



Canadian
Association of
Music Therapists

Association
canadienne des
musicothérapeutes

Canadian Journal of Music Therapy Revue canadienne de musicothérapie

La musicothérapie communautaire en santé mentale : un paradigme fondé sur la chanson et la participation du client

Community mental health musictherapy: A consumer-initiated song-based paradigm

Baines, S & Danko, G, Capilano University
Traduction de recherches originales /
Translation of Original Research

Mots clés : communauté, santé mentale, musicothérapie, sondage, thérapie de groupe, chant

Keywords: community, mental health, music therapy, survey, group therapy, singing

Journal Information Information de la revue

Volume 26 | 2020



Editor-in-Chief
Rédactrice en chef
Sue Baines, PhD, MTA, FAMI

ISSN: 1199-1054

Frequency /Fréquence :
annual/annuel

Sommaire

En 1997, un programme pilote de musicothérapie était mis en œuvre dans un pavillon de santé mentale communautaire et, six mois plus tard, il s'étendait à cinq centres d'hébergement communautaire en santé mentale, tous administrés par une agence agréée de la région du Lower Mainland, en Colombie-Britannique, au Canada. Cette agence offre des services aux personnes ayant reçu un diagnostic de trouble mental chronique et persistant et elle adopte un modèle de soins amorcés par l'utilisateur. Dans un article publié dans la Revue canadienne de Musicothérapie, Baines (2000) décrit la démarche de ce programme, fondée essentiellement sur la chanson et documente son évaluation par les usagers, pour finalement conclure que le modèle d'affirmation et de participation du client qu'il met de l'avant semble contribuer de façon significative à la réussite de la réadaptation. Dans le présent article, les auteurs font le point sur l'état actuel du programme et y contribuent de nouvelles données grâce à des sondages auprès des usagers et du personnel et à des entrevues approfondies des usagers pour déterminer en quoi ce programme de musicothérapie fondé sur la chanson et amorcé par l'utilisateur est efficace pour eux.

Abstract

In 1997, a music therapy program was first piloted in a community mental health clubhouse and six months later expanded to five community mental health group homes, all administrated by an accredited agency in the Lower Mainland of British Columbia, Canada. This agency serves persons with a diagnosis of chronic and persistent mental illness and adheres to a consumer-initiated model of practice. In an article published in the *Canadian Journal of Music Therapy*, Baines (2000) described the predominantly song-based approach of that program and documented a consumer evaluation of it, concluding that the client-centred empowerment model of consumer inclusiveness described appeared to contribute significantly to the rehabilitative effect of the program. In this article, the authors report on the current status of the program, including new data from surveys of consumers and staff as well as in-depth consumer interviews regarding their awareness of how and why the consumer-initiated, song-based music therapy program is effective for them.

Introduction

Au Canada, nombre de nos collègues musicothérapeutes enseignent et pratiquent un modèle de musicothérapie que l'on qualifiait auparavant comme étant éclectique et centré sur le client. Les thérapeutes ayant recours à ce modèle puisent dans la gamme des méthodes de musicothérapie actuelles et historiques pour ensuite redéfinir l'expérience client dans le respect des paramètres du système canadien de prestation de soins de santé, afin de répondre le mieux possible aux besoins de la population desservie. L'exercice de la musicothérapie au Canada comporte, depuis toujours, des modèles de pratique clinique et communautaire fondés sur les besoins qui se manifestent au sein de la population et dans la région desservie.

En 2000, Baines publiait un article intitulé *A consumer-directed and partnered community mental health music therapy program: Program development and evaluation* [un programme de musicothérapie en santé mentale communautaire établi et mené en partenariat avec l'utilisateur : élaboration et évaluation du programme] dans lequel elle décrivait les perceptions des consommateurs d'un programme de musicothérapie selon la rétroaction fournie par les clients dans le cadre de sondages. Initialement publié dans la Revue canadienne de musicothérapie, l'article a été reproduit dans la revue *Voices: A World Forum for Music Therapy* en 2003. Cet article a également été cité dans quatre publications récentes — dans un article de Cynthia Chhina (2004) intitulé *Music therapy and psychosocial rehabilitation: Towards a person-centered music therapy model* [musicothérapie et réadaptation psychosociale : vers un modèle de psychothérapie centré sur la personne] publié dans la *Revue canadienne de musicothérapie*; dans un livre publié sous la direction de Susan Hadley (2006), *Feminist Perspectives in Music Therapy* [perspectives féministes en musicothérapie]; dans un article de Jane Edwards et Susan Hadley (2007) intitulé *Expanding music therapy practice: Incorporating the feminist frame* [élargissement de la pratique de la musicothérapie : intégrer la grille d'analyse féministe] publié dans *The Arts in Psychotherapy*; et dans un article de Barbara Wheeler (2007) intitulé *Music therapy research: Contributions from Canada* [Recherche en musicothérapie : l'apport canadien] publié dans la Revue canadienne de musicothérapie.

En place depuis 11 ans et demi au moment de la publication initiale de l'article (en 2010), le programme décrit par Baines remonte loin, particulièrement dans le contexte actuel de constantes compressions budgétaires. En raison de cette longue histoire et de l'intérêt que suscite ce programme depuis quelque temps, le présent article revient sur le sujet. Il examine le processus et les effets de l'interprétation de chansons familières dans un espace participatif chez des usagers atteints d'une maladie mentale grave ou de psychose. Nous examinerons d'abord la littérature pertinente, puis la rétroaction fournie par les usagers et le personnel dans leurs réponses à des questionnaires au printemps de 2008. Des extraits d'entrevues réalisées avec cinq usagers du programme seront présentés à la suite des données de l'enquête.

Examen de la littérature

Quatre domaines de recherche connexes seront explorés dans l'examen de la littérature. Nous examinerons d'abord la littérature récente en musicothérapie communautaire. Nous présenterons ensuite un examen de la littérature publiée dans des domaines de recherche connexes à la musicothérapie. Puis nous nous pencherons sur le processus de musicothérapie de groupe — plus précisément les groupes d'utilisateurs atteints de maladies mentales graves. Pour finir, nous explorerons des ouvrages de psychologie qui se penchent sur des données pertinentes au projet à l'étude, tout particulièrement ceux où l'on décrit des stratégies de leadership efficaces pour la tenue de groupes menés par des participants et de groupes d'entraide.

Littérature récente dans le domaine de la musicothérapie communautaire

Dans le passé, la grande majorité des auteurs qui abordaient le sujet de la musicothérapie communautaire, dont Baines (2000), commençaient par s'excuser « des racines cliniques de la musicothérapie » avant de les décrire. C'est ce que l'on appelle maintenant le « modèle consensuel » (Pavlicevic et Ansdell, 2004). Le modèle consensuel de la musicothérapie est basé sur certains éléments de l'approche anglaise proposée initialement par d'éminents musicothérapeutes comme

Nordoff et Robbins, Mary Priestley et Juliette Alvin. Aujourd'hui, l'utilisation de musique préexistante dans le cadre de ce modèle est en grande partie chose du passé, remplacée par une approche fondée principalement sur l'improvisation clinique. Dans *Community Music Therapy* [la musicothérapie communautaire], un livre récemment édité sous la direction de Mercedes Pavlicevic et Gary Ansdell (2004), 13 des 17 auteurs invités s'inscrivent dans cette tradition, ce qui limite malheureusement la diversité des pratiques de musicothérapie communautaire qui y sont décrites. Toutefois, comme en témoigne Leslie Blunt, l'une des autrices anglaises les plus chevronnées de l'ouvrage, « [c]omposer des chansons avec un patient ambulatoire [...] ou arranger une pièce musicale existante pour un groupe d'enfants [...] n'a rien de nouveau et correspond aux approches flexibles de la musicothérapie employées dans les premières années d'existence de la profession au Royaume-Uni » (p. 272) [trad.].

Au Canada, la démarche que l'on nomme aujourd'hui « modèle consensuel » a souvent été désignée par le terme *improvisation clinique*. L'appellation *musicothérapie clinique* désigne une pratique qui repose sur les normes officielles d'exercice relevant principalement du domaine de la psychologie clinique. Le terme *musicothérapie communautaire*, pour sa part, désigne une pratique qui, en plus de s'inscrire dans un cadre clinique, s'appuie sur la théorie de la pratique communautaire élaborée dans les domaines du travail social communautaire, des soins infirmiers communautaire et de la psychologie communautaire. Pour décrire la pratique de la musicothérapie auprès du grand public, les termes historiques et familiers *clinique* et *communautaire* semblent plus efficaces que *consensus*, un terme plus abstrait qui se prête mal à la mise en marché.

Ces pratiques communautaire variées comportent certains éléments communs : elles se déroulent dans des espaces ouverts, sont inclusives, font appel à la participation des clients, tiennent compte tout autant de la collectivité que de la personne, et démontrent « un intérêt pour le plaisir de la création musicale collaborative » (Stige, 2006, p. 42) [trad.]. Les fondements théoriques de cette démarche [...] proviennent principalement des travaux novateurs de Kenny (1982) dans *Field of Play* [le champ du jeu]

et, plus récemment, de Ruud (1998), qui a poursuivi les travaux de Kenny et les a intégrés à son travail de pionnier dans *Improvisation, Communication and Culture* [improvisation, communication et culture].

Au Canada, nous conjuguons depuis longtemps musicothérapie communautaire et modèle de soins clinique, et ce, avec succès. Citons, par exemple, le cas d'une pièce de théâtre adaptée d'une œuvre de Hans Christian Andersen intitulée *The Emperor's Nightingale* (« Le rossignol et l'Empereur de Chine »), que Fran Herman a décrit dans un courriel reçu dans le cadre de la préparation du présent article :

La pièce *The Emperor's Nightingale* a été réalisée en 1961, dans le cadre du premier programme de musicothérapie de groupe au Canada, par The Wheelchair Players, un groupe d'enfants vivant dans un établissement qui se nommait alors Home for Incurable Children (maison des enfants incurables), devenu depuis le Bloorview Hospital [...]. Ce spectacle faisait partie d'un programme regroupant tous les arts de la scène pour offrir [...] un mode d'expression de soi et l'occasion de faire des choix, et pour valoriser les droits des enfants vivant avec de graves handicaps. Plutôt que de rechercher la pitié, ces enfants ont appris à mettre en scène le drame en dépit des fauteuils roulants. [Le spectacle] a été présenté dans un auditorium de 1 200 spectateurs, des extraits ont été diffusés à la CBC... et le film devait être présenté au congrès de l'American Medical Association l'après-midi où Kennedy a été assassiné. À ce moment, le film a été égaré (communication personnelle, 3 novembre 2008). [Traduction]

Le film a été retrouvé, numérisé, puis finalement présenté lors du congrès de l'Association canadienne des musicothérapeutes, en 2004 à Perth, en Ontario. Il est disponible par l'entremise de la Fondation de musicothérapie du Canada (www.musictherapytrust.ca).

Les plus récentes publications internationales expriment clairement leur appui à cette approche inclusive. « Pour assurer l'efficacité thérapeutique dans le cadre d'une démarche contextuelle de la [musico]thérapie, on mise sur une collaboration client-thérapeute reposant sur l'accès à la musique, l'habilitation et l'affirmation plutôt que sur la mise en œuvre d'interventions par le thérapeute expert » (Rolvjord, 2006, p. 10) [trad.]. Elle poursuit :

La puissance de la musique ne peut donc être attribuée à aucun objet autonome, si provisoire soit-il. Elle doit plutôt être attribuée à un engagement actif et contextualisé. Dans ce contexte théorique, la notion d'intervention musicale paraît plutôt paradoxale, car elle suggère que le pouvoir d'améliorer la santé du client par la musique est entre les mains du thérapeute qui intervient. Par cela, j'avance qu'il se peut que nous ayons échoué à reconnaître l'importance de la musique telle qu'utilisée par le client même, dans le cadre de la musicothérapie aussi bien que dans la vie quotidienne. Si nous choisissons de reconnaître la puissance que confère au client la création de musique, il nous faut axer nos pratiques de musicothérapie sur l'accessibilité et l'affirmation, et ainsi passer de l'intervention à la collaboration. (p. 11) [Traduction]

Jane Edwards et Susan Hadley appuient cette affirmation dans leur perspective féministe de la musicothérapie : « Une conscience féministe demande que les musicothérapeutes soient disposés à clarifier leur propre position face à cette question. Cette prise de conscience nécessite que l'on porte attention à ses propres privilèges, à sa propre puissance et au statut qui en découle » (p. 201) [trad.]. Rolvsjord (2006) précise également qu'« il est nécessaire de rendre le pouvoir de la musique aux clients et de les habiliter à utiliser leur propre musicalité et leurs compétences musicales, leurs pièces musicales et leurs prestations musicales pour favoriser leur propre santé et leur qualité de vie. Ainsi, il importe que la musicothérapie favorise l'accès à la musique et l'autodétermination par rapport à celle-ci » (p. 9) [trad.]. Chinna (2004) est du même avis : « Les principaux facteurs motivant les décisions en matière de prestation de services doivent être les besoins et les valeurs des clients, les usagers du service que nous fournissons » (p. 15) [trad.]. Dans un récent numéro de la *Revue canadienne de musicothérapie*, Eyre (2008) fait état de son travail auprès de personnes souffrant d'insuffisance rénale chronique, une population aux prises avec de multiples sources de stress sur les plans médical et psychologique. Son projet se fondait sur des « principes centrés sur le client privilégiant les préférences du client, l'instruction du client sur le

potentiel thérapeutique de la musique et l'affirmation du client » (p. 58) [trad.]. La recherche menée par Eyre indique que cette démarche d'affirmation semble obtenir un meilleur succès auprès de personnes vivant des problèmes chroniques de santé physique et psychologique graves avec comorbidité, et les auteurs jugent que ce succès peut être extrapolé au travail auprès d'autres clientèles atteintes de maladies chroniques multiples, y compris des maladies mentales graves.

