

Julie DEY

**La dimension
psychologique dans
l'apprentissage du
chant**

ESM Bourgogne Franche-Comté
2019

Julie DEY

**La dimension
psychologique dans
l'apprentissage du
chant**

Directeur de mémoire : Jean TABOURET
ESM Bourgogne Franche-Comté
2019

REMERCIEMENTS

Mes premiers remerciements vont à Monsieur Tabouret qui, avec sa passion, sa patience et sa pédagogie, a su m'accompagner lors de ce cheminement. Une réflexion et une organisation pas toujours évidentes mais qui ne m'ont pas parues insurmontables grâce à sa bienveillance, sans oublier la note d'humour bienvenue. Merci Monsieur Tabouret !

Je voudrais également remercier les trois professeures de chant que j'ai pu interroger. Je les ai senties heureuses et intéressées de pouvoir discuter et partager leur expérience. Sans compter leur temps, elles m'ont toutes encouragée dans ma démarche de réflexion et n'ont pas hésité à me proposer un nouveau temps de discussion même de relecture. Merci pour leur disponibilité !

Enfin, merci aux élèves qui, pendant mes stages de tutorat, ont partagé également leur expérience et leur ressenti. A ceux à qui j'ai pu dispenser quelques heures de cours et m'ont permis d'acquérir un peu plus d'expérience et m'interroger sur ma pratique.

SOMMAIRE

INTRODUCTION.....7

I EPANOUISSEMENT DE L'ÉLÈVE.....9

1. Eveil de la conscience

- Le rapport de l'élève à sa voix
- La relation pédagogique

2. La confiance

- La confiance en soi de l'élève
- Le rapport de confiance entre l'élève et son professeur

3. Envie et motivation : moteurs de l'apprentissage

II ENVIRONNEMENT ET OUTILS.....17

1. Rapport au corps et à son évolution

2. Méthode corporelle : vers une connaissance et un ressenti

3. Du bon usage de la métaphore : limites et dangers

III INTERPRÉTATION ET IDENTITÉ ARTISTIQUE.....22

1. Le texte, les personnages

2. La scène et les autres arts

3. Dépassement des blocages

- Blocage technique
- Le trac

4. Vers une identité artistique

CONCLUSION.....30
BIBLIOGRAPHIE.....32
ANNEXES.....33

INTRODUCTION

J'ai choisi ce sujet en rapport avec l'évolution que j'ai vécue en tant qu'élève. En effet, depuis mon intégration à l'Ecole Supérieure de Musique de Bourgogne Franche-Comté en 2016 ainsi qu'un travail avec un ostéopathe depuis quelques années, j'ai constaté (ainsi que le public et les personnes qui m'ont entendue et me réentendent) un changement notable de ma voix et de ma personnalité artistique. La façon dont je peux m'assumer sur scène ou en représentation s'est modifiée. Je parviens à assumer également ma musicalité pour pouvoir l'exprimer. J'ai le sentiment d'avoir passé un cap supérieur en tant qu'artiste.

La formation à l'ESM (pour le Diplôme National Supérieur du Professionnel de Musicienne et le Diplôme d'Etat de professeur de musique) ainsi que le travail musical entraînent une réflexion sur soi. Pour avancer, nous revenons et réfléchissons sur nos actes et savoirs acquis, toujours dans l'optique d'améliorer notre pratique et notre pédagogie. Lors de ma première année à l'ESM, mes professeurs m'ont répété bon nombre de fois « Julie, tu chantes plus petit que ce tu peux ! », « tu n'as pas une petite voix ». J'ai mis quelques mois à comprendre et surtout, un jour j'ai eu un déclic. Une phrase est remontée à la surface de mon inconscient. Les circonstances sont un peu floues : chose sûre, j'avais 17 ans, dans une volonté d'explication et de sentiment positif de « consolation », un jour, ma professeure de technique vocale m'a dit « Julie, tu n'auras jamais une grande voix. ». Poursuivant en m'expliquant que ce n'est pas grave, que tout le monde n'a pas une grande voix, que même avec une voix moins sonore on peut chanter un certain répertoire, avoir un beau timbre etc.... ». Il est même possible d'en faire son métier. D'un seul coup, le lien s'est établi et je me suis dit que j'avais imprimé cette phrase, que mon cerveau s'en était imprégné et comme la professeure l'avait dit, il fallait que ma voix corresponde à l'idée de ce qu'elle s'en faisait. Etant une élève totalement confiante et dévouée aux dires de l'enseignante, et dans l'idée du besoin d'estime de soi et donc des autres qu'évoque Jacques ANDRE dans son ouvrage *La motivation*, c'est comme si je devais refléter l'image de la voix que l'on avait de moi. J'avais également une image bien précise de ce que ma voix devait être également.

Depuis « la remontée à la surface » de cette phrase, de son analyse et de sa « déprogrammation » dans mon cerveau, j'ai l'impression que mes limites ont été repoussées et une évolution rapide et marquante s'est engagée. Toujours plus de possibilités sont envisageables. Il aura fallu donc plus de dix ans pour enlever « un cadenas » supplémentaire à l'expression de ma musicalité.

J'ai la volonté d'être une enseignante ouverte, à la pédagogie positive et marquante pour l'élève. J'aimerais pouvoir lui transmettre le plaisir de chanter avec bienveillance et positivisme pour faire de l'élève une personne bien dans son corps et dans sa tête grâce à la pratique culturelle. Un adulte avec une personnalité affirmée, exprimant ses émotions et sa musicalité, curieux des nouvelles pratiques également.

Mon expérience conjuguée à l'envie de transmettre le plaisir et les bienfaits du chant, j'ai trouvé formidable, intéressant et passionnant de réfléchir à la dimension psychologique dans l'apprentissage musical et plus particulièrement de ma discipline, le chant. La voix, qui plus est, étant « un instrument intérieur ».

Dans cette étude, j'aimerais aborder en premier lieu la notion de dimension psychologique. Quels sont les différents aspects qu'elle peut renfermer, les analyser pour comprendre quels rôles peuvent-ils jouer dans l'évolution et l'épanouissement de l'élève. Dans un second temps, nous nous intéresserons à l'environnement et aux outils employés par l'enseignant. Enfin, nous nous attacherons à comprendre quel rôle joue la dimension psychologique dans la construction de l'identité artistique de l'élève. Ma réflexion s'appuiera sur la lecture de sources variées, les entretiens que m'ont accordés trois professeures et sur les expérimentations que j'ai pu mener avec des élèves d'âges et de niveaux divers.

I L'EPANOUISSEMENT DE L'ELEVE

1. Eveil de la conscience

➤ Le rapport de l'élève à sa voix

L'Homme possède une conscience qui le différencie des autres êtres de la nature : « *Une chose qui élève infiniment l'homme au-dessus de toutes les autres créatures qui vivent sur la terre, c'est d'être capable d'avoir la notion de lui-même, du Je. C'est par là qu'il devient une personne ; et grâce à l'unité de conscience qui persiste à travers tous les changements auxquels il est sujet, il est une seule et même personne. La personnalité établit une différence complète entre l'homme et les choses, quant au rang et à la dignité. Le sujet ou le Je est à la fois le principe qui nous permet d'organiser nos pensées d'une certaine façon, ce qui détermine un rapport particulier au monde, aux objets extérieurs et à nous-mêmes, mais c'est aussi une valeur qui nous donne une dignité.* »¹

Ainsi, la conscience nous conditionne dans une vision du monde qui est propre à chacun. Il s'agit bien d'une représentation qu'on a du monde et de soi, elle est notre réalité et il est parfois difficile de considérer d'autres réalités que la sienne. L'inconscient joue également une grande part dans notre construction personnelle et rend nos ressentis, nos pensées parfois très complexes car elles ne sont pas forcément logiques ou explicables.

« *Il y a des philosophes qui s'imaginent que nous avons à tout instant la conscience intime de ce que nous appelons notre moi; que nous sentons son existence et sa persévérance dans l'existence, et que nous sommes certains par une évidence au-dessus de toute démonstration, à la fois de son identité et de sa simplicité. [...] Pour moi, quand je pénètre au plus intime de ce que j'appelle moi-même, c'est toujours pour tomber sur une perception particulière ou sur une autre : une perception de chaud ou de froid, de lumière ou d'obscurité, d'amour ou de haine, de peine ou de plaisir. Je ne puis jamais arriver à me saisir moi-même sans une perception, et jamais je ne puis observer autre chose que la perception. [...].* »²

L'homme est un être complexe qui se construit grâce à différents paramètres : ce qu'il est, ce qui l'entoure, sa perception des choses. C'est ce qui constitue l'individualité même des Hommes. La voix se construit avec toutes ces informations et nous percevons personnellement notre voix d'une certaine façon. Cette dernière, d'ailleurs, peut être faussée par des sensations, une perception intérieure, différente extérieurement également de par notre anatomie auditive. En parallèle du

¹ KANT Immanuel (1724-1804), *Anthropologie du point de vue pragmatique*, 1785, Paris, éd. Vrin, 1994

² HUME David (1711-1776), *Traité de la nature humaine*, 1738, Paris, éd. Flammarion, 1993, p.329

travail technique, un travail sur soi s'effectue. Accepter sa voix, c'est apprendre à s'accepter car chanter permet d'extérioriser notre être intérieur. Le plus dur étant de dévoiler ce dernier entièrement. Mais la voix, l'expression musicale et l'interprétation n'en seront que plus belles et le chanteur éprouvera une réelle sensation de bien-être et de plaisir.

