

## Devenir musicothérapeute et le demeurer : un parcours unique à chaque musicothérapeute

[Becoming—and Remaining—a Music Therapist:  
A Career Path that's Unique to You]

Guylaine Vaillancourt, Ph.D., MTA

### Sommaire

La musicothérapie est une discipline qui se développe depuis près de 50 ans au Canada et compte aujourd'hui près de 1000 musicothérapeutes. Ainsi, cet article\* sous forme d'essai, s'adresse principalement à la génération montante et aux musicothérapeutes expérimentés qui ont tous un rôle à jouer pour assurer un avenir vibrant à cette profession unique. Cet article propose des stratégies en vue de la pérennité de la discipline, comme la mise en place de groupes de soutien par les pairs, la supervision, la formation continue, la thérapie personnelle en musicothérapie, la pratique musicale et le mentorat; sur ce dernier point, je m'attarderai davantage. Les questions du leadership et de notre contribution à la justice sociale dans notre rôle de musicothérapeutes seront aussi abordées. Enfin, au moyen de séries de questions et de réflexions personnelles présentées tout au long de l'article, j'invite les lecteurs à s'interroger sur leur propre parcours.

*\*Remarque : Cet article est une adaptation de la conférence d'ouverture 2021 présentée en ligne dans le cadre du 47e Congrès de l'Association canadienne des musicothérapeutes : Comblers la distance. Valoriser la différence.*

*Mots-clés:* musicothérapeute, parcours, relève, mentorat, profession.

### Abstract

After evolving for roughly 50 years, today's Canadian music therapy landscape comprises some 1,000 practitioners. This article\*—written as an essay—is a shout-out to both the younger generation and experienced music therapists, all of whom have a role to play in ensuring a vibrant future for this unique profession. The various strategies suggested for sustaining this discipline include peer support groups, supervision, continuing education, personal music therapy, making music, and mentoring; the last item will be covered in more detail. We will also address the question of leadership and our contribution to social justice within our work as music therapists. Finally, through various questions and personal deliberation, readers will be invited to contemplate their own paths.

*\*Note: This article is adapted from the 2021 opening address delivered online during the 47th Canadian Association of Music Therapists Conference: Bridging Distance. Honouring Difference.*

*Keywords:* music therapist, career path, succession, mentoring, profession.

## Introduction

Je me suis toujours intéressée au parcours singulier des musicothérapeutes canadiens, dont la plupart sont des femmes : Comment sont-elles entrées dans cette profession? Quelles sont leur motivation, leur passion? En voyant évoluer les musicothérapeutes à travers mes rôles de praticienne, superviseuse, mentore, professeure et présidente de l'Association canadienne des musicothérapeutes (ACM) et de l'Association québécoise de musicothérapie (AQM), j'ai pris conscience de l'importance de l'accompagnement tout au long du parcours professionnel. C'est pourquoi l'invitation de l'ACM à présenter la conférence d'ouverture au congrès de 2021 m'accordait une occasion unique de partager mes réflexions sur ces sujets.

Dans cet article, je m'intéresse aux ressources disponibles pour soutenir la relève et les musicothérapeutes ayant une pratique établie de manière à assurer un avenir prometteur pour la profession. Notons que l'épuisement professionnel (Chang, 2014; Clément-Cortes, 2013; Vega, 2010) et la question de longévité professionnelle (Decuir et Vega, 2010; Minevich, 2018) sont des enjeux auxquels sont sensibles les musicothérapeutes. Les musicothérapeutes ont à leur portée des stratégies pour maintenir une pratique professionnelle active et stimulante au moyen de groupes de soutien par les pairs, de supervision, de formation continue, de suivi personnel en musicothérapie, de pratique musicale et de mentorat. Le présent article offre aussi l'occasion de réfléchir à l'importance du leadership, puisque les musicothérapeutes sont des pionniers souvent appelés à façonner et à promouvoir la profession dans leur milieu de travail. Ils doivent parfois aussi militer pour l'accès à la musicothérapie dans une visée de justice sociale, d'équité, de diversité et d'inclusion. Leur travail auprès de personnes et de groupes de tous âges, souvent minoritaires ou marginalisés, les pousse à faire résonner la voix de ces personnes dans la société. Finalement, cet article se veut une occasion souligner le travail d'enseignement, de supervision et de mentorat de musicothérapeutes praticiens qui accompagnent les collègues à différents moments de leur carrière. Au fil de cet article, je vous encourage à réfléchir au parcours unique qui vous a guidé vers la musicothérapie en le représentant avec des paroles de chansons, des notes de musique, par le mouvement, par le dessin, le mandala, la poésie, l'écriture spontanée ou toute autre modalité artistique.

Permettez-moi ici de me situer dans le contexte de cet article. Je suis une femme blanche francophone. Je reconnais être privilégiée d'avoir pu poursuivre des études universitaires, réaliser mes rêves professionnels et voyager. Je n'ai pas eu à composer au quotidien avec des conflits géopolitiques et des inégalités sociales. Je n'ai pas eu à craindre le manque de nourriture, d'eau potable ou d'électricité, ou même d'un endroit où dormir et être en sécurité.

