

# MÉMOIRE DE PÉDAGOGIE

Sofie GARCIA

## *Apprivoiser la mue masculine quand on est un professeur féminin.*

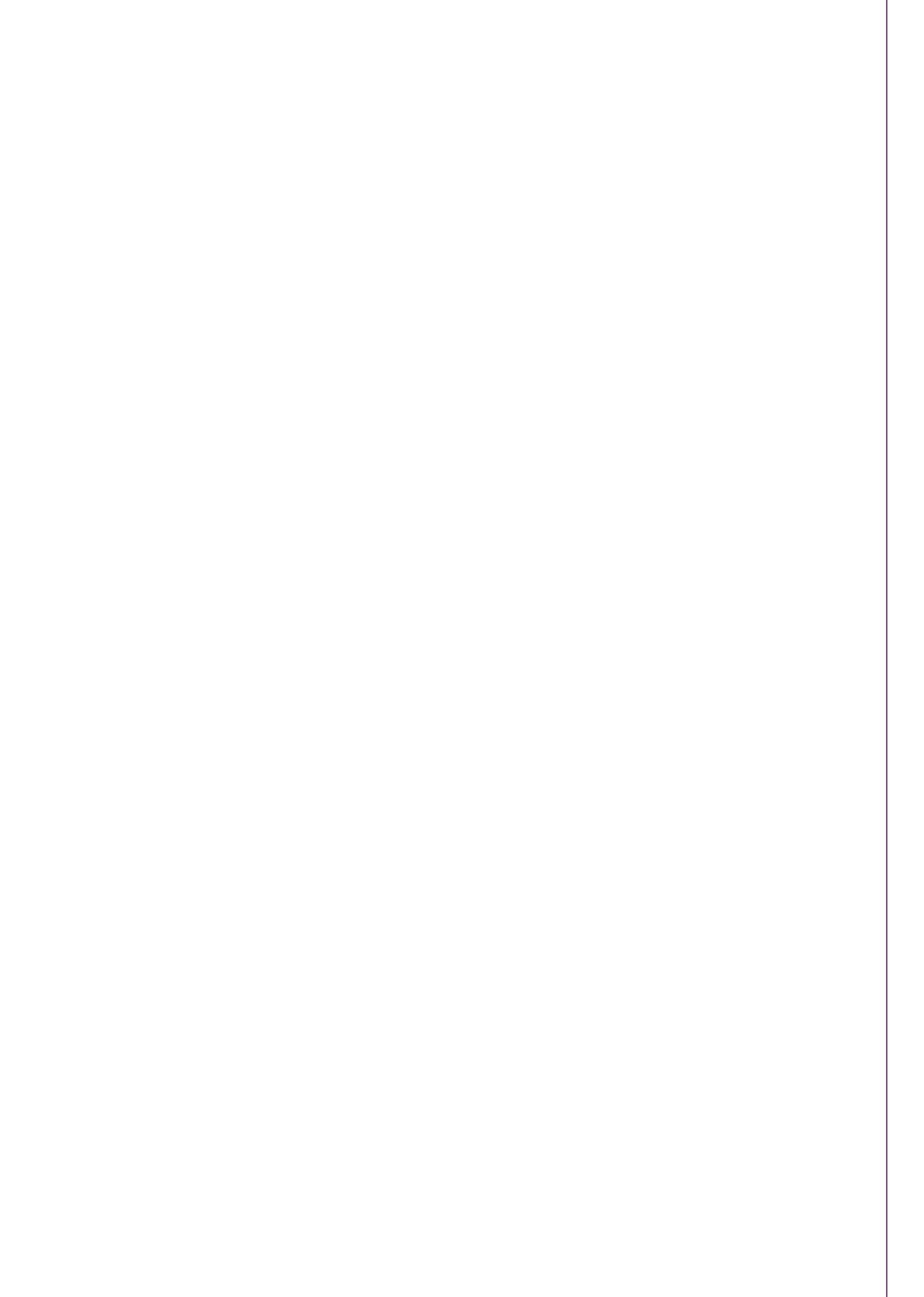
Le début d'une réflexion sur l'influence du genre du professeur  
de musique dans le travail vocal.

ESM

Bourgogne

Franche-Comté

2020



*Apprivoiser la mue masculine quand on est  
un professeur féminin.*

**Le début d'une réflexion sur l'influence du genre du professeur de  
musique dans le travail vocal.**

*Ma profonde gratitude à toutes les personnes, amis, collègues, professeurs et musiciens éclairés qui ont contribué à l'élaboration de ce mémoire par leur prêt de matériel, leur temps pour les entretiens et le partage de leurs expériences.*

*Rose, Pauline, Louise, Fabrice, Cyrille(s), Laure, Agnès, Frédérique, Stéphanie, Nicolas, Mathieu, Jean-Christophe, Gabriel, Damien, Véronique.*

## Table des matières

Avant-propos .....	7
Introduction .....	9
L'appareil phonatoire humain .....	11
La mue ... Une réalité physiologique. ....	15
Quelques définitions avant d'aller plus loin .....	17
Le fonctionnement des registres .....	18
Le paramètre psychologique .....	21
La voix - Une expression.....	22
La voix - Une composante sociale.....	22
La voix – par rapport à moi.....	23
La voix, par rapport aux autres.....	24
Les neurones miroirs .....	25
La marche à suivre à la fin de l'enfance .....	26
Dans la littérature.....	26
Les exercices possibles.....	27
La détente physique.....	28
La respiration.....	28
Accompagner la descente du larynx.....	29
Le travail sur les registres .....	30
Chanter ou ne pas chanter ... là est la question.....	30
Le cours de FM et cours de groupe.....	31
La question du genre.....	32
Et dans la vie comment ça se passe ?.....	34
Stéphanie.....	34
Nicolas .....	35
Frédérique .....	35
Véronique .....	36
Mathieu .....	37
Laure .....	37
Gabriel .....	38
Cyrille .....	38
Damien .....	39
Cyrille .....	39
Agnès.....	39
Jean-Christophe.....	40

Synthèse des entretiens.....	42
Qu'en penser et quelle base de réflexion pour la future professeure en guise de conclusion ? .....	43
Bibliographie.....	44
La documentation en ligne .....	45

## Avant-propos

---

*La voix est un second visage* ~ Gerard Bauer

*Ce qui vous irrite chez autrui est pour vous la chose la plus précieuse du monde :  
elle vous renvoie à une pareille de vous que vous avez du mal à accepter et à vivre*

~ Le Huche & Allali

---

La voix est le premier des instruments. Sa capacité d'expressivité mélodique, tonale et de nuances permet à la pensée de se muer en structures chantées ou parlées.<sup>1</sup> Les vibrations se propagent dans l'air, porteuses d'un sens et même d'un devenir, c'est un outil de communication fort.

Elle est caractérisée par trois paramètres : le timbre, la hauteur et l'intensité. La voix est universelle car tout individu en possède une, mais plurielle car il n'en existe pas deux identiques dans le monde.

La voix est profondément humaine.

Le travail vocal – maîtrise de la respiration, de l'articulation, de l'intensité des sons – permet une meilleure gestion de ce moyen d'expression et demeure le reflet d'une culture.

Dans l'Antiquité, des théories sur l'origine des sons chantés et parlés par les humains sont formulées, notamment par le médecin grec Galen (environ 129 – 199).<sup>2</sup>

En 1562, Giovanni Camillo Maffei écrit le *Discorso della voce* (discours de la voix), donnant ainsi naissance au premier ouvrage concernant l'enseignement du chant pur. Il introduit une discussion sur la production de sons vocaux et la nouvelle technique du chanteur. A partir de cette époque-là, de nombreux professeurs, chanteurs, théoriciens écriront des traités de chant, axés sur la technique vocale ou bien sur l'art du chant d'un point de vue stylistique.

L'anatomiste et chirurgien Fabricius d'Aquapendente (1533 – 1619) travaille sur l'anatomie de la voix chantée et les processus physiologiques mis en œuvre pendant le chant selon l'enseignement de Galen.

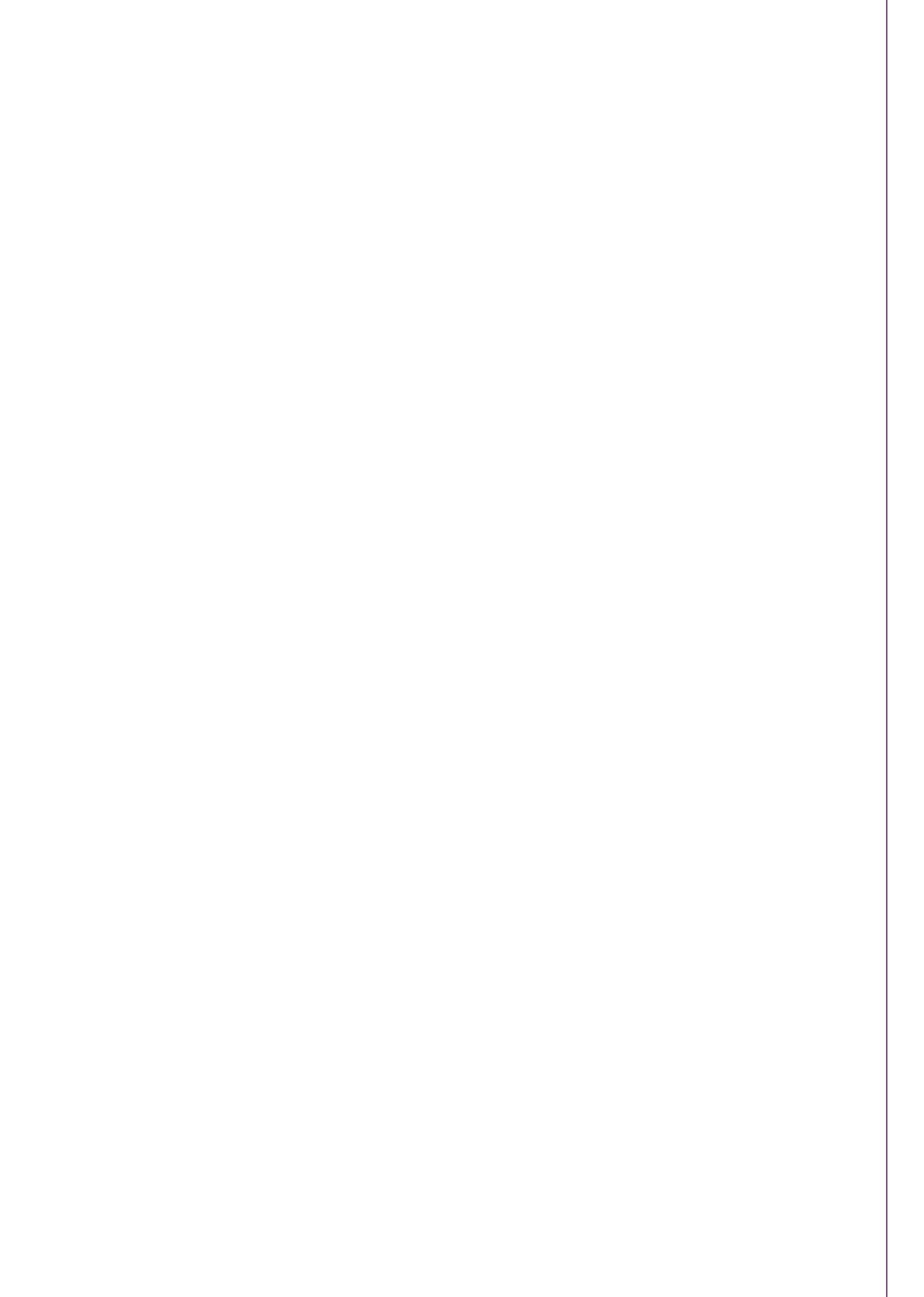
En 1912, la phoniatrie, discipline médicale se rapportant à l'étude de la phonation et de ses troubles, est créée sous l'impulsion du professeur H. Gutzman à Berlin.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> SANFORD Sally, **Grove Music** – Voice, 2014

<sup>2</sup> SEEDORF Thomas, **MGG2** – Singen - *Der Gesang und die Wissenschaft vom Singen*, 1998

<sup>3</sup> Site du CHU de Tours, unité de phoniatrie voix parole et déglutition



## Introduction

Dans le cadre de ma fin d'étude de Formation Musicale au CRR de Lyon, j'ai eu l'occasion d'effectuer des remplacements de FM lorsque les professeurs étaient absents. J'ai acquis ainsi ma première expérience d'enseignement avec un groupe de fin de second cycle. Les élèves, collégiens de 4<sup>ème</sup> ou 3<sup>ème</sup> avaient pour la plupart entre 13 et 15 ans. Au programme du cours : lecture rythmique, lecture de clefs, petite écoute, court repiquage et pour terminer travail vocal sur le canon des *Ceremony of Carols* de Britten. J'avais préparé le cours en accord avec le professeur que je remplaçais, puisqu'elle n'était absente qu'une seule fois. Pendant la partie chantée, je me souviens de l'éclat de rire provoqué par le « dérailage » d'une des voix de garçons, qui, en pleine mue, n'avait pas su maîtriser son changement de registre.