➤ La relation pédagogique

Chaque être humain est partie intégrante d'un environnement auquel il appartient totalement, il me semble donc indispensable en tant que professeur de chant d'être à l'écoute des réactions des élèves et de toujours essayer de comprendre la perception qu'ils ont de leur voix. La conscience cohabite avec l'inconscient et ils s'influencent l'un et l'autre, la thérapie permet au patient de verbaliser ses ressentis afin d'associer l'inconscient au conscient et d'établir une meilleure harmonie avec nous-même. Le professeur de chant n'est pas un psychologue mais il doit chercher à harmoniser la voix du chanteur avec sa perception de lui-même. Lors de mes stages de pratique de pédagogie, j'ai pu comprendre qu'il est important de dialoguer et questionner l'élève sur ce qu'il vient de produire pour justement essayer de se mettre à sa place : « Comment te sens-tu ? Que penses-tu de ce son ? Qu'as-tu fait ? Qu'as-tu senti ? ». Le chanteur apprend à accepter sa voix et ses envies agissent sur l'évolution de celle-ci. Le professeur apporte à l'élève des connaissances et une ouverture sur les répertoires musicaux. L'élève apporte ses envies, ses connaissances sur la musique. Le savant mélange des connaissances du professeur et de l'élève donne les directions de travail pendant le cours et forge la personnalité musicale de l'élève.

Ainsi, chaque élève possède un passé, une histoire qui lui donnent un certain regard sur ce qu'il va, veut entreprendre. Si le professeur de chant pense inculquer un savoir universel sans prendre en compte le passif de son élève, son enseignement risque de ne pas fonctionner surtout dans le cadre du chant. En effet, la voix est bien particulière à chaque être humain et reflète son «univers» intérieur le plus profond (émotions, sensations...). Les chapitres suivants nous éclaireront sur les moyens que l'on peut mettre en œuvre pour y parvenir.

2. La confiance

➤ La confiance en soi de l'élève

Lors de mes deux stages de pratique de pédagogie au Conservatoire de Colmar, j'ai demandé à huit élèves de la classe de chant ce qu'ils attendaient du cours et du professeur. La première réponse est l'apprentissage du chant, la seconde volonté soulevée par les élèves est

d'acquérir plus de confiance en soi. Ils parlent d'encouragement, de motivation qu'ils souhaitent trouver ou retrouver à travers le professeur de chant : « *Qu'il soit à l'écoute, dynamique, qu'il sache mettre ses élèves à l'aise et bien sûr les aider à progresser (poser sa voix, interprétation), les mettre en confiance.* », « *d'être critique pour pouvoir progresser tout en étant encourageant pour les motiver* », en parlant du cours « *prendre confiance en soi et apprendre les techniques pour améliorer sa façon de chanter* ». Les neurosciences ont montré qu'une personne moyenne utilise une capacité infime de son potentiel intellectuel. Non sollicité, l'individu commence à croire que chez lui, ses capacités sont limitées. La multiplication de performances dont il ne se serait jamais imaginé capable va amener les croyances négatives à devenir positives et alors tout devient possible à celui qui est convaincu. Le professeur a donc un rôle rassurant pour les élèves, il leur permet de s'épanouir et d'assumer leur envie de chanter. Pour moi, il se doit d'enseigner toujours avec bienveillance afin d'éveiller en l'élève ce sentiment de confiance qui lui permettra de s'affirmer, d'oser se tromper et ce, toujours dans l'optique de progresser.

➤ Le rapport de confiance entre l'élève et son professeur

La relation pédagogique relève en premier temps de la relation humaine. Pour qu'une appropriation des savoirs se fasse dans de bonnes conditions, je pense que l'atmosphère de la classe ou du cours individuel doit être agréable pour l'apprenant, qu'il se sente en confiance, écouté et respecté. Pierre-Line MAIRE, chef de l'ensemble vocal de l'ESM dont je fais partie nous l'a encore confirmé lors de notre dernière répétition où, chacun notre tour, nous faisons travailler le quatuor dans lequel nous chantons. « Il faut créer un environnement de confiance où le, les élèves ou les choristes se sentent en sécurité ». A partir de ce moment-là, l'enseignant inspire confiance et aide l'apprenant à se découvrir, se libérer et s'extérioriser.

Dans *Liberté pour apprendre*³, Carl Rogers parle d'une vraie rencontre entre deux personnes. « Ainsi, le professeur est pour ses élèves une personne, et non l'incarnation impersonnelle des exigences ». La principale qualité selon l'auteur pour faciliter l'apprentissage est l'authenticité : « Lorsque le « facilitateur » se trouve être une personne vraie, [...] et qui entre en relation sans masque ni façade avec celui qui apprend, il y a beaucoup de chance que son action soit efficace ». Une autre attitude facilitant l'apprentissage est la considération pour l'apprenti. Cette considération naît de la confiance que l'enseignant lui porte. Il l'accepte tel qu'il est à ce moment-là. Accepter l'autre c'est aussi accepter ses refus, ses humeurs, ses agressions ou ses compliments. Pour un élève, le professeur peut être la représentation de l'autorité qu'il cherche tant à fuir, ou bien celle du copain auprès duquel il va chercher des relations privilégiées. Il me paraît important dans

³ ROGERS Carl (1902 1987) *Liberté pour apprendre*, Paris, éd. Dunod, 1999 ; p.102

cette situation de rester à sa place d'enseignant : accueillir l'élève et lui renvoyer une réponse juste, adaptée.

La considération, la confiance ainsi que l'authenticité sont des attitudes qui se développent en étant attentif à nos propres réactions d'enseignant. Les reconnaître et les accepter est un travail de tous les instants mais cela nous permet de mieux nous connaître en tant que personne et de pouvoir appréhender plus facilement les réactions des autres. Il est donc important d'établir un vrai rapport de confiance entre le professeur et l'élève quand celui-ci arrive au cours de chant avec son vécu personnel, son état du moment et ses objectifs. Il fait la démarche de les confier à son professeur. Pour cela, il est primordial que le professeur soit sensible à la réception de son enseignement face aux élèves et s'adapte aux différentes situations, projets personnels... *« Il s'agit de se greffer sur le désir existant, tout superficiel qu'il soit, pour ouvrir de nouveaux horizons, et faire naître, par « tuilage », de nouveaux désirs, plus conformes à un projet culturel... »*.⁴

Lors de mes entretiens avec les professeurs de chant, nous avons évoqué le sujet de la relation pédagogique et j'ai posé la question suivante : *« avez-vous constaté une évolution de votre approche de la communication, verbale ou non verbale, depuis que vous enseignez ? »*. Unanimement, elles ont répondu que l'évolution était permanente. *« On ne change pas les bases de sa technique ou de son enseignement mais il y a toujours des outils plus simples, plus clairs, mieux adaptés. On en jette, on en prend d'autres »*. *« On apprend à dire les choses quand des problèmes techniques sont repérés mais toujours avec bienveillance et pédagogie »*. En effet, l'enjeu dans notre communication est de mesurer nos mots, nos attitudes qui pourraient laisser une empreinte psychologique négative. Cela pourrait avoir conséquence de freiner le progrès, voire faire baisser l'estime de soi de la personne en face de nous. Je considère être une très grande responsabilité que de savoir manier notre langage et notre comportement face à un élève. Ce sujet a fait partie des expérimentations que j'ai voulu mener pendant mes stages de tutorat. En effet, lors des cours, je trouve difficile de savoir comment et à quel moment dire qu'il y a un problème technique ou les hiérarchiser si il y en a plusieurs. Arriver à émettre un bilan de cours encourageant tout en disant objectivement les choses à améliorer. La question du dosage entre technique et musique n'est pas si évident aussi. Je trouvais cela et trouve encore difficile de trouver l'équilibre, surtout dans des cours d'une demi-heure. Mais je me suis appliquée à prendre le temps de dire les choses, calmement, sur un ton posé. L'humour peut aussi dédramatiser la difficulté mais pas chez tous les

⁴ Philippe MEIRIEU (1949) *Apprendre... Oui, mais comment*, Paris, éd. Esf, 2017, p.90.

élèves. Il m'a semblé que je pouvais utiliser ce ton chez certains. D'autres élèves, trop dans l'application et la susceptibilité ne l'auraient pas forcément bien pris.

