

## À propos de la musicothérapie

Par **Guylaine Vaillancourt**, Ph.D., MTA

*La musicothérapie est un domaine qui allie l'art et la science en vue de rétablir, de maintenir ou d'améliorer la santé et le bien-être global. Dans le réseau de la santé et des services sociaux, les musicothérapeutes travaillent dans les hôpitaux, les centres d'hébergement et les centres de jour et de réadaptation. Dans le réseau de l'éducation, on les retrouve dans les écoles spécialisées auprès d'enfants et d'adultes vivant avec diverses conditions physiques et psychologiques. La musicothérapie, vous connaissez? Voyons si vous savez discerner le vrai du faux.*

Réponses en page 72

vrai ou faux

1. La musicothérapie est une activité passive au cours de laquelle les musicothérapeutes jouent de la musique à des gens malades.
2. La musicothérapie est une méthode d'intervention efficace auprès de gens de tout âge et auprès d'une variété de clientèles.
3. Le titre de musicothérapeute accrédité (MTA) appartient exclusivement à l'Association canadienne des musicothérapeutes.
4. Tous les styles de musique – country, western, jazz, folklore, rock, gospel, classique, musique pour enfant, musique populaire d'aujourd'hui et d'avant – sont utilisés en musicothérapie réceptive.
5. L'efficacité de la musicothérapie peut être démontrée par de la recherche et des résultats mesurables.
6. La musicothérapie est efficace seulement auprès des personnes ayant des connaissances musicales.
7. La musicothérapie est principalement un divertissement.

# À propos de la musicothérapie

Par **Guylaine Vaillancourt**, Ph.D., MTA

*La musicothérapie est un domaine qui allie l'art et la science en vue de rétablir, de maintenir ou d'améliorer la santé et le bien-être global. Dans le réseau de la santé et des services sociaux, les musicothérapeutes travaillent dans les hôpitaux, les centres d'hébergement et les centres de jour et de réadaptation. Dans le réseau de l'éducation, on les retrouve dans les écoles spécialisées auprès d'enfants et d'adultes vivant avec diverses conditions physiques et psychologiques. La musicothérapie, vous connaissez? Voyons si vous saurez discerner le vrai du faux.*

Réponses de la page 17

vrai ou faux

**1. La musicothérapie est une activité passive au cours de laquelle les musicothérapeutes jouent de la musique à des gens malades.**

**Faux** – La musicothérapie est un continuum de mesures réceptives (par exemple, la stimulation sensorielle) et actives (où les gens participent par le biais d'expériences musicales), utilisées en vue de susciter des changements physiques, émotionnels, cognitifs et sociaux.

**2. La musicothérapie est une méthode d'intervention efficace auprès de gens de tout âge et auprès d'une variété de clientèles.**

**Vrai** – La musicothérapie est utilisée dans de nombreuses situations, par exemple dans les cas de retards fonctionnel et cognitif, de difficultés d'apprentissage, de déficiences physique et intellectuelle, de déficits visuel et auditif, d'autisme, de perturbations émotionnelles, de troubles de santé mentale et de traumatisme crânien, ainsi que pendant des séjours en établissement hospitalier. Elle sert auprès de bébés néo-nés prématurément de même qu'en gériatrie, en oncologie et en soins palliatifs. La musicothérapie ne guérit pas ni ne prolonge la vie au sens médical, mais elle favorise la perception d'un environnement sécurisant propice au processus thérapeutique.

**3. Le titre de musicothérapeute accrédité (MTA) appartient exclusivement à l'Association canadienne des musicothérapeutes.**

**Vrai** – L'Association canadienne des musicothérapeutes (ACM) accorde le titre de musicothérapeute accrédité (MTA) aux personnes qui détiennent une formation universitaire en musicothérapie et qui ont complété 1 000 heures d'internat supervisé conduisant au processus d'accréditation. Il ne s'agit ni d'un ordre professionnel ni d'un titre réservé. Par ailleurs, MTA est une marque de certification enregistrée auprès de l'Office de la propriété intellectuelle du Canada.

**4. Tous les styles de musique – country, western, jazz, folklore, rock, gospel, classique, musique pour enfant, musique populaire d'aujourd'hui et d'avant – sont utilisés en musicothérapie réceptive.**

**Vrai** – La musique des séances de musicothérapie est choisie après une évaluation qui détermine les préférences et les besoins des individus. La musicothérapie ne se limite pas au classique ni à la musique nouvel âge.

