

La santé mentale dans l'industrie canadienne de la musique : Rapport final En coulisse (Soundcheck) 2026

Les résultats finaux de **En coulisse (Soundcheck)**, une étude nationale sur la santé mentale dans l'industrie canadienne de la musique, révèlent des défis urgents nécessitant une action.

Au 31 octobre 2025, plus de 1 250 professionnel-le-s de la musique ont contribué à cette étude par le biais d'un sondage national, de groupes de discussion et d'entretiens individuels menés partout au Canada.

Étude nationale à méthodes mixtes combinant des données de sondage, des groupes de discussion et des entretiens individuels.

Ce qui ressort



Prévalence des problèmes de santé mentale

- 94 % des personnes interrogées reconnaissent que les **problèmes de santé mentale sont très répandus** dans l'industrie. C'est donc l'un des enjeux les plus pressants du moment pour les gens du milieu.
- 86 % d'entre eux ont personnellement été confrontés à des problèmes de santé mentale et 95 % ont vu d'autres personnes en souffrir, **ce qui prouve que ces problèmes touchent presque tout le monde dans l'industrie.**
- Malgré ces chiffres élevés, **les barrières systémiques, la stigmatisation et le manque de soutien** empêchent de nombreuses personnes d'accéder à l'aide dont elles ont besoin, laissant les professionnels de l'industrie vulnérables à **l'épuisement, à la détresse et aux dommages à long terme.**

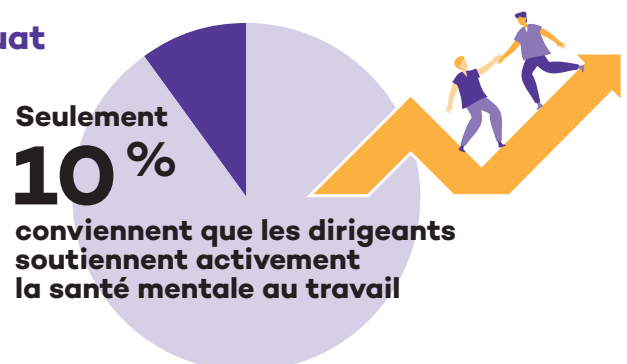
Crise de santé mentale

- **53 % ont déjà perdu le goût de vivre, et 43 % ont déjà eu des idées suicidaires.**
- 86 % souffrent d'anxiété, 75 % de fatigue et 70 % de tristesse persistante, tous des signes d'**épuisement endémique.**



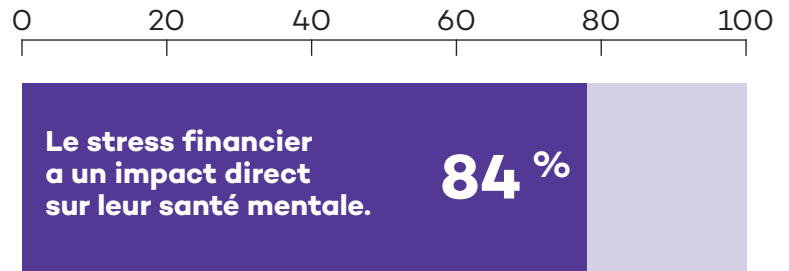
Milieus de travail toxiques et leadership inadéquat

- 84 % estiment que leur milieu de travail n'est pas propice à la santé mentale, et 95 % pensent que **l'industrie pourrait en faire plus** pour s'attaquer à ces problèmes.
- Seuls 10 % sont d'accord que les dirigeants en font assez pour la santé mentale au travail, ce qui souligne d'**importantes lacunes** en matière de leadership.



Stress financier et insécurité en emploi

- 84 % des professionnels du secteur déclarent que le **stress financier** a un impact direct sur leur santé mentale.
- Seuls 5 % ont un sentiment de sécurité de l'emploi, ce qui reflète la **nature précaire des carrières dans l'industrie musicale**.

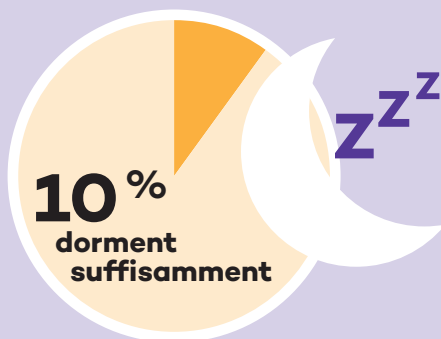
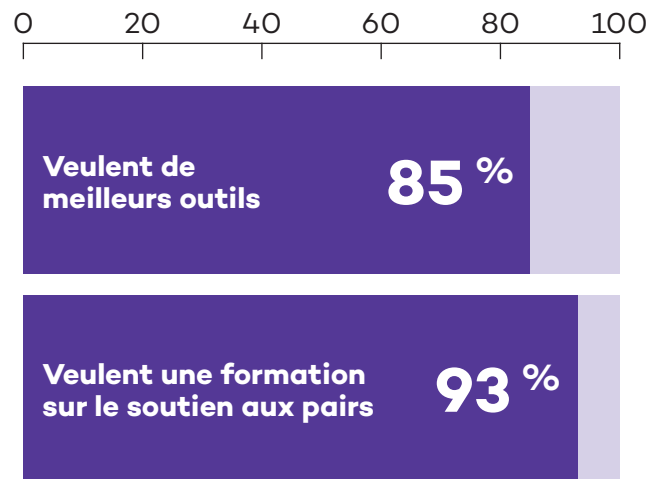


Consommation de substances psychoactives

- 86 % signalent que la **consommation des substances psychoactives est stigmatisée**, et 58 % déclarent également que la **sobriété ou le rétablissement sont stigmatisés**.
- Cette double stigmatisation **freine l'ouverture au dialogue et l'accès au soutien**.