Obliger l'élève à verbaliser ce qu'il vient de faire est un élément revenu souvent dans le discours des trois professionnelles du chant que j'ai pu interroger. Le chant, instrument intérieur, demande une finesse de l'oreille de l'enseignant. C'est au son rendu par l'élève que le professeur peut entendre ce qui se passe corporellement. Il peut parfois se tromper sur l'analyse de la sensation de l'autre. C'est un des points en tant qu'apprenti-professeur que je redoute le plus. Mais ce que j'ai retenu également des entretiens et qui est très rassurant pour nous, professeurs en formation, est que nous affinons notre pédagogie avec l'expérience. Au fil des années de pratique, nous mûrissons et ne restons pas « *coincés dans une seule forme de pédagogie* ». Rien n'est fixé. J'ai particulièrement apprécié la phrase d'Agnès MELLON qui me disait « *Il faut avoir l'ambition d'évoluer tout le temps* ». Il faut continuer à écouter, chercher, lire, c'est d'ailleurs comme cela que l'on reste passionné. « *Si on se ferme sur son parcours, ce n'est pas intéressant du tout* » a-t-elle conclu. J'aime cette idée de toujours évoluer, de devoir aller chercher plus loin ou ailleurs pour mieux adapter notre pédagogie, notre enseignement et notre relation pédagogique. Cela rejoint l'idée de congruence, une des attitudes rogériennes mentionnées par Jacques ANDRE⁵. La congruence est une qualité que l'on appelle aussi « *consistance* ». Elle a valeur d'exemplarité. La conscience de ce phénomène amène à avoir une grande exigence vis-à-vis de soi, de faire un travail continu sur soi.

Lorsque nous chantons, nous éprouvons des sensations particulières et nous entendons notre voix d'une certaine manière. Le chanteur débutant cherchera aussi souvent un son esthétique à ses oreilles ou un son imité d'un chanteur apprécié. Il s'y habitue et parfois ne réalise pas que le son produit n'est pas optimum, qu'il présente des défauts acoustiques voire de nature physiologique ce qui peut entraîner des problèmes de santé vocale. D'un point de vue anatomique déjà, nos oreilles, placées de chaque côté de notre tête, ne perçoivent pas la même chose que les personnes en face de nous. Notre perception peut donc être faussée. Nous devons donc nous fier au professeur et mettre de côté un instant notre avis pour pouvoir améliorer notre technique. Pendant mon stage de pratique de pédagogie, j'ai pu observer une élève qui a toujours pris l'habitude de chanter avec un serrage au niveau du larynx : son oreille a donc pour référence un son tassé, crispé et appuyé qui lui paraît être la bonne manière de chanter. Avec le travail, il faut habituer l'oreille à entendre autre chose et prouver au chanteur que sans serrage, sa voix est plus libre et ne se fatigue pas. Sa professeure, ma

⁵ ANDRE Jacques (1946), *Eduquer à la motivation*, Paris, éditions l'Harmattan, 2005

tutrice, explique qu'il est très important que le chanteur sente les améliorations pour qu'il puisse totalement adhérer au changement que le professeur lui propose. Si ce dernier est méfiant, le corps et l'oreille ne réagiront pas ou alors d'une mauvaise façon au changement. L'enregistrement du cours est un outil utile dans ce cas-là : cet élément extérieur permet à l'élève de se réécouter, à un autre moment que le cours, avec du recul. Il prend la place de l'auditeur et se rend compte de la différence entre deux sons produits avec un geste vocal différent. Il peut donc mieux assimiler pourquoi les conseils de son professeur lui sont profitables. Il est bon de garder à l'esprit que l'humilité reste une qualité indispensable dans la pratique de l'enseignant. J'entends ici par humilité (du latin humus, la terre) le fait de garder les pieds sur terre, sur le même sol, d'éviter toute catégorisation, toute hiérarchisation. Elle permet, entre autres attitudes, une forme d'empathie nécessaire au développement de la confiance mutuelle et à la transmission des savoirs.

3. Envie et motivation

« *La vie n'instruit que ceux qui sont prêts à l'affronter. Cette préparation, c'est l'enseignement* ». ⁶

L'apprentissage est essentiel à l'Homme. L'auteur rappelle que l'important est de comprendre le véritable sens d'enseigner. En effet, enseigner est une action. Elle ne veut pas dire « faire enregistrer » mais « faire faire », « apprendre est un verbe actif. ». Cette notion renvoie également à l'ouvrage de Jacques ANDRE⁷ dans lequel il explique que « motiver c'est mouvoir. Pour mouvoir, il faut émouvoir ». Motiver implique l'idée de mouvement. Pour l'auteur, c'est la sensation et l'émotion qui nous poussent à agir. L'origine de la motivation apparaît donc plus affective que cognitive. La plupart du temps, les vraies raisons sont profondément cachées dans l'inconscient, il faut simplement que la personne se sente concernée. L'auteur observe que « toute réussite est littéralement suspendue à la force du désir et du plaisir de vivre » et plus particulièrement du désir d'apprendre. C'est un état qui s'éduque. Il faudrait parvenir à construire un dynamisme régulièrement alimenté et régulé.

Son hypothèse : la motivation croît ou baisse grâce à un réseau d'interactions humaines. Plusieurs explications, selon lui, à l'origine de la motivation humaine : d'une part, le besoin d'estime de soi et donc des autres et, d'autre part, le désir mimétique, théorie de l'anthropologue René GIRARD (1923-2015) qui explique que l'on apprend à désirer par imitation sous la vue du désir et du plaisir des autres.

⁶ REBOUL Olivier (1925-1992) *Qu'est-ce qu'apprendre ?*, Paris, Ed. Presses Universitaires de France, 2010, p15-16

⁷ ANDRE Jacques (1946), *Eduquer à la motivation*, Paris, éditions l'Harmattan, 2005

La question du désir dans l'enseignement est nécessaire pour permettre un bon apprentissage. Philippe MEIRIEU spécifie que choisir de supprimer le désir dans l'apprentissage, c'est choisir la facilité. Seulement, l'enseignement ne peut pas être efficace dans ce cas « car ne viendront alors au savoir que ceux qui, précisément, le savent désirable, au point de lui sacrifier des intérêts plus immédiats. »⁸

Il est tout de même important de ne pas tomber dans l'excès inverse qui serait de tout miser sur le désir de l'apprenant. « On ne peut donc, ni proposer du savoir sans tenir compte du désir, ni sacraliser le désir pour lui asservir tout savoir. »⁹. Dans la pratique du chant, l'élève vient la plupart du temps animé par son désir de chanter. C'est au professeur de partir de ce désir pour amener l'élève à travailler. A travailler seul, donc à acquérir de l'autonomie. Cette question de l'autonomie est aussi un point important dans la relation pédagogique. Si un élève n'a pas envie d'apprendre, il ne se construira pas des savoirs pour s'en resservir seul par la suite. Chez beaucoup de professeurs, l'autonomie est une des aptitudes principales à développer chez un élève. Lors de nos entretiens, à ce propos, une des professeures a déclaré : « l'autonomie ne peut aller sans une certaine curiosité. Il y a une très grande place à faire aux envies de l'élève. » La confiance, de l'élève en soi et entre le professeur et son élève que nous avons évoquée dans le paragraphe précédent est aussi un élément moteur dans l'acquisition de l'autonomie de l'élève.

Selon Olivier REBOUL, il existe deux sortes de motivations :

- Les motivations extrinsèques : Elles viennent de raisons extérieures à l'élève. Nous pourrions citer l'attente d'une récompense ou la crainte d'une réprimande, l'identification au maître, l'envie de faire plaisir ou de ne pas décevoir... Ces motivations sont davantage basées sur de la crainte ou de l'affectif que sur de la satisfaction personnelle. Elles encouragent l'élève à agir pour d'autres raisons que celles de son développement personnel. Elles incitent bien à apprendre quelque chose, non à apprendre à apprendre.

- Les motivations intrinsèques: Elles viennent de raisons intérieures à l'élève et lui sont propres. Elles sont de ce fait difficilement contrôlables. Nous pouvons citer : la curiosité, la satisfaction de se dépasser, la joie de créer, le plaisir de chanter son air favori... Ces motivations se basent sur l'accomplissement personnel, l'affirmation de soi en société, le développement de la personnalité. « Tout l'art du pédagogue est d'amener l'élève des motivations extrinsèques aux intrinsèques, de l'intéressé à l'intéressant ». ¹⁰

⁸ MEIRIEU Philippe (1949) *Apprendre... Oui, mais comment*, Paris, éd. Esf, 2017, p.87

⁹ *Ibid*

¹⁰ REBOUL Olivier (1925-1992) *Qu'est-ce qu'apprendre ?*, Paris, Ed. Presses Universitaires de France, 2010

La motivation est d'une part celle que l'on a, le fait de s'inciter à faire quelque chose. D'autre part, c'est celle que l'on reçoit. Lors d'une expérience américaine, après analyse sur une année d'étude, les élèves artificiellement survalorisés ont fait des progrès importants tandis que les élèves sous valorisés ont stagné et, même pire, régressé. La conclusion est que le préjugé du professeur agit d'une façon déterminante sur le comportement de l'élève et l'enseignant doit croire en ce dernier. La motivation a donc une réalité affective (besoin d'apprendre) et une réalité intellectuelle (comprendre l'enjeu de ce que l'on fait).