J'ai grandi dans un village d'environ 1500 habitants au sein d'une population blanche, francophone et catholique où tout le monde avait comme deuxième prénom Marie ou Joseph, où tout le monde se connaissait et connaissait l'histoire de toutes les familles du village. J'ai grandi avec une mère qui avait de graves problèmes de santé mentale, et elle est décédée quand j'avais douze ans. Cette situation a marqué mon enfance, car, dès mon jeune âge, j'ai été témoin de souffrance et de détresse psychologiques. Mes deux sœurs et moi avons été élevées

par notre père, et entourées de nos grands-parents bienveillants et de ma grand-tante, que je considérais comme une deuxième mère. À six ans, on m’a inscrite à des leçons de piano chez les religieuses, lesquelles se sont poursuivies pendant tout mon primaire et mon secondaire. Ce sont ces expériences personnelles qui ont forgé mon désir d’allier ma passion pour la musique et le travail en relation humaine.

### **Pourquoi et comment devient-on musicothérapeute?**

Pourquoi et comment devient-on musicothérapeute? Pour stimuler la réflexion sur votre propre parcours, je vous propose une première série de questions et de réflexions personnelles : *Comment votre enfance, votre adolescence, votre vie d’adulte et votre bagage culturel ont-ils guidé votre choix de devenir musicothérapeute? Réfléchissez aux différentes étapes de votre vie et à votre milieu familial; ont-ils influé sur votre choix d’exercer une profession au service d’autrui? Est-ce que vous ressentiez le besoin d’aider, de comprendre les autres? Est-ce que vous vous intéressiez à la psychologie humaine? Et comment votre identité culturelle et votre langue ont-elles façonné votre parcours et votre situation de musicothérapeute?*

En réfléchissant à mon propre parcours des 30 dernières années, je constate que la musicothérapie a toujours été pour moi une passion sans cesse renouvelée, vu mon amour pour la musique et le travail clinique et communautaire. J’avoue m’être questionnée sur ma propre culture quand je suis allée faire ma maîtrise à New York dans les années 90. J’ai par la suite travaillé dans des unités pour les patients hispaniques et afro-américains de Harlem et du Bronx ayant le SIDA et hospitalisés à Manhattan. C’est à ce moment que j’ai réellement pris conscience que j’étais blanche. Ce fut un choc culturel pour moi, qui avais grandi dans un milieu homogène; je me sentais ignorante face au vécu de personnes de cultures diverses. Ce fut une expérience riche en apprentissages, mais parfois difficile, parce que je pouvais observer de l’indifférence et de la discrimination dans les soins. J’étais profondément bouleversée de constater la rareté des ressources à l’intention de ces patients et le manque de reconnaissance par rapport à la musicothérapie que j’essayais d’intégrer pour la première fois dans cet hôpital. La gratitude des patients et des familles recevant des services de musicothérapie était ce qui me motivait à m’investir dans le travail en contrepartie.

Poursuivons maintenant la réflexion avec une deuxième série de questions : *Des événements marquants se sont-ils produits et si oui, lesquels ont guidé votre parcours? Y a-t-il eu des moments dans votre vie où vous avez utilisé la musique auprès de vos proches – comme avec des grands-parents atteints, par exemple, de la maladie d’Alzheimer, ou avec un parent ayant eu un cancer?*

Maintenant, *quelle est la place de la musique dans votre vie?* Je trouve fascinant chez les musicothérapeutes, leur amour inconditionnel de la musique. C’est une énergie vitale. Certains diraient que la musique coule dans nos veines. Quelle chance nous avons de pouvoir jouer de la musique et chanter! Ce que nous tenons parfois pour acquis, plusieurs nous envient! Nous sommes privilégiés de travailler avec la musique, nous détenons une expertise unique, et nos clients et patients en bénéficient pour s’exprimer. La musique nourrit notre travail continuellement. Prenez

quelques minutes pour réfléchir aux premiers moments où vous avez été initié à la musique ou lorsque vous avez constaté votre amour pour la musique. Vos premières prestations. Les premiers concerts où vous avez joué ou chanté. Les premiers concerts que vous avez entendus. Je me rappelle les spectacles de musique que l'on présentait à l'école primaire pour la *fête de Monsieur le Curé*. J'éprouvais un certain stress lorsqu'il s'agissait de jouer du triangle au bon moment!

J'imagine que, pour certains d'entre vous, la musique a été une bouée de sauvetage, un refuge, elle vous a permis de passer à travers des épreuves, des moments difficiles, des ruptures, mais elle vous a aussi fait vivre des moments de joie, d'accomplissement, de satisfaction et de plaisir. Personnellement mon piano était mon confident. Je savais qu'il garderait mes secrets et mes tourments.

### **Entrer dans la profession de musicothérapeute**

Choisir la profession de musicothérapeute, c'est entreprendre un parcours pour progresser sur les plans musical, professionnel et personnel, tout au long de notre vie. Certains apprentis musicothérapeutes disent ressentir un vide à leur sortie de l'université, car il reste encore beaucoup de matière à apprendre et à absorber, selon les contextes de travail. Les débuts dans la profession peuvent être exigeants, non seulement du point de vue musical, mais aussi dans les aspects professionnel et personnel : on doit continuellement demeurer actif musicalement, apprendre du nouveau répertoire; professionnellement, il nous faut apprendre à composer avec divers contextes et équipes, nous devons souvent expliquer notre travail à répétition; et personnellement, le contact avec les clients et patients peut être émotionnellement exigeant. Dans la prochaine partie, je présenterai des moyens pour faciliter l'entrée et la longévité dans la profession.