Grave pénurie de ressources en matière de santé mentale

- 97 % reconnaissent que la **formation sur la santé mentale est essentielle**, mais 80 % n'en ont jamais reçu.
- 85 % veulent de **meilleurs outils** pour gérer leur propre santé mentale, et 93 % veulent une **formation** pour soutenir leurs collègues.
- **Seuls 10 % d'entre eux estiment que leur lieu de travail dispose de mesures de soutien solides**, ce qui souligne le besoin **urgent de ressources structurées en matière de santé mentale, de formation et de responsabilisation des dirigeants** dans l'ensemble de l'industrie.



Épuisement et bien-être physique

- Seulement 10 % **dorment suffisamment** pour donner le meilleur d'eux-mêmes.
- **Les problèmes de santé à long terme autodéclarés** — y compris la neurodivergence (comme l'autisme, le TDAH et la dyslexie) — sont fréquents : 41 % des répondant-e-s s'identifient comme neurodivergent-e-s, 22 % déclarent souffrir d'arthrite et 21 % rapportent des limitations liées à la mobilité. Pourtant, ces réalités sont **rarement reconnues** dans les conversations au sein de l'industrie.

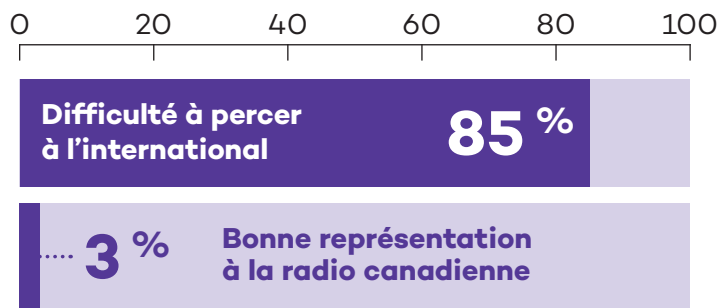
Discrimination et harcèlement

- **Le sexisme, le racisme, l'intimidation et le harcèlement** sont monnaie courante et touchent démesurément les minorités raciales et de genre.
- Les femmes, les personnes non binaires et les groupes racisés affichent les taux les plus élevés de **discrimination au travail** — et les taux d'intervention les plus faibles.



Obstacles à la durabilité professionnelle

- 85 % affirment que **les musiciens d'ici percent difficilement à l'international**, ce qui crée une instabilité financière et professionnelle.
- Seuls 3 % sont tout à fait d'accord pour dire que la radio canadienne représente efficacement les musiciens locaux, **ce qui limite les opportunités pour les talents locaux**.



Principaux constats de SOUNDCHECK

1. La stigmatisation et le faible niveau de compréhension en santé mentale demeurent des obstacles majeurs

Dans l'industrie de la musique, de nombreuses personnes n'ont toujours pas le langage ni la confiance nécessaires pour parler de santé mentale de façon claire et éclairée. La stigmatisation et le silence alimentent l'incompréhension et l'« exclusion », rendant plus difficile le fait de s'exprimer, de demander de l'aide ou de se soutenir mutuellement dès les premiers signes. Lorsque les leaders et les milieux de travail manquent de connaissances de base en santé mentale, les problèmes passent souvent inaperçus jusqu'à devenir des crises.

2. Les milieux de travail — et non la résilience individuelle — sont les principaux facteurs de risque pour la santé mentale

Dans l'industrie de la musique, les enjeux de santé mentale sont beaucoup plus souvent liés à l'organisation du travail qu'à la force personnelle ou aux capacités d'adaptation individuelles. L'insécurité financière, le manque de clarté des rôles, la pression constante et des environnements de travail malsains ou mal dirigés génèrent un stress chronique qui épuise les personnes au fil du temps. Lorsque les milieux de travail n'offrent pas un minimum de stabilité et de respect, même les personnes les plus résilientes sont à risque.

3. L'industrie a évolué plus rapidement que ses systèmes de soutien

Le travail en musique a profondément changé, mais les systèmes de soutien n'ont pas suivi le rythme. De nombreuses personnes font face à de nouvelles pressions sans repères clairs, sans leadership solide ni accès facile à des soutiens préventifs en santé mentale. Résultat : à tous les niveaux de l'industrie, plusieurs se retrouvent sans moyens fiables de protéger leur bien-être avant que les difficultés ne s'aggravent.

Ce que cela signifie

Améliorer les résultats en santé mentale dans l'industrie musicale canadienne exige des actions à l'échelle des systèmes : renforcer les capacités en leadership, normaliser la littératie en santé mentale et intégrer la sécurité psychologique dans la façon dont le travail en musique est organisé, dirigé et soutenu.

Ces constats orientent les recommandations nationales et les partenariats sectoriels actuellement en cours.

Pour en savoir plus sur les résultats du sondage, écrivez à catherine@revelios.com
Demandes des médias : Phil@annexe.media