



Canadian  
Association of  
Music Therapists

Association  
canadienne des  
musicothérapeutes

## Canadian Journal of Music Therapy Revue canadienne de musicothérapie

Critique: Isabelle Raynauld (réalisatrice) : De la musique pour le cerveau

Review: Isabelle Raynauld (Director): Tuning the Brain with Music

**Levasseur, V**, Université du Québec à Montréal  
(UQAM) et l'Université Concordia  
Critique de documentaire / Documentary Review

### 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

## Critique de documentaire

*De la musique pour le cerveau*

Isabelle Raynauld (réalisatrice)  
Bunbury Films, 2019

Depuis la préhistoire, la musique est utilisée dans les sociétés humaines pour accompagner les traitements de santé et favoriser le mieux-être (Gasenzer et al., 2011). Toutefois, dans notre société actuelle, elle est souvent perçue comme un divertissement plutôt qu'un moyen concret pour améliorer la santé. Comme il apparaît de plus en plus évident que la musique puisse jouer un rôle dans le rétablissement des malades, notamment, en aidant à réduire le stress et l'anxiété (De Witt et al., 2019), comment se fait-il qu'elle soit toujours si peu représentée dans les traitements actuels? Serait-ce parce que les résultats de recherches récentes en neurosciences musicales ne sont pas suffisamment communiqués?

Très pertinent pour son époque, le documentaire bilingue *De la musique pour le cerveau/Tuning the Brain with Music (2019)* présente le travail de musicothérapeutes auprès de différentes populations, ainsi que le travail d'autres professionnels qui utilisent la musique : médecins, musiciens communautaires, chercheurs et enseignants en neurosciences musicales. Le long-métrage, qui s'adresse autant au grand public qu'aux intervenants en santé, tente de répondre aux questions suivantes : « La musique possède-t-elle le pouvoir réel de nous soigner? De nous resynchroniser avec le monde, et même de nous guérir? » (Raynauld, 2019). Nous vous proposons ici une synthèse de ce documentaire, suivi d'une analyse de ses forces et de ses limites.

Le documentaire est construit à la manière d'une discussion entre les professionnels (musicothérapeutes, infirmières, médecin, etc.) qui montrent un aperçu du travail effectué avec la musique sur le terrain et les chercheurs en neuroscience qui expliquent ce qui se passe au niveau du cerveau lorsque l'on joue ou que l'on écoute de la musique. L'histoire débute à l'unité de soins intensifs néonataux (USIN) de l'Hôpital de Montréal pour Enfants. Nous y suivons Tanya Lavoie, musicothérapeute certifiée, en pleine séance de musicothérapie avec un bébé prématuré. Elle chante au petit Milo qui s'apaise au son de sa voix qu'accompagnent de doux accords de guitare. Ensuite, Isabelle Peretz, professeure en neuroscience à l'Université de Montréal et cofondatrice du Laboratoire international de recherche sur le Cerveau, la Musique et le Son (BRAMS), explique que des études récentes ont révélé que les bébés sont dotés d'une mémoire musicale et qu'ils peuvent se souvenir de la musique entendue très jeune, voire même durant la grossesse. La trame narrative se poursuit avec Julien Peyrin, musicothérapeute certifié pour *Dans la rue*, un organisme qui vient en aide aux jeunes en situation d'itinérance. Nous assistons à un cercle de percussions et quelques improvisations musicales en compagnie d'utilisateurs de la ressource. Un participant explique les bienfaits qu'il ressent lorsqu'il improvise : une plus grande expressivité, une connexion à l'autre et un sentiment d'apaisement. On passe ensuite à Concetta Tomaino, directrice générale et cofondatrice de l'Institute for Music and Neurologic Function, qui explique que la musique a la capacité de « [...]stimuler certaines fonctions du cerveau chez les patients souffrant de différents problèmes neurologiques » (Raynauld, 2019). Elle explique que l'improvisation musicale, par exemple, peut favoriser la conscience de soi, l'autosurveillance et l'auto-inhibition. Il en va de même tout au long du documentaire : nous accompagnons un ancien combattant que l'apprentissage de la guitare a aidé à maîtriser les symptômes liés à son trouble de stress post-traumatique, et qui a, par la suite, fondé *Guitars for Vets* afin d'aider ses pairs dans la même situation. Nous suivons également Allison Usher-Jones, musicothérapeute certifiée, travaillant avec des jeunes filles autistes à la clinique *Westmount Music Therapy*, ainsi qu'Harvey N. Alter, qui, souffrant d'aphasie à la suite d'un AVC, a réappris à parler

à l'aide du programme *Melodic Intonation Therapy*. Enfin, nous suivons une femme en phase de rémission pour un cancer. Tous ces extraits sont ponctués des commentaires de différents chercheurs en neurosciences, notamment, David Poeppel et Virginia Penhune.

