoniewski, 2014, p. 79) ; par exemple, une surprise peut résulter d'une conflictualisation entre l'anticipation et un élément qui semble dissonant ou inattendu (non-anticipé).

L'écoute de musique est un processus par lequel le cerveau (re)construit « des » **RM de la musique** à partir d'un traitement de ses constituants (hauteur tonale, timbre, rythme, mélodie, contour, …) fait dans des zones neuronales différentes (Chouard, 2001 ; Levitin, 2006, 2012). Ces différents traitements de l'information sont assemblés en **R**eprésentations **M**entales, analogiques et digitales, de rythme, de tempo, de contour, de mélodie, de réverbération, de thème, d'œuvre, … permettant de produire émotions et analyses. Le cerveau tout entier doit unifier les sons perçus pour nous donner l'illusion d'une réalité intégrative-holistique, la sensation d'un TOUT, qui est reconnu comme MUSIQUE, impliquant aussi les structures limbiques et activant les circuits de plaisir et de récompense. Dans une perspective holistique, les propriétés du TOUT ne peuvent être prédites ou expliquées à partir des propriétés de chacune des parties. Ainsi, lorsque notre cerveau « entend » de la musique, il s'agit d'une propriété globale et émergente du fonctionnement neurologique, irréductible à la compréhension neuropsychologique de chacune des différentes zones ou parties, qui assurent par ailleurs d'autres tâches que l'écoute musicale. Dans la musique tonale les auditeurs entendent une unité à laquelle ils donnent une signification inhérente à leur génotype, leur plasticité phénotypique, et leur culture. L'auditeur, suivant son désir et ses capacités, peut donc ressentir et/ou explorer chaque composante ou les différentes **RM** analogiques et digitales qui se produisent dans son système soma-psychisme, et certains, dont les musiciens professionnels, développeront une exploration plus digitale de la musique : analyse d'une ou de plusieurs de ses composantes, contextualisation de son historique, regard sur sa structure et son écriture ... Le risque est alors de trop s'écarter de la signification holistique et **analogique** de la musique. Mais il est aussi possible de **digitaliser** en orientant par exemple son analyse vers la mélodie ou le rythme. (Boulez & Changeux & Manoury, 2014, p. 109)

Avec des variations interindividuelles, l'écoute de la musique implique fortement **le système ÉMOTION(S)/RAISONNEMENT(S)**. Les émotions les plus souvent citées sont : la joie, la tristesse, la peur, la colère, le dégoût, la surprise, la sérénité. Le système raisonnement(s) implique des capacités et processus cognitifs nombreux, d'où notre écriture paradoxale singulier-pluriel. Citons plus particulièrement certains outils que le

professionnel devrait consciemment intégrer et mettre en acte :

-les processus d'inhibition/activation (Houdé, 1995) ;

-les rapports **inconscient/conscient**, par exemple la théorie de Eagleman (2013) qui considère que le cerveau est constitué de multiples centres spécialisés antagonistes et complémentaires, et que la conscience est « le PDG » devant produire des stratégies mentales explicites de contrôle, l'inconscient(s) n'étant pas une entité ni un processus capable de les produire ; ou Dehaene :« Le nœud du problème consiste à comprendre comment une information accède à la conscience. » (2014, p. 25) ;

-le système 1 (rapide intuitif et **inconscient**) et le système 2 (logique et plutôt **conscient**) (Kahneman, 2012) ; Houdé (2014) y adjoint le système 3 de contrôle exécutif **conscient** ;

-la perception consonance/dissonance d'un extrait de musique ;

-valence affective de la recontextualisation mnésique : par exemple, j'aime/je hais cette musique (Khalfa, In Bigand, 2013, p. 175) ;

-la connaissance des habitus culturels du sujet ;

-le soutien aux processus de jugement esthétique.