Dans le modèle décrit par l'article, le patient est toujours engagé dans l'initiation et la planification du processus. Les auteurs avancent qu'il s'agit là de la raison fondamentale pour laquelle nous avons tendance à chanter un grand nombre de chansons dans le cadre de ce modèle de pratique valorisant mené par le client. Le désir de chanter des chansons familières en groupe pendant la plupart des séances de musicothérapie répond à une multitude de besoins relevant de tous les domaines fonctionnels. Dans le passé, des préoccupations ont été soulevées en ce qui a trait à l'utilisation de divers types de musique populaire dans la pratique de la musicothérapie. Comme le conclut Bushong (2002) dans le cadre d'une récente étude, « il semble exister suffisamment de données probantes pour affirmer que la musique populaire est, fort probablement, un élément qui reflète et exacerbe tout à la fois les attitudes, valeurs et comportements, lorsque l'on tient compte des particularités et des stimuli de chacun » (p. 77) [trad.]. La musique populaire peut effectivement s'avérer un outil puissant aux mains d'un musicothérapeute habile.

Littérature connexe en musicothérapie

Au fil des ans, de nombreuses études ont affirmé que la musicothérapie est un mode d'intervention efficace auprès de personnes ayant des problèmes de santé mentale ou de toxicomanie, ou les deux. (Gallagher et Steele, 2002, p. 117). Ghetti (2004) remarque que « la participation en musicothérapie peut faire office de passerelle : au fur et à mesure que s'installent la confiance et l'assurance dans le contexte thérapeutique musical, ces nouvelles compétences pourront se transposer à d'autres milieux de traitement. [...] Les prestations musicales en groupe offrent l'occasion de démontrer des compétences interpersonnelles et d'explorer les retombées positives et négatives que peuvent avoir les actions individuelles sur le groupe » (p. 87) [trad.].

Chhina (2004), pour sa part, affirme que, « en termes simples, le processus de participation à un traitement de musicothérapie permet à la personne d'acquérir des compétences et lui prodigue du soutien pour favoriser le rétablissement de son identité personnelle et de ses rôles, pour lui permettre de mener une vie satisfaisante dans la collectivité de son choix » (p. 25) [trad.].

Un modèle biomédical arrive à la même conclusion. Taylor (1997) affirme que « pour favoriser la reprise de contact d'un patient psychotique avec son environnement physique, il est souvent efficace de provoquer une interaction active entre les deux. Pendant le jeu d'instrument, le chant ou toute autre forme de participation à la production de musique, le cerveau doit agir en relation directe avec les stimuli musicaux concomitants du domaine de la perception neurologique [...], des traits de personnalité comme l'extraversion, la confiance en soi et la motivation refont surface durant les séances de musicothérapie et se généralisent au fil de l'intervention [...] pour renforcer la prise de conscience d'une affirmation de soi efficace » (p. 114-117) [trad.].

La musicothérapie auprès de groupes

La plus grande partie de la littérature sur la musicothérapie auprès de groupes est axée sur les modèles susmentionnés fondés sur l'improvisation et le consensus. En raison des distinctions importantes de ces processus par rapport à notre propre « paradigme fondé sur la chanson », la plupart de ces renseignements ne sont pas pertinents aux fins du présent article. Il y a toutefois quelques points communs. La littérature indique qu'habituellement, le nombre de participants aux psychothérapies de groupe doit être limité en fonction des contraintes de la communication verbale. Selon Davies et Richards (2002), « les échanges verbaux sont nécessairement séquentiels. [Habituellement], une seule personne parle à la fois. Les autres doivent garder le silence, même si elles ressentent de grandes émotions. Par contre, l'improvisation de groupe permet au groupe de s'exprimer d'une voix commune » (p. 21) [trad.]. Watson et Vickers (2002) expliquent que « la musicothérapie permet une participation émotive directe avec le groupe par le biais de la musique créée ensemble. Au bout de quelques semaines, la plupart des clients qui éprouvaient de la difficulté à trouver leur place au sein d'un groupe développent un sentiment d'appartenance

et commencent à participer plus activement » (p. 135) [trad.]. Carter et Oldfield (2002) ajoutent : « comme la musique est délimitée dans le temps et que les chansons ont un début et une fin clairement définis, faire de la musique peut être rassurant pour les [clients] qui recherchent constamment des structures rassurantes dans leur vie » (p. 154) [trad.]. Tom Plach (1996) clarifie et nomme les buts habituellement cités dans la plupart des textes qui explorent le travail de groupe en musique et en musicothérapie : « compétences sociales, accroissement de l'habilité à jouer et à éprouver du plaisir, utilisation constructive des temps libres et fonctionnement sain dans les situations de compétition et de conflit » (p. 67) [trad.]. Dans le cadre de séances de groupe d'expression musicale en réponse à une chanson familière — le processus fondé sur le chant qui fait l'objet de l'enquête — les participants se concentrent sur les mêmes éléments et répondent de façon similaire à ce qui est indiqué ci-dessus.

La littérature pertinente dans le domaine de la psychologie

Le programme décrit dans le présent article repose sur un modèle de groupe ouvert de musicothérapie centré sur le client, lequel prodigue du soutien pour le spectre complet du développement humain tout en demeurant flexible, efficace et compréhensible, comme en rend compte Baines (2000). Un examen de la littérature pertinente en psychologie portant sur l'efficacité des groupes pour amorcer et favoriser des changements fondamentaux chez les participants, et sur le rôle des chefs de ces groupes, pourraient révéler les raisons du succès de cette démarche pour combler les besoins de la réadaptation. Jacobs, Massons, et Harvill (2002) écrivent : « les groupes sont plus efficaces et offrent davantage de ressources et de points de vue » (p. 2) [trad.], ce qui s'apparente de très près aux objectifs des groupes cités par Plach (1996) et aussi par Posthuma (2002), qui dresse la liste suivante des buts généralement visés par la participation à des séances de groupe, soit « l'amélioration des aptitudes à communiquer et de l'assurance, l'acquisition d'habiletés fondamentales et la possibilité de participer à un processus décisionnel » (p. 4) [trad.]. Jacobs, Massons et Harvill proposent, parmi les motifs de participation à de tels groupes, « le sentiment d'affinité,

l'expérience de l'appartenance à un groupe, l'occasion d'adopter de nouveaux comportements, d'obtenir de la rétroaction, d'apprendre indirectement par l'écoute et l'observation des autres et de vivre des rencontres semblables à celles qui ont lieu dans la vie réelle, et la contrainte de respecter ses engagements » (p. 2) [trad.]. Après un exposé approfondi des nombreux et excellents avantages du travail en groupe, Posthuma affirme que « dans la plupart des situations, la sélection des membres d'un groupe donné est limitée aux clients disponibles et influencée par leurs besoins » (p. 87) [trad.]. C'est certainement le cas pour les groupes de musicothérapie habituellement desservis par le modèle de soins décrit dans le présent article.

Tout comme dans son article publié en 2000, l'autrice affirme que le modèle de soins utilisé dans le programme communautaire en santé mentale de musicothérapie initiée par le client ressemble de très près à un groupe d'entraide. Posthuma a écrit un excellent chapitre sur les groupes d'entraide, dont nombre d'aspects sont repris dans les programmes de musicothérapie décrits ici, notamment « un profond sentiment d'appartenance » (p. 236) et « un caractère universel [...] et une réciprocité » (p. 239) [trad.]. Posthuma résume ainsi les raisons qui expliquent la croissance du mouvement d'entraide : « (1) le désenchantement à l'endroit des services sociaux et de santé disponibles, (2) la frustration devant le fait que les services sont souvent indisponibles, (3) une complexité et une émancipation croissantes de la clientèle, et (4) un manque de systèmes de soutien traditionnels » (p. 246) [trad.]. Yalom (1995) abonde en ce sens :

Les groupes d'entraide existent dans le but explicite d'offrir du soutien psychologique : ils aident leurs membres à composer avec un problème psychologique, une maladie physique, un facteur externe de stress important ou un état de stigmatisation sociale (p. 483). En fait, il existe des données probantes indiquant que le nombre de personnes prenant part à des groupes d'entraide rivalise désormais avec le nombre total de personnes recevant des services (individuels ou de groupe) de psychologie professionnelle. [...] La grande majorité des groupes d'entraide interrogés — entre 70 % et 80 % — offrent une forme de participation professionnelle. [...] Les groupes d'entraide font abondamment usage de

presque tous les éléments thérapeutiques — en particulier l'altruisme, la cohésion, l'universalité, les comportements d'imitation, l'inculcation de l'espoir et la catharsis (p. 483). [...] Progressivement, le leader se met à participer au même titre que les autres membres du groupe et finit par s'identifier pleinement à celui-ci, même si l'on continue à apprécier son expertise technique et que l'on continue d'y faire appel. (p. 505) [Traduction]

Yalom précise que cela signifie que « le leader comprend les besoins du groupe et structure celui-ci de façon à répondre à ces besoins » (p. 22) [trad.]. Yalom avance que l'inclusion de groupes menés par des experts dans le genre des groupes d'entraide était, pour l'époque, un phénomène unique. Traditionnellement, les groupes d'entraide sont issus du modèle de soutien mutuel incarné par les Alcooliques anonymes. Plus récemment, d'autres types de groupes d'entraide ont commencé à recourir à des animateurs, comme c'est le cas des groupes de survivants du cancer et de personnes vivant avec le VIH/SIDA.

Il existe peu d'écrits sur le rôle du leader du groupe dans le processus propre à la musicothérapie. C'est pourquoi l'on se tourne, une fois de plus, vers le domaine de la psychologie pour traiter du sujet. Posthuma (2002) écrit que le rôle professionnel le plus convoité des participants est celui de conseiller et que « les membres d'un groupe se sentent à l'aise lorsque le leader se révèle à eux et raconte des expériences personnelles comparables » (p. 245) [trad.]. La psychothérapie traditionnelle décourage un tel décloisonnement des rôles, mais certains modèles actuels présentés ici proposent des exemples historiquement pertinents des bienfaits de cette démarche, comme le démontrent certains groupes d'entraide. Banks, Crossman, Poel et Stewart (1997) ont étudié « cinq stratégies visant à promouvoir le partenariat entre les professionnels et les membres des groupes : (1) l'établissement de la confiance; (2) l'établissement de la communication; (3) la clarification des rôles et des objectifs; (4) l'éducation; et (5) la crédibilité » (tel que cité par Posthuma, 2002, p. 265) [trad.]. Posthuma conclut que « dans la plupart des cas, chaque groupe d'entraide traite les questions de leadership en fonction des besoins et des aspirations de ses membres » (p. 246) [trad.].

C'est là une démarche qui décrit bien le modèle ouvert de musicothérapie de groupe décrit dans le présent article. Comme l'affirme Yalom (1995), les qualités d'un bon leader comprennent l'aptitude à fournir « une stimulation émotionnelle, une bienveillance, des compliments, une protection, son acceptation, des interprétations et des explications. Le leader peut également servir de modèle en faisant des révélations sur lui-même et en fixant des limites, en appliquant les règles et en assurant la gestion du temps » (p. 24) [trad.]. Il décrit les leaders efficaces comme étant des personnes « bienveillantes, ouvertes, souples, chaleureuses, objectives, loyales, honnêtes, fortes, patientes et sensibles » (p. 25) [trad.]. Il souligne aussi que ces personnes « sont à l'aise dans leur propre peau et avec les autres, aiment les gens, sont à l'aise dans un rôle d'autorité, ont confiance en leur capacité de leadership, sont réceptives aux émotions, aux réactions, aux humeurs et aux paroles des autres, et ont une bonne santé psychologique » (p. 26) [trad.]. Jacobs et coll. (2002) précisent qu'« une thérapie de groupe intense exige de bonnes aptitudes en counselling individuel » (p. 303) [trad.]. Les auteurs en conviennent et ajoutent que les groupes de musicothérapie décrits dans le présent article offrent un soutien thérapeutique et une démarche que l'on ne trouve pas dans d'autres contextes, ce qui explique la longévité du programme.

Documentation

Vous trouverez une documentation complète au sujet de ce programme dans la Revue canadienne de musicothérapie 8(1), 51-70 et *Voices: A World Forum for Music Therapy* (www.voices.no). En bref, il s'agit d'un processus qui permet aux participants de se joindre au groupe de manière ponctuelle. On leur remet des livrets remplis de paroles de chansons populaires parmi lesquelles ils peuvent choisir celles qu'ils veulent chanter en groupe. Le chant est accompagné de guitare acoustique et de percussions dans les programmes des centres d'hébergement, et par des instruments électriques et des percussions dans le pavillon, lequel est également muni d'un système de sonorisation. Ces programmes font l'objet d'une évaluation périodique par les participants, ce qui permet d'en assurer la qualité et d'encourager la rétroaction par les usagers. La plus récente évaluation a aussi permis de recueillir

des données auprès du personnel et de la direction, et comprenait des entrevues approfondies avec certains participants des centres d'hébergement. Grâce aux données ainsi recueillies, on arrive à mieux comprendre les perceptions des participants et du personnel, de même que le processus lui-même, et à évaluer le succès du programme.

Objectif

Le sondage et les entrevues par le fournisseur de services avaient pour objectif de recueillir les impressions des participants et du personnel au sujet du programme de musique et se sont avérés des outils très utiles pour évaluer la qualité de celui-ci. Les données recueillies s'ajouteront au bassin de connaissances sur l'exercice de la musicothérapie dans le cadre de ce modèle communautaire de musicothérapie initiée par le client.