Jeune étudiante de 19 ans et n'ayant aucun recul sur la situation ou la conduite à tenir, j'avais simplement poursuivi le cours coupant court à l'hilarité.

Plus tard, dans mon cursus de chanteuse, j'ai souvent entendu les collègues railler sur les limites de la professeure de chant sur les voix masculines. « Elle ne sait pas me faire travailler, parce que je suis ténor » étant la phrase qui revenait le plus fréquemment. Remarque mysogyne, manque d'empathie vocale du professeur concerné, ou bien véritable limite due au genre, je n'avais pas choisi mon camp. Arrivée dans l'enseignement supérieur, j'ai eu l'occasion de coacher un groupe de travailleurs du groupe Efi automotive autour d'un atelier voix, sur le temps de midi, dans le cadre du dispositif « bien-être au travail ». Au sein de l'effectif réuni pour la première séance, j'ai constaté les difficultés de deux membres, l'un chantant la totalité des mélodies abordées en voix de fausset, dès que l'exemple était donné par une voix féminine, ce qui n'arrivait pas quand un collègue chantait avant lui. L'autre ne parvenant pas à reproduire un son s'il était donné par une voix féminine, se produisait alors un « dérailage » équivalent à celui du jeune garçon en pleine mue. En revanche, si le son lui était donné à sa hauteur, par un collègue ou bien par le piano, il n'y avait plus de problème.

La même semaine, je commençais les cours particuliers avec un nouvel élève. Ce dernier avait reçu un orgue de barbarie pour ses soixante ans et s'amusait à chanter les cartons dont il disposait en s'accompagnant, sa demande était simple « je veux arrêter de chanter faux ». Lors de ce cours, nous avons débuté par une rapide chauffe corporelle puis quelques vocalises. Quelle ne fut pas ma surprise de constater exactement la même situation : impossibilité pour cet élève de reproduire un son si j'avais donné l'exemple vocal à la fin, car dérailage. Pour la suite du cours, j'avais simplement mis en mot ou joué sur clavier les pistes de travail, sans montrer d'exemple vocal.

A la suite de ces expériences, je me suis questionnée et les railleries de mes anciens collègues me sont revenues en mémoire. Y avait-il une corrélation directe entre ces événements ? Devais-je en tant que pédagogue résoudre une problématique physiologique de la voix, entamer un travail sur l'oreille et

l'écoute ou bien combiner les deux ? Quelles pistes de travail allais-je pouvoir proposer afin de pallier l'absence d'exemple vocal direct ?

Cette réflexion m'a accompagnée tout au long de mon expérience en tant que professeure.

Aussi, lorsque dans le cadre du DE, il nous a été donné de travailler sur une question pédagogique personnelle, le sujet m'est venu naturellement.

Ce mémoire s'axera principalement sur la mue masculine travaillée avec un professeur du genre opposé. Dans un premier temps, nous aborderons l'explication physiologique du phénomène et les implications psychologiques et sociales qu'elle entraîne.

Puis dans un second temps nous détaillerons quelques cas de figures de travail avec des élèves en pleine mue, dans le cadre de cours individuels ou collectifs.

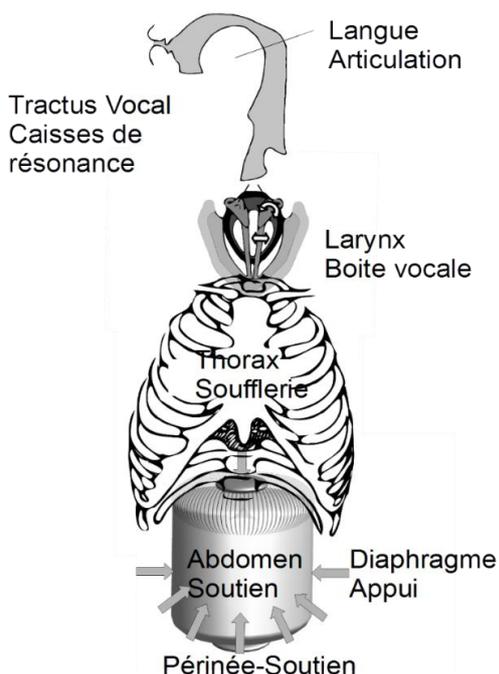
Pour terminer nous commenterons la gestion de cette différence de genre et conclurons brièvement.

## L'appareil phonatoire humain

*L'instrument vocal partage avec la harpe éolienne la particularité d'être à la fois cordes et vent. ~ Marie Hutois<sup>4</sup>*

*Dans votre gorge vous avez une petite construction composée de plusieurs cartilages, muscles et ligaments qui s'appelle le larynx. Le plus gros cartilage du larynx (le cartilage thyroïde) est généralement visible de l'extérieur - il s'agit de la pomme d'Adam (qui est plus visible chez l'homme que chez la femme en général). À l'intérieur de la pomme d'Adam se trouvent deux bandes fibreuses horizontales, composées de muscle, ligament et muqueuses entre autres - on appelle ces bandes les cordes vocales. Ce ne sont pas vraiment des cordes, mais plutôt des replis de tissu (d'ailleurs on les appelle aussi 'les plis vocaux'). (WRIGHT, S.D)<sup>5</sup>*

La voix humaine est un instrument fascinant, elle est chair, os, muscles, vibrations, résonateurs ; primaire, universelle, plurielle ; elle est musique et parole, fragile mais résistante ... La voix est aussi complexe que le corps humain et pour cause, ce dernier sert de caisse de résonance à l'instrument. Si nous avons tous une voix, peu d'entre nous connaissent son fonctionnement et sa physiologie.



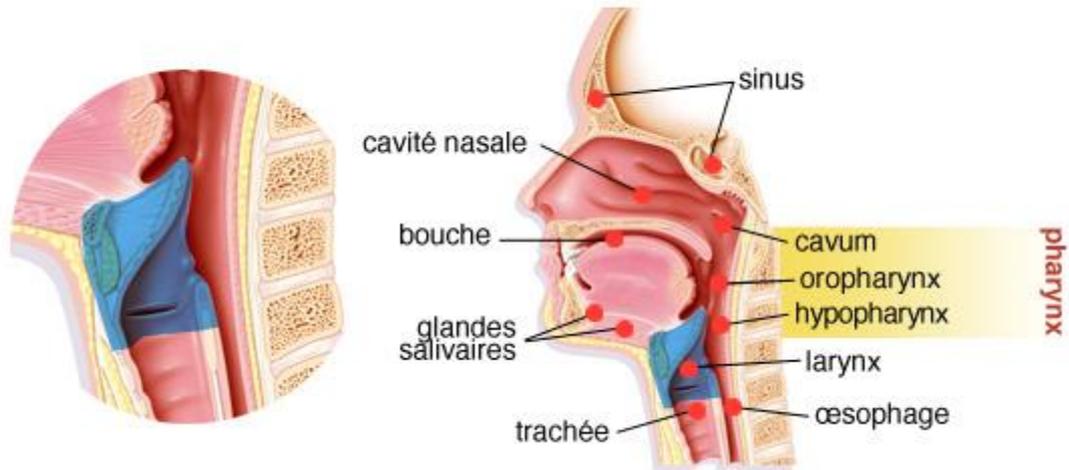
L'instrument vocal<sup>6</sup>

Comme nous pouvons l'observer sur le schéma, l'instrument vocal est constitué de plusieurs parties. Dans ce mémoire, nous nous intéresserons plus particulièrement à la « boîte vocale » puisque c'est principalement cette partie qui, au cours de la mue, se différenciera entre hommes et femmes.

<sup>4</sup> HUTOIS Marie Hutois, *Physiologie et art du chant*, A l'écoute de son corps pour optimiser sa technique vocale, aleXitère, Collection Médecine des Arts, 2012 p.5

<sup>5</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p.7

<sup>6</sup> <http://marie.hutois.over-blog.com/2016/10/metaphores-et-images-mentales-anatomiques-dans-l-enseignement-du-chant.html>



### La localisation du larynx <sup>7</sup>

Le larynx contient les cordes vocales, il est l'élément vibrant de la voix, l'organe de la phonation et le tronçon des voies respiratoires supérieures, il règle le passage de l'air vers la trachée et vers les bronches. Il assure également la protection des voies aériennes lors de la déglutition. Il est situé dans la partie médiane du cou, en avant de l'hypopharynx. Il est constitué de l'os hyoïde et d'un ensemble de cartilages articulés entre eux et entre lesquels sont tendues des membranes dont les cordes vocales. Le tout est animé par une série de muscles permettant le rapprochement ou l'éloignement des cordes vocales. Le moindre déplacement d'un des éléments énoncés précédemment a une influence sur le larynx, sur sa position, ses mouvements, sa tonicité, et donc sur le mode de vibration des cordes vocales.

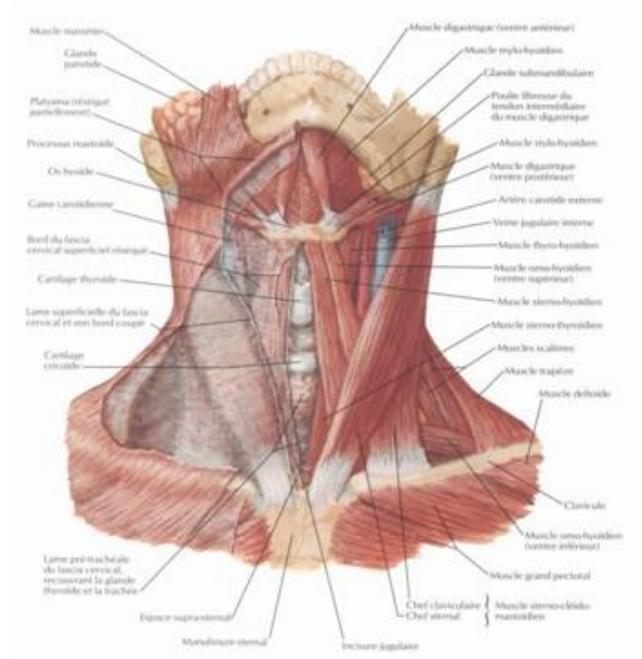
Il convient de considérer deux sortes de muscles qui ont une action sur le larynx <sup>8</sup>

<sup>7</sup> <http://voix-et-helium.e-monsite.com/pages/modification-de-la-voix/les-dangers-de-l-helium.html>

<sup>8</sup> Diaporama larynx - <https://slideplayer.fr/slide/1692793/> diapositive 36 à 46

**Les muscles extrinsèques** assurent la fixation du larynx sur les organes voisins. Ils participent à la mobilisation du larynx dans son ensemble et se divisent en deux groupes : muscles éleveurs et les muscles abaisseurs du larynx.

