

LA MUSIQUE POUR SORTIR DU MUTISME SÉLECTIF

Le Conservatoire de Lausanne regorge de jeunes pousses avec chacune leur personnalité, leurs tracassés, leur histoire. Nous avons rencontré une maman dont l'enfant, élève au Conservatoire depuis ses 4 ans, a démarré son parcours musical dans le silence...

Le mutisme sélectif vient souvent après un événement stressant, un changement dans le quotidien de l'enfant. Il est une réaction d'opposition face à ce qui vient de l'extérieur et dont en résulte une peur de parler, souvent face à l'adulte. « Mon fils se comportait de façon tout à fait normale avec sa famille proche et quelques-uns de nos amis, mais ne parlait à personne d'autre. Un peu inquiets, nous avons décalé son entrée à l'école à l'année d'après, mais il nous tenait à cœur de l'inscrire à un cours de musique rapidement. À 4 ans, il a démarré l'initiation musicale d'inspiration Willems, qui nous paraissait adaptée à sa situation, prévenant la professeure, Violaine Contreras de Haro, qu'il souffrait de mutisme sélectif. ».

Violaine et Romain Kuonen, qui deviendra plus tard son professeur de percussions, rassurent immédiatement les parents : « Ici, on n'a pas besoin de communiquer par la parole, on parle le langage de la musique ». Soulagement. L'enfant trouve enfin un espace dans lequel il peut s'exprimer à sa façon.

Mais alors au quotidien, comment gérer cette situation ? « Il faut s'armer de patience, trouver des façons de communiquer qui conviennent à l'enfant, mais il est important de le sortir de sa zone de confort qu'est le silence, afin que cette période de mutisme dans sa vie n'ait pas un impact sur sa personnalité ». Pour ce jeune élève, une intervention avec ses parents, ses professeures d'école et de musique, et sa psychomotricienne a été nécessaire. Il s'est d'abord agi de le faire s'enregistrer à la maison, puis de diffuser ces enregistrements en classe afin qu'il affronte l'écoute de sa voix par d'autres, même indirectement, à la plus grande surprise de ses camarades de classes : « mais alors, tu peux parler/tu sais chanter ! » Petit à petit, en désacralisant la situation, l'enfant a commencé à s'ouvrir, à chuchoter d'abord et à s'exprimer plus clairement ensuite. La pratique musicale a donc été une grande aide dans l'étape de ce jeune homme. Sa maman confirme : « en musique, l'enjeu n'est pas de parler ou de chanter, il est de vivre la musique à travers son corps ».

jusqu'à ce que l'enfant accepte de participer, voire de parler. Il faut prendre soin de lui montrer qu'on leur fait confiance et que l'on ne doute pas de ses capacités, car malheureusement, il arrive que ces enfants soient stigmatisés ». Et l'activité artistique est un excellent moyen de lui créer une façon de communiquer bien à lui, et valoriser l'enfant à travers une autre activité que la parole. « Face à un comportement anxieux, autistique ou dyslexique, la musique permet à ces enfants qui apprennent autrement d'avoir toujours un élément dans lequel ils se sentiront forts. La musique touche tellement de matières, avec la chanson, le rythme, le mouvement corporel, le rapport à l'instrument, l'audition, la culture musicale, qu'un de ces domaines correspondra toujours à un enfant et il pourra s'y épanouir ».

Et Marie-Thésère Leunenberger confirme : « Pour certains enfants, l'intégration au niveau du groupe demande plus de temps, il est alors essentiel de respecter leur cheminement. Peu à peu, on « s'approprie » comme l'exprime si justement Saint-Exupéry dans *Le Petit Prince*. La musique est une merveilleuse façon de s'intégrer, il peut s'agir d'un duo parent-enfant qui ne parle que très peu le français, ou un enfant avec un lourd handicap, et chacun va progresser à son rythme et se connecter au cours à sa façon, pour en retirer du bien-être ».

DR VALÉRIE SCHWEIZER

VOTRE ENFANT EST-IL SOUVENT ENROUÉ ?

En mars 2018, le Dr Valérie Schweizer du CHUV donnait une conférence consacrée aux « particularités de l'enfant chanteur » dans le cadre de l'Institut Romande de Pédagogie Musicale (IRPM). Son but : partager sa vaste expérience de phoniatre, spécialiste ORL des problèmes de voix et de déglutition. Elle a certes peu eu affaire dans sa pratique à la problématique spécifique des enfants chanteurs, mais elle n'en est pas moins au fait des mécanismes qui peuvent conduire à des pathologies et, partant, des façons de les diagnostiquer, de les soigner et, si possible, de les prévenir.

QUE SE PASSE-T-IL ?