II ENVIRONNEMENT ET OUTILS

1. Rapport au corps et à son évolution

Le corps est l'instrument du chanteur. Comme n'importe quel autre instrument, il faut en prendre soin afin de créer les conditions de la progression et l'épanouissement dans le geste musical. Il est à l'origine même de la qualité vocale et expressive de la voix. « Le chant doit faire participer le corps dans son entier, il faut susciter une dynamique d'expression émotionnelle »¹¹. C'est dans la façon d'utiliser son corps pour chanter qu'on arrive à créer une expression artistique. S'il est effectivement important d'intellectualiser certains paramètres comme les mécanismes corporels, la conception de la musique dans son écriture, son contexte, l'émotion qu'une voix peut susciter n'est possible que si le chanteur **incorpore** la musique qu'il interprète, qu'elle devient spontanée grâce à une appropriation corporelle du ressenti musical.

Avec l'évolution physique, il y a une évolution psychologique. En grandissant notre corps change, nous découvrons de nouvelles sensations, nous vivons des expériences positives ou pas, nous apprenons le plaisir etc.... tout cela resurgit sur notre dimension psychologique et dans notre chant. C'est aussi un élément à prendre en compte car il permet d'exprimer des émotions plus justement parfois car nous les avons ressenties. Dans l'apprentissage, l'enseignant choisira en fonction de l'élève qu'il a devant lui les outils qui pourraient lui parler. Nous avons évoqué ce thème avec une des professeurs de pôle supérieur : lors de notre entretien, nous parlions des différents profils d'élèves que l'on peut rencontrer. Il y a ceux qui pensent tout le temps à ce qu'ils font lorsqu'ils chantent pour intellectualiser un geste vocal et puis il y a ceux qui acceptent les sensations de leur corps, de laisser faire le corps pour ensuite intégrer les notions techniques. L'enseignante a évoqué le cas de cette élève qui, par ses codes familiaux et religieux, se devait de rentrer le ventre tout le temps. La professeure lui a demandé de « laisser son ventre tranquille » pour que seuls les mouvements d'inspiration et d'expiration aient une incidence sur son ventre. Ce fut et c'est encore compliqué pour cette élève. Au plus profond d'elle est ancrée l'idée qu'elle doit rentrer le ventre en permanence car une jeune fille, comme une femme, doivent avoir le ventre plat. Un long travail d'acceptation du corps, de ses sensations est alors nécessaire et ce dans le but de laisser vivre et vibrer le son.

Cette idée de laisser vibrer le son et d'en éprouver du plaisir ressort également souvent dans l'apprentissage. On « adore chanter », « on chante par plaisir » mais paradoxalement accepter les

¹¹ TOMATIS Alfred (1920-2001), *L'oreille et la voix*, 1987, Paris, éd Robert Laffont, 2001

sensations de plaisir de vibration du son peut être difficile pour l'apprenti chanteur. Il faut être à un stade psychologique particulier pour ne pas se fermer et laisser vibrer le son naturellement.

2. Méthode corporelle : vers une connaissance et un ressenti

Le corps chantant ne peut pas être dissocié de l'esprit (conscient et subconscient) du chanteur concerné. En effet, on remarque que le corps répond à des tensions liées au stress, aux peurs ou encore aux habitudes. Il prend alors des positions particulières (épaule haute, pli de l'aine serré, côte affaissée...). Toutes ses tensions corporelles empêchent une bonne utilisation du corps chantant. Il existe de nombreuses techniques de relaxation et d'harmonisation du corps, de l'âme et de l'esprit. Certaines sont très anciennes, comme le yoga, le zen et d'autres plus récentes. Parmi celles-ci, la technique Matthias Alexander est un très bel outil pour aider le corps à retrouver tout son espace naturel. «La cause fondamentale du mauvais usage de soi, selon lui, est l'habitude universellement répandue de vouloir foncer droit au but. ».¹²

Foncer droit au but veut dire que l'on souhaite à tout prix atteindre son objectif sans prendre en compte les étapes intermédiaires. Ce recul sur soi est intéressant d'un point de vue psychologique. En se demandant comment il réagit et pourquoi, le chanteur apprend à se connaître et à corriger ses habitudes néfastes pour son bon fonctionnement. Nous pouvons faire un parallèle avec « la pédagogie par objectifs » citée par Jacques ANDRE¹³. Elle consiste à définir des objectifs précis avec décomposition de la finalité en étapes et articulation de buts pour susciter un fort désir de les atteindre. La méthode Alexander est une méthode de prise de conscience du corps, un travail sur celui-ci mais vise un travail plus profond sur soi, psychologiquement parlant pour connaître ses tensions.

Nous pouvons citer également la Méthode Feldenkrais. François COMBEAU, orthophoniste et chanteur, enseignant depuis 35 ans le chant puis cette méthode, la définit comme une approche globale de la personne et de son fonctionnement. « Elle ne cherche pas à identifier et isoler un trouble spécifique de la personne toute entière dans sa façon d'agir, penser et se comporter dans l'environnement. Elle n'a pas comme propos de récupérer un trouble, réduire et gommer une pathologie. Elle cherche plutôt à nous faire bouger, redévelopper la capacité à apprendre, à

¹² DE ALCANTARA Pedro, *Technique Alexander pour les musiciens*, Paris, éd ALEXITERE, 2000

¹³ ANDRE Jacques (1946), *Eduquer à la motivation*, Paris, éditions l'Harmattan, 2005

s'ajuster, s'organiser dans l'action d'une façon plus fonctionnelle et respectueuse de notre structure et de ses règles de fonctionnements ». ¹⁴

La sophrologie quant à elle, est une « science de la conscience, de l'art de vivre et une philosophie existentielle » qui offre de nombreuses techniques visant à réduire les effets du stress et de l'anxiété sur le système nerveux ». La détente musculaire, la respiration, la pensée positive sont travaillées physiquement et mentalement chaque séance.

Plus ancien, le yoga est une discipline visant à unifier le corps, le mental et l'esprit à travers des exercices de respiration.

Le professeur de chant ne peut qu'encourager son élève à découvrir ces méthodes de conscience corporelle. On peut dire que l'apprentissage du chant, de sa technique respiratoire et de bonne circulation de l'énergie est un préambule et un bon complément aux différentes méthodes de relaxation. Ce travail de lâcher-prise musculaire à la fois ferme et souple fait souvent émerger de nouvelles prises de conscience, de nouvelles perspectives qui agissent sur l'épanouissement vocal et personnel du chanteur.

Par ces quelques lignes, il me semble encore plus évident que la dimension psychologique ne peut se détacher de celle du corps. Un lien fort existe entre les deux, et comme toutes les techniques de conscience corporelle, je pense que le professeur doit toujours avoir l'objectif d'harmoniser la voix de son élève avec ce qu'il est ou ce qu'il peut devenir. Nous avons évoqué dans la première partie cette particularité de la voix. Le long travail sur le souffle, sur le son que le chanteur effectue régulièrement et patiemment a obligatoirement une incidence sur la voix, SA propre voix. Il faut aussi admettre et accepter la modification de cette dernière, donc de l'image de soi que ce travail entraîne. Prenons l'exemple d'un ténor de 22ans que j'ai rencontré en stage de pratique de pédagogie. Ayant commencé enfant, et maintenant jeune adulte, celui-ci chante toujours avec sa voix d'enfant. Il faut sans cesse lui rappeler de mettre tout son corps en œuvre pour pouvoir entendre le son d'un jeune adulte chantant. Le plus étonnant c'est qu'il doute souvent du son qui en résulte car c'est un son inconnu à ses oreilles et à son corps jusqu'à présent. Parfois même, le corps se rebelle et ne veut pas aller où il devrait aller car ce n'est pas dans ses habitudes. Il faut donc souvent verbalement le rassurer en lui disant que c'est le bon geste vocal et qu'il va dans le bon sens. Le plus étonnant est qu'au début il trouvait le son qu'il produisait complètement « moche, pas beau » alors que son timbre de ténor verdien commençait à ressortir. Au fur et à mesure des séances, j'ai observé qu'il commençait à aimer le son mais j'ai bien senti que ce n'était pas gagné et qu'il avait besoin d'être rassuré à maintes reprises.

¹⁴ formations-feldenkrais-francois-combeau.fr

Anne Constantin m'a interpellé lorsqu'elle m'a dit : « Chanter est un geste lié au ressenti. Il faut oser ressentir des sensations corporelles et les livrer ». Lorsqu'on y parvient, la dimension psychologique est aussi impactée : l'élève trouve sa place vocale et sa place en tant que personne. De sa voix émane tout son être. L'élève aligne alors ses connaissances techniques, musicales et celles de son être. Il sera alors « heureux dans la lumière ». Anne CONSTANTIN fut ma professeure en première année de DNSPM à l'ESM. Lorsque je lui ai demandé si elle avait rencontré des élèves dans ce cas-là, elle m'a répondu que j'étais un exemple de progression vers cet alignement.