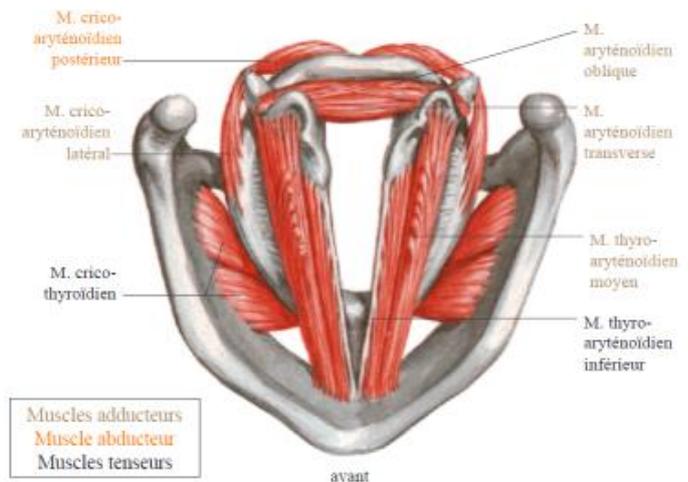
On décompte six muscles éleveurs : le mylo-hyoïdien, le digastrique, le stylo-hyoïdien, le thyro-hyoïdien, le stylo-pharyngien et le palato-pharyngien  
 On décompte trois muscles abaisseurs : le sterno-thyroïdien, le sterno-cléido-hyoïdien, l'omo-hyoïdien.



**Les muscles extrinsèques du larynx**

Les **muscles intrinsèques** mobilisent directement les pièces cartilages du larynx, ils agissent sur les cordes vocales et la glotte. Ils sont classés en trois catégories :

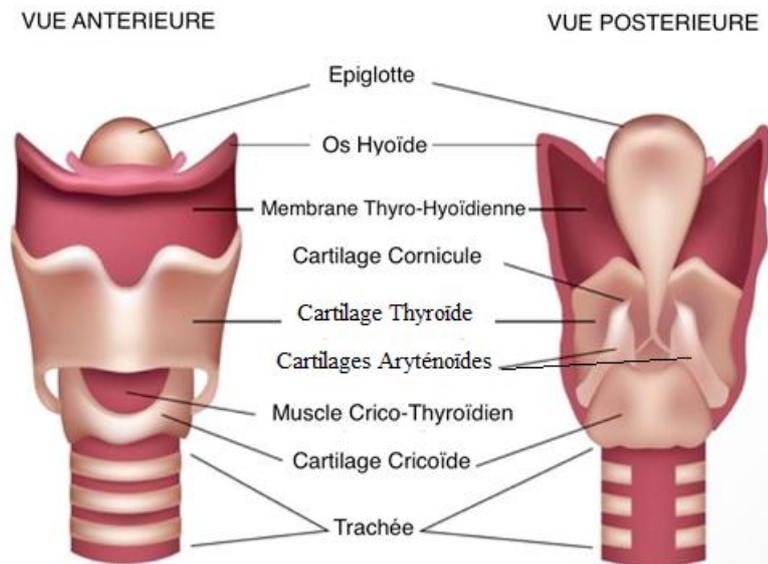
- Le crico thyroïdien,  
Muscle tenseur des cordes vocales
- Le crico-aryténoïdien latéral,  
Le thyro-aryténoïdien inférieur  
Le thyro-aryténoïdien moyen  
L'aryténoïdien transverse  
Ce sont les muscles constricteurs de la glotte.
- Le crico-aryténoïdien postérieur,  
Muscle dilatateur de la glotte.



**Les muscles intrinsèques du larynx**

Le larynx est donc mobile selon deux axes : il monte et descend ; il bascule d'avant en arrière.

## Le larynx



Le cartilage thyroïde est formé de deux lames symétriques qui s'unissent en avant, dessinant un angle saillant visible sous la peau, communément appelé pomme d'Adam. L'épiglotte, ou cartilage épiglottique, est une lamelle de cartilage élastique à peu près verticale, située au-dessus du cartilage thyroïde, en arrière de la langue. Le cartilage cricoïde a la forme d'une bague à chaton, étroit devant, plus large à l'arrière. Les aryténoïdes sont deux petits cartilages mobiles posés sur le cartilage cricoïde, un à droite, un à gauche, en forme de petite masse triangulaire

Sur eux s'attachent, en arrière, les deux replis des cordes vocales, qui font aussi partie intégrante du larynx.

Les cordes vocales se présentent comme deux volets qui s'ouvrent et se ferment horizontalement. La tension des cordes vocales, leur fermeture et leur ouverture sont régulées par les mouvements des aryténoïdes sur le chaton du cricoïde et par ceux du cartilage thyroïde sur l'anneau du cricoïde.

Lorsque les cordes vocales sont tendues et soumises à un flux d'air sous pression, elles se mettent à vibrer et cette vibration produit un son. Plus on tire sur l'extrémité des cordes, plus le son est aigu.

Dans son *Que sais-je – La voix*<sup>9</sup>, Guy Cornut, phoniatre, expose les différents stades de la voix et donc de l'instrument vocal.

A la naissance, le larynx est haut dans le cou, les cordes ont une taille comprise entre 4.5 et 5 mm. Tandis que le larynx croît et descend dans le cou tout au long de la croissance, le fondamental laryngé, lui, s'abaisse.

Jusqu'à la puberté, le larynx des enfants garçon et fille est assez similaire, ce qui explique qu'il n'y a que peu de différence vocale. Cette différenciation surviendra sous l'effet des hormones de l'adolescence.

<sup>9</sup> CORNUT Guy, *Que sais-je – La Voix*, Presses universitaires de France, 1<sup>ère</sup> édition 1983, p.48-53

## La mue ... Une réalité physiologique.

A l'entrée de l'enfant dans l'adolescence, des changements majeurs se produisent. N'oublions pas que la puberté est l'arrivée à maturation sexuelle du corps humain, les sécrétions d'hormones pour opérer ces changements sont donc très importantes.

*Le larynx n'échappe pas à la règle et augmente de 60% chez les garçons et de 34% chez les filles (ABRY-DURAND, 2012)<sup>10</sup>*

La mue intervient en général entre 11 et 13 ans chez les filles et plus largement entre 9 et 16 ans. Elle est accompagnée des premières règles et caractérisée par en moyenne un abaissement de deux tons du fondamental laryngé. Elle passe en général assez inaperçue et n'est donc pas ressentie comme un bouleversement majeur de la vie de l'adolescente, la voix prend seulement un peu de rondeur, d'ampleur et d'étendue.<sup>11</sup>

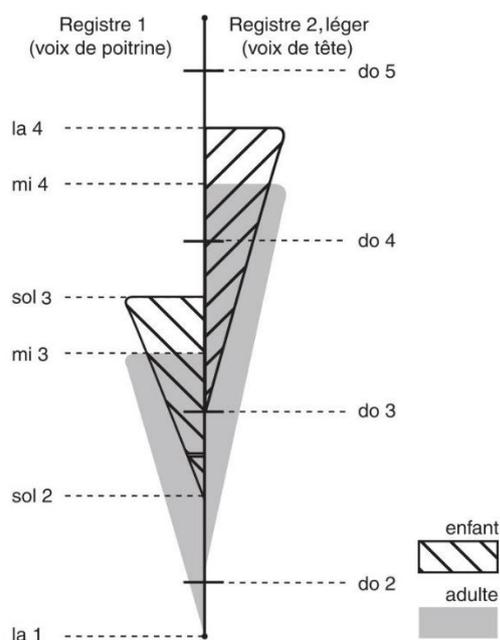
En revanche, chez le garçon, l'évolution est conséquente. Entre 12 et 14 ans (ou plus rarement entre 12 et 18 ans), après la poussée de croissance et l'apparition de la pilosité, la taille du larynx augmente dans toutes les dimensions, les cordes vocales sont allongées de près d'un tiers de leur longueur, l'adolescent mue. La mue masculine peut durer en moyenne entre cinq semaines et deux ans (plus en cas de trouble de la mue), elle occasionne un changement de registre. Si avant la puberté, le registre de tête était le registre principal utilisé par l'enfant, après la puberté, la voix est produite par le mécanisme de voix de poitrine. La voix gagne environ une octave dans le grave, il s'opère des modifications dans le timbre. Les deux mécanismes coexistent ainsi pendant quelques mois, le temps de stabiliser ce nouvel ambitus et de l'équilibrer. Il pourra y avoir des passages involontaires subits entre les deux registres, les fameux couacs (autrement appelés chants de coqs) caractéristiques de cette période adolescente.

L'allongement des cordes vocales pendant la mue détermine, à l'âge adulte, une extension de l'étendue vocale vers le grave. Si les cordes ne mesurent que quelques millimètres pendant l'enfance, elles mesurent ensuite environ 15 à 20 mm chez les filles et 18 à 24 mm chez les garçons tout en épaississant. Cette différence de taille des cordes induit que la voix de l'homme est plus étendue que celle de l'enfant ou celle de la femme.<sup>12</sup>

<sup>10</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p.5

<sup>11</sup> Notons cependant que la période prémenstruelle et menstruelle amène souvent une faiblesse vocale.

<sup>12</sup> LE HUCHE François, ALLALI André, *La voix tome 2 Pathologies vocales d'origine fonctionnelle* – Troubles de la mue, collection phoniatrie, Masson, Paris, 1984 p.113-118



Sur ce schéma, on a fait figurer les possibilités moyennes d'une voix d'enfant et celle d'une voix d'homme en mécanisme I et en mécanisme II. Pour chaque voix, les deux mécanismes se chevauchent sur une large étendue.

### Etendue des deux registres vocaux principaux chez l'homme et chez l'enfant.<sup>13</sup>

Sous l'effet de l'arrivée des hormones males, la structure du larynx de l'adolescent connaît des changements majeurs. Les cartilages du larynx grandissent et le cartilage thyroïde change de forme, il perd son aspect arrondi et devient saillant vers l'avant. Il est alors identifiable comme la pomme d'Adam. Les muscles se renforcent. Le ligament vocal est parfaitement individualisé. La partie ligamentaire des cordes vocales a une croissance proportionnellement plus importante. Elle représente désormais les 2/3 des cordes vocales alors qu'elle n'en représentait que la moitié. Le larynx se trouve dans une position plus basse dans le cou. Le régime vibratoire des cordes vocales change, passant du mode léger au mode lourd (mécanisme II en I).

Simultanément les résonateurs sont développés avec le crâne et les changements qui s'opèrent : les amygdales se rétractent, les végétations disparaissent, élargissant ainsi l'oropharynx pour la résonance. Le nez se modifie et prend sa forme définitive et les fosses nasales, plus ou moins libres, participent à la qualité du timbre.

Enfin, la cage thoracique s'élargit, la capacité respiratoire augmente, et la musculature gagne en puissance.<sup>14</sup>

La mue se déroule dans la majorité des cas en deux phases. Tout d'abord une phase d'instabilité avec des couacs dans la voix parlée mais la voix chantée peut être abordée comme par le passé, avec un

<sup>13</sup> LE HUCHE François, ALLALI André, La voix tome 2 *Pathologies vocales d'origine fonctionnelle* – Troubles de la mue, collection phoniatrie, Masson, Paris, 1984 p.113

<sup>14</sup> HEUILLET-MARTIN Geneviève, GARSON-BAVARD Hélène, LEGRE Anne, Une voix pour tous, tome 1, *La voix normale et comment l'optimiser*, Solal, 1995, Marseille, p.51-58

peu plus de difficulté cependant. Les principales tensions alors ressenties sont localisées dans la musculature sus-hyoïdienne antérieure. La seconde phase est celle de la stabilisation. Tandis que la voix parlée s'établit dans l'octave 2, laissant penser que la mue touche à sa fin, la voix chantée descend également mais avec un ambitus exploitable restreint et une fatigabilité importante.

Bien souvent, la mue entraîne une descente spectaculaire du larynx dans la première année, puis elle est progressive. Pour de jeunes hommes ayant déjà une pratique du chant, il nous est donné de constater deux cas de figure :

- Les barytons et les basses sont d'anciens soprano, la mue apporte une cassure dans la voix, il y a un effet yodler.
- Les ténors sont souvent issus d'enfants à la voix d'alto, ayant connu une transformation progressive sans réelle rupture.