### **... et y demeurer**

Les musicothérapeutes travaillent dans différents contextes, qu'il s'agisse d'un emploi permanent à temps complet ou partiel, ou d'un contexte de travail autonome, à contrat. Parfois les conditions sont précaires, parfois la reconnaissance est établie. Des ressources existent pour maintenir la passion et la joie de travailler en musicothérapie, comme le soutien par les pairs, la supervision, la formation continue, la musicothérapie personnelle, la pratique musicale et le mentorat. Voyons de plus près comment ces ressources peuvent être utilisées en fonction des besoins cernés par les musicothérapeutes, sur le plan professionnel ou personnel.

#### **Soutien par les pairs**

Il est possible pour les musicothérapeutes de créer des groupes de soutien par les pairs ou de se joindre à un groupe existant, dès la fin des études universitaires en musicothérapie ou durant leur carrière, quand le besoin se manifeste. Il existe des modèles intéressants de soutien

et de supervision par les pairs élaborés par des musicothérapeutes. À titre d'exemple, en voici deux. D'abord, il existe un groupe de musicothérapeutes sur la côte ouest du Canada mis sur pied par Noele Bird, Theresa Merrill, Heather Mohan, Susan Summers, et Alpha Woodward (1999) qui ont mis à l'essai un groupe de supervision par les pairs ayant fait l'objet d'un article : *Staying alive in our work*. Au Québec, les musicothérapeutes Pierrette-Anne LaRoche, Julie Migner-Laurin et Hélène Engel ont créé un groupe de soutien et de supervision par les pairs au sein duquel elles se sont rencontrées régulièrement; ce modèle a été présenté au congrès de l'Association canadienne des musicothérapeutes (2008). J'ai moi-même fait l'essai de groupes de soutien avec d'autres professionnels quand je travaillais dans les unités de SIDA, et dans mon travail en oncologie. Ces groupes de soutien m'ont permis de me reposer et de sentir l'écoute et le soutien du groupe lorsque j'avais vécu des situations plus difficiles dans mon travail.

### **Supervision**

Une fois diplômé, il est bon, et même recommandé, d'avoir recours à de la supervision, sur une base périodique ou ponctuelle, quand des situations délicates ou difficiles se présentent. Les dilemmes éthiques demandent un temps d'arrêt et de réflexion pour en comprendre les répercussions. La supervision peut contribuer à mieux saisir des enjeux cliniques et professionnels et à trouver une direction ou une résolution à des situations souvent complexes. La supervision contribue aussi à prévenir l'épuisement professionnel (Chang, 2014; Gooding, 2019); elle permet de maintenir un équilibre professionnel et de cerner des réactions de transfert et de contretransfert, entre autres (Bruscia, 1998). La supervision peut être réalisée par des musicothérapeutes ou d'autres professionnels de domaines connexes ayant l'expertise requise, selon vos questionnements.

### **La formation continue**

La formation continue contribue aussi à préserver la passion du travail en maintenant à jour nos connaissances et pratiques. Les associations provinciales et l'ACM organisent ces formations sous forme de colloques et de congrès, en présentiel et en mode virtuel. Il est bon de collaborer avec ces associations pour préciser et augmenter les possibilités de formation continue, soit en lien avec des clientèles, des techniques et des méthodes précises, ou du développement professionnel. Il est aussi important de saisir les occasions de formation continue, de congrès hors discipline, par exemple, en psychologie, en réadaptation, en autisme, en gérontologie et gériatrie, en oncologie/soins palliatifs, etc., pour être au fait des plus récentes avancées dans votre domaine de spécialisation, pour promouvoir le travail en musicothérapie à l'extérieur de la profession et pour optimiser les collaborations interdisciplinaires.

### Musicothérapie personnelle

La musicothérapie personnelle permet de vivre soi-même les séances de musicothérapie, de faire l'expérience de l'autre côté de la relation thérapeutique et de s'assurer que nos propres tensions et conflits n'entravent pas la relation avec les clients (Jackson et Gardstrom, 2011; Vaillancourt, 2016; 2012). Il est parfois difficile de trouver des musicothérapeutes, car ceux-ci ne sont pas toujours disponibles pour offrir des séances personnelles. Les musicothérapeutes qui offrent ou désirent suivre une thérapie personnelle peuvent aussi se retrouver en situation de double rôle, selon la disponibilité et la situation géographique; c'est-à-dire, que les musicothérapeutes peuvent se connaître en raison de leur rôle de superviseurs, professeurs, étudiants, collègues, etc. Si la musicothérapie n'est pas possible, on peut opter pour des thérapies par l'art, la danse et le mouvement ou l'art dramatique, des formes d'expression qui aident également au travail sur soi.

### Pratique musicale

Finalement la pratique musicale peut aider à préserver le lien intime qu'entretiennent les musicothérapeutes avec la musique, maintenir le lien avec cette passion et, par ricochet, enrichir le travail en musicothérapie; que ce soit par la participation à un groupe de chant ou à un chœur, à un ensemble musical, ou à un groupe de musiciens (Ansdell, 2014). J'éprouve moi-même une grande satisfaction à participer à un chœur classique, ce qui nourrit ma passion pour la voix et cette musique particulière. Cette activité hebdomadaire me permet aussi de me ressourcer, de vivre la musique en-dehors d'un contexte thérapeutique et à entretenir mes compétences dans le cadre de la profession de musicothérapeute.