D'un point de vue neurocognitif**,** ces outils cherchent à soutenir des processus qui impliquent :

-des circuits et des systèmes de traitement du sonore et de la musique ; la dénomination analogique de « symphonie cérébrale » désigne ce traitement de la musique dans plusieurs aires du cerveau, de telle sorte que les deux hémisphères soient largement mobilisés. (Bigand, 2013, p. 9) ;

-un « cerveau limbique », un circuit de la récompense, et une organisation neuronale émotion(s)/raisonnement(s) complexifiante (Sacks, 2009) ;

-l'existence de deux routes pour écouter, inconsciente et consciente (Lemarquis, 2009, p. 142).

Le paradigme psychodynamique de la singularité du sujet désirant constitue un métacadre pour lier/séparer émotion(s) et raisonnement(s), sans réduire le sujet à ses émotions ou à ses cognitions.

Discontinuité du cadre et changement psychique

L'ambivalence du désir de changement et le besoin de sécurité produisent chez l'usager la recherche simultanée conflictuelle, auprès de l'institution et des professionnels, d'une homéostasie de son système psychique et d'une aide au changement. De ce fait, le **cadre** constitue une garantie de la sécurité psychologique nécessaire à tout changement. Le changement est impossible sans cette expérience de continuité-sécurité. Mais un cadre trop rigide conduit usagers et professionnels à se casser la tête et à perdre leur liberté. En conséquence, le cadre doit pouvoir être une **limite non-rigide** permettant **des micro-déformations localisées.** Le **concept de discontinuité du cadre** désigne les micro-déformations localisées de l'espace des paramètres du cadre de travail habituel et les micro-déformations dans l'environnement du sujet**.**

Une discontinuité du cadre résulte d'un système de co-construction conflictuel, complémentaire, et imprévisible entre professionnel et usager, ouvrant des espaces nouveaux, porteurs d'une potentialité créatrice : tiers absent lors d'une séance, apparition d'un nouvel instrument, arrivée d'un nouveau participant, élément sonore surprenant, morceau de musique inattendu, dissonance ... Ces micro-déformations du cadre ne doivent pas constituer des attaques du cadre sources d'insécurité. Dans l'espace d'incertitude créatrice qu'elle ouvre, la **discontinuité du cadre** peut faciliter des **discontinuités psychiques** en surprenant et intéressant le système homéostasie/désir de changement du sujet. Ces nouvelles contextualisations psychiques, qui sont autant de nouveaux points de vue sur la situation-problème, seront potentiellement porteuses de **changements psychiques** chez les protagonistes. (Rakoniewski, 1999)

Le changement par **le changement de « cadrage »** est une stratégie d'aide au changement psychique développée au sein de l'école de Palo Alto, sans que soit modifiés les

paramètres du cadre ou de l'environnement (les faits) : « Recadrer signifie donc modifier le contexte conceptuel et/ou émotionnel d'une situation, ou le point de vue selon lequel elle est vécue, en la plaçant dans un autre cadre, qui correspond aussi bien, ou même mieux, aux « faits » de cette situation concrète, dont le sens, par conséquent, change complètement. » (Watzlawick, 1975, p. 116). Ce changement de « cadrage » est interne au système des **R**eprésentations **M**entales sans que les faits propres à une situation fassent l'objet de micro-déformations comme dans la discontinuité du cadre. Pour Watzlawick, la stratégie du changement de « cadrage » est humainement la solution la plus disponible dans le sens où les « réalités » de premier ordre (les paramètres de l'environnement) sont très souvent intangibles ; aucune solution ne doit donc être attendue d'un impossible changement des paramètres. Dans notre approche, discontinuité du cadre et changement de « cadrage » (appelée aussi « recadrage ») sont des stratégies complémentaires dans l'aide au changement.