### Quelques définitions avant d'aller plus loin

**Tessiture** : la tessiture est la dizaine de notes où l'on est le plus à l'aise avec le maximum de diction.

**Timbre** : Le timbre est ce qui définit la couleur d'une voix, ce qui fait son identité, il est directement lié à l'amplitude des cavités des résonances, à l'épaisseur et à la longueur des cordes vocales (les cordes vocales fines vibrent plus rapidement donnant une voix dans les aigus alors que des cordes vocales épaisses vibrent plus lentement et donnent une voix plus grave).

**Soprano** : Catégorie de voix la plus élevée de l'enfant et de la femme.

**Alto** : Catégorie de voix la plus grave de l'enfant et de la femme.

**Ténor** : Catégorie de voix masculine la plus aigüe.

**Baryton** : Catégorie de voix masculine intermédiaire entre le ténor et la basse.

**Basse** : Catégorie de voix masculine la plus grave.

**Soutien** – Le terme de soutien désigne l'engagement corporel et musculaire mis en place afin de réduire la pression en contrôlant l'expiration. L'action ne provient pas du diaphragme ou de la région abdominale mais de tout le mécanisme respiratoire.

**Passages** : Les passages sont les transitions entre deux registres. Pour des voix non travaillées ils se situent autour de 290 hz – 350 Hz pour les hommes en montant et 310 et 300 Hz pour les femmes en descendant.

**Registre** – le terme est emprunté à l'orgue, il désigne les différentes tirettes qui produisent différents types de sons.

On parle de registre de **poitrine** parce que c'est le plus grave et qu'il semble faire vibrer cette dernière, mais également de registre de **fausset** ou de **tête** parce qu'il semble résonner plus haut. Ces termes sont trompeurs car les registres vocaux sont produits dans le larynx, pas de résonance dans d'autres régions particulières du corps.

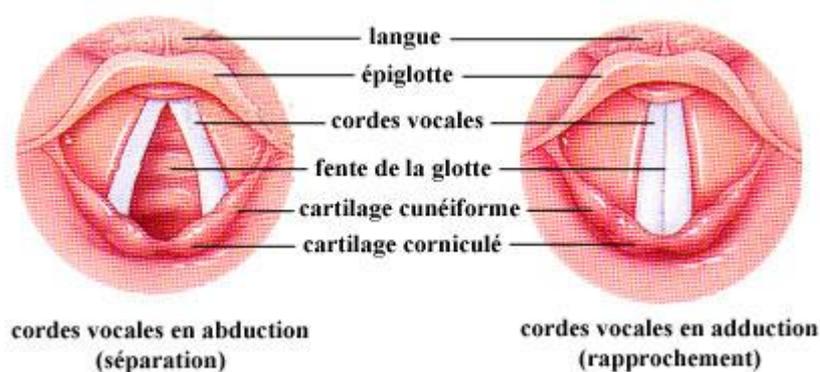
**Voix de tête** : Voix qui utilise le registre de tête, léger, en mécanisme 2.

**Voix de poitrine** : Voix qui utilise le registre de poitrine, plus plein, en mécanisme 1.

**Voix mixte** : Voix qui utilise un savant mélange entre les deux mécanismes sur une certaine étendue, elle a une couleur particulière et fait entendre les harmoniques aigus dans une voix de poitrine allégée.

## Le fonctionnement des registres

Le mécanisme vocal est comparable à celui d'un instrument à cordes. Il est soumis à des paramètres physiques tels que la tension et l'épaisseur des cordes de l'instrument. Cependant, dans le cadre de l'instrument voix, il n'y a pas de changement de cordes possible, seules des combinaisons d'actions musculaires permettent de produire ces différentes hauteurs : par des mouvements dans le sens antéro postérieur ou des mouvements d'élévation et d'abaissement autour de sa position de repos.



Vue au laryngoscope des cordes vocales<sup>15</sup>

En 1841, Manuel Garcia observe 2 schémas distincts de vibration qu'il nomme poitrine et fausset. L'observation par laryngoscope (miroir éclairé qui permet de scruter le fond de gorge) lui permet de définir le registre en ces termes :

*Par le mot registre, nous entendons une série de sons consécutifs et homogènes allant du grave à l'aigu, produits par le développement du même principe mécanique, et dont la nature diffère essentiellement d'une autre série de sons également consécutifs et homogènes produits par un autre principe mécanique. Tous les sons appartenant au même registre sont, par conséquent, de la même nature, quelles que soient d'ailleurs les modifications de timbre ou de force qu'on leur fasse subir.<sup>16</sup>*

Les cordes vocales s'ouvrent à la base et le mouvement se propage comme une vague jusqu'à ce que le sommet s'ouvre. Quand elles reviennent à leur position initiale, les bords inférieurs se ferment

<sup>15</sup> [http://www.ac-grenoble.fr/savoie/pedagogie/docs\\_pedas/mue/index.php?num=995](http://www.ac-grenoble.fr/savoie/pedagogie/docs_pedas/mue/index.php?num=995)

<sup>16</sup> GARCIA Manuel – *Traité complet de l'art du chant*, publication originale 1840  
<https://gallica.bnf.fr/ark:/12148/btv1b52502455v/f16.image>

avant les bords supérieurs.

Ce mouvement de vague est appelé la différence de phase verticale ; il est directement lié à la surface de contact des cordes et crée la richesse harmonique du timbre.

En 1939, le Laboratoire Bell développe une technique pour filmer les cordes vocales au ralenti, ils partagent les observations suivantes. Dans le registre le plus bas, les cordes vibrent avec un contact plein et profond, les muqueuses ondulent avec laxité.

Les cordes vocales sont relâchées, elles vibrent mollement. Le corps entier de chaque corde est en contact avec l'autre, le son est riche.

Dans le registre aigu, les cordes vocales s'allongent de sorte que les muscles se retirent ne laissant que les bords (les cordes vocales à proprement parler) vibrer à une fréquence plus élevée et un mouvement global plus réduit.

Les cordes vocales sont tendues et les vibrations rapides. Seul le bord interne de chaque corde est en contact avec l'autre, le son est flûté.

Détaillons tout d'abord mécanisme I, le mécanisme lourd, également appelé la voix de poitrine.

La voix parlée se trouve dans ce registre, ce mécanisme couvre des hauteurs comprises entre 80 et 400 Hz. La voix émise est une « voix pleine ».

Pour sonoriser les sons dans ce mécanisme, il y a utilisation de 100% des cordes.

Les muscles thyro-aryténoïdiens, constricteurs du larynx, sont en action ; les cartilages aryténoïdes bougent en s'écartant en même temps que les cordes vocales.

Au début de la tessiture, il y a production de sons graves, puisque les cordes sont dans leur état le plus épais et le plus raccourci, les vibrations sont amples. Le contact entre les deux bords libres se fait sur une profondeur de plusieurs millimètres. Puis le ton est élevé par l'action des muscles crico-thyroïdiens qui étirent les cordes vocales, faisant bouger les cartilages du larynx, tandis que les muscles suspenseurs sont en grande partie inactifs. La tension de la corde augmente avec la hauteur jusqu'au changement de mécanisme.

Les cordes sont entièrement en contact l'une avec l'autre, il y a plus de tissu en mouvement lors de la vibration vocale. Cela engendre donc des ondes sonores complexes, le son est alors riche en harmoniques.

Abordons maintenant le mécanisme II, le mécanisme léger, appelé selon les littératures la voix de tête ou de fausset. C'est le mécanisme de la voix d'enfant avant la mue qui couvre des hauteurs comprises entre 300 Hz et 1500 Hz. Il est caractéristique de l'état le plus aminci des cordes et la zone de contact est plus fine, à l'inverse de la voix de poitrine. Comme les muscles crico-thyroïdiens, les tenseurs des

cordes vocales, ont travaillé jusqu'à leur limite, l'étirement suivant est effectué par les muscles suspenseurs, ce qui explique la plus grande énergie développée par les aigus.

Le larynx bascule vers l'avant. Les cordes vocales sont plus tendues, les cartilages aryténoïdes ne bougent pratiquement pas, ils ne s'écartent pas.

La partie vibrante des cordes est plus mince, ce n'est plus le muscle vocal qui vibre mais seulement la couverture de la corde vocale, l'oscillation est plus rapide et les ondes sonores qui en résultent sont plus simples, le son est donc moins riche.

La zone du changement de mécanisme est annoncée par un affaiblissement du timbre et de l'intensité, environ 4 à 5 demi-tons avant le passage<sup>17</sup>. À l'intérieur de cette zone de passage, les mécanismes se recouvrent et le chanteur peut émettre quelques-uns de ces demi-tons sur la même fréquence en mécanisme I ou II.<sup>18</sup>

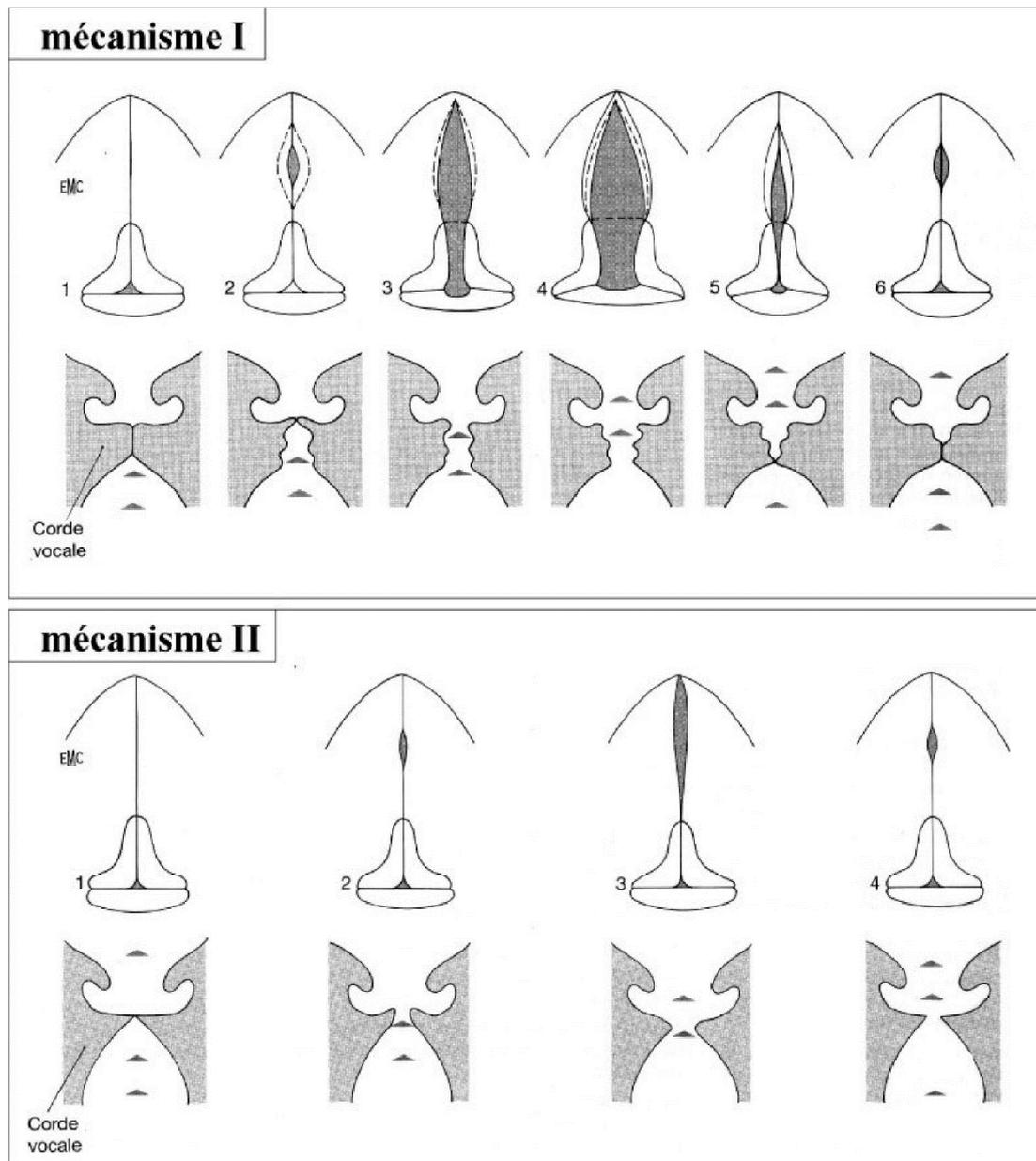
Le mécanisme laryngé mixte n'existe pas, l'imagerie médicale montre le passage du mécanisme I au II sans modelage progressif de la forme du bord des cordes vocales. Néanmoins, le registre résonantiel mixte existe, l'octave 3 est une zone dite de recouvrement où l'homme et la femme peuvent chanter dans des registres résonantiels différents.