3. Du bon usage de la métaphore : limites et dangers

Dans n'importe quel contexte de la vie quotidienne, notre langage est en grande partie métaphorique. On parle d'un « moral au plus bas » ou d'« idées claires ». Dans le domaine de la voix, le professeur a souvent recours à la métaphore ou image mentale pour guider son élève à produire un beau son et acquérir un geste vocal sain car notre instrument est en partie inaccessible extérieurement. Au 19^{ème} siècle, les images et l'enseignement du chant étaient très poétiques. De plus en plus, les aspects physiologiques de la voix sont pris en compte. Ce fut le sujet de l'une des questions posées aux trois professeures interrogées : « *Préférez-vous utiliser des images mentales ou des explications physiologiques dans votre pédagogie et/ou pratique? Adaptez-vous cette démarche en fonction du niveau et de l'âge des élèves ?* ». La réponse est unanime : Toutes ont répondu les deux ! Et ce, dans une proportion variable selon le profil de l'élève : soit visuel, au besoin d'intellectualiser les savoirs ou plus « imaginatifs », « artistes et émotifs ».

Anne CONSTANTIN et Agnès MELLON m'ont confié que leurs premiers professeurs travaillaient presque uniquement avec les images. « Au début de ma carrière, je chantais sans aucune connaissance technique, aucun contrôle conscient de ce que je faisais », a déclaré Agnès MELLON. Cette dernière en a beaucoup souffert quand on a commencé à lui confier des grands rôles car elle ne comptait que sur sa musicalité pour les jouer. Mais lorsque ceux-ci demandent une technique difficile et éprouvante, cela devient un grand stress de ne pas savoir si sa voix va répondre comme la veille. Anne CONSTANTIN a chanté pendant 15 ans sans aucune notion physiologique également. « C'était déjà beaucoup et ça n'a été possible que parce que chantant depuis l'enfance j'avais une bonne santé vocale ! ». Toutes deux se sont tournées vers une connaissance plus anatomique de la voix, désireuse de conscientiser leurs connaissances et de pouvoir les transmettre moins subjectivement. Leurs élèves n'auraient pas à ressentir tout le stress que peuvent induire un

manque de technique ou un doute sur ce qu'il faut faire pour que chaque représentation se passe dans les meilleures conditions.

Enseigner et expliquer seulement avec des images est incomplet et peut même se révéler dangereux car nous ne sommes pas tous réceptifs de la même façon. Les métaphores sont subjectives et peuvent en fait ne pas refléter un geste technique sain et correct. Nous n'entendons pas les mêmes choses et ne comprenons pas les mêmes images de par notre vécu, différent à chacun. Bernard ROUBEAU, orthophoniste et phoniatre, écrit dans sa synthèse de conférence sur la métaphore scientifique¹⁵ que « notre implicite culturel » peut entraîner de l'incompréhension. Des contresens sont alors possibles. Des trois entretiens que j'ai effectués, il ressort que les explications physiologiques sont de plus en plus précises quand le niveau augmente. Mais dès le début, elles doivent être présentes, même très simples. Elles sont complémentaires aux images mentales, aux métaphores que peuvent utiliser les professeurs. Elles sont là pour s'assurer de la bonne compréhension du geste vocal à acquérir. Mais attention à ne pas tomber dans l'excès inverse : Agnès MELLON souligne que le cours de chant n'est pas un cours d'anatomie appliquée même si la tendance veut qu'on évoque de plus en plus cet aspect. « Il faut toujours garder la notion de musique ! ». Même si cela paraît évident, il me semble juste de le rappeler car nous pouvons rapidement tomber dans ce travers. J'ai pu l'expérimenter lors de mon tutorat où, désireuse d'être irréprochable avec la technique de l'élève, et face à ma tutrice, il m'est arrivé d'oublier par moment que le but final est le plaisir de chanter et de toucher un public grâce à notre art.

Bernard ROUBEAU rééduque les voix abîmées. Il explique qu'« il est absolument impossible de gérer au niveau du cerveau à la fois, la musique, la musicalité, la théâtralité, la bascule du cricoïde, sa mâchoire, son soutien, l'ouverture de ses côtes etc.... Le geste doit être entier ». Nous pouvons savoir ce qui se passe dans une chaîne musculaire de façon globale. L'exemple du coureur est assez parlant : il ne sait pas ce que fait son métacarpien au moment où il plie le pied mais il a intégré le geste entier pour courir. Notre rôle de pédagogue est de faire travailler l'élève sur les plans artistiques et techniques dans un but musical, de plaisir et de transmission d'émotions.

Donner des images comme outils est donc indispensable « tant les phénomènes vocaux sont inaccessibles à l'observation objective ». Je pense que l'usage de la métaphore pour enseigner le chant est incontournable. Le dosage se réglera selon le profil de l'élève mais le professeur y aura toujours recours de par le fait que nous sommes nous-mêmes notre instrument, et qu'une grande partie de « notre mécanique » se trouve à l'intérieur de notre être. Ce moyen de représentation

¹⁵ ROUBEAU Bernard « *La Métaphore Scientifique* », Conférence d'ouverture du Congrès de l'AFPC PARIS Octobre 2011, synthèse de l'auteur citée avec son aimable autorisation

mentale servira à comprendre le fonctionnement de notre instrument et servira d'appui à des données physiologiques, plus scientifiques. Les deux espèces d'outils sont complémentaires. L'un servira plus à un moment donné mais il me semble important que le professeur, tel un jongleur, sache jouer avec toutes les ressources existantes, physiologiques ou plus abstraites.

III INTERPRETATION ET IDENTITE ARTISTIQUE

« Un maître; c'est celui qui enseigne sa spécialité et encore autre chose, autre chose, qui est l'aisance dans les gestes et la pensée, l'honnêteté, le goût, l'appétit de savoir, le courage de réfléchir, l'aptitude à juger, la fierté d'être un peu plus adulte et la joie de disposer de soi-même. Le vrai maître est l'homme qui s'éduque en enseignant »¹⁶

Cette citation illustre pour moi le véritable rôle du professeur et l'intérêt de ce métier. L'enseignement relève forcément de l'accompagnement des élèves et non du jugement. L'élève apprend donc tout autant au maître, ne serait-ce que par ce qu'il est (caractère, réaction) mais aussi par ce qu'il fait (sensibilité musicale, atouts, difficultés). Jacques ANDRE¹⁷ parle de congruence comme la correspondance la plus étroite possible entre ce que l'on pense, ressent et ce que l'on exprime. Le professeur s'accepte lui-même : faiblesses, différences. Il les assume. De ce fait, la relation avec l'élève n'est pas faussée. Plus l'enseignant est en état d'accord, plus on note un changement positif élevé. Il fait corps avec ce qu'il dit et ne se cache pas derrière une façade professionnelle. Il se crée alors un enrichissement réciproque.

Aborder l'interprétation d'un chant grâce à différents outils psychologiques ?

Pour pouvoir interpréter correctement un air, il est important de prendre en compte son contexte et ses spécificités musicales. On peut donc procéder à une analyse musicale accessible pour l'élève (caractère gai ou triste, changement de ton, rapport entre l'harmonie et le chant.). Ce travail analytique permet à l'élève de mieux comprendre mais aussi de mieux entendre la musique qu'il interprète.

« Comprendre un chef d'œuvre, c'est en somme le créer en soi-même à nouveau ».¹⁸

1. Le texte, les personnages

Pour aller plus loin dans l'interprétation, il est important d'étudier le sens du texte chanté, de chercher un possible contexte littéraire, social. Encore plus lorsqu'on aborde l'opéra, il faut connaître l'histoire, les personnages et leur lien. Avoir à l'esprit à quel moment de l'opéra cet air est

¹⁶ REBOUL Olivier (1925-1992) *Qu'est-ce qu'apprendre ?*, Paris, Ed. Presses Universitaires de France, 2010, p.126

¹⁷ ANDRE Jacques (1946), *Eduquer à la motivation*, Paris, éditions l'Harmattan, 2005

¹⁸ FRANCE Anatole, *Le jardin d'Epicure*, 1865, Paris, éd Coda, 2004

chanté et pourquoi. Savoir ce que le personnage ressent à cet instant précis de l'œuvre. Il n'y a pas une seule réponse juste, mais en tout cas, faire sa propre idée de l'état d'esprit du personnage permet une interprétation intéressante et assumée. Il n'est pas toujours évident d'arriver à s'exprimer par la musique car le chant demande un « lâcher prise », une générosité de soi. Il faut donc braver la timidité et parfois se mettre réellement dans la peau d'un personnage pour jouer avec les sentiments et les faire ressentir à l'auditoire. Mais attention, Jacqueline BONNARDOT¹⁹ cite le paradoxe sur le comédien de Denis Diderot : le comédien ne doit pas éprouver la passion mais savoir l'exprimer. Un bon comédien fait impression sur le public non lorsqu'il est furieux mais lorsqu'il joue bien la fureur ! « Chez le bon comédien, tout a été mesuré, combiné, appris, ordonné dans sa tête : il en est de même chez le chanteur. »

On peut approfondir la recherche en se renseignant sur les contextes sociaux, politiques du librettiste et du compositeur de l'opéra. Tout ce qui peut permettre à l'interprète de prendre de la profondeur. L'auditeur ne sait pas tout ce que l'interprète a appris lors de ses recherches mais il est sûr qu'il ressentira un travail abouti, un chant plus profond et empli d'émotions et de sens. L'interprète en éprouvera plus de plaisir également.