La technique des **4R** (Recontextualiser, Reformuler, Renforcer, Résumer) est un outil psychothérapeutique utilisable dans les stratégies de recadrage. Il existe aussi l'entretien motivationnel dont l'anagramme **OUVER** signifie : OU, comme poser des questions ouvertes, Valorisation, Ecoute réflective (privilégier des Reformulations très proches de la parole du sujet, en miroir si nécessaire), Résumer.

Les entretiens de « soutien psychologique » au CHRS

Les entretiens de soutien psychologique avec le psychologue sont une part du « projet psychologique » de l'établissement. Ils sont définis comme « non-psychothérapeutiques » car être en CHRS ne doit pas signifier automatiquement « psychopathologie » et soin. Ces entretiens cherchent à mobiliser une dynamique de **co-construction du changement**, analogiquement portée par la question-projet : ''quelles solutions pour quitter le CHRS dans les meilleures conditions en évitant la répétition des scénarios d'échec passés ?''. Il s'agit aussi de renouer avec une dynamique de l'espoir rendant l'avenir possible et désirable (Furtos, 2008). Liés aux difficultés psychosociales spécifiques des personnes accueillies en CHRS, les objectifs-finalités fondamentaux de ces entretiens sont :

-la restauration des processus narcissiques

-la redécouverte du plaisir de penser et la complexification du psychisme

-le développement des stratégies de communication

-la construction de nouvelles cartes mentales

-l'augmentation des processus d'empathie.

Le morceau de musique (4-5 minutes au début de la séance, proposé par le sujet ou le psychologue) constitue une stratégie de **discontinuité du cadre** de l'entretien de soutien psychologique :

-discontinuité du cadre de communication habituel qui privilégie le langage par l'introduction de la musique, et par des propositions de musiques différentes et inattendues, non-anticipées ;

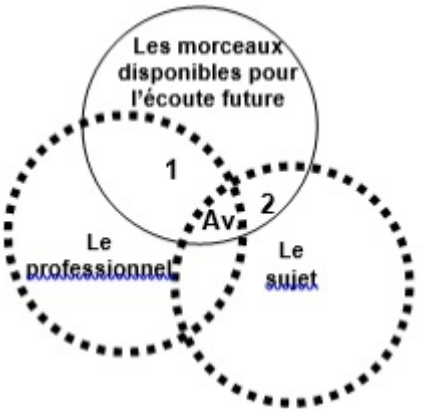
-discontinuité du cadre par rupture avec l'enjeu normalisateur de la réinsertion sociale ; la musique ouvre un espace psychique culturel de liberté, potentiellement subjectivant, qui s'écarte significativement de toute normalisation sociale exogène.

Comme psychothérapeute, je considère que les paramètres de ce cadre professionnel et les processus à mettre en acte peuvent être ceux de la psychothérapie, si l'usager et le professionnel co-construisent un contrat de soin.

Les quatre temps de l'écoute musicale

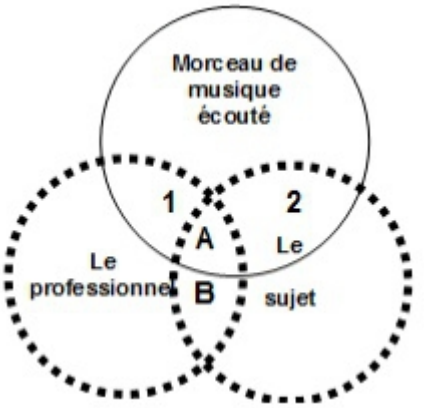
Nous avons représenté l'expérience d'écoute musicale dans un cadre professionnel d'aide au changement sous la forme d'une structure à quatre temps. Cette structure cherche à rendre compréhensibles, analogiquement et digitalement, les réalités intra et interpsychiques spécifiques à l'écoute musicale pratiquée dans un cadre professionnel délimité, et les liens entre cette expérience musicale et le changement psychique.