Afin d'éviter les couacs ou en tout cas la perte d'harmoniques qui se produit dans cette zone de passage, le chanteur apprend à accommoder ses cavités de résonance afin que les modifications de renforcements et d'atténuations d'harmoniques se fasse progressivement. Quelques fragments de seconde avant le déséquilibre produit dans le système phonatoire par la note de passage, il anticipe les variations d'intensité de certaines harmoniques et peut choisir de compenser avec une base de mécanisme I ou mécanisme II.

---

<sup>17</sup> HEUILLET-MARTIN Geneviève, GARSON-BAVARD Hélène, LEGRE Anne, Une voix pour tous, tome, *La voix pathologique*, Solal, 1995, Marseille, p.78-79

<sup>18</sup> Note de début de passage toujours plus aigüe en réalisant un glissando ascendant qu'en le descendant.



**Schématisation des mécanismes de la vibration laryngée pour les sons graves (mécanisme I) et aigus (mécanisme II) d'après Henrich ; Aspect laryngoscopique // Coupe frontale.<sup>19</sup>**

Puisque tous les facteurs nécessaires à la production du son sont modifiés (allongement et épaissement des muscles et des résonateurs), l'émission vocale devient elle aussi différente.

### **Le paramètre psychologique**

Selon F. Estienne, la voix dépend de plusieurs facteurs : le paramètre purement anatomique et physiologique (le larynx), les caractéristiques morphologiques de l'individu (sexe, âge, gabarit), son

<sup>19</sup> LAMESCH Sylvain, *Caractérisation de la voix mixte en termes de mécanismes laryngés*, mémoire de Stage de master ATIAM (MIS) et projet de fin d'études d'ingénieur ENSTA, 2006, p.14

état de santé (tant physique que psychique), sa personnalité (ainsi que l'image qu'il se fait de lui-même), ses connaissances techniques en matière de voix et enfin l'intention de son discours (lié à l'état émotionnel). Nous avons déjà abordé la question physiologique, intéressons-nous maintenant à la question psychologique.

## La voix - Une expression

---

*Il suffit qu'autrui me regarde, pour que je sois ce que je suis. ~ Jean-Paul Sartre*

---

La voix est, comme nous l'avons évoqué dans l'avant-propos, directement liée à la personnalité. Comme le rappelle Guy Cornut dans son ouvrage <sup>20</sup>, la voix est l'outil d'expression de soi, d'abord par les émotions sans mots, telles que les cris, les rires, les pleurs, les gémissements, mais aussi dans la parole avec les différences d'intonation et d'intensité qui traduisent, à un autre niveau, les sentiments intrinsèques exprimés par le locuteur. C'est aussi l'affirmation de soi puisque la parole vise une action sur l'interlocuteur. La modification de l'émission vocale (articulation, timbre, tonalité, intensité, débit, etc) influe sur le discours.

*« Toute personne qui parle tente plus ou moins d'avoir une action sur son interlocuteur.*

*Plus on cherche à entraîner l'adhésion de celui qui écoute, par exemple pour se faire obéir, convaincre ou séduire, plus on a besoin d'un haut niveau d'énergie qui se traduira par une modification des diverses caractéristiques de l'émission vocale : intensité, tonalité, timbre, articulation, débit, gestes associés, etc. C'est à cette force de détermination que le Huche donne le nom de « projection vocale ».<sup>21</sup>*

## La voix - Une composante sociale

Contrairement à d'autres cultures, chez l'homme occidental, la mue, synonyme de virilisation est concomitante à une « attente sociale » d'utiliser le registre I. En effet, le recours au registre II reste dans nos sociétés quelque chose de marginalisé s'il ne relève pas de l'utilisation occasionnelle (imitation d'une voix de femme, plaisanterie, rire, etc.), il est alors souvent associé à une effémination de la personnalité par projection du timbre. Tandis que pour la femme, on constate la liberté sociale de s'exprimer dans ses deux registres (voix de tête ou de poitrine).

« De toute manière, force est d'admettre qu'en tout pays, la parité en matière vocale n'existe pas ! »<sup>22</sup>.

---

<sup>20</sup> CORNUT Guy, *Que sais-je – La Voix*, Presses universitaires de France, 1<sup>ère</sup> édition 1983, p.53-58

<sup>21</sup> CORNUT Guy, *Que sais-je – La Voix*, Presses universitaires de France, 1<sup>ère</sup> édition 1983, p.53-58

<sup>22</sup> LE HUCHE François, ALLALI André, *La voix tome 2 Pathologies vocales d'origine fonctionnelle – Troubles de la mue*, collection phoniatrie, Masson, Paris, 1984 p.113

Comme le disent si bien Le Huche et Allali :

« En quelques sortes, le jeune homme fait le sacrifice de sa voix de tête en échange de la reconnaissance publique de sa virilité. »<sup>23</sup>

Pourtant, il est intéressant de souligner qu'en Orient ou en Afrique du Nord, le registre II à l'âge adulte est beaucoup plus répandu. De même en Inde, le code diffère, l'aigu de la voix symbolise la tristesse tandis que le grave évoque la gaité.

Rappelons qu'il existe aussi un imaginaire de la voix chantée qui explique l'existence des castrats dans nos sociétés européennes pendant presque trois siècles. À l'époque baroque, plus le personnage est couvert de gloire, plus aigüe sera sa tessiture, par exemple le rôle de Jules César dans l'opéra éponyme d'Haendel a été écrit pour un castrat (tessiture actuelle d'une mezzo-soprano ou d'un contre-ténor).

L'utilisation, tout autant physiologique, des deux registres est véritablement un phénomène de civilisation.

Après avoir évoqué le paramètre de la hauteur, notons également que l'intensité de la voix et son volume sonore rentrent en compte dans la considération sociale. Ainsi, un individu s'exprimant avec une voix sonore semblera plus assuré qu'un individu à la voix faible, celui-ci sera alors jugé timide ou réservé.

## La voix – par rapport à moi

---

*Je ou moi est un concept associé à la voix et c'est un amplificateur émotionnel. ~*  
Paul Valéry

---

Comme le corps est la caisse de résonance de l'instrument voix, l'écoute de l'émetteur est biaisée. Le chanteur perçoit de multiples informations : sensations musculaires, sensations des résonateurs, conduction osseuse, perception auditive du résultat extérieur, etc. Ces différents stimuli fusionnent pour lui donner la perception interne de sa voix, il ne l'entendra pas de la même manière que ses auditeurs.

« S'est-il déjà entendu produire parfois des sons très graves et un peu surprenant pour lui »<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> LE HUCHE François, ALLALI André, La voix tome 2 *Pathologies vocales d'origine fonctionnelle* – Troubles de la mue, collection phoniatrie, Masson, Paris, 1984 p.113

<sup>24</sup> HEUILLET-MARTIN Geneviève, GARSON-BAVARD Hélène, LEGRE Anne, Une voix pour tous, tome 2, *La voix pathologique*, Solal, 1995, Marseille, p.78-79

Parfois le sujet, qui produit des sons dans l'octave ou le registre I à cause de ce changement de perception, aura la sensation qu'une sonorité produite par hasard est trop grave pour être utilisée dans la parole ou dans le chant.

Dans ce cas, l'utilisation d'un enregistrement pourra être bénéfique.

Le sujet doit comprendre comment fonctionne l'organe vocal et à quoi correspondent les registres vocaux, en insistant particulièrement sur le fait qu'ils se chevauchent sur plus d'une octave. Il convient de bien lui expliquer qu'enfant, il a utilisé le registre II de sa voix mais qu'à l'adolescence, en raison des changements hormonaux, l'allongement du larynx lui permet d'utiliser son registre I dans un ambitus plus large.

Pour l'enfant chanteur, il peut être compliqué de faire le deuil de cette voix de tête facile et évidente, notamment s'il a atteint un certain niveau. Mentionnons par exemple les soprano solistes des maîtrises de garçons, la transition enfant star, en pleine maîtrise de son instrument, débutant avec un nouvel instrument encore non adapté au corps qui l'accueille, est plus ou moins bien vécue selon les cas.

### La voix, par rapport aux autres

Dans leur mémoire, Thibaud et Espinoza citent les travaux d'Allali et Le Huche mais également d'Estienne. Elles recensent ainsi que les commentaires les plus fréquents des jeunes à propos de leur voix, concernent principalement les trois paramètres hauteur, timbre et intensité.

« Ma voix est trop aiguë », « Ma voix est trop grave » « Ma voix est sourde » ou « Ma voix n'est pas claire ». « On ne m'entend pas » ou « Je n'arrive pas à parler fort » illustrant bien la dévalorisation associée à ce changement subit d'identité vocale.

*Par ailleurs, une voix qui ne fonctionne pas ou plus, tronque la personne qui perd une part de son identité : Ce n'est pas ou plus ma voix, ce n'est plus moi. Sans voix je n'existe plus, on ne fait plus attention à moi, [on se sent] amoindrie. Je suis moins que rien. On n'a plus envie de parler et on ne vous parle plus, on fuit le contact. Je n'aime pas ma voix, je ne m'aime pas (ESTIENNE, 1998, p. 6).<sup>25</sup>*

Elles mentionnent également les idées de Deniz Gyger-Gaspoz<sup>26</sup> relevant que ce qui pourrait éventuellement perturber l'adolescent durant cette période de changement vocal.

---

<sup>25</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p.24-25

<sup>26</sup> Professeuse formatrice à la haute école pédagogique de Lausanne

*« voir que ses camarades sont en phase finale et que lui est encore en plein dans sa période vocale instable. Un versant interne, personnel : il se définit par la conscience du soi et de sa propre opinion. Un sentiment d'être le même tout au long de sa vie »<sup>27</sup>*

A l'adolescence, la volonté d'appartenance à un groupe est exacerbée et la mue empêchera certains ados d'être en phase avec leur classe.

Ces commentaires liés à la voix parlée pourraient être entendus dans le cadre d'un cours de chant ou de formation musicale et nous verrons dans la seconde partie quelles solutions nous pourrions proposer à l'élève partageant ces difficultés.

Ainsi, dans le bon déroulement de la mue, il est indispensable de considérer l'aspect psychologique de l'adolescent. A la suite de l'augmentation brutale et non homogène de son étendue vocale, l'adolescent doit s'habituer à la modification de son timbre, à la différence de perception vibratoire, notamment des vibrations plus intenses dans la voix de poitrine qui devient son registre principal. Il est fréquent que l'acceptation de cette nouvelle voix, de cette nouvelle personnalité sonore soit délicate, d'autant que cette transformation n'est pas instantanée. Pour de nombreux jeunes hommes, ce sera une période désagréable d'instabilité vocale avec des couacs, de la bitonalité, de la fatigue vocale, une sensation de ridicule et une envie de cacher au maximum sa voix en pleine mutation.

## **Les neurones miroirs<sup>28</sup>**

Découverts en 1990 chez le singe par le neuroscientifique Giacomo Rizzolatti, ce sont des neurones moteurs qui s'activent lorsque le sujet effectue un acte moteur vers un but précis mais également lorsqu'il observe ou entend ses semblables effectuer le même acte moteur. Ils ne sont pas activés lors d'un mouvement simple ou sans but précis.

Les neurones miroirs sont actifs lors d'un mouvement intentionnel, que le mouvement soit observé ou non observé, entendu et non vu.

Chez l'homme aussi, ces neurones s'activent face à un acte moteur précis, lorsqu'il observe ou entend un autre sujet effectuer un acte similaire, mais également lorsqu'il pense que l'autre va effectuer cette même action.

---

<sup>27</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p.21

<sup>28</sup> Neurones miroirs, powerpoint du professeur Heraut, neurophysiologiste.