### Mentorat

Nous venons d'aborder brièvement ce que représente l'entrée dans la profession et les stratégies pour établir une pratique durable. Cela dit, pour les musicothérapeutes pratiquant depuis nombre d'années ou qui en sont à mi-parcours dans leur carrière, il peut être enrichissant de partager leur expertise et de transmettre leur savoir aux musicothérapeutes en devenir par le biais du mentorat.

Selon Morer-Urdahl et Creswell (2004), le mentorat crée un effet d'entraînement qui commence avec une personne prenant sous son aile une autre personne en qui elle croit. La personne qui mentore a la capacité de donner de son temps, de partager son expertise et de transmettre son savoir. De son côté, la personne qui bénéficie du mentorat démontre une disposition pour recevoir et accepter ce savoir et cette confiance. La relation de mentorat est une relation gagnante pour les deux parties sur les plans personnel, professionnel et social parce qu'elle favorise l'actualisation de soi, la contribution à l'évolution de la profession et l'amélioration de la société en donnant accès aux meilleures pratiques en musicothérapie à l'intention des individus et des groupes.

Selon Houde (2010), la maturité offre à l'adulte une occasion unique de se préoccuper de la génération montante, ce qu'on appelle la générativité, et d'exprimer les plaisirs et les satisfactions qu'apporte le sentiment de compétence, de laisser sa trace, sans faire des copies conformes de ce qu'il ou elle est, et cela en permettant aux nouveaux venus dans la profession de se révéler à eux-mêmes ou à elles-mêmes. (p. 72)

Les mentors sont comme des passeurs ou passeuses, qui aident la personne mentorée à poursuivre son chemin. Ainsi, en mythologie, le passeur est un archétype au sens que l'entendait Carl Jung (1875-1961). Il représente un personnage qui aide à la traversée d'une rivière, à passer à un autre niveau, à se transformer. De même, les mentors sont des figures d'identification qui aident à la consolidation de l'identité de la personne mentorée (Houde, 2010). Cette personne s'identifie souvent de façon inconsciente au mentor, ce qui l'aide à poursuivre le développement de son identité. Le mentor est un guide et un conseiller qui contribue à l'individuation du mentoré, un peu comme un parent, mais sans être un vrai parent, plutôt un mélange de parent et de professionnel expérimenté (Houde, 2010). Houde (2010) poursuit en désignant le mentor comme une figure de transition, présente à certains moments de vie de la personne mentorée et voit son rôle en lien avec le travail d'actualisation de soi (Rogers, 1963) de la personne mentorée à mesure qu'elle se développe professionnellement et personnellement. Toujours selon Houde (2010), la personne mentorée bénéficie de la transmission du savoir du mentor. Ce dernier procure un niveau de connaissance de ses expériences que le mentoré reprend et fait sien en continuant de développer ses propres connaissances. Le mentorat crée souvent un effet d'entraînement qui encourage les mentorés à devenir à leur tour des mentors.

Le réseautage résultant du mentorat est aussi un aspect important qui permet de tisser une toile où nous sommes tous interpellés et interreliés. Le réseautage aide à introduire un mentoré à des personnes clefs qui vont l'aider à poursuivre sa route vers une spécialisation ou vers des intérêts communs, et le pousser à accroître ses capacités et sa confiance en soi. Il agit comme un relai de contacts professionnels.

On peut facilement expliquer le mentorat par une métaphore, soit une forêt contenant des arbres naissants, adultes et arrivés à maturité, qui se transmettent des nutriments pour soutenir la relève et se renouveler constamment. Selon Peter Wohlleben (2018), un garde forestier allemand, les arbres ont des réseaux de racines qui nourrissent les nouvelles pousses aussi bien que les arbres plus âgés, car tous ont besoin des uns et des autres pour rester en santé et se protéger. Je me rends régulièrement dans une forêt ancestrale de pins blancs au bord du fleuve Saint-Laurent, non loin de Montréal, pour y faire le plein d'énergie, me ressourcer et prendre un bain de forêt – *Forest Bathing* – (Almekinder, s. d.) comme on le fait au Japon, dans cette magnifique cathédrale naturelle sonore, verte, et odorante. Un paysage sonore que Murray R. Schaffer (2011), grand compositeur canadien, affectionnerait. Dans cette forêt, on voit les pousses d'un vert clair au pied des arbres plus âgés qui les protègent et les aident à grandir. Et les plus jeunes protègent les pieds et les racines de ces géants. Cette forêt illustre aussi bien la communauté des musicothérapeutes et reflète notre interdépendance et le besoin de nous soutenir les uns les autres.

La relation de mentorat est une relation qui peut marquer un parcours; elle a marqué le

mien. Elle m'a permis de poursuivre une carrière en musicothérapie qui me passionne tout en me sachant accompagnée. Le mentorat a joué un rôle important dans mon développement professionnel, clinique et personnel, ainsi que dans mes interactions avec la communauté de musicothérapeutes dans les différents rôles que j'ai occupés. Mes mentores ont cru en moi et elles m'ont aidée à puiser dans mes ressources personnelles et professionnelles. Il est important pour moi de saisir cette occasion pour les remercier. J'ai eu l'immense privilège d'être mentorée par des musicothérapeutes exceptionnelles durant les 30 dernières années.

