



Canadian
Association of
Music Therapists

Association
canadienne des
musicothérapeutes

Canadian Journal of Music Therapy Revue canadienne de musicothérapie

Un nouvel institut pour promouvoir et soutenir la musicothérapie

A new institute for the promotion and support of music therapy.

Caron, S

Article spécial/Special Article

Journal Information À propos de la revue

Volume 27 | 2021



Editor-in-Chief
Rédactrice en chef
SarahRose Black, PhD, RP, MTA

ISSN: 1199-1054

Frequency /Fréquence :
annual/annuelle

Un nouvel institut pour promouvoir et soutenir la musicothérapie

Suzanne Caron, B. Sc., MBA, Certificat 2e cycle MT, MTA

Sommaire

Après 35 ans de travail en informatique, en gestion, puis en politique, Suzanne Caron devient musicothérapeute et fonde l'Institut national de musicothérapie. Sa mission est d'accroître la notoriété et l'accessibilité de la musicothérapie. Plusieurs étapes ont dû être franchies pour que l'Institut passe du rêve à la réalité, illustrant l'importance de faire preuve de détermination, de flexibilité et de créativité. Ainsi, bien que dramatique à plusieurs égards, la pandémie COVID-19 aura mené l'Institut à explorer la musicothérapie en ligne pour des personnes autistes et des proches aidants, et à développer une formation pour faciliter la transition entre les méthodes pour les musicothérapeutes à travers le Canada. L'avenir s'annonce prometteur pour cet Institut dont l'histoire ne fait que commencer¹.

Abstract

After 35 years in the field of information technology followed by some time in politics, Suzanne Caron became a music therapist and founded the National Music Therapy Institute. Its mission is to raise awareness of and facilitate access to music therapy. A number of steps had to be completed before the dream of launching this Institute could become a reality—a process that demonstrated the importance of a determined, flexible, and creative approach. The COVID-19 pandemic—a tragedy in many respects—led the Institute to explore music therapy online for autistic people and family caregivers, and to develop training that would facilitate the transition for music therapists across Canada. The future looks promising for this Institute, whose story has yet to unfold.

Introduction

En 2006, je suis à la croisée des chemins dans mon parcours professionnel, et à la recherche de nouveaux défis. Je découvre par hasard l'existence et l'immense potentiel de la musicothérapie, tout en constatant que celle-ci est plutôt méconnue et pas aussi répandue qu'elle le mériterait. C'est donc avec grand plaisir que je vous expliquerai ici comment cette découverte m'a amenée à concevoir un rêve ambitieux, lequel s'est concrétisé avec la fondation de l'Institut national de musicothérapie. Fier de ses premières initiatives, l'Institut souhaite continuer à contribuer activement à l'essor de la musicothérapie, en partenariat avec les autres acteurs du milieu.

Avant la musicothérapie (1974-2005)

À mes débuts, ma formation m'amène à travailler en informatique au sein d'une multinationale, puis comme consultante auprès de petites et moyennes entreprises (PME), et ensuite dans le milieu juridique, pour y faciliter l'intégration de nouvelles technologies. Après avoir obtenu mon MBA, je joins une société de conseil en administration et en planification stratégique. En parallèle, alors que mes enfants fréquentent les écoles du quartier, je m'implique dans les comités de parents et je ressens un besoin croissant de faire ma part dans la communauté. Ainsi, après plus de 20 ans de travail en consultation, je bifurque vers la politique comme conseillère municipale, puis comme mairesse.

Relever un nouveau défi (2006-2012)

En 2005, je perds mes élections pour un deuxième mandat à titre de mairesse. À la suite de ce passage en politique, j'ai 53 ans, plusieurs diplômes et plus de 30 ans d'expérience, mais voilà que je dois repartir à zéro.

¹ Des corrections mineures ont été apportées au résumé de l'article le 29 mars 2022 après sa publication. Le sens du texte demeure inchangé.

Éprouvant toujours le besoin de me sentir utile, j'en profite pour amorcer une réflexion en profondeur.

La musique a toujours été importante dans ma vie, tant dans les moments difficiles que lors d'événements plus heureux. Je me demande alors s'il est possible de recourir à la musique pour aider les gens, de manière significative. Depuis quelques années, je participe à un camp de jazz annuel, à l'Université de Louisville (Kentucky). Par hasard, je découvre qu'on y offre une formation en musicothérapie. Voilà une piste intéressante : est-ce que cela existe ailleurs?

