

La diffusion de musique : un outil de gestion du stress et une aide au travail ?

Camille Eyraud

Sous la direction d'Olivier Adam, Odile Petit et Mathilde Valençon
Institut d'Alembert et Équipe d'Éthologie Cognitive et Sociale,
CNRS- Sorbonne Universités

Améliorer la gestion des situations de stress représente un défi scientifique majeur, tant pour la sécurité des humains et des animaux, que pour contribuer *in fine* à l'amélioration du bien-être animal. La filière équine est particulièrement touchée par cette problématique car la gestion des chevaux représente une importante source d'accidents, d'altération de la relation humain-cheval et de stress chronique.

Ce projet de thèse vise à proposer un outil de gestion du stress : la diffusion de musique. Plusieurs études scientifiques ont en effet montré que la diffusion de musique permet de réduire le niveau général de stress des animaux et de favoriser leur relaxation, notamment chez le cheval. Cet effet relaxant de la musique n'avait jusque-là été prouvé que lors d'une exposition prolongée dans le milieu de vie habituel.

C'est dans ce contexte que notre équipe s'est emparée de cette problématique en collaboration avec l'entreprise HorseCom qui a su, elle aussi, déceler l'intérêt de la musique et ses applications potentielles. Cette dernière propose un casque audio sans fil dédié aux chevaux, qui se présente sous la forme d'un bonnet d'oreilles classiquement utilisé dans le milieu équin. Ce dispositif a la particularité d'être équipé d'une paire d'écouteurs disposés à l'entrée du pavillon de chaque oreille, permettant de diffuser une bande son directement à proximité des oreilles du cheval. Nos précédentes études ont permis de montrer que la diffusion de musique classique peut limiter l'impact négatif d'épisodes de stress aigus variés : parcours en main en milieu inconnu, transport, séance de maréchalerie et isolement social. De manière très intéressante, nous n'avons pas retrouvé cet effet positif dans le cas d'une simple atténuation de la perception de l'environnement sonore extérieur (*via* des bouchons d'oreille), suggérant que des caractéristiques sonores et/ou musicales sont bien à l'origine de ces propriétés apaisantes. L'objectif principal de mon travail de thèse sera de caractériser l'impact de la diffusion de musique d'un point de vue émotionnel et cognitif, toujours dans un contexte d'exposition à des facteurs de stress aigus rencontrés au quotidien. Une musique présente un ensemble de caractéristiques intrinsèques. Nous chercherons tout d'abord à identifier les paramètres acoustiques et musicaux qui pourraient expliquer l'effet apaisant de la musique. Ensuite, nous mènerons des études pour explorer concrètement comment l'utilisation de la musique peut être mise en œuvre sur le terrain (e.g. durée idéale d'exposition à la musique selon les situations). Enfin, nous élargirons l'exploration des propriétés de la musique dans un contexte de travail des chevaux afin de déterminer si elle peut améliorer ou au contraire perturber leur performance.