Carolyn Kenny a été ma professeure durant mon baccalauréat et elle a dirigé ma thèse de doctorat quelque vingt ans plus tard. Elle a grandement inspiré mon travail, en particulier grâce à la théorie, *Le Champ du Jeu* (Kenny, 1989; 2006). Malheureusement, elle nous a quittés – trop tôt – il y a quelques années, mais son héritage demeure.

Josée Préfontaine (2006) a été ma superviseuse d'internat et elle a ouvert la voie à plusieurs musicothérapeutes du Québec. Elle était une fervente défenderesse de la langue française pour la communauté canadienne des musicothérapeutes. Même si elle n'est plus là aujourd'hui, je pense souvent à elle, et me demande, *Que dirait ou ferait Josée dans telle circonstance?*

J'ai connu Madeleine Ventre lors de la première formation sur la Méthode Bonny en Musique et Imagerie Guidée (GIM) que j'avais organisée à Montréal. J'ai ensuite poursuivi ma formation avec Madeleine à New York. Elle a été une formatrice extraordinaire avec une grande expertise qui soutient encore ma pratique et la formation que j'offre en GIM.

J'ai également eu le bonheur de bénéficier du mentorat de Liz Moffitt au cours des dix dernières années quand elle a offert la formation en GIM à l'université Concordia. Liz cumule, elle aussi, une expérience incroyable, et je lui serai toujours reconnaissante pour sa générosité et son soutien dans mon parcours pour devenir formatrice en GIM.

En y réfléchissant, *quels ont été, ou sont encore, vos mentors ou les personnes qui influencent toujours votre parcours? Vous pouvez penser aux enseignants que vous aviez à l'école primaire, au secondaire, à vos enseignants de musique, et plus tard dans vos études universitaires en musicothérapie, dans vos milieux de travail. À ce moment-ci de votre carrière, est-ce que vous pouvez imaginer devenir vous-mêmes mentor(e)?*

### **Un rôle de leader pour faire avancer la profession de musicothérapeute**

Le leadership est un aspect qui peut contribuer au désir de demeurer dans la profession. Les musicothérapeutes sont motivés par le désir de contribuer au mieux-être et à la santé de personnes et de groupes ayant un accès limité à des services de thérapie; ils créent de nouveaux programmes et services, font des présentations pour se faire connaître et promouvoir la profession, certains créent leur entreprise ou exercent en pratique privée, on fait appel à eux pour leur expertise, on les cite en référence. On les voit dans les reportages écrits, sur internet, dans les journaux, à la télévision et dans les médias sociaux. Toutes ces actions demandent du leadership et renforcent le sentiment de contribuer à la société de manière significative grâce au travail de musicothérapeute.

Durant mon doctorat en Leadership dans les professions à l'université Antioch (Ohio, É.-U.), on étudiait différents modèles de leadership; deux modèles ont particulièrement résonné par rapport à mon travail de musicothérapeute. Le premier modèle auquel je m'identifie est un modèle de leadership servant. Greenleaf (2002) écrit:

Le leader servant est, en premier lieu, au service de l'autre... il ressent le besoin naturel de servir d'abord les autres. Sa « mission » est de veiller à ce que les besoins les plus pressants des personnes qui l'entourent soient comblés... les personnes ainsi servies peuvent-elles elles-mêmes grandir? Alors qu'on les sert, peuvent-elles devenir plus saines, plus sages, plus libres, plus autonomes, et plus susceptibles de se placer à leur tour au service de l'autre? (p. 27) [Traduction]

Ici on ne parle pas de servant ou servante au sens d'être sous les ordres de quelqu'un ou dans un rôle de soumission. Greenleaf encourage plutôt l'être humain à être au service de l'autre et à se réaliser pleinement. Le deuxième modèle qui m'interpelle est le leadership quantique. Ce qu'on apprend de la physique quantique, que tout est interdépendant, relié, et que toute chose influence toutes les autres.

Pour Wheatley (1999), auteur de l'ouvrage *Discovering Order in a Chaotic World*:

Tout processus qui favorise la pensée et l'intuition non linéaires et fait appel à des formes d'expression autres comme le théâtre, l'art, le récit, l'image, la musique... nous aide à nous laisser baigner simultanément dans des phénomènes à valeurs multiples tout en laissant nos sens nous guider vers de nouveaux entendements. (p. 143) [Traduction]

Wheatley mentionne également qu'à mesure que les valeurs et les besoins en leadership évoluent, des approches innovantes sont explorées, comme en physique quantique, qui représente le mouvement constant et les interactions entre les atomes. Comme écrivait Carolyn Kenny (2006), nous naviguons à la fois dans les mondes des arts et de la science, du circulaire et du linéaire, du non verbal et du verbal, de l'intuition et de la logique, de l'implicite et de l'explicite.

Maintenant que nous avons réfléchi aux chemins que nous avons empruntés pour devenir musicothérapeute et aux ressources à notre disposition pour demeurer dans la profession, je vous invite à réfléchir à votre rôle face aux défis de la profession.

### Défis de la musicothérapie

Nous venons de faire un survol des stratégies de soutien de la profession de musicothérapeute. Ce soutien nous est nécessaire pour affronter les défis que représente la pratique actuelle, comme les enjeux de la justice sociale, de la paix, de l'équité, de la diversité, et de l'inclusion. J'aborderai maintenant l'importance de la solidarité face à la pandémie de COVID-19, laquelle a eu des répercussions dramatiques pour certains musicothérapeutes et leurs clients/patients.