Les neurones miroirs servent donc à comprendre les gestes moteurs effectués par autrui en les comparant à son répertoire moteur propre, permettant ainsi au cerveau d'un individu de faire le lien entre son programme moteur et l'action motrice réalisée par un autre individu.

L'activité miroir est corrélée au degré d'habileté d'une action, elle est modulée par la pratique motrice et non pas uniquement par l'expérience visuelle. Il faut voir et agir.

Le système miroir est plus grandement activé lors de l'imitation d'un geste renforçant un pattern moteur. Il est l'illustration de l'adage « la répétition fixe la notion ».

Le système miroir est activé par exemple lors de l'apprentissage d'un nouveau type d'action (exemple de nouveaux pas de danse)

Les neurones miroirs permettraient en outre non seulement de comprendre le geste observé mais également de comprendre le but de l'action observée. Ils s'activent dans le déchiffrement des intentions et des émotions mais aussi dans le phénomène de contagion émotionnelle appelé l'empathie.

Les neurones miroirs jouent donc un rôle central dans l'apprentissage dès le plus jeune âge.

## La marche à suivre à la fin de l'enfance

---

*Au moment de la phonation, il est normal de ressentir aussi une légère sensation de tension musculaire qui s'intensifie quand la voix monte ou quand elle est plus forte et qui diminue quand elle baisse ou devient plus faible. Mais toute sensation d'effort, de brûlure, de contraction est la preuve d'une utilisation anormale des organes vocaux, qui entraîne peu à peu une modification du timbre avec ou sans lésion organique. ~ Claire Dinville<sup>29</sup>*

---

### Dans la littérature

Historiquement, certains jeunes garçons soprano et prometteurs subissaient une castration empêchant la mue et donc la transformation des cartilages et muscles de leur larynx, leur permettant de conserver la pureté de leur voix de tête, tout en gagnant en volume sonore et en souffle, du fait de la maturité de leur cage thoracique. Cette pratique n'est, fort heureusement, plus de mise de nos jours.

Dans son ouvrage *Un luthier qui construit une voix*<sup>30</sup>, Jacqueline Bonnardot mentionne le travail des voix d'enfants ainsi que la mue. Elle indique que les séances de travail avec enfant doivent être courtes, comporter de nombreuses pauses, être précédées d'exercices de mise en voix (conseil

---

<sup>29</sup> DINVILLE Claire, *Les troubles de la voix et leur rééducation*, collection d'orthophonie, Masson, Paris, 1981, p.21

<sup>30</sup> BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : Un luthier qui construit une voix*, éditions Lemoine, Van de Velde, 2004, p.72-74

également valable pour les classes de formation musicale). Si spontanément, les enfants se servent trop de leur voix de poitrine, il faut peu à peu inviter une voix plus légère, la voix de tête dans le travail vocal. Elle conseille un exercice en particulier :



La durée de la mue, comme nous l'avons dit, varie selon les individus entre cinq semaines et deux ans. Pendant cette période, les dysharmonies augmentent, il y a un déséquilibre permanent dû à la croissance constante mais non homogène des organes vocaux et respiratoires. Des troubles surviennent alors tels que : des cordes vocales boudinées, de l'hypertonie des cordes vocales, des altérations du timbre, la voix est éraillée, de peu d'intensité ou bitonale. Le yodler involontaire caractéristique de la mue du garçon apparaît.

Si l'exercice précédent fonctionne sur l'exploration des registres pour les voix d'enfants, il permet également de sauter la brisure vocale du changement de registre des voix en pleine mue.

Il est intéressant de constater qu'il n'existe pas de « méthode à suivre », pas une seule école. Si certains professeurs annulent la voix chantée pendant la mue, d'autres tentent de la maintenir aussi longtemps que possible.

### *Les exercices possibles*

Pour s'approcher d'une stabilité vocale, il est nécessaire que le larynx des adolescents en pleine mue poursuive sa descente naturelle et physiologique. Il convient donc d'accompagner ces jeunes hommes dans leur « pose » de voix.

Nous détaillerons ici quelques pistes de travail, trouvées dans la littérature spécifique, pour induire la descente du larynx et améliorer le travail de registration.

Dinville invite le praticien de la rééducation vocale à surveiller attentivement la respiration. Sans être dans la profession médicale, le professeur de musique pourra réutiliser dans sa classe quelques-uns des exercices proposés.

Claire Dinville nous rappelle également l'utilité du contrôle visuel et tactile du sujet concerné lors de l'exercice.

« [Le contrôle tactile] permet de différencier les mouvements disproportionnés de la sensation de souplesse, de travail bien réparti, bien équilibré. Il permet aussi de mieux se rendre compte de la qualité du travail de la musculature, car, même quand la sangle abdominale se contracte, les muscles doivent rester souples sous la pression des doigts. »

« Exiger le contrôle visuel, devant la glace, pour mieux voir ce qui se passe, aussi bien au niveau de la paroi abdominale, qu'au niveau de la cage thoracique supérieure. »

« Le contrôle tactile associé au contrôle visuel permet, la plupart du temps, d'éliminer plus rapidement certains défauts, certaines attitudes excessives qui, le plus souvent, sont inconscientes ou involontaires. »<sup>31</sup>

### *La détente physique*

Pour produire un son vocal, il faut garder à l'esprit que le corps humain est le seul « instrument de musique », la seule caisse de résonance. Ainsi il est important pour optimiser l'émission vocale de veiller à la position physique et donc à l'absence de tensions néfastes.

L'apprenant devra attacher une importance particulière à la détente de la nuque, des épaules, et du larynx. En cas de tensions trop importantes, on pourra conseiller une consultation en kinésithérapie ou en ostéopathie.

Parmi la liste des exercices de (nom à retrouver), nous retiendrons les suivants :

- Effectuer lentement une rotation de la tête avec de petits mouvements successifs de « oui », de « non » et de « peut-être ».
- Faire se mouvoir les épaules d'avant en arrière en alternance droite puis gauche et enfin les deux en même temps.
- Hausser les épaules, crisper la position obtenue quelques secondes puis relâcher d'un coup sec.
- Bailler.
- Ouvrir la bouche et tirer la langue.
- Faire doucement bouger le larynx de gauche à droite.

### *La respiration*

- Dans une position calme, attirer l'attention de l'élève sur les mouvements naturels de la respiration. Les ralentir pour aboutir à une respiration calme et profonde.

---

<sup>31</sup> DINVILLE Claire, *Les troubles de la voix et leur rééducation*, collection d'orthophonie, Masson, Paris, 1981, p.83-94

- Effectuer l'exercice précédent avec une expiration aidée par une légère pression des mains au niveau de la paroi abdominale et des côtes inférieures. Elle sera accompagnée d'un léger bruit de souffle obtenu par le rapprochement des lèvres. (Comme lorsqu'on éteint une flamme)
- Placer une main sur le thorax, et l'autre sur l'abdomen. Inspirer lentement par le nez (le ventre se gonfle), puis expirer calmement par la bouche (le ventre se dégonfle).
- Souffler tout son air, inspirer lentement par le nez, bloquer la respiration 3 secondes, puis expirer lentement par la bouche.
- Jouer sur le temps d'arrêt plus ou moins long entre chaque inspiration – expiration. Le but étant de « provoquer un besoin d'air, dont la conséquence sera l'élargissement de la cage thoracique, la souplesse de la musculature et la dilatation des alvéoles pulmonaires ». Le corps saura reprendre de l'air naturellement s'il est en manque.
- Inspirer lentement par le nez, puis souffler sur la flamme d'une bougie le plus longtemps possible. La flamme doit vaciller mais ne doit pas s'éteindre.
- Inspirer par le nez, puis dire « SSSSSSSSSSSSSSSSSSSSS », le plus longtemps possible avec un débit d'air continu et un S petit et fin.

#### *Accompagner la descente du larynx*

Pendant la période de la mue, le larynx descend de sa position haute à une position basse, pour le travail vocal, il y aura donc une volonté d'obtenir un larynx « bas ».

Lors de ces exercices, il est possible de faire baisser la tête lors d'une émission vocale pour faciliter l'abaissement du larynx et l'agrandissement de l'hypo pharynx<sup>32</sup>. De même, on peut proposer à l'élève d'identifier la sensation d'un larynx relâché et en position basse, en l'invitant à placer son pouce au-dessus de la pomme d'Adam ou, afin de contrôler l'éventuelle montée excessive du larynx lors de la réalisation de ces exercices, il est possible de faire placer l'index du sujet entre la base du cou et le larynx.

- Expiration comme un soupir prolongé en cherchant l'impression de se vider, puis dans un deuxième temps, sonoriser l'expiration sur un A avec peu d'intensité. Le but de l'exercice étant de faire le lien entre une respiration détendue et un début de sonorisation vocale détendue.
- Bailler bruyamment. Le son doit résonner dans la poitrine (et non dans la tête).
- Soupirer bruyamment en relâchant la mâchoire et en tentant d'ouvrir le fond de la gorge.

---

<sup>32</sup> DINVILLE Claire, *Les troubles de la voix et leur rééducation*, collection d'orthophonie, Masson, Paris, 1981, p.106 - 116

- Tenir le son « oooooooo » en tapotant sur la poitrine tel tarzan. Le son doit résonner à ce niveau. Essayer de mémoriser ces sensations et le lieu de la vibration du son.
- Se pencher en avant, tout le corps relâché : Passer du « o » au « u » (oooooooooooooooo), toujours en « voix de poitrine ». Le fond de la gorge doit rester ouvert et non se rétrécir.
- Tenir un « AAAA », sans tapoter cette fois. Essayer de maintenir les mêmes vibrations que dans les exercices précédents.
- Dire « JJJJ » en faisant monter et descendre le son de la manière la plus progressive et uniforme possible, tel une sirène.

### Le travail sur les registres

Ces exercices<sup>33</sup>, recommandés par Bonnardot, sont tiré de l’art du chant de Garcia. Ils permettent de travailler doucement le passage du mécanisme lourd au mécanisme léger. Très recommandé pour les voix féminines et masculines en falsetto, ils contribuent à l’homogénéisation de la voix.

Exercice M N G pour travailler sur les sensations vibratoires et comprendre la registration des différentes hauteurs.

### Chanter ou ne pas chanter ... là est la question

Jean-Baptiste Faure, célèbre baryton du XIX<sup>ème</sup> insiste sur l’importance du respect de la physiologie, sur la prudence de ne pas faire forcer.

*« Les voix d’enfants seraient susceptibles d’acquérir par exercice une force relative et de gagner en étendue, comme celle des hommes et des femmes : mais, dans la crainte qu’un travail prématuré ne leur occasionne une trop grande fatigue, le professeur ne devra s’occuper que de l’émission et de l’articulation, laissant à la nature le soin de développer la force et l’étendue. C’est seulement à partir de leur 9<sup>ème</sup> ou 10<sup>ème</sup> année, qu’on peut songer à cultiver la voix des jeunes garçons, il y aurait imprudence et même danger à devancer cette époque. Sous aucun prétexte il ne faudra faire travailler les enfants de sexe féminin, avant que la légère transformation que subit leur voix à l’époque de la puberté ne soit entièrement accomplie. »<sup>34</sup>*

Particulièrement concernant la période de mue, il est catégorique, l’enfant **ne doit pas chanter**

<sup>33</sup> BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : Un luthier qui construit une voix*, éditions Lemoine, Van de Velde, 2004, p. 57 - 58

<sup>34</sup> FAURE Jean Baptiste – *La voix et le chant*, 1886, p. 29

*« Dès lors, et sous peine de compromettre l'existence de la voix dans son genre et d'entraver la marche progressive de son développement, il faut interdire à l'enfant contralto ou soprano l'exercice du chant. J'insisterai, même pour qu'une fois la transformation accomplie, les études vocales ne portent que sur les notes du médium grave. Ces études ne devront pas se prolonger au-delà de 2 ou 3 minutes et ne seront reprises qu'après un repos 3 ou 4 fois plus long que la durée des exercices. »<sup>35</sup>*

Ce témoignage nous arrivant d'un autre siècle est unique en son genre au sein des ouvrages consultés, car à part Jean Baptiste Faure, aucun autre ne préconise l'arrêt chez les jeunes filles ne présentant pas de problème particulier. La nécessité d'interrompre le travail vocal chez les garçons n'intervient alors pas comme un dogme mais au cas par cas. Dinville indique que la voix chantée de la période pré-pubertaire, lorsqu'elle est difficile, est à proscrire.<sup>36</sup>

Dans son ouvrage *Un Luthier qui construit une voix*, Bonnardot recommande l'arrêt du travail vocal dès l'apparition de difficultés d'émission. La reprise devant être progressive, dans un ambitus restreint, le jeune doit changer de pupitre et adapter le temps de travail.