« Les enfants ont tendance à imiter leurs chanteurs de variété préférés. Et lorsque ceux-ci sont des chanteuses et qu'elles ont pour nom Céline Dion ou Lara Fabian, le danger



L'ASSOCIATION SUISSE DE MÉDECINE DE LA MUSIQUE

Fondée par la tromboniste Pia Bucher, suite à un souci de santé face auquel aucun médecin ne comprenait l'étendue, l'Association Suisse de Médecine de la Musique (SMM) a vu le jour il y a 20 ans.

En effet, certains problèmes peuvent paraître sans conséquence majeure pour la plupart des individus, alors qu'ils sont parfois synonymes de fin de carrière chez le musicien professionnel. Pour appréhender ce type de situation, seuls des médecins en mesure de comprendre les spécificités liées à la pratique musicale. L'association encourage l'acquisition et la communication de connaissances centrées sur les pratiques musicales qui favorisent ou altèrent la santé physique et mentale des musiciens, et tente de favoriser les collaborations interdisciplinaires entre spécialistes du domaine (musiciens, pédagogues, médecins, thérapeutes, psychologues, etc.) Dans cette mission, les

écoles de musique ont une importante carte à jouer : « les pédagogues musicaux connaissent les douleurs susceptibles de survenir et devraient donc inciter leurs élèves à tirer la sonnette d'alarme lorsqu'ils rencontrent un problème, ou à prendre les mesures nécessaires le cas échéant. Il s'agit en fait de promouvoir une culture de l'ouverture », fait remarquer la présidente de l'association, Martina Berchtold-Neumann. Que la pratique musicale soit une source de douleur, tous les musiciens le reconnaîtront, mais à l'heure actuelle peu font le pas d'en parler autour d'eux. Pour les aider dans cette démarche, la SMM offre un service de conseils gratuit, à l'écoute des professionnels comme des amateurs, et fournit notamment des adresses de spécialistes qualifiés à proximité du lieu de résidence de l'interlocuteur. Même si l'idéal serait de prévenir avant de devoir guérir et de s'intéresser autant aux besoins de

son corps qu'à l'atteinte d'excellentes compétences musicales, pour la présidente de la SMM, « la douleur est en fin de compte une invitation à s'occuper de soi. » Ce qu'il faut éviter à tout prix c'est d'attendre que celle-ci s'installe jusqu'à devenir chronique et oblige à repenser l'entier de sa manière de travailler. La douleur aiguë et l'impact psychologique qu'elle peut engendrer doivent être respectés comme signal d'alarme et l'engagement d'une thérapie rapidement entreprise de sorte à pouvoir réduire les maux et prévenir d'autres symptômes. Bien que consacrée à l'ensemble du pays, l'association est pour l'heure principalement active en Suisse allemande. Bonne nouvelle toutefois, la traduction de son site internet en français et la mise sur pieds de partenariats romands font partie de ses tous prochains développements.

www.musik-medizin.ch

existe chez des sujets de moins de dix ans de trop pousser leur voix et de chanter avec une intensité inadaptée à leur jeune organe, avec à la clé un potentiel enrouement, une voix cassée, voire une aphonie. J'invite leur entourage – que ce soit leurs parents ou leurs enseignants – à se montrer particulièrement attentifs à ce type de symptômes. »

Les manières de (ré)agir sont multiples et dépendent du degré de gravité de l'affection. « Je conseille tout d'abord aux parents d'enfants désireux de chanter de les inscrire dans une chorale, voire à des cours de chant individuels, car cela permet de cadrer leur pratique. Si des problèmes surviennent – qui se manifestent chez l'enfant par le fait de rentrer régulièrement enroué ou aphone de l'école, de la place de jeux ou du terrain de sport –, j'invite à consulter un spécialiste dès lors que les symptômes perdurent au-delà de trois mois. En ce qui me concerne, les enfants me sont généralement envoyés par leur médecin de famille ou leur enseignant. L'examen s'articule en plusieurs phases. J'écoute d'abord la voix de l'enfant, je le fais lire (s'il en est capable), chanter un air facile, puis je passe à l'auscultation, avec examen de la bouche, contrôle de l'audition, puis examen des

cordes vocales. Réalisé par voie buccale ou nasale, ce dernier permet de voir si les cordes sont irritées, voire si le sujet souffre de nodules ou de paralysie (cette dernière est rare chez l'enfant). Il se peut que l'on ne trouve rien de particulier et que l'enfant souffre simplement de fatigue musculaire. Pour contenir celle-ci, il convient de mettre en place un suivi plus régulier, par l'intermédiaire d'un professeur de chant ou d'un logopédiste, qui réalisera un travail vocal thérapeutique. »

Valérie Schweizer a bien conscience qu'il n'est pas nécessaire de limiter les enfants dans l'exploration de l'outil exceptionnel qu'est la voix humaine. « L'enfant adore imiter, crier, déformer sa voix, et le larynx est pour cela d'une très grande souplesse. Toutefois, un usage vocal excessif répété peut avoir des conséquences négatives. Si le traumatisme