TEMPS 1 : le moment du choix du morceau de musique



Le temps 1 se **situe hors séance** et **avant la séance future** … mais aussi **après la séance précédente**.
« 1 » et **« 2 »** sont les aires transitionnelles sujet-musique porteuses de tiercéité, d'intra et d'intersubjectivité comme toute aire intermédiaire. L'intersection entre ces deux aires est « **Av.** » (Avant). Elle peut exister du fait des potentielles capacités intrapsychiques d'un sujet humain à manier, **en l'absence physique de l'autre**, des **RM** concernant ses propres vécus psychiques et ceux de l'autre, ainsi que de se **R**eprésenter **M**entalement les interactions possibles entre lui-même et l'autre. D'un point de vue cognitiviste, pour permettre l'existence de l'aire **Av.,** le précurseur nécessaire à ces mouvements psychiques est la « Théorie de l'esprit ». En se poursuivant et se complexifiant, ces processus psychiques permettront l'**empathie**. D'un point de vue psychanalytique, Lacan avait porté son attention sur *La théorie des jeux* de von Neumann et Morgenstern publiée en 1943 ; cette théorie modélise les interactions des agents économiques structurées par un temps intersubjectif et des gains et/ou pertes. Dans ce type de jeu (*game*) mon action dépend de l'anticipation que je fais de l'action de l'autre, des conséquences en gains et/ou pertes, et du temps où elle se réalisera (mes **R**eprésentations **M**entales) ; chaque joueur raisonnant ainsi, l'ensemble des joueurs et de leurs représentations mentales forment *de facto* un système d'interdépendance, et ce modèle a constitué une source d'inspiration de la conception de Lacan de l'intersubjectivité (1966, p. 287). Par exemple, du point de vue du professionnel, **Av.** contient mes hypothèses sur la co-expérience musicale d'écoute que pourrait produire le morceau choisi chez ce sujet.
Dans le cas figuré ici c'est le professionnel qui choisit : sur le schéma, l'aire transitionnelle « **1** » entre les morceaux disponibles et le professionnel est la plus grande.

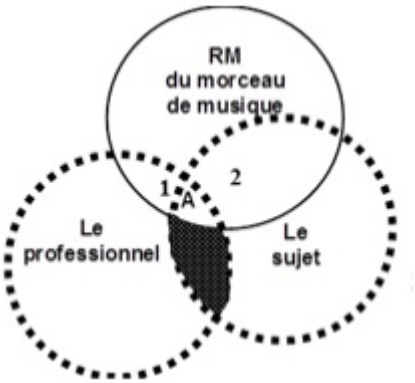
TEMPS 2 : le moment de l'écoute du morceau de musique



Le temps 2 est celui où sujet et professionnel écoutent le morceau de musique proposé par l'un ou l'autre. Il existe deux aires transitionnelles d'écoute de la musique numérotées **1** et **2,** et une intersection entre ces deux aires notée **A**. L'existence des aires **1** et **2** nécessite chez le sujet et le professionnel le développement des processus **psychiques** évoqués précédemment dans les paragraphes « Musique et cerveau : émotion(s) et raisonnement(s) » et « le temps 1 de l'écoute ». L'objectif est un développement plus important de l'aire 2, celle du sujet.
L'existence de **A** repose sur ces mêmes processus intra et interpsychiques : chacun construit dans son propre psychisme des **RM** concernant les effets sur l'autre du morceau écouté (« Théorie de l'esprit » et empathie). Mais ce temps 2 de l'écoute musicale est aussi un moment de réelle communication non-verbale (regards, souffles, mobilité des corps et des visages ...). De ce fait **A**

est aussi une aire transitionnelle co-construite par la communication directe pendant l'écoute. L'aire **B** représente ce même système intra et interpsychique, mais il n'est pas spécifiquement lié à la musique. Les processus **d2c** entre **A** et **B** sont supposés produire des discontinuités (du cadre et psychiques) ouvrant la possibilité de changements psychiques.