**5. L'efficacité de la musicothérapie peut être démontrée par de la recherche et des résultats mesurables.**

**Vrai** – Pour chaque séance de musicothérapie, des buts et objectifs devraient être clairement définis. Ces objectifs englobent des réponses observables et mesurables à des besoins physiques, émotionnels, cognitifs et sociaux. Aux États-Unis, des recherches étudient l'application de la musicothérapie dans les domaines de la médecine, de la réadaptation et de l'éducation depuis plus de soixante ans (Aigen, 2008; Baker et Young, 2016; Dileo et Bradt, 2005; Gregory, 2002) et au Canada, depuis trois décennies, notamment dans les domaines de la santé mentale (Curtis, 2015; Eyre et Lee, 2015; Vander Kooij, 2009), des soins palliatifs (Rykov et Salmon, 1998) et de la démence (Young, 2013).

**6. La musicothérapie est efficace seulement auprès des personnes ayant des connaissances musicales.**

**Faux** – Chaque intervention est conçue et adaptée selon la personne; aucune expérience musicale n'est requise. Le but de la musicothérapie est de nature non musicale et ne vise pas à développer des habiletés musicales.

La musique possède des qualités non verbales, créatives, structurales et émotionnelles qui facilitent le lien, l'interaction, la conscience de soi et de l'autre, l'apprentissage, l'expression, le développement personnel et la communication dans une relation thérapeutique.

**7. La musicothérapie est principalement un divertissement.**

**Faux** – Bien que la musicothérapie puisse procurer des expériences musicales récréatives, ces dernières ne représentent qu'une faible partie des responsabilités du musicothérapeute. Des buts et objectifs thérapeutiques devraient guider chaque intervention.

**Sources**

- Aigen, K. « An analysis of qualitative music therapy research reports 1987–2006: Articles and book chapters », *The Arts in Psychotherapy*, vol. 35, n° 4, 2008, p. 251-261.
- Association de musicothérapie du Canada : [www.musictherapy.ca/fr/](http://www.musictherapy.ca/fr/)  
Association québécoise de musicothérapie : <http://musicotherapieaqm.org/>
- Baker, F.A. et L. Young. « The relationship between research and practice », in B.L. Wheeler et K.M. Murphy (ss la dir. de), *Music Therapy Research* (3<sup>e</sup> éd.), New Braunfels (TX), Barcelona, 2016, p. 26-36.
- Curtis, S.L. « Music therapy with women who have experienced domestic violence », in J. Edwards (ss la dir. de), *Oxford Handbook of Music Therapy*, Londres (UK), Oxford University Press, 2015, p. 289-298.
- Dileo, C. et J. Bradt. « Music therapy: Applications to stress management », in P.M. Lehrer, R.L. Woolfolk et W.E. Sime (ss la dir. de), *Principles and Practice of Stress Management*, Londres (UK), Guildford Press, 2007, p. 519-544.
- Dileo, C. et J. Bradt. *Medical Music Therapy: a Meta-Analysis of the Literature and an Agenda for Future Research*, Cherry Hill (NJ), Jeffrey Books, 2005, 105 p.
- Eyre, L. et J.H. Lee. « Mixed-methods survey of professional perspectives of music therapy practice in mental health », *Music Therapy Perspectives*, vol. 33, n° 2, 28 sept. 2015, p. 162-181.
- Ferrer, A.J. « The effect of live music on decreasing anxiety in patients undergoing chemotherapy treatment », *Journal of Music Therapy*, vol. 44, n° 3, automne 2007, p. 242-255.
- Gregory, D. « Four decades of music therapy behavioral research designs: a content analysis of *Journal of Music Therapy* articles », *Journal of Music Therapy*, vol. 39, n° 1, printemps 2002, p. 56-71.
- Rykov, M. et D. Salmon. « Bibliography for music therapy in palliative care, 1963-1997 », *American Journal of Hospice and Palliative Care*, vol. 15, n° 3, mai/juin 1998, p. 174-180.
- Université Concordia. *Music Therapy graduate programs*. [En ligne : <https://www.concordia.ca/finearts/creative-arts-therapies/programs/music-therapy.html>]
- Vander Kooij, C. « Recovery themes in songs written by adults living with serious mental illnesses/thèmes de rétablissement dans des chansons écrites par des adultes ayant une maladie mentale sévère », *Canadian Journal of Music Therapy*, vol. 15, n° 1, 2009, p. 37-58. [En ligne : <http://openmusiclibrary.org/article/48609/>]
- Young, L. « Persons with Alzheimer's and other dementias », in L. Eyre (ss la dir. de), *Guidelines for Music Therapy Practice in Mental Health*, Gilsum (NH), Barcelona, 2013, p. 952-1013.

L'auteure est professeure agrégée en musicothérapie à l'Université Concordia. Elle est musicothérapeute accréditée (MTA).