De retour à Montréal, j'apprends que l'université Concordia lance justement un nouveau programme de formation de 2^e cycle en musicothérapie qui dure une année et comprend 1 000 heures d'internat. J'y vois une occasion de parvenir à bien comprendre ce qu'est la musicothérapie. Un retour aux études à 57 ans, c'est exigeant, mais combien fascinant! Grâce aux stages, je constate par moi-même les bénéfices de la musique pour une multitude de gens. Certifiée MTA en 2012, je veux mettre à profit tout à la fois mon expérience des affaires, mon réseau de contacts et mes nouvelles compétences.

Un portrait de la musicothérapie (2015)

Je réalise rapidement que peu de gens, qu'ils soient ou non des professionnels du milieu de la santé, savent que la musicothérapie existe ou en quoi elle consiste. En 2015, je forme un groupe de travail avec cinq musicothérapeutes et un consultant en recherche marketing pour répondre à la question suivante : « Après plus de 40 ans d'existence, pourquoi la musicothérapie n'est-elle pas mieux connue et davantage répandue? » Nous menons un sondage auprès des membres de l'Association québécoise de musicothérapie (AQM) pour dresser un portrait de la situation et cerner les enjeux auxquels fait face la profession. L'un des constats est que plus de 50 % des musicothérapeutes ne travaillent pas à temps plein et que leurs contrats sont souvent précaires. Le diagnostic principal est clair : la musicothérapie est mal comprise, souvent confondue avec d'autres professions utilisant la musique, et son volet thérapeutique est méconnu et sous-estimé. Notre profession a besoin d'un positionnement fort, de messages convaincants et d'une promotion intensive pour accroître sa notoriété et la faire reconnaître à sa juste valeur.

La communauté des musicothérapeutes compte déjà plusieurs organisations et associations, que ce soit au Québec, au Canada ou ailleurs dans le monde. Bien entendu, la promotion fait partie de leurs objectifs, mais ce n'est la mission principale d'aucune d'entre elles. De là germe l'idée de créer un Institut national de musicothérapie ayant une double mission : mieux faire connaître la musicothérapie et la rendre plus facilement accessible.

La création et le démarrage de l'Institut (2016-2019)

Organisme à but non lucratif dont le conseil d'administration comprend des membres des milieux de la médecine et de l'éducation, l'Institut obtient ses lettres patentes en 2016 (Registraire des entreprises du Québec). Vient ensuite la recherche de locaux pour y organiser des conférences et des rencontres, et y aménager des salles insonorisées pour la musicothérapie. Pour nous aider à mieux définir des critères d'aménagement et discuter de modalités administratives, nous pouvons compter sur l'assistance de musicothérapeutes d'expérience œuvrant au Centre de musicothérapie de Toronto et à JB Music Therapy de Calgary. Nous repérons un local au potentiel formidable, au sixième et dernier étage d'un immeuble situé à côté d'une station de métro, au cœur du quartier Côte-des-Neiges, entouré d'hôpitaux, d'écoles et d'organismes communautaires. Le bail est signé en août 2017, et l'ouverture des locaux est prévue pour le début de 2018. Notre vision : aménager un lieu invitant, fonctionnel,

agréable et convivial... une « Maison de la musicothérapie ». Notre modèle d'affaires est simple : l'Institut créera des initiatives de sensibilisation et de promotion, et soutiendra des projets élaborés par les musicothérapeutes. Ceux-ci pourront louer un local pour offrir des ateliers, des conférences et des services de musicothérapie.

La démarche s'avère toutefois plus longue et plus complexe que prévu. Nous travaillons avec des architectes, des ingénieurs en sonorisation et des spécialistes de la ventilation, sachant qu'il est important de bien concevoir les installations et d'insonoriser adéquatement les deux salles de musicothérapie. La majorité des travaux sont achevés en juin 2018, avec six mois de retard, et nous espérons entreprendre bientôt nos activités. Une mauvaise nouvelle nous occasionne un retard supplémentaire : comme les revenus générés par nos activités ne pourront couvrir nos dépenses d'exploitation, nous comptons recueillir des dons et, pour que cela soit possible, il faut que l'Institut soit reconnu comme un organisme de bienfaisance. En août 2018, l'Agence du Revenu du Canada (ARC) rejette notre demande, jugeant que la location de locaux aux musicothérapeutes constitue une activité commerciale, ce qui nous disqualifie. La pérennité de l'Institut dépend de l'obtention de ce statut de bienfaisance. Nous révisons donc notre approche et soumettons une demande modifiée : les services seront offerts directement par l'Institut et les musicothérapeutes seront engagés sur une base contractuelle, à titre de travailleurs autonomes, pour la prestation des services. Le 23 novembre 2018, l'ARC nous accorde finalement la reconnaissance d'organisme de bienfaisance!