Sondage

Méthode

Participants

La participation au sondage était volontaire, alors que les participants aux entrevues étaient sollicités par le stagiaire en musicothérapie, en fonction de la régularité de leur participation au groupe et de leur intérêt pour le processus de sélection des chansons. Tous les participants sollicités ont accepté de participer aux entrevues. Des détails de la participation de chaque personne dans son groupe attiré, de même que les motifs pour les choix de chansons de chacune sont décrits dans les profils des consommateurs.

Matériel

La version initiale du sondage a été conçue en 2000, dans le cadre d'une collaboration entre les consommateurs du programme, le personnel cadre et administratif de l'agence et la musicothérapeute. Des données quantitatives et qualitatives ont été recueillies à l'aide d'une fiche d'une seule page conçue pour limiter les réactions de phobie administrative. Les questions de l'entrevue ont été rédigées par le stagiaire en musicothérapie et examinées par la musicothérapeute et le comité de déontologie du fournisseur de services.

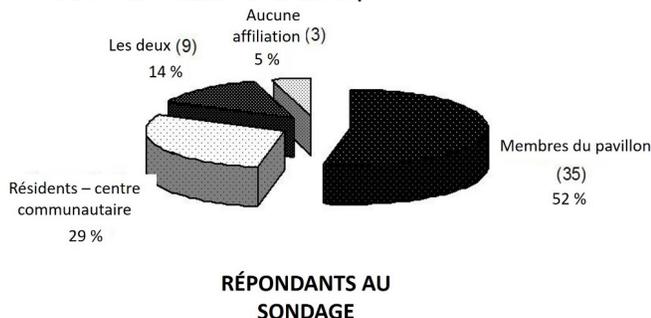
Processus

Les évaluations du programme musical ont été menées en 2008 par la musicothérapeute et le stagiaire. On a pris soin d’assurer aux participants potentiels qu’ils n’étaient en aucun cas obligés de remplir le formulaire ou de se prêter à l’entrevue. Les centres d’hébergement communautaire ont été évalués durant la semaine du 24 au 30 mars, et le pavillon de santé mentale le 28 mars. Les entrevues ont été menées du 18 au 27 mars.

Résultats

Les résultats du sondage le plus récent sont présentés ici sous forme brute, et suivis d’une description et d’une analyse détaillées. Les résultats du sondage de 2000 sont fournis à des fins de comparaison et apparaissent en italiques.

Nombre total de répondants au sondage 66 (43)
 Pavillon seulement : 35
 Résidents des centres communautaire seulement : 19
 Les deux : 9
 Aucune affiliation indiquée : 3



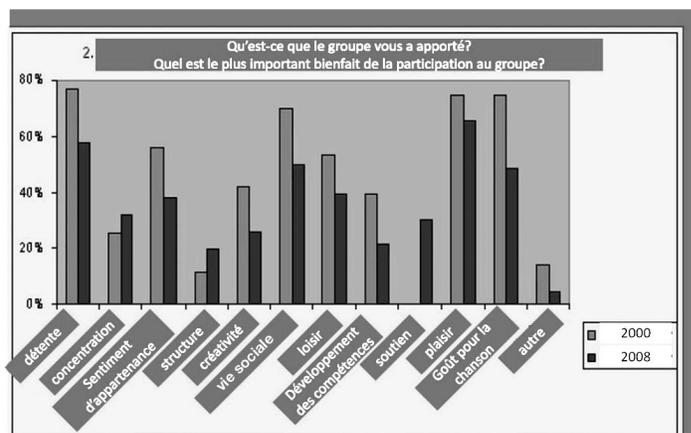
1. Combien de fois avez-vous participé au groupe de musique au cours de la dernière année?

Nombre de séances :	de 1 à 5	de 6 à 10	de 11 à 15	plus de 15
Réponses combinées :	20	10	9	27
<i>étude de 2000</i>	<i>(11)</i>	<i>(18)</i>	<i>(7)</i>	<i>(12)</i>
Pavillon :	17	4	5	12
Centres d’hébergement :	3	6	4	15

2. Qu’est-ce que le groupe vous a apporté? Quel est le plus important bienfait de la participation au groupe?

- (38) détente (33)
- (21) concentration (11)
- (25) sentiment d’appartenance (24)
- (13) structure (5)
- (17) créativité (18)
- (33) vie sociale (30)
- (26) loisir (23)
- (14) développement des compétences (17)
- * (20) soutien (*nouvelle question*)
- (43) plaisir (32)
- (32) j’aime chanter (32)
- (3) autre (6) :

- « Thérapie. »
- « Libération du stress, agréable compagnie, forme de méditation, me rapprocher de mon essence. »
- « Un souhait! »



3. Quelles améliorations pourrait-on apporter à ce groupe? Que changeriez-vous au groupe pour l’améliorer?

Contenu (12) (7) :

- « chansons à boire (c.-à-d., *Drunken Sailor*). »
- « ajouter des jeux musicaux de groupe, p. ex., “J’ai écrit une lettre à mon amour...” »
- « plus de chansons populaires diffusées à la radio. »

- « plus de chansons en pendjabi. »
- « nous avons besoin de musique plus récente que celle des années 50 et 60. »

Remarque des auteurs : le terme contenu est problématique parce qu'il a plusieurs sens, ce qui nuit à notre compréhension des réponses.

Horaire (10) (données non disponibles) :

- « Plus d'une fois par semaine. »
- « nouvelle guitariste/femme/jeudi 16 h. »

Autre (5) (4) :

- « possiblement, fournir régulièrement des instruments aux participants. »
- « Meilleure participation de ma part. »
- « la musique ne devrait pas provenir d'ordinateurs. »
- « essayer d'introduire une nouvelle chanson dans le livret. Chansons *She Was a Special Girl* par America et *Missing You* par John Waite. »
- « Nous cherchons tous de nouvelles chansons à chanter. »

Aucun changement (39) :

- « tout est bien. »
- « de premier ordre. »
- « nul : 0. »
- « aucun commentaire. »
- « aucun. » (trois répondants)
- « OK tel quel. »

4. Quel rôle la musique joue-t-elle dans votre vie?

(41) détente (30)

- (28) inspiration (21)
- (30) vie sociale (14)
- (32) loisir (28)
- (19) danse (16)
- (26) créativité (21)
- (20) tient compagnie (16)
- (31) relâcher la tension (28)
- (18) distraction (15)
- (27) pour passer le temps (21)
- (10) autre (7) :

- « karaoké. »
- « thérapie. »
- « sentir mon cœur, ressentir une extase divine, impression d'unité. »
- « spiritualité. »
- « Je chante parfois une chanson chrétienne dans une mission au centre-ville — je chante aussi avec un groupe dans une halte-accueil du centre-ville »
- « plaisir. »
- « paix, satisfaction. »
- « sagesse. »

5. Quels changements ou ajouts souhaiteriez-vous que l'on apporte au groupe de musique pour la prochaine saison? L'an prochain? (Réponses groupées selon les suggestions)

Aucun changement/C'est bien

- « La même chose! Bon travail! »
- « rien » (deux répondants).
- « aucun commentaire. »
- « Rien ne me vient à l'esprit. »
- « Sue, continue ton excellent travail. Sue, tu fais un travail très cool et génial! »

- « déjà satisfait. »
- « rien » (six répondants).
- « Je ne sais pas encore. C'est ma première fois aujourd'hui et c'est GÉNIAL! »
- « nul : 0. »
- « aucun changement. »
- « non, c'est bien. »
- « les choses sont bien comme elles sont. »

Davantage de services de musicothérapie/ Changement d'horaire

- « Grama et le groupe de musique vont nous manquer. Nous avons besoin d'un groupe de musique. »
- « tous les week-ends. »
- « plus souvent — 2x par semaine. »
- « comme ci-dessus » (plus d'une fois par semaine).
- « peut-être changer l'heure. »
- « J'aimerais que les rencontres du groupe de musique aient lieu plus d'une fois par mois. »
- « séances de chant le matin. »

Davantage d'enseignement de la musique

- « Composante éducative, bien que cela soit déjà présent d'une certaine façon. Ce développement ajoutera au sentiment d'appartenance de ceux qui sont ici et créera différentes possibilités. Par exemple, un jour par mois, les auditeurs reçoivent de l'enseignement, une leçon ou un travail à faire pendant le reste du mois. »
- « Acheter une guitare en bois et apprendre à en jouer. »
- « L'occasion d'apprendre de nouvelles chansons. »

- « Utiliser une chanson pour apprendre les noms des autres, p. ex. *O Here We Are Together* (Nous sommes ici ensemble). »
- « plus d'équipement, d'instruments, d'enseignement? »

Changements au contenu

- « karaoké. »
- « peut-être écouter quelques chansons sur CD. »
- « chants de marins, polkas. »
- « J'aimerais que plus de gens aident à la gestion des livrets et à la recherche de chansons. »
- « plus de musique pendjabi. »
- « pages numérotées et plus de musique. »
- « plus de musique amusante. »
- « voir no 3 » (musique plus récente).
- « Pourquoi pas de la nouvelle musique? »
- « plus de chansons populaires, gaies et enjouées. »
- « 1 — retour de la soirée des talents/2 — faire chanter en chœur quelques-uns d'entre nous/3 — un club d'« amis de la musique » où chacun de nous peut faire entendre aux autres une chanson qu'il aime sur CD ou cassette/4 — Trois sorties ou plus par année, pour aller voir jouer un groupe, n'importe où/5 — le stagiaire ne peut aider qu'une seule personne à apprendre ou à répéter avant l'arrivée de Sue. Ce serait bien si plus de membres recevaient de l'aide — 6 — Trouver des cours de chant ou d'un instrument pas chers pour les membres/7 — Prestation musicale à l'AGM. »
- « former un groupe et faire une tournée du pays. »
- « nourriture. »

- « Qu’avez-vous demandé? »
- « J’aimerais une plus grande contribution des résidents plus âgés. »
- « Un événement à venir qu’on est impatient de vivre. »

Description des données récapitulatives

Question n° 1 : Données sur la participation

Les données sur la participation ont permis d’établir un profil des consommateurs qui ont choisi de participer au moment du sondage; les consommateurs n’ont pas tous choisi de répondre au sondage, et la participation propre à chaque site varie d’une semaine à l’autre, le potentiel de fluctuation est plus important au pavillon, parce que les consommateurs proviennent de la collectivité. Le nombre de participants des groupes peut varier de 2 à 10 pour une séance, puis passer à plus de 20 pour toute l’heure la semaine suivante. Le nombre de participants varie aussi au pavillon, où 46 % des membres ont indiqué qu’ils avaient participé d’une à cinq fois au cours de l’année précédente, et 31 % ont participé plus de 15 fois. Ce groupe peut aussi comprendre de futurs membres qui visitent le pavillon pour la première fois et se joignent au groupe durant leur visite. Dans le cas des réponses « aucune affiliation indiquée », il se peut qu’il s’agisse de participants dans cette situation, ou encore de personnes qui préfèrent ne pas indiquer d’affiliation. Dans les centres communautaire, les groupes musicaux hebdomadaires regroupent de trois à huit participants et, à moins d’un événement important ou d’une sortie, ce nombre ne variait que par un ou deux membres. Cette constance sur le plan de la participation se remarque chez les résidents des centres d’hébergement communautaire, dont 54 % des répondants ont participé plus de 15 fois durant la dernière année.

La première question, « Qui êtes-vous? », visait à établir à quel groupe la personne avait le plus souvent participé (pavillon ou centre d’hébergement communautaire). Toutefois, comme certains résidents des centres d’hébergement communautaire sont également membres du pavillon et qu’il leur arrive de prendre part aux deux groupes, plusieurs répondants ont

indiqué une participation aux deux groupes (9 réponses, 14 %). Dans l’analyse des réponses aux autres questions du sondage, ces répondants ont été inclus à titre de résidents des centres d’hébergement communautaire. Alors que quelques usagers participent aux deux groupes de musique, nombre de participants du pavillon vivent de façon autonome ou semi-autonome dans la collectivité et ne participent donc pas aux séances dans les centres d’hébergement communautaire.

Question n° 2 (Qu’est-ce que le groupe vous a apporté? Quel est le plus important bienfait de la participation au groupe?)

Les quatre réponses les plus fréquentes à la question 2 sont identiques à celles du sondage de 2000, quoique leur classement varie légèrement. Ces réponses au sondage de 2000 étaient « détente » (77 %), « plaisir » (74 %), « j’aime chanter » (74 %) et « vie sociale » (70 %). Dans le nouveau sondage, les réponses les plus fréquentes sont « plaisir » (65 %), « détente » (58 %), « vie sociale » (50 %) et « j’aime chanter » (48 %). Les réponses aux autres questions sont comparables à celles du sondage précédent, y compris en ce qui a trait à l’écart important entre les quatre réponses les plus fréquentes et les autres : « loisir » à 39 %, puis « sentiment d’appartenance » à 38 %. En 2000, le classement de ces deux réponses était inversé, avec « sentiment d’appartenance » de 56 %, et « loisir » à 54 %. On remarque également que, bien que le nombre de répondants soit plus élevé pour le nouveau sondage (66 c. 43), le nombre de réponses était plus élevé en 2000, en particulier pour ce qui concerne les quatre réponses les plus fréquentes.

Les réponses provenant du groupe du pavillon sont semblables à l’ensemble des réponses, le plaisir et la détente étant cités comme principaux bienfaits du groupe de musique (respectivement, 58 % et 55 %). La vie sociale se trouvent en quatrième place à 34 %, alors que les loisirs se classent au troisième rang avec 37 %. Les résultats des centres d’hébergement communautaire correspondent d’encore plus près aux résultats en général. Les quatre réponses les plus fréquentes sont les mêmes, selon un classement légèrement différent : « plaisir » et « j’aime chanter » (ex æquo à 75 %), « vie sociale » à 71 % et « détente » à 61 %. Il importe de noter que le taux de réponse aux sondages était plus élevé pour

les centres d'hébergement communautaire que pour le pavillon, comme le reflètent les pourcentages des quatre réponses les plus fréquentes. Le sondage mené au pavillon a reçu 131 réponses pour cette question (une moyenne de 4 réponses par personne), et celui mené auprès des résidents des centres d'hébergement communautaire en a reçu 151 (une moyenne de 5 réponses par personne). Par ailleurs, on a remarqué une tendance dans le nombre des réponses par rapport à la participation des répondants au cours de la dernière année : par exemple, pour la question 2, les personnes ayant participé de 1 à 5 fois fournissaient, en moyenne, 4 réponses, alors que celles ayant participé plus de 15 fois fournissaient, en moyenne, 5 réponses.