TEMPS 3 : après l'écoute du morceau de musique, le moment de la projection et de l'expression



A la suite de l'écoute deux questions ouvertes sont posées, pour un échange de 5-6 minutes:

-**1** « Qu'avez-vous pensé de cette musique ? »

-**2** « A quoi cette musique vous a-t-elle fait penser ? ».

L'objectif de ce cadre professionnel est de développer chez le sujet l'ensemble des processus **ÉMOTION(S)/RAISONNEMENT(S),** pour mobiliser son système environnement-soma-psychisme, afin de soutenir plus spécifiquement certains des objectifs des entretiens : la redécouverte du plaisir de penser, la liberté de juger par soi-même, et la complexification du psychisme.

Le cercle supérieur est constitué par les différents types de **RM** liées au morceau de musique et disponibles dans une culture ; elles ont aussi une fonction de « **tiercéité** » évitant pour chacun des protagonistes une relation fusionnelle avec la musique et le sonore. Les intersections **1 et 2** représentent les aires transitionnelles du sujet, (aire **2)**, et du professionnel, (aire **1**) avec la musique. L'objectif est de rendre l'aire **2** la plus importante possible afin de favoriser l'existence de l'espace projection-expression du sujet. Il s'agit aussi de renforcer les processus de séparation-individuation et d'éviter l'installation d'une asymétrie systémique inhibitrice que serait l'installation du professionnel comme spécialiste de la musique envahissant l'espace projection-expression par ses supposées connaissances.

Dans le cadre des deux questions, l'aire **A** entre professionnel et sujet symbolise l'aire transitionnelle de co-penser et de co-agir spécifiquement liée à la musique : c'est le lieu du *playing* qui doit permettre au sujet le développement des processus de **projection-expression** liés au morceau de musique.

Il n'y a pas de cotation des réactions à l'écoute musicale (Lecourt, 2005, p. 84), mais ma tentative de prendre conscience des résistances observables dans les réponses trop défensives, afin de ne pas entraver le *playing* aussi ténu soit-il. Les questions ouvertes à propos du morceau de musique, soutenues par les techniques des 4R et de l'entretien motivationnel, cherchent :

-à co-créer l'aire transitionnelle musicale commune spécifique **A ;**

-à aider le sujet à parcourir la bande de Mœbius liant **RM** analogiques et digitales du morceau de musique, à l'encourager à parcourir le triangle des **RM** ;

-à valoriser le fonctionnement des systèmes neuropsychologiques et psychiques liant et séparant émotion(s) et raisonnement(s).

En co-créant un **espace conscient de travail**, la finalité de ces différentes interactions est de modifier l'organisation cérébrale et d'augmenter la complexité de l'appareil à penser la musique du sujet (aire **2**) et ses capacités à co-agir et à co-penser (aire **A**). Dans une certaine mesure, il en est de même pour le professionnel.

Principal enjeu de ce travail : les aires spécifiques **1**, **2**, et l'aire commune-spécifique **A**, peuvent-elles créer des discontinuités dans l'**aire transitionnelle hachurée** non spécifiquement liée à la musique**,** modifier l'ensemble du système des communications et relations entre sujet et

professionnel ? Dans l'affirmative, ces discontinuités dans l'aire transitionnelle non-musicale permettront-elles des changements psychiques chez le sujet et le professionnel ?