2. La scène et les autres arts

Les élèves sont, dans l'ensemble, curieux et désireux de nouvelles connaissances. Ils aiment découvrir d'autres horizons musicaux et élargir leur pratique. Pour aller plus loin et aussi découvrir ce qui leur correspond.

Il existe de nombreux outils que l'on peut trouver dans d'autres formes d'arts comme le théâtre par exemple. Comme dit juste ci-dessus, il n'est pas toujours évident de s'exprimer par la musique car le chant demande un « lâcher prise », un don de soi.

Le théâtre peut aider à prendre confiance en soi et à trouver la justesse des émotions. Ainsi, il est intéressant de proposer des parallèles entre musique et théâtre : déclamation des paroles avec une intention, prendre conscience du sens du texte et de l'illustration qu'on veut en faire par la musique. Il a également un rapport au corps extrêmement important car il demande une réelle connexion entre la voix et le corps.

Un chanteur n'est pas simplement une personne qui chante bien, c'est un musicien et un interprète. Un chanteur lyrique est un acteur. Il joue sur scène, doit savoir se mouvoir en incarnant un

¹⁹ BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : un luthier qui construit une voix*, Tours, éd Van de velde, 2004

personnage. Il a donc besoin de compétences diverses pour enrichir sa pratique. Les transversalités avec d'autres arts de la scène comme le théâtre voire l'art du cirque sont utiles. Toute ouverture à d'autres arts et d'autres cultures permet d'ouvrir de nouveaux horizons aux artistes.

Lors des entretiens, Anne CONSTANTIN me disait que chanter n'était pas seulement un geste lié à la production d'un beau son. Notre chant devient plus profond lorsqu'une réflexion générale culturelle s'opère. Le public vient chercher des émotions fortes, « ce que lui ne peut pas produire, ne sait pas faire ». Il est touché par un chant où il perçoit une entièreté du chanteur. Un beau son avec une réflexion sur le personnage, le contexte du morceau, et plus généralement un recul et un vécu artistique.

Lili LEHMANN le résume parfaitement : « *Il ne suffit pas de bien chanter, il faut aussi savoir pourquoi...* »²⁰

3. Dépassement des blocages

➤ Blocage technique

Il se peut qu'à un moment de l'apprentissage, l'élève se trouve en situation de blocage face à une difficulté technique. Par peur ou manque de confiance. Ce blocage peut être résolu par la volonté : le désir de surpasser une difficulté est un facteur qui permet de parvenir au déblocage plus rapidement. Personne n'est prêt à faire des efforts s'il ne se sent pas capable de réussir. Si l'élève ne se sent pas capable de surmonter la difficulté, celle-ci sera plus longue à dépasser voire impossible. « Je veux y arriver, je vais y arriver » Cette persuasion d'y arriver peut venir de l'élève mais aussi du professeur. L'élève doit sentir que le professeur est convaincu qu'il va y arriver sinon la difficulté risque de mettre du temps à être dépassée. Le blocage peut aussi être une idée toute faite que le subconscient a transformé en habitude de pensée. Il faut donc déprogrammer et remplacer les réflexes négatifs par d'autres positifs. La patience et la pugnacité (de l'élève et du professeur) sont des maîtres-mots pour réussir ce « déconditionnement ».

Mais attention, faire une obsession d'un défaut ou d'une faiblesse technique ne peut pousser que le chanteur à une crispation. A vouloir trop se mettre la pression, un effet contraire peut être observé. A vouloir aller trop vite, foncer tout droit et se focaliser uniquement sur la difficulté technique peut contribuer au blocage. C'est là qu'il faut chercher cet EQUILIBRE de laisser aller et lâcher prise quelquefois. Certains moments de l'apprentissage peuvent vraiment être vécus comme difficiles. Le

²⁰ LEHMANN Lilli, *Mon art du chant (1902)*, Paris, éd. Andesite Press, 2017

professeur doit être très attentif à l'évolution de l'élève et doit parfois dédramatiser les situations et l'encourager dans les moments plus durs. « Revenir régulièrement sans trop insister finira par produire le déclic attendu²¹ » propose Jacqueline BONNARDOT, et je suis entièrement d'accord avec elle ! Un équilibre tant difficile à trouver que j'ai pu expérimenter pendant les cours que j'ai pu dispenser.

La technique vocale sert réellement d'appui rassurant et peut prévenir et débloquent des crispations vocales. François COMBEAU²² explique qu'il existe trois causes de crispations vocales :

- Réactionnelle (angoisse, fatigue)
- Habituelle (image de soi)
- Acquise (technique apprise souvent en imitation)

Le professeur peut donc intervenir sur plusieurs aspects afin d'aider l'élève à dépasser ses crispations. Celles de nature réactionnelle peuvent être d'ordre psychologique : lorsqu'on vient d'apprendre une mauvaise nouvelle ou on est triste, il est parfois très difficile voire impossible de chanter. Elles peuvent aussi être la conséquence d'une mauvaise technique. Par exemple, si le mécanisme laryngé d'un chanteur est trop serré, celui-ci ressentira rapidement de la fatigue vocale et des craquements de la voix.

Les crispations habituelles sont souvent d'ordre psychologique et reflètent l'image qu'on se fait de soi et de sa voix. Ces représentations bloquent parfois la progression des chanteurs. (C'est la situation que j'ai vécue et qui est évoquée dans l'introduction de ce mémoire. Cette dernière est le point de départ de ma réflexion et mes interrogations). Le professeur peut amener l'élève à sortir de ces représentations et à explorer d'autres façons de chanter, d'autres sonorités qu'il pourra, par la suite garder ou supprimer mais il est intéressant de passer par une phase d'expérimentation pour apprendre à mieux connaître sa voix. La particularité du chant est que chaque personne possède une voix différente, des sensations différentes. Chercher à reproduire strictement le son d'une autre personne, à l'imiter amène à contraindre notre voix pour trouver ce son. La technique vocale permettra dans ce cas d'éliminer les crispations provoquées par ces imitations afin de chercher la voix qui correspond le mieux au chanteur concerné. La voix est à l'image de l'homme, singulière et unique, c'est ce qui la rend si intéressante.

➤ Le trac

²¹ BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : un luthier qui construit une voix*, Tours, éd Van de velde, 2004

²² formations-feldenkrais-francois-combeau.fr

« *Le trac qui nous traque n'arrive pas à détraquer la voix* »²³

Lors de notre entretien, à la question « *Rencontrez-vous régulièrement des élèves qui perdent tous leurs moyens lors de restitutions en public?* », l'enseignante de conservatoire régional, professeure depuis plus de 25 ans, a répondu qu'elle avait déjà rencontré certains élèves assez confiants en cours qui perdaient tout leur moyen en représentation ou audition. J'ai poursuivi en lui demandant quels outils existaient pour remédier à ce problème. Des outils qui leur permettraient de garder confiance en eux, dans n'importe quelles circonstances. « Tout est dans le travail préparatoire ; une technique sûre permet d'avoir confiance en soi » a-t-elle répondu. Pour cela travail avec répétition d'un geste qui devient réflexe, concentration, autocentrage et bienveillance sont les ingrédients pour qu'une audition ou représentation en public se déroule dans de bonnes conditions et que l'élève prenne du plaisir. Il faut aussi sentir quand l'élève est prêt et ne pas hésiter à lui laisser du temps avant de le présenter devant un public. « La première année est souvent consacrée à la mise en place d'une bonne technique de base et même si nous travaillons des morceaux car il ne faut pas oublier le plaisir musical, l'élève les interprétera en classe mais pas forcément en audition publique. Une façon de ne pas « envoyer au casse-pipe » un élève fragile. Ce serait vraiment contre-productif car sa première expérience se sera mal passée et il se peut que la confiance soit longue à retrouver ». Jacqueline BONNARDOT va dans le même sens en disant que « la conduite des études doit être très progressive et très patiente », d'ailleurs Véronique GENS, chanteuse lyrique à la carrière établie lui en très reconnaissante : « Elle a pris soin de ne pas me donner des choses trop lourdes à chanter, s'appliquant à me faire progresser lentement, de façon à ne pas abîmer ma voix ». ²⁴

Anne CONSTANTIN évoque cet élève à la voix magnifique qui souvent en audition a des trous de mémoire et ne se rappelle plus des paroles. Même avec une technique sûre, si la concentration s'échappe quelques secondes, si on manque d'anticipation, les paroles peuvent s'envoler. Lors de notre entretien téléphonique, elle m'a fait part aussi de son expérience lors de ses débuts en tant que chanteuse : le soir de la première de la Flûte d'Enchantée de Mozart, dans le rôle de Pamina, elle a «réellement saucissonné l'air ». Elle voulait tellement bien faire, s'était trop mis de pression et n'avait pas résisté. C'est une des causes de perte de moyens que nous avons évoquée ensemble : « *à trop fantasmer un moment, il y a risque de présenter une version moyenne. Et si les moyens techniques et nerveux sont faibles, la situation peut devenir encore plus inconfortable. Un chanteur peut avoir une très belle voix, s'il n'a pas les nerfs assez solides pour résister à la pression de la*

²³ KAZADJIAN PEARSON Sirvart, *L'instrument du chanteur : son corps*, Marseille, éd Solal, 2008, p.41

²⁴ BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : un luthier qui construit une voix*, Tours, éd Van de velde, 2004

critique professionnelle, au jugement du public, il ne sera pas possible pour lui de faire une grande carrière».