Dans le nouveau sondage, « soutien » a été ajouté aux choix de réponses de la question 2. Bien que ce choix ne figure pas parmi les plus fréquemment cités comme motif de participation, il a été choisi un nombre de fois suffisant pour suggérer qu'il revêt une certaine importance pour les consommateurs. Ce choix s'est avéré plus populaire auprès des résidents des centres d'hébergement communautaire (46 % des répondants); par rapport à l'ensemble des réponses, il a été choisi par 30 % de tous les consommateurs, et 18 % des membres du pavillon.

Question n° 3 (Quelles améliorations pourrait-on apporter à ce groupe? Que changeriez-vous au groupe pour l'améliorer?)

La majorité des répondants au sondage (60 %) n'ont manifesté aucun désir de changements ou d'améliorations aux groupes musicaux. Dix participants ont dit vouloir un changement d'horaire, et deux communautaire décrivent des changements précis souhaités; sept de ces réponses proviennent de résidents des centres d'hébergement communautaire. Douze personnes (dont neuf proviennent du pavillon) demandent un changement au contenu, particulièrement en ce qui a trait aux chansons interprétées. Enfin, cinq réponses indiquent des changements « autres » avec des commentaires. Les commentaires varient du plus personnel (« meilleure participation de ma part ») à des suggestions liées au contenu (plus d'instruments, ajouts de chansons précises au livret), en passant par des suggestions de changements au format du programme (choix des nouvelles chansons en groupe). Pour faire suite à

ces commentaires, la musicothérapeute a entrepris un nouveau sondage dans le but de mettre à jour le livret de chansons. Les réponses à la question 3 sont comparables à celles obtenues lors du sondage initial.

Question n° 4 (Quel rôle la musique joue-t-elle dans votre vie?)

« Détente » est la principale réponse obtenue à cette question, pour les membres du pavillon aussi bien que pour les résidents des centres d'hébergement communautaire (62 % de l'ensemble des répondants). C'était également la réponse la plus fréquente au sondage de 2000, quoique les réponses qui viennent ensuite ont légèrement changé. « Loisir » et « relations sociales » figurent toujours parmi les réponses les plus fréquentes (respectivement, 49 % et 45 %), mais « relâcher la tension » (53 %) et « inspiration » (42 %) remplacent « créativité » et « distraction » dans les résultats globaux. Les résultats du pavillon sont presque identiques aux résultats globaux, mais, comme en 2000, les résultats des centres d'hébergement communautaire diffèrent, ce qui indique que ces consommateurs ne font pas le même usage de la musique au quotidien. Après « détente », les résidents des centres d'hébergement communautaire indiquent que la « vie sociale » et la « créativité » (tous deux choisis par 50 % des répondants) sont des applications importantes de la musique, de même que l'« inspiration » (43 %).

Dix répondants indiquent qu'ils utilisent la musique pour des raisons autres que celles énumérées dans les choix de réponses, et huit d'entre eux fournissant des descriptions de ces usages. On peut répartir ces commentaires (tout comme les choix de réponses) sur une échelle allant des usages « pragmatiques » aux usages « spirituels ». Par exemple, les commentaires qui citent le « karaoké » et « chanter avec d'autres groupes musicaux » peuvent être regroupés avec des choix de réponses comme « danse » et la « vie sociale ». En comparaison, la majorité des réponses « autres » correspondent davantage à l'aspect « spirituel » de l'échelle, comme c'est le cas pour « créativité » et « inspiration ». Parmi ces usages complémentaires de la musique cités dans les commentaires, on recense « spiritualité », « paix, satisfaction », « sagesse » et « sentir mon cœur, ressentir une extase divine, impression d'unité ».

Question n° 5 (Quels changements et/ou ajouts souhaiteriez-vous que l'on apporte au groupe de musique pour la prochaine saison? L'an prochain?).

La question 5 a suscité 46 commentaires, dont 30 contenaient des rétroactions substantielles concernant des changements à apporter au programme de musique (au-delà de « aucun changement » ou « aucun »). Parmi ces 30 commentaires, 20 provenaient de membres du pavillon (30 % du nombre total des réponses) et 10 % des résidents des centres d'hébergement communautaire (15 %).

Comme indiqué dans la section des résultats, les commentaires ont été regroupés selon le contenu de la rétroaction. Dix-huit commentaires se classent dans la catégorie « aucun changement/les choses sont bien comme elles sont ». Sept répondants demandent davantage de services de musicothérapie ou un changement à l'horaire. Seize commentaires sont liés à des changements au contenu du programme, et des suggestions semblables sont comprises dans les réponses à la question 3 : mise à jour des chansons, programmation différente (y compris écoute/appréciation de musique ou enseignement). Cinq commentaires demandent explicitement plus d'enseignement de la musique, tant en privé qu'en groupe. Comme on l'observe dans les réponses à la question 3, la majorité des demandes de changements liées au contenu ou à la programmation proviennent de membres du pavillon (12 des 16 commentaires).

Résultats du sondage auprès du personnel et de la direction

Réponses au sondage : 16

Personnel : 13

Direction : 3

1. Combien de fois avez-vous assisté à une séance du programme de musicothérapie?

<u>de 1 à 5</u>	<u>de 5 à 10</u>	<u>de 10 à 20</u>	<u>plus de 20</u>
2	1	5	8

2. Quelle est votre impression du programme de musicothérapie?

Les 16 répondants ont formulé des réponses positives à cette question. Pour présenter un aperçu des

commentaires, les réponses ont été groupées selon le type de rétroaction fournie :

Favorable — Cinq répondants ont formulé des commentaires simples comme « Très amusant », « Les clients adorent » et « Un atout parmi les services offerts ».

Favorable avec détails — Cinq répondants ont fourni des exemples justifiant leur rétroaction positive, liée soit à l'enthousiasme des consommateurs, soit à un aspect particulier de leur rôle au sein du groupe. Parmi ces exemples : « [les clients] apprécient vraiment le programme de musicothérapie et espèrent que d'autres séances auront lieu »; « [les membres du pavillon] attendent les séances avec impatience et certains y participent chaque semaine »; et « plusieurs clients assidus attendent toute la semaine l'occasion d'y participer avec enthousiasme ». Ou encore : « la participation prend plusieurs formes — c.-à-d., chanter, jouer d'un instrument, créer des liens grâce à la musique » et « [les clients] participent, ils sourient, ils chantent, c'est formidable. »

Favorable avec mention des bienfaits — Cinq répondants ont fourni de la rétroaction positive et indiqué des bienfaits qu'ils attribuent au programme. Parmi les commentaires : « j'ai l'impression que les « vieux classiques » peuvent être réconfortants et leur rappeler les 'beaux jours' avant leur maladie »; « le plus excellent des programmes d'interaction sociale offerts par le pavillon »; « il a permis de tisser des liens entre le pavillon et les centres d'hébergement communautaire », et « activité de groupe, conforme aux principes du modèle de la réadaptation psychosociale ». Un commentaire exprimant une opinion favorable, mais conditionnelle, ne correspond à aucun des regroupements : « le programme est efficace s'il est axé sur les besoins particuliers du site et répond à un ensemble de critères. »

3. Quelle impression avez-vous de l'effet du programme de musicothérapie sur les participants actifs?

Les 16 réponses à cette question étaient toutes positives, variant d'éloges simples à des commentaires plus précis décrivant les bienfaits du programme observés chez les participants.

Huit répondants ont exprimé des commentaires positifs liés à la participation enthousiaste des consommateurs et à l'observation du plaisir qu'ils tirent du programme :

« Je sens l'énergie positive; les clients y prennent plaisir. »

« Chaque semaine, ils ont hâte de participer à la séance. »

« Positif : ils socialisent, ils sourient, ils rient. »

« Une composante importante de leur réadaptation et de leur stabilité. AMUSANT! »

Les huit autres répondants ont souligné des bienfaits particuliers du programme sur les participants actifs des groupes. Quatre répondants ont cité, entre autres, la vie sociale et les interactions en groupe :

« Réunit les gens en les engageant dans une activité commune. Favorise les amitiés. »

• Sur les participants actifs

« Améliore leur humeur. »

« Permet aux participants de s'exprimer grâce à un art. »

« Ils acquièrent de l'assurance. »

« Ce programme réunit la communication, les compétences sociales et les interactions en groupe. »

« Améliore l'estime de soi, facilite la socialisation. »

« Ils apprécient la flexibilité du groupe, qui n'est pas régi par un ensemble de "règles" strictes. »

• Sur les participants passifs (personnes qui font partie du groupe ou qui évoluent à proximité sans faire de la musique)

Treize réponses ont été fournies pour cette question, toutes positives, en ce qui a trait aux bienfaits pour les participants passifs. Cinq membres du personnel ont simplement indiqué que ces participants semblaient apprécier le groupe :

« Ils écoutent et ça leur plaît. »

« Ils aiment ça. Ils s'assoient pour écouter. »

Huit membres du personnel ont fourni des commentaires plus détaillés :

« Le groupe de musique attire les autres dans le périmètre. »

« Accueillant. Inclusif. »

« Je pense qu'ils aiment écouter. C'est très apaisant. »

« [Les membres passifs] participent en écoutant et en éprouvant un sentiment d'appartenance. »

« Ils sont levés/sortis du lit/dans une aire commune. »

« Même assis, ils battent la mesure. »

« Ils apprécient la camaraderie et l'ambiance. »

« Ouvre la conversation au sujet des souvenirs musicaux en commun. Offre aux personnes hésitantes la possibilité de jouer d'un instrument. »

• Sur les participants en périphérie? (les personnes qui se tiennent suffisamment près pour écouter le groupe)

Huit membres du personnel ont répondu à cette question; il semble que la plupart des répondants ne font pas la distinction entre les participants « passifs » et ceux « en périphérie ». Trois commentaires

mentionnent que les participants en périphérie « ne se plaignent pas » de la musique, un autre affirme qu'ils « [...] aiment ça. Ou ils quittent le pavillon. »

Parmi les commentaires qui se démarquent :

« Observer une interaction enjouée et le pouvoir de la musique. »

« Ils aiment l'énergie positive que cela suscite. »

« Apprécient, même s'ils ne se joignent pas au groupe. »

• Sur le personnel

Douze réponses mentionnent les effets du groupe de musique sur le personnel. Huit répondants affirment qu'ils ont personnellement aimé les séances de groupe et qu'ils en ont tiré des bienfaits à titre de membres du personnel non participant :

« Nous y prenons plaisir nous aussi! Le groupe de musique crée une ambiance de détente et diminue le stress et la tension. »

« Ça me plaît beaucoup, ça me procure une sensation de bien-être. »

« J'aime beaucoup. Ça crée une belle énergie dans le [pavillon]. »

Deux commentaires laissent entendre que les groupes musicaux permettent de tisser des liens entre le personnel et les consommateurs :

« Renforce la communication et les relations entre le personnel et les membres. »

« Une occasion de voir d'autres facettes des clients, c.-à-d., d'autres compétences. »

Un autre commentaire est lié à la perception de bienfaits pour les consommateurs : « Certains membres du personnel attribuent au programme une valeur positive comme « occasion plaisante/échange social non menaçant » pour leurs clients,

mais indiquent également que « pour la majorité des membres du personnel, cela représente une pause. » Enfin, un membre du personnel a fourni un commentaire constructif concernant l'engagement du personnel au sein du groupe : « Trop occupés [...] J'aimerais qu'ils prennent le temps de s'asseoir avec eux [...] d'observer la réponse des clients afin de vivre avec eux plus d'expériences. »

• **Sur la direction et le personnel administratif**
Cette question a suscité deux réponses importantes: Un membre du personnel du pavillon a écrit : « un programme efficace et populaire et assidûment fréquenté. » un gestionnaire du centre d'hébergement communautaire :

« Contribue au volet "qualité" des programmes résidentiels. Fournit aux clients une occasion de participer à un rassemblement social où la pression est très faible. Fournit aux clients une occasion de profiter de la compagnie des autres dans le contexte d'une activité commune. C'est amusant! »

La plupart des répondants se sont abstenus de répondre au nom de la direction ou du personnel administratif, fournissant des commentaires comme « Je ne crois pas qu'ils en sont conscients » ou « Je ne sais pas ».

4. En quoi le programme de musicothérapie vous touche-t-il directement? Personnellement?

Quatorze membres du personnel ont répondu à cette question, la majorité d'entre eux offrant des commentaires positifs sur les bienfaits perçus du programme. Huit commentaires mentionnent les bienfaits des groupes musicaux pour le personnel :

« C'est agréable à entendre quand on est au travail. »

« Ça me fait sourire et améliore mon humeur. »

« De merveilleuses musiques emplissent le pavillon!!! »

Ils mentionnent également les bienfaits pour le personnel et pour les consommateurs :

« Facilite la conversation avec les clients. »

« Fournit un autre point de vue au personnel et un aperçu plus précis des forces/aptitudes des clients. »

Un des gestionnaires commente que « ça représente une pression budgétaire de plus, alors que les ressources sont limitées, mais les clients y tiennent vraiment ». Deux répondants ont dit qu'ils n'en ressentent pas directement les effets, mais qu'ils voient les bienfaits qu'en tirent les consommateurs : « ils y prennent un réel plaisir et semblent plus heureux et plus détendus après la séance. »

Sommaire et discussion des résultats du sondage

Bien que le taux de participation aux séances soit le même qu'en 2000, la présence au sondage a connu une hausse de 50 %. On attribue cette hausse à deux facteurs. Premièrement, les personnes ayant participé au premier sondage ont été heureuses d'apprendre de leur musicothérapeute que leur évaluation du programme revêt un intérêt pour un auditoire élargi du domaine de la musicothérapie, et cela les a motivés à participer à nouveau. Deuxièmement, un musicothérapeute stagiaire travaille toutes les semaines dans les centres d'hébergement communautaire depuis plus de six mois, contribuant à améliorer les services de musicothérapie pour ces éventuels participants au sondage et, ainsi, à accroître la participation.

