



(Photo DR/Musique et santé)

La musique POUR BOOSTER L'ESTIME DE SOI

L'équipe hyéroise du centre d'addictologie de l'hôpital Henri-Guérin propose désormais des ateliers musique et chant à ses patients. Objectif : les aider à rester abstinentes et à se resocialiser.

À Hyères, le centre d'addictologie vient d'ajouter la musique et le chant à son arsenal thérapeutique. Chaque lundi, une musicienne de l'association Musique et Santé, Luciana Jatuff, intervient pour proposer aux patients et aux membres de l'équipe un atelier autour du chant et du rythme, avec un travail corporel.

Cette ouverture sur l'art et la culture n'a vraiment rien d'anecdotique : « La culture est un axe majeur du projet d'établissement 2021-2022 du centre hospitalier Henri Guérin, explique le Dr Olivier Lathoumette, chef de service. Elle permet de déstigmatiser l'approche du soin en psychiatrie, en incluant la culture et l'art au travers des activités de médiation. »

Affirmation et estime de soi

Baptisé « utilisation de la musique et de la voix dans la remédiation de l'estime de soi en addictologie », le projet porte « la promesse d'un renforcement du maintien de l'abstinence et d'un accompagnement positif des publics souffrant d'addiction ».

Le centre d'addictologie, qui accompagne les patients sur le chemin de l'autonomie et de la resocialisation,

propose déjà de nombreux ateliers, comme le théâtre ou des groupes de parole qui les aident à s'affirmer ou à restaurer leur estime de soi, mais aussi la sophrologie qui les aide à se décentrer. « La musique et le chant sont des outils supplémentaires pour permettre au patient de réinvestir son corps et d'acquiescer de l'autonomie. Le travail par rapport à l'addiction est long et l'affirmation comme l'estime de soi sont une problématique récurrente

pour ces patients qui les ont perdues ou même ne les ont jamais eues, précise Sophie

Aboulker, la psychologue de l'équipe. L'utilisation de la musique et du chant permet ce travail sur l'appropriation ou la réappropriation de ces qualités. Elle favorise aussi la diminution de l'anxiété et aide à établir une communication, à sortir de l'isolement et à se familiariser dans la relation à l'autre. » « Avec la musique, on donne accès à la culture, à la dimension du faire ensemble et du vivre ensemble, complète Philippe Boute-loup, qui dirige l'association Musique et Santé. Le

fait de se retrouver pour chanter permet de s'envisager avec les autres, dans la société. C'est un support extraordinaire car il n'est pas nécessaire de sortir du conservatoire pour faire œuvre ensemble. Tout le monde a une voix, tout le monde peut contribuer. Et cette contribution facilite le retour de l'estime de soi, quel que soit le niveau de la contribution, même modeste, à l'œuvre commune. »

L'association, implantée à Sanary, intervient au niveau national dans les champs du handicap, du médico-social et de la santé. À Hyères, elle envisage déjà, avec l'équipe, d'im-

planter un chanteur lyrique ou un auteur-compositeur à participer à l'un des ateliers hebdomadaires, « pour ouvrir d'autres portes sur la culture ». Et bien sûr toute l'équipe songe déjà à l'idée d'une restitution. « Quelque chose qu'on montrera à l'extérieur, aux familles, aux amis. La musique a aussi une dimension ludique et de partage », rappelle Philippe Boute-loup.

C. MARTINAT
cmartinat@nicematin.fr

Toutes les addictions

Le centre d'addictologie d'Hyères est rattaché à l'hôpital Henri Guérin de Pierrefeu.

Il regroupe le centre de soins et d'accompagnement pour les addictions Equinoxe (CSAPA) qui prend en charge des personnes souffrant de diverses problématiques addictives, et l'hôpital de jour La Lézardière, qui accueille 14 patients au quotidien pour les aider à maintenir leur abstinence et à se resocialiser.

« Nous prenons en charge des patients avec tout type de dépendances : opiacés, drogues, alcool, jeux d'argent ou jeux vidéo », indiquent le Dr Olivier Lathoumette, chef de service, Pascal Lopez, cadre de santé, Sophie Aboulker, psychologue et Pascale Savio, secrétaire du CSAPA.

« On essaie de faire progresser nos patients dans la prise de conscience de leur addiction et dans la prise de décision vers un sevrage, soit en hospitalisation soit en ambulatoire.

« En hôpital de jour, nous proposons des soins postcure pour les abstinentes, pour les aider à acquiescer des outils de maintien de leur abstinence et de réinsertion dans la société. »