## Justice sociale et paix

De plus en plus de musicothérapeutes s'intéressent à la promotion de la justice sociale et de la paix dans leur pratique quotidienne et sont témoins de l'effet de la musicothérapie sur les personnes et les groupes avec qui elles travaillent : des personnes vivant avec un problème de santé mentale qui affirment leurs droits et nous invitent à les écouter à travers des compositions de chansons originales; des personnes réfugiées qui expriment leur vécu et que les musicothérapeutes accompagnent dans un cadre sécuritaire tout en validant leur besoin d'une plus grande justice sociale; des enfants vivant de grandes détresses psychologiques ayant un profond désir de se sentir entendus et en sécurité. Les musicothérapeutes aident les personnes à se réaliser, ce qui leur permet de se sentir valorisées, écoutées, validées, et qui peut, par effet d'entraînement, avoir une incidence positive sur l'entourage immédiat de ces personnes. J'ai vu en séances le regard de parents et d'enseignants changer en voyant des enfants dits « à problème » présenter leur composition musicale. J'ai vu le regard d'une mère s'illuminer à la vue de son petit garçon jouant du xylophone en chantant en rythme, elle réalisait toute l'intelligence qui brillait dans les yeux de ce petit être complètement heureux de se sentir reconnu par sa mère. J'aime croire que ces enfants grandiront en sachant qu'ils contribueront à la société à leur manière. Ces exemples illustrent le rôle que jouent la musique et les musicothérapeutes dans une visée de justice sociale pour que tous aient la chance d'accéder à des services qui leur permettent de s'exprimer et de se développer de manière optimale.

Ainsi chaque musicothérapeute peut faire le choix d'orienter sa pratique de manière à améliorer le sort de ses semblables en se posant la question suivante : *Comment puis-je contribuer au développement de la profession et à la promotion de la justice sociale en tenant compte des défis actuels de notre société et du monde qui nous entoure?* Greenleaf (2002) ajoute que la plus grande menace ou le pire ennemi d'une société meilleure est « une personne ayant un fort tempérament de servant naturel et le potentiel d'être un leader, mais qui choisit de ne pas mener, ou encore, choisit de suivre une personne n'ayant pas cette caractéristique de "servant" » (p. 59), [trad.].

Pour moi, le mouvement *Musicothérapeute pour la paix* créé par Edith Boxill (1988) à New York en collaboration avec plusieurs musicothérapeutes dans les années 1980, a été une grande source d'inspiration. Des rencontres annuelles d'échange et de musique se sont organisées depuis plusieurs années au Canada pour souligner notre engagement pour la paix grâce aux initiatives de musicothérapeutes. Chaque musicothérapeute peut, à sa façon, contribuer à la paix que ce soit à l'échelle locale, auprès de son entourage, ou de manière plus large, par l'entremise d'organismes locaux, provinciaux, nationaux ou internationaux. Dans le cadre de ma thèse de doctorat basée sur les arts (Vaillancourt, 2009) et qui touchait la musicothérapie communautaire, le mentorat, la justice sociale et la paix, j'ai composé un poème sur la justice asociale, après avoir vu, dans un reportage sur la guerre en Afghanistan, le regard terrifié d'une petite fille face à un soldat armé, dans sa maison à moitié démolie. Son regard semblait demander « que va-t-il m'arriver? »

*Justice dissonante  
Sonorités extrêmes  
Fractures sociales  
Utopie planétaire  
Idéal inatteignable  
Pourtant elle cherche notre attention  
Elle crie à travers les regards hagards  
Elle s'éternise sur les visages éteints  
Elle implore les cœurs endormis  
Pour qu'on la célèbre et  
Lui rende justice*

Ce poème m'a permis de réfléchir et d'exprimer ce que représente l'absence de justice sociale, et de renforcer l'idée que nous avons tous un devoir d'y contribuer malgré des défis considérables. Je crois fermement que le travail des musicothérapeutes et la musique représentent un moyen privilégié pour relayer des messages de justice sociale et de paix.

Je vous encourage à réfléchir, au cours des prochains jours, semaines ou mois, à votre propre contribution à la justice sociale – celle que vous apportez déjà ou que vous aimeriez apporter. Les musicothérapeutes sont bien placés pour faire avancer les principes de justice sociale puisqu'ils côtoient régulièrement des populations souvent marginalisées n'ayant pas accès à des services ou à des ressources qui pourraient améliorer leur qualité de vie et leur permettre de se réaliser pleinement. Dans le même ordre d'idée, les principes d'équité, de diversité et d'inclusion nous amènent à revoir nos pratiques. Je suis reconnaissante à la génération montante de musicothérapeutes étudiants et aux musicothérapeutes établis qui œuvrent depuis plusieurs années à promouvoir ces trois valeurs essentielles. Comme des éveilleurs de conscience, des musicothérapeutes, des professeurs et des étudiants, dont certains ont souffert d'un manque d'équité, de diversité et d'inclusion, nous poussent à penser autrement, et pour le mieux. Depuis quelques années, dans le milieu universitaire en particulier, je me suis éveillée à ces principes, mais j'ai encore beaucoup à apprendre. J'encourage tout le monde à s'engager envers ces principes, en se posant d'abord les questions suivantes : *Quelle est ma compréhension de ces principes? Comment se révèlent-ils dans mon quotidien? Comment se manifestent-ils auprès des personnes que j'accompagne en musicothérapie?*