En 2000, les consommateurs ont affirmé dans leurs commentaires que les programmes de musicothérapie procurent du soutien. Ce choix de réponse a été ajouté au sondage de 2008, à la question 2, « Qu'est-ce que le groupe vous a apporté? » Il importe de noter que cette option a été choisie principalement par les résidents des centres d'hébergement, tandis que le plaisir et la détente apparaissaient comme étant plus importants dans les commentaires émanant du pavillon.

À la question 4, la seule variation significative dans les résultats de 2008 par rapport à ceux de 2000 était la hausse du nombre de répondants ayant choisi la vie sociale (30 c. 14). On suppose que cette variation

émane du fait que le programme existe depuis plus de 10 ans, permettant aux habitués de mieux se connaître et de mieux comprendre les possibilités qu'offre le programme.

La majorité des améliorations suggérées et des changements demandés touchent le contenu, plus précisément l'ajout de nouvelles chansons. Ces suggestions proviennent principalement des membres du pavillon. Selon certaines observations, les demandes visant le contenu proviennent le plus souvent de participants occasionnels, ce qui nous amène poser la question suivante : les demandes de changements au contenu sont-elles négligées parce que ces consommateurs participent moins fréquemment au groupe, ou les consommateurs participent-ils moins fréquemment parce que l'on ne répond pas à leurs demandes? On croit que les consommateurs des centres d'hébergement communautaire ont proposé moins de changements au contenu parce qu'ils ont régulièrement eu l'occasion de présenter leurs demandes durant la préparation des livrets de chansons de leur établissement. De plus, comme les groupes des centres d'hébergement communautaire sont plus restreints, les participants occasionnels ont, eux aussi, l'occasion d'exprimer leurs préférences. En revanche, les livrets de chansons du pavillon existent depuis plus de 10 ans et, comme on l'a mentionné précédemment, la participation à ce groupe est plus importante et fluctue davantage que dans les centres d'hébergement communautaire. Même si de nouvelles chansons sont ajoutées régulièrement et que l'on tient compte des demandes de changements, la taille des groupes hebdomadaires du pavillon et la participation inégale des consommateurs font qu'il est plus difficile de répondre à ce type de demande.

La demande pour un accroissement des services et de l'enseignement est constante. On maintient les programmes, malgré le fait que le financement n'a pas augmenté depuis 2000. Les efforts de la direction en ce sens sont appréciés, car il s'agit là d'une tâche ardue en cette époque de restrictions budgétaires. On continue cependant d'insister sur l'importance de tenir compte des attentes des consommateurs et d'accroître le financement. Les réponses à la question 2 (Quelle est votre impression du programme de musicothérapie?) appuient d'ailleurs cette position, si l'on en juge par le nombre des réponses par rapport à la participation. Il semble, en effet, que les consommateurs ayant participé

plus fréquemment aux séances ont tiré davantage de bienfaits du groupe de musique. C'est là un avantage rendu possible par la continuité des services. Les réponses à la question 3 (Quelle impression avez-vous de l'effet du programme de musicothérapie sur les [divers types de] participants?) présentent une autre perspective du soutien des consommateurs à l'endroit du programme. Il est toujours difficile d'établir un horaire qui convient à la majorité des résidents de chaque centre d'hébergement, et l'on craint que la faible participation entraîne l'abandon du programme. Cela démontre peut-être, quoiqu'indirectement, le soutien des consommateurs, qui s'inquiètent de ne pas pouvoir participer au programme dans le futur.

Le sondage illustre les distinctions entre les consommateurs des centres d'hébergement communautaire et ceux du pavillon par rapport à leur usage de la musique : « loisir » et « relâchement de la tension » (pavillon) c. « vie sociale » et « créativité » (centres d'hébergement). L'horaire du programme pourrait expliquer ces différences. Au pavillon, les séances se déroulent le vendredi après-midi, pour célébrer la fin de la semaine, alors qu'elles ont lieu à d'autres moments de la semaine dans les centres d'hébergement. Les différences pourraient également être liées à l'environnement : les séances du pavillon ont lieu dans un centre de formation professionnelle, alors que celles des centres d'hébergement communautaire se déroulent dans une salle commune ou dans la salle à manger.

Toujours sur le plan des données, on peut souligner que, même si la détente figure au premier rang des usages de la musique et au deuxième rang de ses bienfaits, les programmes ne sont pas précisément axés sur la détente. En général, le niveau d'énergie des séances est de moyen à élevé, entrecoupé de moments plus calmes, mais est ultimement lié au choix des chansons qui, pour sa part, est dicté par les consommateurs. Plus particulièrement, la musique au pavillon ne favorise *nullement* la détente. Elle est plutôt énergique et entraînante en raison de la taille du groupe, de l'acoustique des lieux et des chansons rythmées que le groupe a adoptées. Quelques interventions visant spécifiquement la détente ont été réalisées dans certains centres d'hébergement, sans toutefois avoir de portée sur les résultats du sondage. Une interprétation possible de la rétroaction serait que, dans l'esprit des

consommateurs, « détente » signifie « non stressant ». Il serait avisé d'étudier plus à fond les effets des groupes musicaux sur la cognition, la mémoire, le sommeil, la digestion et le métabolisme. Il est possible que l'ambiance amusante et la camaraderie, associées au mélange des genres musicaux présentés dans le cadre du programme, favorisent un environnement non stressant et suscitent la détente chez les participants.

Entrevues

Contexte

Au mois de mai 2017, après de nombreuses années de travail professionnel en musicothérapie sur une base mensuelle et bimestrielle, et de travail occasionnel à titre de stagiaire, le musicothérapeute stagiaire a commencé à offrir des services de musicothérapie hebdomadaires dans cinq centres d'hébergement communautaire. Lors des interventions de groupe en musicothérapie, on utilisait, au besoin, des méthodes autres que le chant, notamment l'improvisation, la relaxation, l'écriture de chansons, l'étude théorique de la musique et la danse. Toutefois, les membres du groupe cherchaient sans cesse à revenir au format préétabli de choix de chansons. On a donc lancé un projet de création de livrets de chansons unique à chacun des centres d'hébergement, et l'idée a été accueillie avec enthousiasme par les membres du groupe. Le projet a servi de point de départ au stagiaire, qui pouvait apprendre les chansons en lots raisonnables, et s'est avéré un outil pragmatique pour les groupes de musicothérapie permanents. Par ailleurs, la création d'un livret de chansons procurait aux membres des groupes une occasion de discuter, leur permettant de faire connaissance et d'apprendre les uns des autres, en plus de favoriser la participation de tous les membres plutôt que de limiter celle-ci aux personnes qui connaissaient déjà les chansons établies. Fait des plus pertinent dans le cadre de cette étude, la création de livrets de chansons a permis l'examen des demandes de chansons présentées par les consommateurs et d'étudier les raisons motivant la demande d'une chanson donnée, la signification particulière d'une chanson pour la personne qui la demandait, et ce que représentait pour la personne le fait de faire partager ces chansons au groupe et de les chanter ensemble. Les données relevées ont également révélé, comme on s'y attendait, un soutien mesurable des

consommateurs envers le programme de musicothérapie suivant ce modèle. Les entrevues visaient à obtenir des données qualitatives sur les motivations des consommateurs et à utiliser leurs propres mots pour élargir la portée du sondage, ce qui nous a permis d'obtenir des commentaires plus détaillés de leur part.

Méthode

Nous avons interrogé un consommateur dans le groupe de musique de chacun des cinq centres d'hébergement communautaire. En effet, dans chacun, au moins une personne avait participé régulièrement et avait clairement été inspirée dans son choix de chansons; souvent, cette personne avait proposé, pour le livret de chansons du groupe, de nouvelles chansons qui semblaient avoir une signification particulière pour elle. Nous avons donc abordé ces personnes pour les interviewer et toutes ont accepté. Nous leur avons posé des questions précises par rapport aux raisons de leurs choix, l'importance qu'avaient pour elles leurs chansons préférées et leurs impressions après avoir partagé ces chansons avec le groupe et les avoir chantées avec les autres membres. De plus, nous avons recueilli des données sur une période de six mois au moyen d'un suivi des demandes de chansons de chaque groupe, puis en déterminant les chansons préférées des participants et de l'ensemble des groupes.

Les questions de l'entrevue ont été rédigées par le stagiaire, révisées par des musicothérapeutes et examinées par le comité de déontologie de l'agence avant l'entrevue. Les participants ont signé un formulaire de consentement et accepté que les entrevues soient enregistrées. Les réponses aux entrevues ont été transcrites textuellement, puis résumées pour formuler des réponses directes aux questions. Pour ce processus d'analyse du contenu, nous avons fait appel à un deuxième évaluateur (une autre stagiaire en musicothérapie formée à l'usage de ce modèle précis), pour assurer une meilleure fiabilité des résultats et parvenir à un consensus par rapport aux propos de chaque participant.

Tous les participants ont donné des réponses détaillées concernant leurs préférences musicales, l'importance que revêt pour eux la musique et leurs

impressions lorsqu'ils ont chanté leurs chansons préférées avec un groupe. Toutefois, ils n'ont pas toujours fourni des réponses directes aux questions; pour certains participants, certaines questions, de même que le processus d'entrevue lui-même, se sont avérés plus complexes que prévu. Pour pallier ce fait, nous avons pensé qu'une présentation narrative des données permettrait d'exposer les idées uniques de chaque consommateur dans leurs propres mots, sans limiter les idées à un format distinct. Ainsi, malgré le fait que les réponses aux questions n'étaient pas toujours claires ou directes, l'importance de la musique pour chaque participant pouvait être communiquée plus clairement au lecteur. Nous avons également regroupé les idées communes de manière à illustrer un certain consensus chez les participants d'après les profils de consommateur.

Résultats

Profils de consommateurs — Signification des chansons et interprétation

Participant 1

« Jamie » est un jeune trentenaire. Ses réponses à l'entrevue reflètent son âge et son intérêt pour le rock moderne, et elles nous ont donné un point de vue différent de celui des autres participants, qui sont plus âgés. Il se décrit lui-même comme un fervent mélomane et collectionneur. Ses goûts vont du rock classique des années 1960 et 1970 au rock alternatif des années 1990 qu'il écoutait pendant son adolescence, en passant par des chansons rock plus intenses (*heavy*) qu'il a entendues au cours des dernières années à la télévision et à la radio.

Pendant l'entrevue de Jamie, nous avons noté un thème récurrent lorsqu'il décrit l'importance de ses chansons préférées : le plaisir qu'il a à les interpréter, et plus particulièrement à les chanter. « J'aime entendre ma propre voix et jouer avec les paroles », indique-t-il. « Genre, quand que je chante une chanson comme *Never Too Late...* Chaque fois que je la chante, je la modifie un peu, juste parce que je me laisse emporter. J'aime chanter de certaines façons, mais j'aime changer la façon de prononcer, juste un peu. » Jamie parle de nouveau du plaisir qu'il éprouve à chanter ses chansons préférées plus tard au cours de l'entrevue :

« Nous avons chanté du Neil Young ce soir, c'était plaisant parce que c'est un excellent chanteur, sa façon de chanter, une belle voix... c'est agréable d'imiter sa voix. »

Jamie décrit ainsi la signification de ses choix de chansons : « La passion... la passion pour les paroles, la passion pour le jeu des instruments, la passion pour l'artiste qui chante. La musique est très passionnée. Ce n'est pas de la tristesse. Ce n'est pas de la joie. C'est de la passion... c'est difficile à expliquer ». À un autre moment de l'entrevue, il a approfondi la question de la signification : « en fait, c'est la façon dont la pièce est chantée, en plus du facteur nostalgie... on veut recréer ce qu'on a ressenti lorsqu'on l'a entendue. Comme pour les chansons que l'on aime vraiment à la radio, au fil des ans... Oh, ce serait bien de la chanter, car c'est tellement une bonne chanson. Tout ça, c'est personnel, pas vrai? »

Bien que nous ayons posé à tous les participants des questions sur les dédicaces de chanson effectuées dans le cadre des groupes de musicothérapie, pour Jamie, cette question a été particulièrement émotive. Environ deux semaines avant l'entrevue, un colocataire, et membre occasionnel du groupe, est décédé de manière tragique. Jamie a parlé de la séance de musicothérapie qui a eu lieu dans la semaine suivant l'événement, au cours de laquelle les membres du groupe ont dédié des chansons à la mémoire du défunt. Jamie a demandé une chanson rock moderne qu'ils avaient chantée avec le groupe. Une pièce de Pink Floyd : « Je lui ai aussi dédié *Wish You Were Here*, qui est le titre, mais bien sûr, j'aimerais qu'il soit là. » Lorsqu'on lui a demandé comment il s'était senti en chantant ces chansons, il a répondu : « c'était... dimanche, dimanche dernier, il est décédé... on ressent un vide dans le ventre lorsque parfois, nos yeux ressentent la douleur et la tristesse. Et pour moi, personnellement, je dois faire attention. Mais oui, j'étais très émotif en chantant aujourd'hui. »

Participant 2

« Hugh » est un consommateur à la fin de la cinquantaine qui participe régulièrement au groupe de musique. Depuis le lancement du projet de livret de chansons, il a demandé plusieurs chansons chaque semaine, et grâce à sa contribution, le livret de son groupe est l'un des plus volumineux du projet. Avant l'entrevue, il était clair que ces demandes spéciales étaient importantes, mais il était difficile de cerner les

goûts musicaux de Hugh ou de déterminer si ses chansons préférées avaient une quelconque signification pour lui. Souvent, pendant l'entrevue, Hugh n'a pas fourni de réponses directes aux questions. Il a plutôt parlé de ses affinités pour la musique de façon générale en racontant des anecdotes et il a cité des paroles ou les a chantées à plusieurs reprises pendant l'entrevue pour illustrer son point de vue.