Dès janvier 2019, nous nous attelons à la tâche pour mettre en place ces nouveaux processus administratifs : convenir d'une grille de tarifs pour les clients, de modèles de contrats et de la rémunération des musicothérapeutes, de modalités de paiement des musicothérapeutes, etc. Au printemps 2019, il reste des aménagements physiques à achever, mais nous sommes enfin prêts à créer des projets. Nous sommes alors confrontés à un autre défi: le recrutement de musicothérapeutes d'expérience et disponibles pour offrir leurs services au sein de l'Institut. En effet, le paysage a changé au cours des cinq dernières années : plusieurs musicothérapeutes prennent leur retraite et d'autres prennent des congés de maternité pour fonder leurs familles. Cette situation offre des possibilités intéressantes pour les musicothérapeutes en quête de postes permanents ou de contrats à plus long terme, diminuant d'autant l'attrait qu'aurait dû représenter l'ouverture de l'Institut. On ne s'attendait pas à cela! Nous amorçons alors une nouvelle réflexion pour finalement décider de miser davantage sur les « jeunes » musicothérapeutes en leur offrant des occasions de travail en début de carrière. Quelques initiatives voient enfin le jour, dont la collaboration avec un organisme offrant du soutien aux personnes réfugiées, avec un projet de musicothérapie pour des groupes de jeunes âgés de 7 à 24 ans. Nous commençons aussi à offrir des séances de musicothérapie individuelles et en Musique et Imagerie Guidée (GIM), ainsi que des ateliers de formation et de soutien pour les musicothérapeutes. Nous signons une entente avec l'AQM, leur donnant accès à nos locaux pour des rencontres et des activités en lien avec la musicothérapie.

Le 28 novembre 2019 est un grand jour : l'ouverture officielle de nos locaux! Nous pouvons enfin consacrer nos énergies à la réalisation de notre mission. Durant les premiers mois de l'année 2020, nous entreprenons l'élaboration d'un plan d'action pour déterminer les services à prioriser, les clientèles à cibler et les moyens à privilégier.

La pandémie : répercussions et occasions (2020)

Notre élan est soudainement freiné en mars 2020, lorsque la pandémie de COVID-19 frappe le Québec et le monde entier. Les locaux de l'Institut sont fermés et toutes les activités « en personne » suspendues jusqu'à nouvel ordre. La vie bascule du jour au lendemain : c'est le début d'une période d'isolement et

d'anxiété qui s'étire sur plusieurs mois, sans laisser voir d'issue à court terme. L'Institut peut-il développer certains services pour offrir de l'aide pendant ces temps difficiles, ou nous faudra-t-il attendre que tout soit revenu à la normale? La distanciation est requise, mais au moins les réseaux sociaux permettent de garder le contact. Nous découvrons la plateforme Zoom et nous explorons le concept des services en ligne. En juillet 2020, nous lançons un projet-pilote pour offrir gratuitement des services de musicothérapie par Zoom, dans le cadre d'un partenariat avec un organisme dont les membres sont des personnes autistes, une clientèle que nous avons déjà décidé de prioriser. L'expérience s'avère positive et nous prolongeons ce projet jusqu'en 2021.

Lors de discussions sur la possibilité d'offrir des services en ligne à d'autres clientèles, je constate que les musicothérapeutes, quoique tentés par cette approche, sont aussi perplexes et hésitants quant à leur capacité de se servir de ce nouvel outil. L'Institut met donc sur pied un atelier pour démystifier la « musicothérapie en ligne » et aider les musicothérapeutes à adapter leur pratique à ce nouvel environnement. Offerte en français à quelques musicothérapeutes de l'Institut, la première séance confirme la pertinence de l'atelier. Un deuxième atelier est donné en anglais aux étudiants à la maîtrise en musicothérapie de l'Université Concordia. L'Institut signe ensuite une entente avec l'Association canadienne des musicothérapeutes (ACM) et, depuis janvier 2021, l'atelier est offert à travers le Canada et compte pour deux crédits de formation continue. En date du 1^{er} février 2021, quarante-cinq musicothérapeutes ont déjà pu en bénéficier.