Elle présente la méthode appliquée dans la maîtrise de Monserrat (en catalogne espagnole) par Cori Casanova. Pendant leur mue, tous les trois mois, les enfants bénéficient d'un suivi médical avec phonétogramme. La phoniatre précise :

*« Nous croyons que chanter pendant la mue n'est pas contre-indiqué si l'on peut suivre ce processus et réadapter le répertoire vocal et changer l'enfant de pupitre suivant son évolution »<sup>37</sup>*

### *Le cours de FM et cours de groupe*

Mr Faure précise également la marche à suivre dans le cas (fréquent) où l'enfant a débuté la musique plus tôt. Il fait part de ses recommandations pour les études de solfège :

*« Lorsqu'on voudra faire solfier un enfant, on devra veiller à ce que la tessiture des études de solfège ne soit pas trop grave, ni surtout trop élevée. A défaut de solfèges à l'usage des enfants, le professeur devra transposer les leçons de façon à ne pas excéder les limites naturelles de leur voix. »<sup>38</sup>*

Sarfati conseille de suggérer l'exploration de ses deux voix à l'élève en mue, tout d'abord de chanter avec une voix légère pour rester au plus proche de la voix d'enfant, puis de chanter en voix de poitrine grave. Ainsi, l'adolescent peut identifier les qualités du son qu'il produit, et apprivoiser peu à peu le choix du registre à adopter, selon la hauteur de l'exercice demandé. Elle insiste sur la possibilité physiologique de chanter, tout en évoquant une possible démotivation de l'adolescent.

*Pour quelques-uns [élèves des cours de solfège], peu nombreux, en rupture de motivation pour cette discipline, il faudra faire la part des choses entre difficultés véritables et crise de flemme. En effet, en dehors des moments*

---

<sup>35</sup> FAURE Jean Baptiste – *La voix et le chant*, 1886, p. 31

<sup>36</sup> DINVILLE Claire, *Les troubles de la voix et leur rééducation*, collection d'orthophonie, Masson, Paris, 1981, p.52

<sup>37</sup> BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : Un luthier qui construit une voix*, éditions Lemoine, Van de Velde, 2004, p.74

<sup>38</sup> FAURE Jean Baptiste – *La voix et le chant*, 1886, p. 29

*d'instabilités majeures où le jeune homme ne peut émettre une note sans que celle-ci ne produise un couac, et où son étendue vocale culmine à cinq ou six demi-tons, la voix chantée reste possible.* (SARFATI, CHOQUART, & VINTENAT, La voix de l'enfant, 2002, p. 10)<sup>39</sup>

Dans son ouvrage *Le chant : contraintes et liberté*<sup>40</sup>, Benoît Amy de la Bretèque conseille de bien différencier les deux phases de la mue et invite les professeurs à l'anticiper, en donnant une bonne technique vocale à leurs élèves dès le plus jeune âge.

Dans la première phase, il propose de laisser le jeune homme chanter dans sa voix d'enfant en adaptant la hauteur (il descendra probablement dans le pupitre d'alto). Dans la deuxième phase, Amy de la Bretèque suggère de mettre une technique vocale provisoire en place, avec une utilisation des deux registres en fonction des tensions ressenties. La possibilité pour les jeunes chanteurs de continuer à travailler uniquement le registre léger ne devant être exploitée que si la voix parlée est véritablement stabilisée.

Il conviendrait, pour maintenir la motivation, de permettre à l'élève de rechercher où se produisent les passages et de lui démontrer sa progression à long terme, en désignant le déplacement de ces notes de passages.

De même, l'exploration d'autres styles de musique pourrait également être très bénéfique dans cette période, puisqu'il existe des répertoires nécessitant différents types de technique. La musique du monde, le folklore, le jazz ou encore la variété, offrent de nombreuses pistes de recherche de répertoire. De même, le recours à la parole, au souffle ou au bruitage dans certaines musiques contemporaines pourrait permettre à l'adolescent de s'exprimer musicalement dans cette période, sans ressentir un frein dû à son état vocal. Une proposition de répertoire : *Pour que triomphe le rire* de Fabien Waksman ou *Living room music* de John Cage pour ne citer qu'eux.

### *La question du genre*

*« Encore en dehors des possibilités vocales techniques, on observe parfois une désaffection des préadolescents et adolescents pour la chorale qu'ils fréquentaient avec bonheur auparavant. Modèles féminins du chef de chœur difficiles à endosser pour ces enfants en période d'identification sexuelle ? »* (SARFATI, CHOQUART, & VINTENAT, La voix de l'enfant, 2002, p. 12)<sup>41</sup>

Cette citation pose la question du problème du genre du professeur.

Pour Cécile Fourier, il n'existe pas d'inconvénient à ce que l'enseignant soit du sexe opposé.

---

<sup>39</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p. 26

<sup>40</sup> AMY DE LA BRETEQUE Benoît, *Le chant : contraintes & liberté*, éditions J.M. Fuzeau, 1991, p.72 - 73

<sup>41</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p. 26

« En montrant les exemples, on tiendra compte des différences de taille des larynx qui font qu'à tessiture égale, la voix d'homme sonnante à l'octave est émise sur un larynx plus bas. »<sup>42</sup>

Elle met cependant en garde sur la tendance du professeur à maquiller sa voix, à montrer un son « imitant » la sonorité finale souhaitée.

« L'exemple donné par le professeur est utile non pas pour l'appréciation par l'élève des efforts absolus déployés mais, encore une fois, pour l'équilibre mis en jeu. C'est ce qui sera transmis par le mimétisme. L'important est donc de donner un exemple avec sa propre voix au mieux de sa perfection technique et non de forcer des effets espérant obtenir en retour le geste juste. [...] »

Mieux vaut chanter à pleine voix en parfait équilibre selon un geste accompli que de singer un timbre d'enfant sans appui de souffle, sans harmoniques et sans vibrato »<sup>43</sup>

Dans son mémoire, Ariane Espinoza partage un constat vécu dans le cadre de la direction d'une chorale, en codirigeant une chorale d'enfants de huit à douze ans.

*« La plupart des élèves en train de muer ont besoin d'entendre la mélodie à l'octave inférieure. Malgré l'aide du professeur qui donnerait la note à l'octave inférieure, les élèves peuvent encore éprouver des difficultés, car le registre grave d'une femme n'a pas le même timbre que celui d'un homme. Le cas est aussi observable dans le cas inverse où un homme chanterait en voix de tête pour donner les notes à l'octave supérieure aux filles. L'exemple vocal de l'enseignant n'est donc pas anodin. Les élèves ne sont donc généralement pas aptes à octavier instinctivement. »<sup>44</sup>*

*« Il [l'élève en train de muer] devra prendre l'habitude de chanter dans le bas médium et le médium une octave plus bas que les filles ou que les autres enfants qui n'ont pas mué.*

*Lorsque la mue survient précocement, c'est d'autant plus difficile » (SARFATI, CHOQUART, & VINTENAT, La voix de l'enfant, 2002, p. 10).<sup>45</sup>*

Reprenant l'idée proposée dans le mémoire des filles, il pourrait être intéressant de faire travailler les élèves avec des fichiers audio chantés par des hommes, afin de faire fonctionner les neurones miroirs et accélérer l'acquisition de l'empreinte vocale souhaitée.

Par ailleurs, l'utilisation d'un instrument peut aider le travail des jeunes, en permettant de faire entendre le son à produire, à sa hauteur réelle de production.

Cela nous amène également à une réflexion sur le travail de l'octavation en cours de FM : comment exercer le lien audition-identification-reproduction du son sur l'échelle des octaves ? Ce travail préparatoire permettrait-il d'aider le jeune avec sa future mue, le chanteur avec le répertoire contemporain et le musicien en général dans sa conception de la hauteur ? Nous laisserons cette question en suspens car elle dépasse le cadre du sujet de ce mémoire.

---

<sup>42</sup> FOURNIER Cécile, *La voix, un art et un métier*, éditions Comp'Act, 1994, p.279

<sup>43</sup> Ibid, p.279

<sup>44</sup> THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015, p. 36

<sup>45</sup> Ibid, p.19

## Et dans la vie comment ça se passe ?

---

*La voix a toujours deux faces : par l'une elle est son, musique ; par l'autre elle est corps, mouvement corporel, entrée en vibration du corps. Et qui dit « corps » ne dit pas seulement réalité matérielle ou mécanisme cybernétique plus ou moins complexe, mais bien « être vivant ». ~ Rondeleux*

---

Petite restitution des entretiens effectués auprès d'un panel de professeurs et de chanteurs.

La crise COVID n'a pas permis d'effectuer des expérimentations ; néanmoins, afin d'avoir une idée plus objective de la question, nous avons effectué une série d'entretiens auprès de chanteurs, musiciens non chanteurs, professeurs de chant et professeurs de FM et les avons interrogés comme suit :

- Pour le chanteur : Chantiez-vous déjà au moment de votre mue ? Combien de temps a pris ce passage de la voix d'enfant à la voix d'adulte ? Votre mue a-t-elle impacté votre cursus musical : si oui, comment ? Diriez-vous que certains paramètres extérieurs (professeurs, attitudes, conseils, etc.) ont influé sur votre mue ? Si oui, lesquels ?
- Pour le non chanteur : Chantiez-vous déjà au moment de votre mue ? Combien de temps a pris ce passage de la voix d'enfant à la voix d'adulte ? Votre mue a-t-elle impacté votre cursus musical : si oui, comment ?
- Pour la professeure de chant : Etes-vous fréquemment confrontée à des élèves en pleine mue ? Avez-vous une routine particulière de travail dans ce cas ? Avez-vous déjà éprouvé des difficultés en tant que professeur féminin à résoudre les soucis techniques d'un élève masculin, en raison de la différence de voix (et non de la difficulté technique abordée) ?
- Pour la professeure de FM ou de cours de groupes : Etes-vous fréquemment confrontée à des élèves en pleine mue ? Comment réagissez-vous (exercices individuels / conseils généraux/ etc.) ?
- Pour tous : Le genre du professeur a-t-il, selon vous, une influence sur le travail vocal ?

*Stéphanie* est professeure de FM danse, même si les garçons sont minoritaires dans cette discipline, la mue est le quotidien de chaque nouvelle année. Elle prend souvent le parti de ne pas faire chanter les garçons en cours, elle leur laisse un temps de « repos vocal » le temps que la mue s'installe. L'arrêt peut durer quelques semaines voire quelques mois mais ils restent inclus dans le travail vocal en accompagnant instrumentalement ou avec des percussions. Elle leur propose également quelques conseils techniques en début ou fin de cours afin de ne pas les soumettre au regard du reste du groupe. La méthode adoptée se résume à « un peu de pause et un peu d'individuel ».

Elle me partage également une conversation qu'elle a eu avec un jeune homme qui se forme pour être professeur des écoles : pour faire sortir la voix de tête des enfants, il devra lui-même savoir la faire entendre et donc la travailler correctement. Donc oui, le genre du professeur a une importance. « *Que ce soit un homme ou que ce soit une femme, on va avoir des difficultés, par rapport à nos garçons ou par rapport à nos filles. Le professeur homme n'a pas la même voix que les filles. La femme n'a pas la même voix que les jeunes hommes en construction.* » Mais elle rappelle que l'oreille, les procédés d'imitation, l'aide du piano (à hauteur réelle ou en hauteur clé de sol) sont autant d'outils qui permettent de gérer ces différences. Pour de la technique et du détail, le professeur doit être attentif s'il a en face de lui le genre opposé, mais aidé des outils précédents, des choses assez naturelles viennent compléter l'aspect technique.