Le point de vue unique de Hugh s'est manifesté tout au long de l'entrevue. Il a notamment clairement indiqué que ses motivations pour de nombreuses demandes étaient plutôt le fruit du hasard et qu'il les choisissait souvent pour leurs paroles ou leurs titres. « Je sors ça un peu de nulle part », mentionne-t-il pour expliquer ses demandes. « Je suis verbal... j'ai besoin de parler », ajoute-t-il avec une pointe d'humour. Plus tard dans l'entrevue, il a poursuivi sur cette lancée lorsqu'on lui a demandé de commenter la liste des chansons les plus en demande de tous les groupes : « Je connais les paroles. Je ne peux pas dire que je les aime ou non, je les reconnais. »

Bien que Hugh affirme que ses choix de chansons n'ont pas de signification particulière à ses yeux, le nombre de demandes qu'il a faites pendant chaque séance indique qu'une certaine partie de ses expériences a inspiré ces choix particuliers. « Je ne suis pas inspiré, Graeme [le stagiaire en musicothérapie qui mène l'entrevue], je réagis tout simplement. Je ne suis pas une discothèque. Je ne suis pas disc-jockey... je suis un consommateur Graeme. Je suis un participant. » Toutefois, lorsqu'on lui a demandé de faire une distinction entre ses choix particuliers par rapport à tous les choix disponibles, il a approfondi sa réponse : « Ça vient de la mémoire. J'ai entendu ces chansons à la radio. Et à la télévision. » Lorsqu'on lui a demandé si ses émotions ont influencé ses choix, il a ajouté : « Probablement, mais je ne suis pas psychiatre ou psy ». Il a exprimé sa difficulté à mettre des mots sur son inspiration pour les demandes et la signification des chansons pour lui : « C'est pour des raisons émotives... il ne s'agit pas de logique, ce ne sont pas des choix rationnels ». Il a poursuivi, dans son style imagé : « Ce sont des réservoirs de souvenirs, des déclics, des paquets de cartes dans lesquels on pige, des classeurs, des fiches, des recettes ». [Intervieweur : « Est-ce que les chansons choisies ont une signification particulière pour toi? »] « C'est un plaisir, Graeme. C'est une libération. » [Intervieweur : « Elles t'inspirent un sentiment de bien-être, de libération? »] « C'est cathartique... ça libère les émotions... les sentiments. »

Plus tard dans l'entrevue, nous avons présenté à Hugh une liste de ses chansons les plus demandées. Malgré qu'il ait affirmé que ses demandes sortaient de nulle part, il a demandé plusieurs chansons plus souvent que d'autres, dont la pièce *The Sound of Silence* de Simon and Garfunkel. Il a décrit comment il s'est senti en chantant cette pièce dans le groupe et a expliqué pourquoi il a choisi de participer au groupe de musique : « Le silence peut être quelque chose d'effrayant quand on est seul... en particulier tard le soir ou tôt le matin... c'est comme si quelqu'un lisait une page vierge. Les Chinois disent qu'ils ont inventé le papier de riz... Ils ont inventé la poudre à canon. » [Intervieweur : « Donc, le silence peut être effrayant. Est-ce pour cela que tu aimes chanter? » « Remplir le vide... c'est la raison pour laquelle je fais cela et plusieurs autres choses... la musique est un moyen de s'exprimer. »

Participant 3

Remarque : Le nom de cette participante a été révélé pendant l'entrevue, car le titre de sa chanson préférée contient son prénom. Afin de protéger son anonymat, son prénom et le titre de la chanson ont été modifiés. « Susie » est une consommatrice dans la soixantaine qui participe régulièrement au groupe de musique au centre d'hébergement. Comparativement aux autres groupes de musique, les membres de ce groupe formulent moins de demandes de chanson en moyenne, préférant le plus souvent laisser le stagiaire choisir les chansons ou écouter de la musique, s'adonner à des activités artistiques en écoutant de la musique ou entendre des pièces au piano sur lesquelles ils peuvent danser. Toutefois, lorsqu'elle est présente, Susie demande ses chansons préférées et les chante activement. Ses réponses indiquent clairement que la musique a toujours été importante dans sa vie. Il s'agit notamment d'une activité qu'elle a partagée avec les membres de sa famille. Le fait de chanter des chansons de sa jeunesse peut améliorer grandement son humeur. Dès la première question, Susie expliquait avec enthousiasme ce qui avait inspiré ses demandes de chanson : « J'aime *Don't Be Cruel* d'Elvis Presley, car cette chanson me porte à danser, à sauter et à être plus active. Lorsque je chante *Release Me*, ça me fait... Lorsque je chante *Love Me Tender*, c'est vraiment une musique douce, ça me détend et plus encore... On peut parler de musique, car elle

nous procure du bonheur, elle nous fait rencontrer des gens et on peut faire tout ce que l'on veut en chantant. » Lorsqu'on lui a demandé plus précisément si elle était inspirée par les chansons de sa jeunesse, elle a ajouté : « Lorsque j'avais environ six ans, je jouais tout le temps de la musique. Les membres de ma famille ont aussi appris la musique... ils aiment tous la musique. Tout le monde aime la musique. La musique est éternelle. Nous avons besoin de musique. »

Tout au long de son entrevue, Susie a continué de parler de son inspiration pour le choix de ses chansons préférées et de ses émotions lorsqu'elle les chante. « J'aime tout simplement la mélodie, les chansons que je connais par cœur. Ça me détend, pas comme... ça me calme. Le type de chanson qui donne envie de... Ou je me souviens d'une chanson d'il y a longtemps, et nous la chantons tous ensemble. » Plus tard, Susie parle de ses émotions lorsqu'elle entend ses chansons préférées : « Je réalise que je suis bien dans ma tête. Je ne suis pas déprimée, ou si j'étais déprimée, j'écoute de la musique. Je me sens un peu mieux qu'avant ma dépression. »

Lorsqu'elle a demandé ses chansons préférées, Susie a souvent fait des dédicaces, parfois aux membres du groupe qui ne se sentaient pas bien, mais le plus souvent à son frère. Lorsque nous lui avons demandé pourquoi elle fait ces dédicaces et comment elle se sent par rapport à celles-ci, elle a donné l'explication suivante : « J'aime la musique, car je dois toujours avancer et que je ne peux pas oublier les chansons. Je me souviens de toutes les chansons que je connaissais quand j'étais jeune ». Pendant les séances de groupe, elle a souvent évoqué des souvenirs agréables du temps où elle faisait de la musique avec son frère, récemment décédé. Son frère jouait de la guitare et jouait souvent les pièces préférées de Susie, les mêmes pièces qu'elle a régulièrement demandées dans le groupe. Elle nous a parlé du lien entre son frère et les chansons demandées : « Parfois, elles me rendent triste, parce que c'est dur de perdre quelqu'un... avec qui on partageait de la musique. Je partageais de la musique avec mon frère, et il est parti, mais la musique me rappelle mon frère. »

Participant 4

« Christine » est une femme dans la quarantaine qui habite un centre d'hébergement communautaire avec d'autres femmes de quarante à soixante-dix ans.

La participation hebdomadaire au groupe de musique du centre est régulière et compte habituellement sept ou huit membres. Christine participe activement à ce groupe. À la formation du groupe, elle a rapidement assumé un rôle de meneuse en prenant la responsabilité de distribuer les livrets de chansons et en demandant aux autres membres leurs choix de chansons, veillant à ce que tout le monde ait l'occasion de participer. Elle a décrit le plaisir qu'elle a eu à entendre les chansons choisies par les autres membres du groupe : « J'aime la variété, et je ne veux pas toujours écouter les chansons que j'ai moi-même choisies, j'aime aussi ce que les autres veulent entendre ». Plus tard elle a élaboré davantage sur la dynamique du groupe et l'influence de cette dynamique sur ses propres choix de chansons : « C'est plaisant aussi, parce c'est toujours intéressant d'entendre le point de vue des autres, de connaître leurs chansons préférées, vous savez? Parce que lorsqu'on joue les morceaux préférés des autres, c'est comme... Tout le monde se met dedans en même temps et tout le monde a du plaisir. »

Ce groupe différait des autres groupes de centres d'hébergement communautaire en ce sens que la plupart des membres du groupe demandaient une ou deux chansons préférées chaque semaine. Les membres du groupe étaient encouragés à demander de nouvelles chansons, mais semblaient davantage apprécier la familiarité et l'ordre de leurs quelques favorites, dont plusieurs étaient des chansons qu'ils avaient interprétées avec leur musicothérapeute dans le passé. Christine a été choisie pour l'entrevue en partie parce qu'elle était différente des autres membres de son groupe (elle variait davantage ses demandes), mais aussi parce que les chansons qu'elle demandait semblaient prendre un sens très particulier pour elle. On lui a demandé si ses chansons préférées avaient une signification particulière parce qu'elle aimait dans le passé ou parce qu'elle les aime maintenant. « Elles ont une signification très particulière en ce moment. Oui, il y a des chansons du passé que j'aime chanter maintenant. Mais enfin... c'est plus comme je veux les entendre ici et maintenant. Mais j'ai des souvenirs rattachés à ces chansons... Ce n'est pas à cause des souvenirs liés aux chansons... c'est plus du genre ici et maintenant. »

Aux questions concernant son inspiration pour ses choix de chansons, Christine a répondu plus brièvement que les autres personnes interrogées, mais

elle a répété qu'elle aime les histoires racontées dans les chansons tout autant que leurs rythmes. En fait, elle a ajouté qu'elle aime lire les paroles pour les chanter pendant ses demandes spéciales, de même que jouer d'un instrument rythmique pour accompagner la chanson. Elle a parlé de la chanson qu'elle a le plus demandée, *Straight Up*, et du plaisir qu'elle éprouve lorsque le groupe l'interprète. « Je pense que c'est une chanson vraiment amusante, tout le monde aime la chanson, son rythme, et se laisse emporter. » [Intervieweur : « Comment vous sentez-vous? »] « Vraiment heureuse. C'est une chanson amusante. » Elle a poursuivi en expliquant la différence entre le fait d'écouter cette chanson seule et de l'écouter avec le groupe : « C'est plus amusant d'être avec des gens et de chanter ensemble que de simplement l'entendre à la radio. »

Participant 5

« Dawn » est une résidente cinquantenaire de l'un des plus grands centres d'hébergement communautaire exploités par l'agence. Ce centre accueille des hommes et des femmes d'une fourchette d'âges plus étendue. Le groupe de musique a un noyau stable de cinq à six membres, mais on peut parfois compter jusqu'à dix participants, si l'on compte les participants occasionnels et périphériques. Plusieurs membres de ce centre, comme Dawn, demandent régulièrement des chansons variant du rock des années 1950 aux chansons pop des années 1980, ce qui a permis de produire un livret plutôt diversifié, si ce n'est le plus volumineux. Dawn a une grande connaissance de la musique populaire, et elle décrit des souvenirs personnels liés à ses chansons préférées; elle avait aussi souvent dédié les chansons choisies. Comme Hugh, les réponses de Dawn aux questions de l'entrevue n'étaient pas toujours directes; toutefois, elle a décrit de façon très détaillée des souvenirs associés à ses chansons préférées, citant les paroles de plusieurs d'entre elles, et elle a expliqué en quoi la musique l'a inspirée au cours de sa vie.