Conclusion et perspectives d'avenir

Plus de quatre années se sont écoulées depuis la création de l'Institut, un parcours parfois difficile, mais aussi très stimulant. Nous sommes fiers d'avoir osé lancer des services en ligne pendant la pandémie et d'avoir pu soutenir les musicothérapeutes au cours de cette transition. Ces initiatives nous ont aussi permis de recruter plusieurs nouveaux musicothérapeutes. Au lieu de baisser les bras face à l'adversité, nous avons au contraire réussi à développer de nouveaux services et partenariats, contribuant ainsi à accroître notre visibilité et notre crédibilité. L'année 2021 s'amorce avec un projet de recherche portant sur la musicothérapie en ligne pour les proches aidants en santé mentale, et d'autres projets prometteurs, en collaboration avec des organismes desservant une diversité de clientèles : personnes autistes, mamans et jeunes enfants de milieux vulnérables, proches aidants de personnes en fin de vie, personnes endeuillées.

Nos perspectives d'avenir sont donc excitantes. La pandémie aura eu au moins un effet positif : elle nous aura permis de découvrir le potentiel des services en ligne, une modalité qui restera pertinente, en particulier pour rejoindre des clientèles à mobilité réduite ou n'ayant pas accès à des musicothérapeutes dans leur région. Lors du retour à la normale, nous pourrions à nouveau planifier des conférences à l'intention des professionnels des milieux de la santé et de l'éducation, des soirées d'information et des ateliers d'introduction à la musicothérapie pour les organismes desservant des clientèles qui pourraient en bénéficier, des ateliers de formation et activités de mentorat pour appuyer le perfectionnement des compétences des musicothérapeutes. Nous prévoyons approcher des institutions offrant déjà des services de musicothérapie (p. ex. : les hôpitaux) et leur proposer une collaboration avec l'Institut en vue d'assurer la continuité des services, en ligne ou en personne, lorsque leurs clients ne sont plus desservis par ces institutions (p. ex. : obtiennent leur congé). Nous envisageons des projets pilote de musicothérapie dans des milieux qui n'ont pas actuellement accès à ce genre de services. Nous serons proactifs, à l'écoute des besoins et prêts à soutenir les initiatives qui permettront à un plus grand nombre de bénéficier de la musicothérapie.

Le démarrage de l'Institut nous a démontré qu'il est essentiel d'avoir une vision claire de ce que l'on souhaite accomplir et de faire preuve de patience, de flexibilité, de créativité, de persévérance et de détermination. Nous avons dû revoir nos approches, redéfinir notre rôle et ajuster nos actions pour tenir compte des réalités changeantes, tout en demeurant à l'affût des possibilités. Nous avons choisi de miser sur le partenariat et de favoriser la synergie et la concertation. Notre équipe compte aussi bien des musicothérapeutes d'expérience que des « nouvelles recrues », et c'est pour nous un plaisir de leur offrir l'occasion de mettre sur pied de nouveaux projets avec nous. Nous avons hâte d'écrire la suite de notre histoire, en espérant que nous aurons su contribuer à la notoriété et à la portée de la musicothérapie au cours des prochaines années.

Remerciements

Je souhaite remercier Sandra Curtis de l'Université Concordia d'avoir appuyé ma candidature au programme de musicothérapie malgré mon parcours atypique, ainsi que Guylaine Vaillancourt, mon professeur, ma superviseure et maintenant la directrice adjointe clinique de l'Institut. Un grand merci à Jennifer Buchanan, une personne inspirante et généreuse, toujours prête à partager son expérience et ses conseils. Merci aux nombreux et enthousiastes musicothérapeutes qui se sont impliqués bénévolement pour nous aider à définir et à construire l'Institut, ainsi qu'à ceux faisant partie de notre équipe. L'Institut n'aurait pu voir le jour sans la complicité de Gaëtane Marquis et de Deborah Josephson, amies de longue date et membres du Conseil d'administration, ni sans le soutien de ma famille et de nos généreux donateurs : grâce à vous un rêve peut se réaliser.

À propos de l'autrice

Mère de quatre enfants, et de front avec sa carrière en informatique et en gestion, Suzanne Caron s'implique dans les écoles du quartier, puis en politique municipale. Elle a siégé pendant près de 15 ans au conseil d'administration de la Mission Old Brewery, organisme d'aide aux personnes sans-abri. En 2019, elle a reçu le « Prix du mérite » de sa ville en reconnaissance de son engagement. Après trente-cinq années dans le milieu des affaires et en politique et souhaitant relever de nouveaux défis, elle est retournée à l'université pour devenir musicothérapeute, puis a fondé l'Institut national de musicothérapie pour accroître la notoriété et l'accessibilité de la musicothérapie.

scaron@inmt.ca