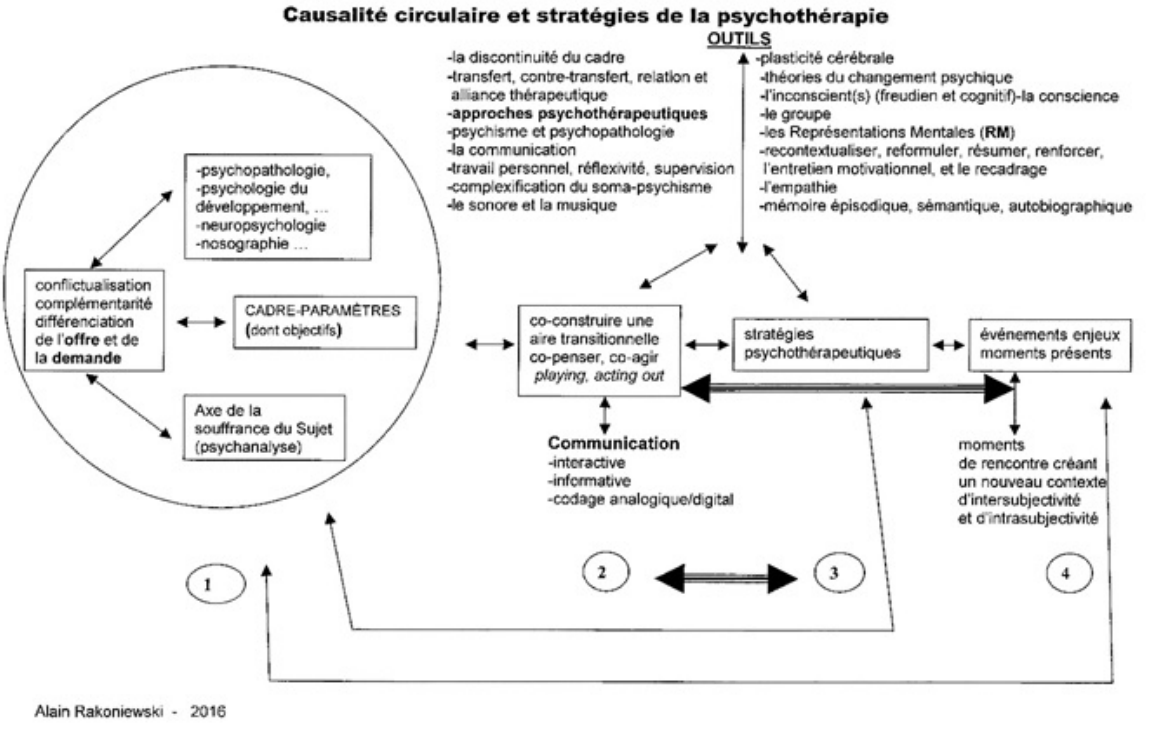
TEMPS 4 : discontinuité du cadre et « changement » dans l'appareil psychique

Le temps 4 est celui du changement psychique non spécifiquement lié à la musique. Les discontinuités du cadre ont éventuellement permis le développement de discontinuités psychiques dans l'aire hachurée. Ces discontinuités psychiques seront-elles la source d'une co-construction de changements psychiques pour le sujet ? Pour paraphraser Stern (1997), l'aire hachurée a-t-elle permis de nouveaux *playing* dans l'intra et l'intersubjectivité ? Si oui, notre modèle des stratégies de la psychothérapie et du changement psychique s'en trouve conforté (cf. Annexe) : en alliant écoute musicale, discontinuité du cadre, et recadrage psychique, il est possible d'augmenter les potentialités créatrices des entretiens de « soutien psychologique ».

Nos observations cliniques confortent une connaissance basique : le cadre doit être délimitant et sécurisant pour permettre des discontinuités du cadre et des changements. Les sujets qui parviennent le mieux à investir les trois premiers temps de l'écoute musicale sont ceux qui se montrent intéressés par la musique, sans angoisse ou inquiétude particulière. Pour les autres, du fait de leur insécurité, le risque est de n'observer aucun *playing* dans les trois premiers temps ; dans ce cas, le temps 4 est sans doute peu différent de ce que seraient les enjeux et fonctionnements habituels des entretiens. Dans ce cas de figure, mon travail est de rechercher avec le sujet les conditions d'une écoute musicale sécurisante ; par exemple, je peux explorer avec la personne ses préférences musicales, lui permettre d'accéder par internet à un choix formulé en séance, créant ainsi une première aire transitionnelle musicale. Il est donc nécessaire d'être conscient que certaines personnes ont peu d'affinité pour la musique, ou présentent une déculturation liée à la souffrance psychique pathologique générée par leur situation psychosociale.