« Je me sens toujours bien lorsque je chante les chansons », a-t-elle affirmé en décrivant ses émotions dans le cadre du groupe de musique. Elle explique que, même lorsque les souvenirs associés à une chanson particulière sont douloureux, la chanson lui procure un sentiment de réconfort et de nostalgie. Elle a décrit

l'une des chansons qu'elle a demandées le plus souvent, *Hungry Like the Wolf*, comme étant un exutoire pour la colère qu'elle a ressentie après la mort de sa grand-mère, décédée après avoir été frappée par un conducteur ivre ayant fui le lieu de l'accident. « Ça m'aide en attendant qu'on retrouve le méchant », dit-elle. Elle a également parlé de *Here Comes the Sun*, une autre de ses chansons préférées, qui lui rappelle le printemps et le jardinage avec son père. « J'ai demandé ces chansons parce qu'elles me rappellent des moments privilégiés vécus avec une personne. » Vers la fin de l'entrevue, Dawn a évoqué un souvenir particulièrement touchant de l'un de ces moments privilégiés : « J'aime la chanson *Time after Time*, de Cyndi Lauper. Elle me rappelle mon dernier petit ami... nous avons rompu il y a deux ou trois ans et, parfois, j'aimerais qu'on soit encore ensemble. J'aimerais qu'il me chante la chanson, comme Cyndi Lauper le ferait. » [Intervieweur : « Un souvenir comme celui-là, ça vous inspire quoi? »] « Je me sens bien. Je me sens triste aussi lorsque nous chantons cette chanson dans le groupe, parce qu'on n'est plus ensemble, lui et moi. »

D'autres souvenirs se rapportaient moins au contenu de la chanson, mais avaient tout de même une signification personnelle, à en juger par les anecdotes associées aux chansons. « *Message in a Bottle* me rappelle tous les gens qui fument et qui dépendent de l'aide sociale », explique-t-elle, elle-même une grande fumeuse. « J'ai beaucoup d'empathie pour ça. Ça ne me dérange pas de partager mes mégots avec d'autres personnes, car comme dans la chanson, j'ai un faible revenu et j'envoie un SOS au monde (*I'll send an SOS to the world*). J'envoie un SOS au monde. J'espère que quelqu'un trouvera mon message dans une bouteille (*Hope that someone gets my message in a bottle*)... Vous voyez ce que je veux dire? »

À part ses chansons préférées ayant une signification personnelle, Dawn a parlé d'autres sources d'inspiration pour ses choix, dont les dédicaces qu'elle fait régulièrement. « C'est seulement le temps de l'année... le moment de l'année, et les congés spéciaux, et des choses comme la mort de la sœur d'un membre du groupe. » Pour reconforter cette personne après le décès de sa sœur, Dawn a demandé *Kiss From a Rose*, car elle savait que sa sœur était née en juin et que sa fleur de naissance était la rose. Elle a aussi dédié *Auld Lang Syne* plusieurs fois en souvenir d'autres amis et

membres de sa famille. « La chanson parle des vieilles connaissances... je ne me souviens plus des paroles... *Should auld acquaintances be forgot and never brought to mind* (Doit-on oublier les vieilles connaissances, et ne plus jamais y penser?) Cette chanson me rappelle toujours mon père, décédé en 1982. Il est simplement mort de vieillesse. » [Intervieweur : « Comment vous êtes-vous sentie en partageant cette chanson? »] « Ça m'a aidé à me sentir mieux. » En parlant des dédicaces, elle a mentionné *Dust In The Wind* : « *Dust In The Wind* me rappelle les personnes que j'ai perdues, comme mon père, ma mère et ma grand-mère. Je pense que c'est pour ça que je la demande souvent. »

En ce qui concerne les chansons les plus demandées dans l'ensemble des groupes, nous avons demandé aux participants de nous faire part de leur opinion par rapport à l'attrait de ces chansons pour les autres consommateurs de services de santé mentale. Bien que les autres participants ne savaient pas vraiment comment décrire cet attrait, Dawn a donné son avis sur certaines de ses pièces préférées dans la liste : « Il y a de la sagesse dans *Let It Be* et *Dust In The Wind*... il y a un équilibre et de la sagesse. Dans *Hey Jude* aussi. Il y a de la sagesse dans tout ça. Et de la compassion. De la compassion, aussi. Surtout pour *Auld Lang Syne*... je crois que cette chanson contient beaucoup de compassion. »

Résumé des questions

1. Qu'est-ce qui vous pousse à demander les nouvelles chansons que vous ajoutez au livret du groupe?

Cette première question a entraîné des réponses très variées. Chaque participant a révélé, pour ses demandes d'ajout au livret, une source d'inspiration unique et revêtant à ses yeux un sens particulier. Malgré la variété des réponses, les cinq participants ont tous déclaré que des chansons de leur jeunesse ont inspiré leurs demandes. Certains ont parlé de chansons de leur enfance, d'autres de chansons de leur adolescence. Les autres sources d'inspiration citées par plus d'un participant comprennent des chansons entendues à la télévision ou à la radio, des chansons plus connues et des chansons qui rappellent des amis ou des membres de leur famille. Pour ce qui est des réponses distinctes

à cette question, elles comprenaient le souhait d'entendre un artiste préféré, la qualité des chansons, le plaisir éprouvé à chanter des chansons particulières, des chansons qui font danser, qui détendent ou qui favorisent la créativité, des chansons qui racontent une histoire et des chansons qui évoquent des fêtes particulières. On présume que la clientèle pourrait également bénéficier d'entendre des chansons choisies par le stagiaire, en plus de découvrir de nouvelles chansons ou les chansons préférées des autres membres du groupe, toute cette variété permettant de favoriser le rétablissement optimal de chacun.

2 a. Lorsque vous participez au groupe de musique, qu'est-ce qui vous pousse à demander les chansons que vous choisissez?

Alors que la première question avait pour objectif de cerner les raisons générales motivant les demandes de chansons, la question 2 a été séparée en plusieurs volets afin de déterminer les facteurs précis propres au groupe ayant pu influencer les demandes. Comme on pouvait s'y attendre, plusieurs réponses ressemblent à celles données à la question 1 : chansons de la jeunesse, le fait que les chansons soient familières ou populaires, chansons entendues à la radio ou à la télévision et chansons qui rappellent des amis ou des membres de la famille. Les participants ont également évoqué les qualités particulières des chansons en question pour expliquer leur choix : la mélodie, les paroles, le rythme et le son des instruments joués dans la chanson. Quelques raisons n'ayant pas été déjà mentionnées dans les réponses à la question 1 comprennent la satisfaction éprouvée en chantant la chanson (notamment le fait d'entendre sa propre voix) et le désir d'en modifier l'interprétation, abordés dans l'intervention de Jamie; le caractère inspirant et élogieux des chansons choisies évoqué par Hugh, l'humeur au moment de la demande spéciale ou le désir de changer cette humeur grâce à une chanson que mentionne Susie, ou encore l'envie de dédier des chansons à d'autres personnes dont a témoigné Dawn.

2 b. Est-ce qu'il vous arrive de changer votre demande spéciale après avoir entendu la demande d'un autre membre du groupe? Le cas échéant, pouvez-vous décrire cette influence?

Trois participants ont expliqué que leurs demandes étaient parfois influencées par les choix d'autres membres du groupe. Christine souligne qu'elle souhaite entendre une variété de chansons que tous les participants peuvent interpréter et apprécier ensemble, tandis que Susie précise que les demandes d'autres personnes peuvent lui rappeler d'autres chansons qu'elle associe à des membres de sa famille. Jamie et Hugh affirment tous deux que leurs choix musicaux ne sont pas influencés par les autres : Jamie propose des choix fixes, car le nombre de demandes par séance est limité, tandis que Hugh déclare que ses choix « sortent de nulle part ». Bien qu'ils aient répondu différemment à cette question, Jamie et Susie ont tous deux signifié l'importance qu'ils accordent à faire valoir « leurs propres choix » dans le processus de sélection groupe.

2 c. Choisissez-vous les chansons en fonction des paroles, de la musique ou d'une combinaison des deux?

Quatre des cinq participants ont indiqué que leurs demandes sont basées à la fois sur les paroles et la musique d'une chanson donnée; seul Hugh affirme qu'il est influencé uniquement par les paroles. Jamie et Susie évoquent le ton ou l'émotion dégagés par la musique comme facteur de préférence personnelle, et Christine explique qu'elle est attirée par le rythme de certaines chansons. Dawn mentionne que les deux aspects l'inspirent, donc, bien sûr les paroles, mais aussi la musique. Dans le cas précis des paroles, Christine a indiqué qu'elle aime le récit contenu dans certaines chansons, tandis que Jamie penche davantage pour les paroles comiques et « artistiques », ou encore la prestation de l'interprète.

2 d. Est-ce que le titre d'une chanson influence votre choix?

Trois des cinq participants affirment que les titres des chansons n'influencent pas leurs choix. Comme Jamie l'a expliqué précédemment, ses réponses sont fixes; par conséquent, ses choix n'ont pas été influencés par les titres dans le livret; Susie reprend cette idée, disant simplement : « Je choisis les chansons que j'aime ». Christine dit qu'elle peut parfois être influencée par les titres, et qu'elle choisit parfois une chanson avec un titre semblable à celui d'une

demande formulée précédemment (comme on peut le constater dans l'historique des demandes de son groupe, *Dust in the Wind* était souvent suivie de *Blowing In The Wind* et de *Candle In The Wind*).

3. Est-ce que les chansons que vous demandez habituellement sont des chansons que vous voulez vous-même entendre ou demandez-vous des chansons pour d'autres personnes? Si vous faites de telles dédicaces, pouvez-vous indiquer pourquoi vous choisissez ces chansons et comment vous vous sentez lorsque vous les chantez?

Trois participants affirment qu'ils choisissent assurément les chansons qu'ils veulent eux-mêmes entendre, et deux de ceux-là se disent « égoïstes » à cet égard. Les deux autres participants indiquent qu'ils choisissent des chansons qui leur rappellent d'autres personnes, des chansons qu'ils peuvent dédier à d'autres personnes ou des chansons qui selon eux, seront appréciées par tout le groupe. Alors que les dédicaces ne sont pas pratique courante dans ce groupe, quatre des cinq participants ont indiqué qu'ils ont, à un moment ou à un autre, dédié une chanson, habituellement pour se souvenir d'une personne ou pour se rappeler la musique qu'ils avaient faite ensemble. Ainsi, Jamie mentionne qu'il était émotif lorsqu'il a dédié une chanson à un membre du groupe décédé peu de temps auparavant, Dawn a décrit une chanson qu'elle a demandée pour se souvenir de son père et dit s'être sentie mieux après avoir partagé la chanson avec les membres du groupe, puis Christine affirme simplement qu'elle trouve amusant et inspirant de partager des dédicaces de chanson avec les membres du groupe.

4. En réfléchissant au type de chansons que vous demandez habituellement, diriez-vous qu'elles ont été très importantes tout au long de votre vie, significatives à ce moment-ci de votre vie ou agréables à écouter, mais pas particulièrement significatives pour vous? Si les chansons sont significatives, quelle est leur signification pour vous?

Les réponses à cette question sont variées, mais la plupart des participants disent que, bien que leurs demandes sont souvent inspirées par des chansons de leur jeunesse, elles sont toujours significatives en ce

moment. D'un autre côté, Hugh affirme que les chansons ne sont pas significatives dans le présent; il s'agit plutôt de déclencheurs de souvenirs qui peuvent entraîner une libération d'émotions cathartique. Dawn mentionne que ses demandes spéciales revêtaient un sens particulier dans le passé comme dans le moment présent, mais qu'elles peuvent lui rappeler certains moments et certaines personnes, et précise que cela la calme, la rend nostalgique et la reconforte. Susie explique en quoi les chansons préférées de sa jeunesse ont pris un sens plus profond au fil du temps et évoquent diverses émotions, mais que, dans le moment présent, elles peuvent aussi être simplement amusantes à interpréter et donner envie de danser. Elle décrit cette signification comme étant une source de tristesse, mais avance également que le fait de se souvenir de sa jeunesse grâce aux chansons peut lui procurer un sentiment de bien-être. Jamie ne fait pas la distinction entre la signification passée ou présente, mais insiste sur le fait que sa musique préférée, peu importe la période de sa vie, a une signification très personnelle et importante, qu'il nomme « passion » pour la musique.

La question 5 porte sur les chansons les plus demandées par les participants.

5. Qu'est-ce qui vous a poussé à demander ces chansons à plusieurs reprises? Pouvez-vous décrire vos émotions lorsqu'une de ces chansons est interprétée par les membres du groupe? Est-ce différent d'écouter la chanson en solitaire ou à l'extérieur du groupe? Si vous possédez une copie de cette chanson, à quelle fréquence l'écoutez-vous? Comment vous sentez-vous à l'idée d'écouter ou d'interpréter des chansons souvent demandées par les autres membres du groupe?

La question 5 a entraîné des réponses distinctes de chaque participant, étant donné qu'elle vise les chansons les plus demandées par chaque participant dans le groupe.

Jamie décrit sa chanson préférée, *Never too Late*, comme étant agréable à chanter en raison de sa dynamique et du débit des paroles. Il précise qu'il s'agit d'une chanson plus récente et que, par conséquent, aucun souvenir important n'y est rattaché. Il ajoute cependant que puisqu'il la chante de façon « flamboyante » dans le groupe, il est souvent timide lorsqu'elle est interprétée.

Il a souvent écouté cette chanson dans le passé, environ tous les deux jours, et puisqu'il aime la distorsion de guitare de l'enregistrement d'origine, il trouve différente sur le plan instrumental, mais tout de même agréable, l'interprétation à la guitare acoustique dans le groupe.

Hugh indique que Suzanne est sa chanson préférée parmi ses principales demandes spéciales et, comme il l'a mentionné précédemment, il la demande pour provoquer une catharsis d'émotions. Il précise qu'il l'entend parfois à la radio, mais ne possède pas personnellement de copie, car « on m'a dit que Leonard Cohen, c'était trop sérieux pour moi ». Lorsqu'on lui parle de l'interprétation de la chanson dans le groupe, il répond simplement que la voix est différente de celle de l'enregistrement d'origine.

Susie désigne deux chansons comme ses préférées parmi celles qu'elle demande le plus souvent, soit *Don't Be Cruel* et une chanson contenant son prénom [changé pour Susie ici afin de protéger son anonymat]. Pour ce qui concerne la chanson dont le titre est son prénom, elle indique qu'elle aime l'entendre souvent parce qu'elle contient son prénom et parce que son frère la jouait souvent pour elle, dans sa jeunesse. Elle demande *Don't Be Cruel*, car elle aime le répertoire d'Elvis et qu'elle se souvient l'avoir vu en spectacle à la télévision quand elle était jeune. Elle explique que, bien qu'elle aime chanter les deux chansons avec le groupe, elle préfère souvent les écouter seule en version CD pour chanter en accompagnement et mieux entendre sa propre voix.

Parmi les chansons qu'elle a le plus souvent demandées, Christine précise que *Straight Up* est sa préférée, et que c'est une chanson agréable à interpréter en groupe. Bien qu'elle entende parfois cette chanson à la radio, elle insiste sur le fait qu'elle préfère l'interprétation en groupe, car le fait de voir les autres membres du groupe l'interpréter et l'apprécier la rend joyeuse.