### **Être musicothérapeute en temps de crise**

La pandémie de COVID-19 a eu des répercussions sans précédent sur la profession de musicothérapeute, sur la formation, les études, les stages, les clients et les patients. En revanche, pour certains musicothérapeutes, la situation s'est avérée une occasion d'élargir leur pratique en mode télésanté, d'aller chercher du mentorat, de la supervision, des formations continues et des séances personnelles de musicothérapie, et de s'entraider en ligne. Certes, il a fallu

beaucoup d'adaptation pour y arriver, et je profite de cette plateforme pour rendre hommage aux musicothérapeutes professionnels et en formation partout au Canada qui ont vu leur pratique et leurs études chamboulées depuis mars 2020. Plusieurs parmi vous vivent le deuil de patients, clients ou résidents, ou d'autres personnes que vous avez côtoyées, et vous avez peut-être aussi perdu des proches parents ou amis. Bon nombre d'entre vous ont dû interrompre leur pratique pour vous relocaliser dans d'autres services, résidences ou institutions pour prêter main forte aux équipes de soins. Je vous souhaite de reprendre graduellement et de manière sécuritaire votre pratique auprès de toutes ces personnes qui ont grand besoin de vous. Je désire également rendre hommage aux enseignants et superviseurs, qui ont dû surmonter des défis de taille pour effectuer leur travail dans les meilleures conditions possibles, ainsi qu'aux étudiants et aux stagiaires qui ont démontré une grande capacité d'adaptation face à la situation pour terminer leurs cours, leurs stages et leur internat, en présentiel et à distance. Cette crise sanitaire nous fait réfléchir sur l'importance de la solidarité. *Comme musicothérapeutes, comment sommes-nous présents les uns pour les autres?* Même si nos nombres sont faibles et que nous sommes dispersés partout au pays, nous avons pu constater que le monde virtuel est plein de possibilités pour nous soutenir les uns les autres, quel que soit l'endroit où nous vivons. *Pensez à des moments où vous avez soutenu des collègues musicothérapeutes, nouveaux diplômés ou étudiants au cours de la dernière année. Qu'est-ce qui a été le plus significatif pour vous dans l'expérience de soutenir une autre personne? Pensez à d'autres moments où vous avez reçu à votre tour du soutien de collègues musicothérapeutes au cours de la dernière année. Qu'est-ce qui vous a été le plus utile?* Finalement, réfléchissez à des façons de répéter cette expérience de soutenir un collègue ou de demander que l'on vous soutienne. Nous devons sans cesse surmonter des défis et nous attaquer à des enjeux sociétaux, mais nous disposons de ressources et avons autour de nous des personnes qui peuvent nous apporter du soutien ou que nous pouvons nous-mêmes soutenir.

### **Conclusion : Appartenir à la communauté des musicothérapeutes**

Pour conclure, j'aimerais réitérer à quel point c'est un privilège immense d'appartenir à la grande famille des musicothérapeutes, d'abord au niveau provincial, de mon côté, avec l'Association québécoise de musicothérapie, association « tissée serrée » depuis les années 1990. Il y a beaucoup de solidarité et de bonheur lorsque nous nous retrouvons pour les colloques et les formations continues. Il y a aussi l'Association canadienne des musicothérapeutes qui nous relie dans tout le pays et qui abat beaucoup de travail dans l'ombre; c'est un bonheur de retrouver, lors de chaque congrès annuel, les collègues des autres provinces et de faire connaissance avec de nouveaux collègues.

J'aime beaucoup cette citation de Carolyn Kenny (2006) qui reflète bien notre communauté : Un aspect des plus noble et des plus exquis de notre caractère humain est notre désir d'alléger la souffrance en exprimant notre compassion, de nous soucier les uns des autres. Le domaine de la musicothérapie attire des personnes extrêmement généreuses qui souhaitent servir les personnes de leur entourage souvent à risque et dans des situations d'extrême

détresse physique, émotionnelle, psychologique et spirituelle. (p. 205) [Traduction]  
Le musicothérapeute a la capacité d'accueillir l'autre dans sa globalité et de faire ressortir ce qu'il y a de plus beau en chaque personne.

Voici quelques points importants auxquels je vous encourage à réfléchir.

Premièrement, soyez fiers d'être musicothérapeutes, vous n'avez rien à envier aux autres professions, vous êtes les experts de l'utilisation de la musique dans un contexte thérapeutique, quelle que soit votre spécialité. Ne tombez pas dans le piège de « devoir prouver l'efficacité de la musicothérapie » à tout prix. Demandez-vous plutôt *De quelle manière puis-je le mieux représenter la complexité de mon travail? Quel type de recherche ou de présentation seraient les plus utiles pour y arriver?*

Deuxièmement, plus que jamais, les musicothérapeutes sont des professionnels dont on reconnaît l'expertise dans les milieux de la santé, des services sociaux et de l'éducation. La demande pour ces services augmente, tout particulièrement maintenant que notre société se relève tranquillement de la pandémie. Plusieurs d'entre nous ont été témoins du rôle que joue la musique pour se sentir lié aux autres.