Le chanteur doit avoir le désir de réussir sans se laisser décourager par certaines embûches. Il doit savoir gérer ses peurs et croire en ses possibilités. Il faut se conditionner. Pour cela, l'autosuggestion positive est un bon moyen. La pensée positive sur soi n'empêche pas de s'autocritiquer, de savoir quelles sont ses forces et faiblesses mais toujours dans la bienveillance. Cette dernière doit bien évidemment être présente chez l'enseignant, qui lui aussi, à travers la communication verbale et non verbale doit inspirer des suggestions positives à l'élève. La méthode de visualisation est efficace : s'imaginer en situation, sûr de soi, parvenant à produire et donner le meilleur de soi. L'importance de penser avant d'agir permet d'avoir une image claire de ce que l'on veut. Se fixer des objectifs réalistes, créer des images mentales nettes et précises, y croire fermement en les nourrissant d'énergie positive est un chemin qui, je pense, vous mène à la réalisation positive de vos objectifs.

Pour le soliste, il lui faudra accepter la responsabilité du solo et la solitude lors des productions loin de chez lui. La dimension psychologique, dans le sens de résistance psychologique joue une part importante. Pour le chanteur qui veut devenir professionnel mais pas que. Pour celui qui, même en tant qu'amateur veut toujours être parfait dans ce qu'il entreprend et se met trop de pression et pour qui se présenter devant un public est une épreuve. La définition d'Enrico CARUSO résume assez bien je trouve ce qu'est le trac : *« le trac découle d'un état psychique où la volonté de réussir et l'appréhension de mal faire cohabitent en nous ».*

4. Vers une identité artistique

Le chant, comme tous les arts, ne connaît pas de fin en soi dans sa pratique. Un chanteur cherchera toujours à perfectionner son art ou à s'enrichir d'autres influences musicales et/ou artistiques. Ainsi, le professeur ne peut pas donner de solution finie à l'élève, c'est lui qui va s'approprier son art dans sa façon d'être et de ressentir les choses. Sur le plan pédagogique, il est indispensable de respecter la singularité de chacun pour permettre à l'apprenant l'expression personnelle de lui-même grâce à une écoute empathique. La création d'un climat d'acceptation, de sécurité et d'affection sera déterminant. De plus, particulièrement en musique, le travail personnel est indispensable pour permettre à l'élève de se réapproprier l'enseignement. Il y a donc une grande part de la pratique qui s'exerce sans le professeur, celui-ci doit trouver les bons outils pour aider l'élève dans sa progression. Ce travail à tâtons permet à l'élève de conserver sa personnalité dans

l'exercice de son art grâce à la grande part d'autonomie que lui laisse son professeur. A propos de l'élève, Philippe MEIRIEU explique : « Il faut [...]le mettre dans une « situation problème » à la fois accessible et difficile, qu'il puisse maîtriser à terme sans en faire d'emblée le tour ni disposer à l'avance de la solution. C'est quand l'élève ressent le sentiment qu'il peut y arriver, qu'il entrevoit une hypothèse mais qu'il n'y parvient pas encore et qu'il reste quelque chose à faire, qu'il se met en route, il se met en route pour percer le secret. »²⁵

La « situation problème » semble vraiment importante à mettre en place car c'est ce qui rend l'élève acteur de son apprentissage. Elle lui permet de devenir plus autonome sur sa pratique. L'élève apprend à se connaître. L'enseignement permet donc une recherche de soi, une recherche en soi. Faire accéder l'élève à toujours plus d'autonomie renforce la réflexion sur lui, ses goûts, ses envies et une nouvelle dimension psychologique s'ouvre. Elle peut rejaillir également dans d'autres domaines que la musique. C'est, pour moi, l'essence même de l'apprentissage.

Dans le domaine du chant, choisir un morceau d'une difficulté supérieure aux capacités de l'élève est un exemple. Bien sûr, la difficulté ne doit pas être trop importante non plus car le professeur pourrait obtenir un découragement de l'élève. Jacqueline BONNARDOT conseille de ne pas choisir des morceaux trop difficiles au commencement, surtout si l'élève est jeune. « *Une fois de temps en temps, on peut aborder un air un peu plus lyrique pour faire un progrès, et revenir ensuite à un programme plus prudent* ». ²⁶

Outre les questions de cursus, de technique et de répertoire, le professeur doit donc avoir une bonne notion du caractère et du psychisme de chacun de ses élèves. L'analyse du psychisme et de l'état de pensée où l'élève se sentira à l'aise déterminera comment le professeur doit se comporter avec lui. Dans l'ouvrage de son épouse²⁷, Le Docteur Pierre BONNARDOT conseille de réduire au minimum les questions et laisser l'élève se dévoiler de lui-même au fil des cours. Deux tendances qui remontent aux réactions primitives de nos premiers mois après la naissance peuvent émerger : le besoin de s'isoler ou le besoin de s'accrocher au contraire. Si le professeur parvient à ressentir une de ces tendances dans la structure mentale de l'élève, il peut adapter sa conduite en étant plus ou moins distant avec lui. Bien sûr le professeur veille toujours à ne pas trop entrer dans l'intimité de l'élève pour ne pas aboutir à une relation malsaine ou qui n'est de pas son ressort. En effet, le professeur de chant n'est pas un thérapeute. Les trois professeurs que j'ai interrogées ont toutes été extrêmement claires sur ce point également. « *Nous ne sommes pas formées pour soigner* ». Nous ne sommes pas des médecins. « *Il se peut qu'un élève craque, ait besoin de parler, on se doit de*

²⁵ MEIRIEU Philippe (1949) *Apprendre... Oui, mais comment*, Paris, éd. Esf, 2017,p.93

²⁶ BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : un luthier qui construit une voix*, Tours, éd Van de velde, 2004

²⁷ *Ibid.*

l'écouter mais attention à ne pas entrer dans une relation thérapeutique, certains élèves peuvent venir chercher cela. A ce moment-là Il faut savoir leur dire que ce n'est pas notre rôle et les guider vers des personnes aptes, formées pour soigner ». Cependant Pierre BONNARDOT évoque le fait que le chant peut être « une thérapie malgré lui » car le professeur est aux « premières loges ». Sirvat KAZANDJIAN PEARSON confirme aussi que « *le chant constitue une gymnastique complète qui fait travailler tous les muscles [...].libère des tensions. Il est thérapeutique au sens le plus large du terme* ». En effet, la pratique artistique musicale peut faire remonter à la surface de vieux démons, et ainsi mieux les apprivoiser. Le chant révèle et réveille souvent des troubles plus ou moins cachés c'est pourquoi il semble bon au Docteur BONNARDOT que le professeur connaisse un peu mieux la nature des différents troubles qu'il peut rencontrer. Cette notion pourrait faire l'objet d'une formation pour tous les professeurs toutes structures confondues car il me semble que nous pourrions nous retrouver démunis face à certaines situations.

Lors de notre entretien, Anne CONSTANTIN a mentionné la grande place qu'avait la psychologie dans l'apprentissage du chant. En effet, si nous percevons ce que nous sommes et où nous en sommes, nous pouvons travailler dessus et avancer vite. Cette conscience de soi ajoutée à une capacité de travail autonome amène l'élève à se créer sa propre personnalité artistique à travers son identité vocale. La pratique artistique musicale est plus qu'un langage, elle permet le prolongement de soi dans un espace privilégié. Cette pratique permet de se découvrir et pourquoi pas d'avoir une nouvelle image de soi, de se construire progressivement. C'est une des finalités à laquelle j'aimerais parvenir : donner l'occasion à l'élève d'apprendre à mieux se connaître, pour certains de se connaître tout simplement et de s'affirmer. Sirvat KAZANDJIAN PEARSON écrit que « *l'art du chant exige que l'homme extérieur soit absorbé dans l'homme intérieur, là où se produit le prodige de la voix chantée, là où prend source le son percutant du premier acte vocal de l'enfant qui naît* ». ²⁸ Travailler sa voix c'est s'engager dans un processus de découverte de son propre corps et de l'image de soi. C'est découvrir son identité profonde, facteur d'équilibre et d'authenticité.

²⁸ KAZADJIAN PEARSON Sirvat, *L'instrument du chanteur : son corps*, Marseille, éd Solal, 2008

CONCLUSION

Au terme de notre réflexion, nous avons pu observer que la notion de dimension psychologique recouvrait de multiples aspects. Nous avons évoqué l'épanouissement de l'élève en abordant l'éveil de sa conscience, de sa confiance mais aussi de son envie et sa motivation. Toutes ces notions ont été analysées du point de vue de l'apprenant puis en considérant la relation pédagogique, en n'omettant pas que le professeur a un rôle déterminant. Nous avons poursuivi l'analyse de la dimension psychologique dans l'apprentissage du chant en abordant l'environnement de formation et certains outils pédagogiques que pouvait mettre en place le professeur afin de faire grandir son élève. L'élever.