La chanson préférée de Dawn parmi ses principales demandes est *Here Comes the Sun*. Elle évoque pour elle divers souvenirs, comme le premier jour du printemps et Pâques, le jardinage avec son père, l'anniversaire de sa sœur parce qu'« il y avait toujours du soleil ce jour-là » et aussi « les drogues que nous consommions ». Elle n'a plus de copie de la chanson, mais elle aime l'entendre dans le groupe. Elle affirme qu'habituellement, elle se sent mieux après avoir entendu la chanson en raison des souvenirs agréables qui y sont associés.

Tous les participants ont indiqué qu'ils sont ouverts à entendre des chansons souvent demandées par les autres membres du groupe. Christine a élaboré davantage sur ce point en expliquant qu'elle s'intéresse aux perspectives exprimées les autres personnes par leur choix de chansons et que cela permet à tout le monde d'avoir du plaisir et de se laisser emporter ensemble par la musique.

La question 6 porte sur la liste des 10 chansons les plus demandées.

6 a. Est-ce que certaines chansons de cette liste figurent parmi vos chansons préférées? Le cas échéant, qu'est-ce qui vous plaît de ces chansons en particulier?

À la question 6, nous avons demandé aux participants de commenter les 10 chansons les plus demandées par tous les groupes des centres d'hébergement communautaire (la liste complète des chansons est disponible auprès des auteurs). *Let It Be* s'est démarquée comme étant reconnaissable et agréable pour quatre des cinq participants. Jamie et Christine affirment tous les deux qu'elle a une belle mélodie, et Jamie ajoute qu'elle est agréable à chanter; Dawn parle de sagesse et d'équilibre. Parmi les chansons mentionnées par plus d'un participant, on compte *Dust in the Wind*, *Roses are Red*, *You've Got a Friend* et *Four Strong Winds*. Christine dit de ses favorites qu'elles sont de « belles chansons qui racontent de belles histoires » et que les chanter lui fait chaud au cœur. Susie, pour sa part, dit que ses préférées sont des chansons bien connues de sa jeunesse et qu'elle aime en chanter les mélodies.

6 b. Pouvez-vous penser à un thème qui unit ces chansons?

Il n'y a pas de consensus pour ce qui est d'un possible thème récurrent d'une chanson à l'autre. Après avoir discuté de ses chansons préférées de la liste, Dawn croit que l'amitié est un thème possible, et Jamie dit qu'il s'agit de « chansons hippies ». Lorsqu'on lui demande d'approfondir sa réponse, il explique que *You've Got a Friend*, *I Want To Hold Your Hand*, *Hey Jude* et *That's What Friends Are For* sont des chansons plutôt positives et amicales, alors que ses propres

préférences sont axées davantage sur des chansons plus intenses (*heavy*) et « diaboliques » qui sont plus difficiles à chanter.

6 c. Selon vous, qu'est-ce qui rend ces chansons attrayantes ou éloquentes pour les autres consommateurs de services de santé mentale?

Cette question s'est avérée tout aussi difficile pour les participants, et aucun consensus n'a été atteint. Toutefois, quatre des cinq participants ont soulevé des éléments qui leur plaisaient et pourraient plaire à d'autres consommateurs de services de santé mentale. Jamie indique que ces chansons sont agréables à chanter, ce qui pourrait plaire à d'autres personnes. Hugh répète que les chansons sont cathartiques, en particulier *Let It Be* et *Hey Jude*. Au début, Christine n'a pas formulé d'opinion, mais à la mention de *Dust in the Wind*, elle a proposé que les paroles de la chanson sont jolies et réchauffent le cœur (comme c'est le cas pour elle avec d'autres chansons). Dawn a fourni une réponse plus étoffée, précisant que le thème perçu dépend des convictions religieuses de chacun, mais que certaines chansons évoquent la sagesse, l'équilibre et la compassion. Pour ce qui est de Susie, alors qu'elle propose que d'autres consommateurs de services de santé mentale apprécient les « chansons douces » et aiment danser sur *Don't Be Cruel*, elle affirme que le fait d'apprécier une chanson n'a rien à voir avec la maladie mentale.

Analyse et conclusion

Dans ce modèle d'affirmation et d'inclusion axé sur le client, on a mis l'accent sur l'interprétation en groupe de chansons favorites. Nombre d'auteurs avancent que le chant en groupe est un phénomène interculturel que beaucoup estiment être source de vigueur pour la collectivité, et qui favorise l'épanouissement personnel (Higgins, 1991; Goldman, 1988; Dasilva, Blasi et Dees, 1984; Gaston, 1968; Merriam, 1964; Marconie, 1990; Mueller, 1963). Dans le programme décrit dans le présent article ainsi que par Baines (2000), ce phénomène multiculturel a été mis à profit pour aider les personnes ayant reçu un diagnostic de maladie mentale grave. Le présent article fait le point sur l'état actuel du programme, en y ajoutant de

nouvelles données provenant de sondages effectués auprès des consommateurs et du personnel. Il présente aussi des entrevues approfondies des consommateurs, effectuées dans le but d'évaluer leur compréhension des éléments qui rendent le programme de musicothérapie efficace pour eux. Les données compilées ici permettent de mieux comprendre les perceptions des participants et du personnel. Les données recueillies grâce au sondage, aux entrevues et aux rapports verbaux permettent de constater clairement un processus de rétablissement de la santé. Les réponses suggèrent une augmentation de la motivation générale et de la concentration et une diminution des pensées problématiques, une expression saine de la créativité et une expression améliorée des émotions, et une baisse de l'anxiété. L'une des raisons fondamentales de l'efficacité du programme est assurément l'effet bénéfique important pour la santé générale de la création de musique en groupe, en particulier le chant. En plus de chanter et de jouer, à l'occasion, des percussions, de la guitare ou du piano, certains participants choisissent également de demander qu'on chante leurs chansons préférées en groupe. Le fait de chanter en groupe des chansons choisies semble avoir un effet profondément positif sur la personne qui en a fait la demande. Parallèlement, les personnes qui chantent une chanson demandée par quelqu'un d'autre découvrent cette personne sous un nouveau jour, ce qui favorise la tolérance et l'acceptation. De plus, les membres du groupe se plongent en profondeur dans les paroles, une expérience qu'ils partagent en les lisant, en les chantant et en les entendant chantées par le groupe. Les occasions d'épanouissement sont ici nombreuses et complexes. Les effets sur la santé touchent notamment la mortalité, la morbidité, la satisfaction du client, le bien-être et le sentiment d'être utile. Il est clair que ces effets doivent faire l'objet d'études qualitatives et quantitatives plus poussées.

Les éléments essentiels de ce programme, en particulier le rôle de leader, émergent du modèle de réadaptation psychosociale. En réadaptation psychosociale, l'animateur du groupe agit à titre de modèle sain. Dans ce rôle, l'animateur peut aider une personne à trouver un logement, lui montrer comment rester hydraté par temps chaud et appuyer sa réflexion, ce qui incite tous les participants à s'investir dans le programme. Tous ces éléments font partie du rôle du modèle sain.

Puisque les participants de chaque centre d'hébergement ont demandé des livrets, cette demande a été comblée conformément au modèle de réadaptation psychosociale, ce qui a permis d'intégrer les idées des clients au processus thérapeutique. Les participants peuvent se concentrer sur les livrets, ce qui contribue à diminuer l'anxiété sociale. La lecture des paroles permet aux participants de découvrir des expériences communes. Il arrive souvent que les participants déclarent qu'ils ne connaissaient pas du tout les paroles. Cet exercice leur enseigne des choses sur eux-mêmes et sur leur communauté.

Bien que l'on encourage souvent les participants à ajouter des titres au livret de chansons, le projet de mise à jour des livrets est en cours pour aborder la question du contenu et pour favoriser l'inclusion. Nous espérons qu'avec le temps, la technologie permettra d'éviter la nécessité d'imprimer les livrets, mais pour l'instant, la norme est d'avoir un livret physique.

Les autres préoccupations relevées pendant l'étude, comme la planification dans les centres d'hébergement communautaire, sont, dans la mesure du possible, réglées en fonction du consensus. Le programme de pavillon est toujours offert, sur demande, en fin d'après-midi le vendredi, dans une célébration musicale collective de la semaine de travail.

Références

- Baines, S. (2000). A consumer-directed and partnered community mental health music therapy program: Program development and evaluation. *Revue canadienne de musicothérapie*, 7(1), 51-70.
- Banks, S., Crossman, D., Poel, D. et Stewart, M. (1997). Partnerships among health professionals and self-help group members. *Revue canadienne d'ergothérapie*, 64, 259-269.
- Bushong, D. (2002). Good music/bad music: Extant literature on popular music media and antisocial behaviour. *Music Therapy Perspectives*, 20(2), 69-70.
- Carter, E., et Oldfield, A. (2002). A music therapy group to assist clinical diagnoses in child and family psychiatry. Dans A. Davies et E. Richards (dir.), *Music therapy and group work: Sound company*. Londres, Angleterre : Jessica Kingsley Publishers.
- Chhina, C. (2004). Music therapy and psychosocial rehabilitation: Towards a person-centered music therapy model. *Revue canadienne de musicothérapie*, 11(1), 8-30.
- Dasilva, F., Blasi, A., et Dees, D. (1984). *The sociology of music*. Notre Dame, IN : University of Notre Dame.
- Davies, A., et Richards, E. (dir.). (2002). *Music therapy and group work: Sound company*. Londres, Angleterre : Jessica Kingsley.
- Edwards, J. et Hadley, S. (2007). Expanding music therapy practice: Incorporating the feminist frame. *The Arts in Psychotherapy*, 34, 199-207.
- Eyre, L. (2008). Medical music therapy and kidney disease: The development of a clinical method for persons receiving haemodialysis. *Revue canadienne de musicothérapie*, 14(1), 53-87.
- Gallagher, L., et Steele, A. (2002). Music therapy with offenders in a substance abuse/ mental illness treatment program. *Music Therapy Perspectives*, 20(2), 117-122.
- Gaston, E. (1968). *Music in therapy*. New York, États-Unis : Macmillan.
- Ghetti, C. (2004) Incorporating music therapy into the harm reduction approach to managing substance use problems. *Music Therapy Perspectives*, 22(2), 84-90.
- Goldman, J. (1988). Toward a new consciousness of the sonic healing arts: The therapeutic use of sound and music for personal and planetary health and transformation. *Music Therapy*, 7(1), 28-33.
- Hadley, S. (dir.). (2006). *Feminist perspectives in music therapy*. Gilsum, États-Unis : Barcelona Publishers.
- Higgins, K. (1991). *The music of our lives*. Philadelphia, États-Unis : Temple University Press.
- Jacobs, E., Masson, R., et Harvill, R. (2002). *Group counseling : Strategies and skills*. Pacific Grove, États-Unis: Brooks/Cole.
- Kenny, C. (1989). *The field of play: A guide for the theory and practice of music therapy*. Atascadero, États-Unis : Ridgeview Publishing.
- Marconie, R. (1990). *The concept of music*. Oxford, Angleterre : Clarendon.
- Merriam, A. (1964). *The anthropology of music*. Chicago, États-Unis : Université Northwestern Press.

- Mueller, J. (1963). A sociological approach to musical behavior. In T. Greening (dir.). *American politics and humanistic psychology*, (pp. 216-220). New York, États-Unis : Saybrook.
- Pavlicevic, M. et Ansdell, G. (dir.). (2004). *Community music therapy*. Londres, Angleterre : Jessica Kingsley.
- Plach, T. (1996). *The creative use of music in group therapy*. Springfield, États-Unis : Charles C Thomas.
- Posthuma, B. (2002). *Small groups in counseling and therapy*. Toronto, Ontario : Allyn & Bacon.
- Rolvjord, R. (2006). Whose power of music? A discussion on music and power-relations in music therapy. *British Journal of Music Therapy*, 20(1), 5-12.
- Ruud, E. (1998). *Improvisation, communication and culture*. Gilsum, NH : Barcelona.
- Stige, B. (2006). The problem of pleasure in music therapy. *British Journal of Music Therapy*, 20(1), 39-51.
- Taylor, D. (1997). *Biomedical foundations of music as therapy*. St. Louis, États-Unis : MMB Music.
- Watson, T. et Vickers, L. (2002). A music and art therapy group for people with learning disabilities. In A. Davies & E. Richards (dir.), *Music therapy and group work: Sound company*. Londres, Angleterre : Jessica Kingsley.
- Wheeler, B. (2007). Music therapy research: Contributions from Canada. *Revue canadienne de musicothérapie*, 13(2), (10-36).
- Yalom, I. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy* (4e éd.). New York, États-Unis : Basic Books.

Remerciement

Les auteurs remercient Erin Currie, étudiante au baccalauréat en musicothérapie pour la relecture du volet entrevue de la recherche.

À propos des auteurs

Sue Baines (Ph. D., MTA, FAMI) enseigne au programme de baccalauréat en musicothérapie de l'université Capilano de Vancouver (C.-B.) et exerce la musicothérapie en soins de longue durée. Ses travaux de recherche visent à promouvoir la justice sociale dans la pédagogie, la recherche et la pratique de la musicothérapie. Sue est Rédactrice en chef de la *Revue canadienne de musicothérapie* depuis 2016 et collabore au *Arts and Psychotherapy Journal*.

sbaines@capilanou.ca

Graeme Danko (B. MT, MTA, MT-BC) a obtenu son diplôme du programme de musicothérapie de l'université Capilano en 2008. Après avoir effectué son internat au service de santé mentale Coast Mental Health de Vancouver (C.-B.), il s'est installé à Ottawa (ON), où il a œuvré auprès d'adultes touchés par des problèmes de développement. Depuis 2018, il vit aux É.-U., où il pratique toujours la musicothérapie et dirige Looking Upwards Inc., un programme de soutien communautaire pour les adultes handicapés à Middletown, au Rhode Island.