Pour boucler cet article, je vous invite à poursuivre votre réflexion sur votre parcours unique : *Est-il une ligne droite ou un chemin sinueux? A quoi ressemble-il aujourd'hui? Comment l'imaginez-vous dans les prochaines années?* Quel que soit son contour, je vous encourage à le partager avec d'autres musicothérapeutes ou d'autres personnes qui comprennent bien votre travail. Je vous souhaite bonne route à toutes et à tous.

### Remerciements

J'aimerais remercier l'Association canadienne des musicothérapeutes de m'avoir offert l'occasion d'ouvrir le congrès virtuel en 2021 et la Revue canadienne de musicothérapie pour la publication de cet article. Je tiens aussi à remercier tous mes élèves, stagiaires, collègues musicothérapeutes et professeures à Concordia, particulièrement Sandi Curtis, Laurel Young et Cynthia Bruce. Vous m'avez enseigné énormément au fil des années et vous continuez de le faire.

### Références

- Almekinder, E. (s.d). Forest or nature bathing: Ancient practices, modern uses, and the science of relaxation. <https://www.bluezones.com/2019/06/forest-or-nature-bathing-ancient-practices-modern-uses-and-the-science-of-relaxation/>
- Ansdell, G. (2014). *How music helps in music therapy and everyday life*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315587172>
- Bird, N., Merrill, T., Mohan, H., Summers, S., et Woodward, A.(1999). Staying alive in our work: A group's experience in peer supervision. *Canadian Journal of Music Therapy*, 7(1). 51–67.

- Boxill, E. H. (1988). Letter of invitation. *Music Therapy*, 7(1), 56.  
<https://doi.org/10.1093/mt/7.1.5>
- Bruscia, K. (1998). *The dynamics of music psychotherapy*. Barcelona Publishers.
- Chang, K. (2014). An opportunity for positive change and growth: Music therapists' experiences of burnout. *Canadian Journal of Music Therapy*, 20(2), 64–85.
- Cléments-Cortes, A. (2013). Burnout in music therapists: Work, individual, and social factors. *Music Therapy Perspectives*, 31(2), 166–174.
- Decuir, A. A., et Vega, V. P. (2010). Career longevity: A survey of experienced professional music therapists. *The Arts in Psychotherapy*, 37(2), 135–142.  
<https://doi.org/10.1016/j.aip.2009.12.004>
- Gooding, L. F. (2019) Burnout among music therapists: An integrative review. *Nordic Journal of Music Therapy*, 28(5), 426–440. <https://doi.org/10.1080/08098131.2019.1621364>
- Greenleaf, R. K. (2002). *Servant leadership. A journey into the nature of legitimate power and greatness*. Paulist.
- Houde, R. (2010). *Des mentors pour la relève*. Presses de l'Université du Québec.
- Jackson, N. A., et Gardstrom, S. C. (2011). Personal therapy for undergraduate music therapy students: A survey of AMTA program coordinators. *Journal of Music Therapy*, 48(2), 226–255.
- Kenny, C. (2006). *Music & life in the field of play: An anthology*. Barcelona Publishers.
- Kenny, C. (1989). *The field of play: A guide for the theory and practice of music therapy*. Ridgeview Publishing.
- Minevich, S. H. (2018). Wise therapists say: A qualitative interview study. [Master's thesis, Concordia University]. <https://spectrum.library.concordia>
- Moerer-Urdahl, T., et Creswell, J. (2004). Using transcendental phenomenology to explore the “ripple effect” in a leadership mentorship program. *International Journal of Qualitative Methods*, 3(2), 1–28.
- Préfontaine, J. (2006). On becoming a music therapist. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 6(2). <https://doi.org/10.15845/voices.v6i2.255>
- Rogers, C. (1963). *Le développement de la personne*. Dunod.
- Schafer, M. R. (2011). *Le paysage sonore*. Éditions Wildproject.
- Vaillancourt, G. (2016). When the client is a music therapist. Experiencing five approaches to music psychotherapy. *Revue canadienne de musicothérapie/Canadian Journal of Music Therapy*, 22(1).
- Vaillancourt, G. (2012). Une musicothérapeute en musicothérapie : ou quand la cliente est une musicothérapeute! *Revue canadienne de musicothérapie/Canadian Journal of Music Therapy* 18(1), 8–25.
- Vaillancourt, G. (2009). *Mentoring apprentice music therapists for peace and social justice through community music therapy: An arts-based study*. [Doctoral Dissertation, Antioch University]. UMI.
- Vega, V. P. (2010). Personality, burnout, and longevity among professional music therapists. *Journal of Music Therapy*, 47(2), 155–170.  
<https://doi.org/10.1093/jmt/47.2.155>

Wheatley, M. J. (1999). *Leadership and the new science. Discovering order in a chaotic world.*

Berrett-Koehler Publishers.

Wohlleben, P. (2018). *La vie secrète des arbres.* Éditions MultiMondes.

### À propos de l'autrice

Guylaine Vaillancourt est professeure agrégée en musicothérapie et directrice du Département de thérapies par les arts à l'Université Concordia (Montréal, Canada). Musicothérapeute, superviseure, mentore, et enseignante depuis plus de 30 ans, elle détient une maîtrise en musicothérapie (New York University) et un doctorat en *Leadership and Change* (Antioch University, Ohio, EU).

[g.vaillancourt@concordia.ca](mailto:g.vaillancourt@concordia.ca)