Le long-métrage prend tout son sens au fil de ces échanges entre les scientifiques et les témoignages provenant du terrain. En tant que musicothérapeutes, nous constatons tous les jours les bienfaits de la musique chez nos participants et n'avons point besoin d'être convaincus. Toutefois, notre travail est souvent effectué dans l'ombre et méconnu du public et des professionnels de la santé. En effet, la société actuelle ne se satisfait pas toujours des recherches effectuées en musicothérapie, choisissant plutôt de se tourner vers l'optimisation des méthodes et les résultats quantifiables. Elle se fie davantage aux données probantes, ces dernières souvent issues de recherches quantitatives, mais peu adaptées au travail réalisé par les musicothérapeutes. Tout au long du documentaire, les chercheurs en neurosciences musicales nous exposent leurs découvertes et expliquent que l'interaction de la musique avec le cerveau peut non seulement favoriser l'apprentissage, le bien-être, l'autocontrôle et la relaxation, entre autres choses, mais qu'elle aurait aussi le potentiel de favoriser le rétablissement des personnes souffrant de certains problèmes de santé comme l'aphasie, par exemple ce qu'explique Virginia Penhune, professeure et neuroscientifique à l'Université Concordia.

Une autre force du documentaire est qu'il montre comment les intervenants travaillent avec la musique, illustrant, par le fait même, la diversité des moyens utilisés en fonction des différentes populations et de leurs besoins (musicothérapie active et réceptive, apprentissage de la guitare en milieu communautaire, guérison par les sons, etc.). Par contre, il aurait été pertinent de différencier davantage les interventions présentées et les professionnels qui les mettent en application. En effet, le documentaire présente différents types de musicothérapie communautaire (organisme Dans la rue), médicale (USIN), ou en pratique privée (Westmount Music Therapy), sans expliquer ce qui les distingue entre eux ni nommer la formation requise pour devenir musicothérapeute ou expliquer l'importance de la certification pour délivrer des services de qualité. Il présente également d'autres interventions, par exemple, la thérapie par le son avec le Dr Gaynor et les interventions de musique communautaire de l'organisme *Guitars for Vets*, sans préciser que celles-ci ne sont pas de la musicothérapie. Quelques précisions sur les qualifications requises et une explication des différences entre les interventions possibles grâce à la musique auraient permis d'informer le public de manière plus précise.

Dans le même ordre d'idées, nous croyons qu'il aurait été pertinent d'accorder plus de place aux recherches effectuées en musicothérapie pour compléter les exemples présentés. Même si ces dernières ne sont généralement pas axées directement sur l'action de la musique sur le cerveau, elles illustrent néanmoins les bienfaits et les limites des diverses interventions en musicothérapie. Leur présentation aurait pu mettre en lumière les aspects qui restent à investiguer pour mieux comprendre comment et à quelle échelle la musique peut agir sur le cerveau. Si les recherches en musicothérapie sont peu représentées dans le long-métrage, nous remarquons en revanche que le segment sur le traitement du cancer par la musique, dirigé par le Dr Gaynor, prend une place non négligeable. À notre avis, cette pratique requiert des recherches plus poussées, étant donné qu'elle ne fait pas l'objet d'une recherche encadrée ou d'un protocole normalisé reposant sur un échantillonnage suffisant pour en mesurer les effets réels dans le traitement du cancer. Il aurait été intéressant de découvrir si d'autres médecins appliquent ce type de traitement et si ses effets ont été documentés à plus grande échelle.

Pour conclure, nous considérons que ce documentaire est une excellente entrée en matière sur les bienfaits de la musique pour le cerveau. Il met en lumière une partie du chemin parcouru en neurosciences musicales et démontre qu'il est pertinent de poursuivre des recherches ciblées dans ce domaine. Bien que les chercheurs commencent à peine à comprendre le fonctionnement du cerveau, ils ont déjà répertorié nombre des effets positifs sur celui-ci que peut avoir la musique. L'acquisition et la transmission de ces nouvelles connaissances pourront aider les musicothérapeutes non seulement à affiner leurs interventions grâce à une meilleure compréhension des mé-

canismes complexes du cerveau, mais également à légitimer et même à promouvoir leur participation aux traitements. Nous ne pouvons qu'espérer que les avancées scientifiques actuelles et à venir permettront une utilisation plus répandue de la musique pour favoriser le mieux-être, puisque ses vertus sont souvent sous-estimées.

### Références

- de Witte, M., da Silva Pinho, A., Stams, G.-J., Moonen, X., E. R. Bos, A., et van Hooren, S. (2020). Music therapy for stress reduction : A systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review, 0*(0), 1–26. <https://doi.org/10.1080/17437199.2019.1627897>
- Gasenzer, E. R., Neugebauer, E. A. Die Beziehung von Musik und Medizin in Geschichte und Gegenwart [The relations between music and medicine in history and present]. *Dtsch Med Wochenschr. DMW - Deutsche Medizinische Wochenschrift, 136*(51/52), 2644–2651. <https://doi.org/10.1055/s-0031-1292878>
- Raynauld, I. (Réalisatrice). (2019) *De la musique pour le cerveau/Tuning the Brain with Music* [documentaire]. Bunbury Films.

### Critique rédigée par Vickie Levasseur, MTA

Diplômée de l'Université du Québec À Montréal et de l'université Concordia, Vickie Levasseur est musicothérapeute certifiée depuis 2012. Elle a travaillé pendant plusieurs années auprès de personnes âgées dans différentes résidences pour retraités et en soins de longue durée. Elle travaille désormais comme musicothérapeute au Centre L'Élan, une ressource communautaire en santé mentale. Elle se passionne pour la musique et la relation d'aide.