Dans la grande majorité des situations, les temps 2 et 3 fonctionnent comme aires transitionnelles, avec des variations interindividuelles. La mise en acte intrapsychique des processus **d2c** et du triangle des **RM**, chez le professionnel et le sujet, constitue une condition nécessaire à la co-construction de l'aire **A** et de l'**aire hachurée** dans le temps 3. Cette co-construction est sans doute le principal enjeu de ce cadre professionnel, puisque par un effet de système et de causalité circulaire s'enclenchent alors les processus de changement psychique.

ANNEXE : stratégies de la psychothérapie



Alain Rakoniewski - 2016

Bibliographie

Abram, J. (1996). The language of Winnicott. (2001). Le langage de Winnicott. (Trad.). éditions Popesco. (Trad.)

Bigand, E., (Ed), (2013). Le cerveau mélomane. Belin.

Boulez, P., & Changeux, J.-P., & Manoury, P. (2014). Les neurones enchantés : le cerveau et la musique. Odile Jacob.

Chouard, C.-H. (2001). L'oreille musicienne. Gallimard.

Cottraux, J. (2001). La Répétition des scénarios de vie. Odile Jacob.

Dehaene, S. (2014). Le code de la conscience. Odile Jacob.

Eagleman, D. (2011). Incognito. (2013). (Trad.). Robert Laffont.

Furtos, J. (2008). Les cliniques de la précarité. Masson.

Hofstadter, D., & Sander, E. (2013). Surfaces and Essences : Analogy as the Fuel and Fire of Thinking. L'Analogie. (Trad.). Odile Jacob.

Houdé, O. (1995). Rationalité, développement et inhibition. PUF.

Houdé, O. (2014). Le raisonnement. PUF.

Kahneman, D. (2011). Thinking, Fast and Slow. (2012) Système 1 / Système 2 : Les deux vitesses de la pensée. (Trad.). Flammarion.

Korzybski, A. (1998). Une carte n'est pas le territoire. (Trad.). Éditions de l'Éclat.

Lacan, J. (1966). Écrits. Seuil.

Lecourt, E. (2005). La musicothérapie. Eyrolles.

Lemarquis, P. (2009). Sérénade pour un cerveau musicien. Odile Jacob.

Levitin, D. (2006). This Is Your Brain on Music. (2010). De la note au cerveau. (Trad.). Editions Héloïse d'Ormesson.

Levitin, D. (2012). What Does It Mean to Be Musical?. Neuron, 73(February 23), 633-637.

Rakoniewski, A. (1999). Discontinuité et contexte en psychothérapie. La Revue Française de Musicothérapie, XIX(3), 12-19.

Rakoniewski, A. (2012). Désirons-nous une neuromusicothérapie ?. La Revue Française de Musicothérapie, XXXII(3 et 4), 55-71.

Rakoniewski, A.(2014). Différenciation vocale et stratégie d'aide au changement. La Revue Française de Musicothérapie, XXXIV(4), 69-88.

Sacks, O. (2007). Musicophilia, Tales of music and the Brain. (2009). Musicophilia. (Trad.). Seuil.

Stern, D. (1997). Le processus de changement thérapeutique. In A. Ciccone & Y. Gauthier & B. Golse & D. Stern Eds, Naissance de la vie psychique (pp. 39-57). érès.

Watzlawick, P., Weakland, J., & Fisch R. (1973). Change. Principles of Problem Formation and Problem Resolution. (1975). Changements. (Trad.). Seuil.

Winnicott, D. W. (1971). Playing and reality. (1975). Jeu et réalité. (Trad.). Gallimard.

Wolff, F. (2015). Pourquoi la musique ?. Fayard.