C'est alors que le rapport au corps et à son évolution s'est imposé car il apparaît que la notion de mental, de l'esprit ne peut se détacher de celle de notre enveloppe et évolution physiques. Un travail parallèle s'effectue et beaucoup de méthodes corporelles existent afin d'amener l'élève, la personne vers une meilleure connaissance de soi et un ressenti profond de son être. Cet être complexe est instrument lui-même pour le chanteur, ce qui amène souvent le professeur à recourir à l'utilisation de métaphores pour enseigner la technique et l'interprétation du chant. Il faut cependant savoir utiliser ces images mentales avec parcimonie tout en ayant conscience de leurs limites et possibles dangers.

Enfin, le point le plus important à mes yeux était de confronter la dimension psychologique à la finalité du chanteur et de son professeur : interpréter un morceau et pouvoir exprimer sa personnalité artistique. Nous avons donc cherché quels « outils psychologiques » (autres que les images mentales) pouvaient être mis en place pour aborder l'interprétation d'un chant. Le texte, la psychologie des personnages, les différents contextes de composition, tout ce qui peut nourrir l'imaginaire et la réflexion chez le chanteur. L'ouverture vers divers arts, de la scène ou autres, permet d'enrichir l'interprète et de le rendre véritablement émouvant pour un public qui souhaite être touché, qui souhaite vibrer. Nous ne pouvions pas ne pas aborder les blocages psychologiques qui touchent bon nombre de chanteurs, de musiciens. De nature technique, ils peuvent conduire à une crispation, un découragement voire un abandon de l'élève face à une difficulté qu'il considère trop importante pour lui. Le désir d'y arriver, l'aide et la bienveillance du professeur installant un climat rassurant sont déjà de bons moyens pour remédier à ces blocages. Ils peuvent aussi être de nature psychologique. L'image que l'on peut se faire de sa voix, de soi peut limiter un élève. La mauvaise gestion du trac est un problème récurrent. La technique, la répétition d'un geste, le

conditionnement positif telle l'Ecole américaine qui ne cesse de survaloriser ses élèves, peuvent aider à diminuer ce sentiment de perte de moyen total.

En dernier lieu, notre réflexion nous a amenée à comprendre que la dimension psychologique avait une grande place dans l'apprentissage du chant. Le travail autour de la voix permet de se révéler à soi-même et de découvrir son identité profonde. Ainsi il permet de construire sa propre personnalité artistique.

Nous voudrions avoir toujours plus de temps pour pouvoir affiner, approfondir un sujet qui dès le départ nous intéresse. C'est le cas pour ma part, j'ai encore plus envie de m'y plonger. En effet, lorsque nous commençons à nous documenter, analyser et réfléchir sur un élément, une ouverture et un lien se créent avec d'autres notions. Ce système peut nous conduire très loin de notre point de départ ! Mais savoir se structurer, synthétiser est un bon exercice pour hiérarchiser une réflexion. Tel le professeur qui doit savoir axer son enseignement vers une priorité à certains moments de l'apprentissage.

Le plus étonnant à mes yeux a été de me rendre compte que plus je m'intéressais à la dimension psychologique, plus la réflexion se tournait vers un travail sur le corps ! Il est ressorti que toutes les méthodes corporelles existantes visent à harmoniser corps et esprit chez la personne. Dans notre cas, chez le chanteur. L'harmonisation de la voix découle d'un rapport équilibré entre le physiologique et le psychologique.

La musique, la voix sont des outils puissants. Chanter n'est pas un acte singulier, il entraîne beaucoup de conséquences positives et demande une très grande réflexion sur soi mais aussi sur l'environnement tout autour de soi. Il permet de rassembler son être intérieur et extérieur. Il peut révéler beaucoup de nous et grâce à lui nous nous révélons beaucoup de choses à nous-mêmes ! Il est donc important pour le professeur de considérer l'élève dans sa globalité, et de ne pas se concentrer uniquement sur une volonté d'atteindre un niveau technique parfait. Je me devrai, en tant que professeure, d'être attentive au vocabulaire employé mais aussi de prendre soin de mon attitude, de mon langage corporel qui devront être les plus bienveillants et motivants possibles. Je voudrais inciter mes élèves à partager des moments musicaux avec d'autres instrumentistes, artistes afin de former des individus ouverts, libres et créatifs. Ce qui me conduit à vouloir réfléchir sur le sujet de l'improvisation en cours de chant. Pour ma part, je n'ai pas été invitée jusqu'à mon entrée à l'ESM à improviser avec ma voix et il me semble que cette pratique est encore peu répandue dans les conservatoires et autres structures. Je pense qu'il serait intéressant de prendre un temps pour que l'élève puisse s'exprimer librement, en laissant sortir des émotions sans contrainte de jugement esthétique ni stylistique. Peut-être cela lui semblera déstabilisant au début mais je pense que c'est

un bon moyen de découvrir toutes ses possibilités vocales et corporelles, et surtout de laisser libre cours à des envies spontanées et de les travailler par la suite. Ceci pourrait être un nouveau sujet de réflexion ! La pratique musicale, la voix : un sujet passionnant car tourné vers ce que l'humanité a de plus beau en elle et cela fait du bien.

BIBLIOGRAPHIE

OUVRAGES

ANDRE Jacques (1946), *Eduquer à la motivation*, Paris, Ed l'Harmattan, 2005

BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : un luthier qui construit une voix*, Tours, Ed. Van de velde, 2004

DE ALCANTARA Pedro, *Technique Alexander pour les musiciens*, Paris, Ed ALEXITERE, 2000

FRANCE Anatole, *Le jardin d'Epicure*, 1865, Paris, Ed Coda, 2004

HUME David, *Traité de la nature humaine (1738)*, Paris, Ed. Flammarion, 1993

KANT Immanuel, *Anthropologie du point de vue pragmatique (1785)*, Paris, Ed. Vrin, 1994

KAZADJIAN PEARSON Sirvart, *L'instrument du chanteur : son corps*, Marseille, Ed Solal, 2008

LEHMANN Lilli, *Mon art du chant (1902)*, Paris, Ed. Andesite Press, 2017

MEIRIEU Philippe, *Apprendre... Oui, mais comment*, Paris, Ed. Esf, 2017

REBOUL Olivier, *Qu'est-ce qu'apprendre ?*, Paris, Ed. Presses Universitaires de France, 2010

ROGERS Carl, *Liberté pour apprendre*, Paris, Ed. Dunod, 1999

MEIRIEU Philippe, *Apprendre... Oui, mais comment*, Paris, Ed. Esf, 2017

TOMATIS Alfred, *L'oreille et la voix*, Paris, Ed Robert Laffont, 2001

ARTICLES

ROUBEAU Bernard « *La Métaphore Scientifique* », Conférence d'ouverture du Congrès de l'AFPC PARIS Octobre 2011, synthèse de l'auteur citée avec son aimable autorisation

SITES

formations-feldenkrais-francois-combeau.fr

GLOSSAIRE

Définitions à partir du dictionnaire Larousse.

PSYCHOLOGIE

1. Discipline qui vise la connaissance des activités mentales et des comportements en fonction des conditions de l'environnement
2. Connaissance empirique, intuitive des sentiments, des idées, des comportements humains : Cet homme manque de psychologie.
3. Ensemble des caractères, des sentiments exprimés dans une œuvre : La psychologie élémentaire de certains films.
4. Ensemble des idées, des sentiments propres à quelqu'un, à son groupe : La psychologie américaine.

PSYCHISME

Ensemble, conscient ou inconscient, considéré dans sa totalité ou partiellement, des phénomènes, des processus relevant de l'esprit, de l'intelligence et de l'affectivité et constituant la vie psychique.

THERAPIE

Traitement médical en général et, en particulier, psychothérapie.

THERAPEUTE

Médecin qui étudie spécialement la thérapeutique

THERAPEUTIQUE

Partie de la médecine qui s'occupe des moyens - médicamenteux, chirurgicaux ou autres - propres à guérir ou à soulager les maladies.

GLOSSAIRE

Questions posées aux enseignantes, toutes trois en formation initiale et formation supérieure :

1. Que vous vient-il à l'esprit immédiatement quand je vous dis " dimension psychologique dans l'apprentissage du chant" ?

2. Préférez-vous utiliser des images mentales ou des explications physiologiques dans votre pédagogie et/ou pratique ? Adaptez-vous cette démarche en fonction du niveau et de l'âge des élèves ? Avez-vous constaté une évolution de votre approche de la communication, verbale ou non verbale, depuis que vous enseignez ?

3. Rencontrez-vous régulièrement des élèves qui perdent tous leurs moyens lors de restitutions en public ? Quelle en est la cause selon vous ? Avez-vous des « outils types » pour leur redonner confiance en eux ou vous adaptez-vous selon les cas ?

4. Avez-vous déjà observé des changements vocaux en parallèle d'une évolution psychologique? Diriez-vous que l'on ne peut faire trouver SA voix à l'élève que lorsqu'il est un minimum disponible pour cultiver son être intérieur, son sens psychologique ou est-ce plutôt l'inverse ? Avez-vous des exemples parmi vos élèves / étudiants ?