*Nicolas*, instrumentiste et professeur de FM témoigne « *les profs de FM le savent et ils font avec. Quand ça ne passe pas, tu octavies et ne forces pas.* »

S'il en a la possibilité, il prend le temps de chercher avec l'élève la zone de passage où le dérailage se produit, pour lui l'important est de continuer à développer l'oreille du jeune.

Selon lui, le genre du professeur de musique peut avoir une incidence sur le travail vocal, il détaille trois cas de figure.

- 1) l'élève n'entend pas les notes « réelles », il est gêné par la différence de voix et d'octave sans vraiment savoir ce qui se passe.
- 2) l'élève qui entend les notes mais qui transpose sans soucis.
- 3) l'élève qui entend les notes réelles et qui tente de chanter à la même octave sans parvenir à ajuster à sa propre tessiture.

*Frédérique* est professeur de FM, dans sa formation CA elle a eu l'occasion d'avoir une formation vocale basique (chant et chef de chœur).

Concernant la gestion de la mue en cours de FM, elle insiste sur la position bienveillante à adopter pour rassurer les garçons en pleine mue. Elle partage avec moi quelques conseils concernant la pire période de la mue en FM, à savoir l'évaluation de chant. Pour elle, le contexte psychologique est primordial, elle insiste donc pour mettre en confiance l'élève, tout d'abord une mise en voix dans la tonalité évaluée puis l'explication des règles du jeu : il peut octavier, s'arrêter, ne pas timbrer sa voix, yodler, ce n'est pas un cours de chant, c'est juste un moment où elle fait le point sur l'oreille et la justesse. Dans son expérience, il est extrêmement rare que l'évaluation soit complètement impossible.

Selon la situation, elle peut leur prodiguer quelques conseils techniques, proposer de chanter avec eux à l'octave, les doubler au piano en notes réelles, inviter un camarade également en train de muer à chanter avec lui puis demander l'arrêt progressif de cette aide. L'idée est de lancer l'élève dans les bons rails et d'avoir un peu de justesse. De même elle valorise toutes les intentions musicales données par l'élève : phrasé, expression, nuance etc.

Dans la classe, elle fait beaucoup travailler autour du piano, positionne les garçons à côté des basses et effectue souvent une alternance garçons / filles. Elle traite la mue féminine de la même manière. Pour elle, sauf en cas de gros souci, l'élève en mue n'arrête pas de chanter pendant les cours, néanmoins, il sait qu'il ne doit pas forcer, peut s'arrêter, chuchoter, à peine timbrer, l'important est d'essayer.

Le genre ? Elle suppose qu'un homme qui a mué s'y prendrait mieux pour gérer les groupes de garçons avec mue car le paramètre expérience du ressenti corporel est irremplaçable. Cependant, elle estime qu'être une femme est un avantage pour les plus jeunes car la voix est plus proche de celle des enfants.

Elle attache un soin tout particulier à l'ambiance de la classe et ne laisse pas l'espace pour les moqueries en cas de déraillement.

*Véronique*, professeur de FM, est confrontée très régulièrement à des élèves en pleine mue. Tout d'abord, elle les rassure en expliquant que c'est un passage normal, obligé et que pour autant il ne faut pas avoir honte ni peur.

Elle propose, de manière individuelle quelques exercices pour que l'élève trouve de nouveaux repères vocaux et s'y habitue, par exemple l'exercice des sirènes ascendantes et descendantes.

Elle conseille de ne pas arrêter de chanter, au contraire de chanter en voix de tête le plus longtemps avec légèreté (même si le son est instable et ne plaît plus tellement à l'élève). Enfin, quand le registre n'est plus exploitable, elle demande d'octavier dans le grave, mais, il ne faut pas essayer de tout chanter en octaviant car les ambitus des œuvres ne le permettent pas toujours. Avec le temps, la voix va se stabiliser et trouver sa place dans le grave et la voix de tête peut continuer à être travaillée.

Un professeur masculin devra de préférence lui aussi chanter en voix de tête pour aider son élève en lui donnant des exemples. Un professeur masculin ou féminin aidera l'élève à trouver dans quelle tessiture chanter pour que la voix ne s'abîme pas en forçant dans les graves trop tôt.

Cela demande de la patience pour l'élève et du temps pour le professeur car le processus dure en général quelques mois.

*Mathieu* est professeur de formation musicale, chaque année il est confronté à des élèves en pleine mue. Afin de les aider à passer le cap au mieux, il les prend à part par groupe de deux ou trois et leur consacre un petit temps où il prodigue des conseils de technique vocale pour les aider à trouver de l'aisance petit à petit. Pour ce faire, il ne travaille pas l'aigu de la voix, mais uniquement le grave, tout en douceur, avec des voyelles, son but étant de poser l'instrument sans force. Après leur avoir donné des pistes de travail (similaires aux exercices précédemment cités), il leur laisse faire leurs expérimentations et propose de faire le point avec eux ultérieurement. Le travail s'effectue sur environ deux mois, pour lui, il est important de ne pas donner toutes les solutions mais que l'élève cherche et s'approprie sa mue et donc sa nouvelle voix.

Mathieu est ténor, il a longtemps travaillé avec un homme, il a eu quelques expériences de professeur féminin en masterclass ou avec l'assistante de son professeur de référence, mais il assure n'avoir jamais réussi à complètement comprendre ce que voulaient lui apporter les enseignantes féminines. Aujourd'hui enseignant, il a essentiellement des femmes en cours de chant et il trouve beaucoup plus difficile de montrer un exemple à une élève qu'à un élève.

De même lors de ses observations de cours, il constate que dans la classe d'un de ses collègues, les hommes s'y retrouvent davantage que les femmes, pourtant le professeur est très compétent et sa classe est majoritairement féminine.

Il raconte que, pendant le confinement, il a procédé à des envois vidéo dont un extrait d'une collègue. Son élève réceptionnant la vidéo était enchantée car elle a vécu un véritable déclic et elle lui en fait part, sans remettre en cause son enseignement, qu'elle apprécie beaucoup, elle se retrouve davantage dans un prototype féminin que masculin.

*Laure* est chanteuse, anciennement chef de chœur et actuellement professeur de FM Kodaly. Pour elle, il n'existe pas de « routine » de gestion de la mue, chaque garçon est différent. Dans sa carrière, elle a connu deux principaux cas de figures :

- Le garçon dont la voix baisse tout doucement, qui passe de voix 1 à voix 2 à voix 3, dans ce cas-là, il peut continuer un peu le chant choral, il peut continuer un peu la technique vocale
- Le garçon pour qui c'est plus brutal, ça ne glisse pas tranquillement vers le grave et il sera opportun de suspendre l'activité vocale pendant un temps.

Dans le cours de groupe, elle rappelle le maître mot : s'adapter.

Si le garçon pouvait continuer à chanter en chœur, il y avait discussion avec l'élève et le professeur de technique vocale selon le ressenti de l'élève.

En FM, en général le répertoire abordé est un répertoire à voix égales. Dans ce cas, soit le garçon chante une octave en dessous, soit il y a recherche de répertoire pour une voix d'hommes et deux voix

de femmes par exemple, mais une pièce où il puisse assumer sa voix sans difficultés majeure. Si c'est un peu tôt pour chanter, elle propose d'utiliser le piano pour effectuer sa partie tandis que le groupe de filles chante les autres voix autour. Dans le cas où plusieurs garçons mueraient en même temps, elle essaie de ne pas recourir au piano pour tout de même faire fonctionner l'oreille et les réflexes travaillés.

La question de la différence de genre ... Elle avoue ne s'être jamais posé la question de la différence garçon fille avant la mue, en revanche, dans le cas d'un garçon en début de mue, il n'y a pas de possibilité de lui apprendre de nouvelles choses, c'est plutôt un accompagnement, les repères changent tout le temps donc le professeur est là pour aider à entretenir des concepts.

De son expérience personnelle, elle a principalement progressé avec des professeurs féminins mais plus par un concours de circonstance. Au début de sa carrière, elle se souvient s'être interrogée sur le fonctionnement réel musculaire du souffle et des différences hommes femmes. Elle estime que tant que le professeur a de bonnes connaissances techniques sur le sujet qu'il traite, il ne doit pas y avoir de frein majeur à l'enseignement. « *Tu ne peux pas avoir la voix de ton élève* ».

La question qui pour elle se pose à l'issue de notre entretien : « *Est-ce qu'un professeur baryton peut faire travailler un ténor ? Est-ce qu'il saurait mieux qu'une femme ? L'élève peut être un ténor léger alors que le professeur est baryton-basse.* » Son questionnement, au-delà du genre, invite à creuser le fameux mythe de l'enseignement spécifique d'une tessiture vocale pour ses semblables.

**Gabriel**, instrumentiste, pense qu'il n'y a pas de véritable corrélation entre genre et apprivoisement de la voix. Pour lui, l'impact possible se situerait dans le choix du répertoire et dans le travail effectué autour de l'instrument, donc peu importe le genre.

Dans une vidéo consacrée à la mue par la *maitrise de Radio France*<sup>46</sup>, la professeure s'attache à la posture, à la respiration, à l'axe du corps et à la longueur de la colonne. Elle fait travailler l'exercice technique de bas en haut puis de haut en bas pour montrer à l'élève la zone qui peut se faire avec les deux mécanismes. Elle fait également travailler un même motif mélodique en voix de tête puis en voix de poitrine.

**Cyrille**, chanteur, pense que le genre peut avoir une incidence. Dans son expérience personnelle, ses professeurs féminins l'ont à plusieurs reprises envoyé travailler avec des hommes, néanmoins, l'expérience n'a jamais été véritablement concluante car les professeurs rencontrés étaient

---

<sup>46</sup> <https://vox.radiofrance.fr/ressource/accompagner-la-voix-dun-garcon-qui-mue-0>

fantastiques pour l'interprétation mais absolument pas techniques. Il suppose donc que le genre a une influence positive sur l'élève si le professeur concerné est suffisamment formé et dispose d'outils techniques pour partager son savoir.

**Damien**, ténor, pense que le genre a peut-être une importance du point de vue du mimétisme. Pour lui tout dépend de l'approche ; si l'enseignement est basé sur des éléments factuels, techniques et physiologiques ou bien basé sur du mimétisme, des images, des métaphores qui elles, appellent le besoin de s'appuyer sur un modèle.

**Cyrille** est contre-ténor, pour lui la mue a été très progressive et il est descendu de pupitre en pupitre jusqu'à celui d'alto. A l'issue de sa mue, il a travaillé sa voix de ténor pendant six ans avant de revenir à la voix de contre-ténor, plus évidente pour lui.

Un certain nombre de professeurs l'avaient incité à utiliser son mécanisme I, arguant que la voix de contre-ténor était juste un souvenir mélancolique de ses années de chant choral enfant.

Il estime que le genre a véritablement une influence sur la gestion de la voix, tout d'abord d'un point de vue psychologique, certaines personnes étant plus à l'aise avec une énergie féminine ou masculine. Ensuite pour une question de connaissance du répertoire à proprement parlé. Enfin, pour la connaissance intime des difficultés propres à telle ou telle voix.

*« J'ai travaillé ma voix de contre-ténor avec un prof qui est lui-même contre-ténor et cela m'a apporté énormément d'outils sur les particularités de cette voix. Si tu dois passer à tel endroit, ouvre peut-être un peu plus telle voyelle pour te permettre d'anticiper le changement de mécanisme. Mais à l'inverse, lorsque j'ai cessé mon travail avec lui pour me tourner vers une mezzo, j'ai ressenti un bien-être parce que je pouvais fonctionner un peu par mimétisme et aller trouver dans sa voix ce qui manquait dans la mienne. »*

**Agnès**, chanteuse et professeure de chant, explique qu'en approchant du professionnalisme, les étudiants ont souvent envie d'aller voir des voix qui sont similaires aux leurs. Cela a l'avantage de permettre de bien ressentir le rapport entre le son et le geste, mais cette configuration « idéale » n'arrive quasiment jamais. Dans sa carrière, elle a eu l'occasion de faire travailler tous les types de voix masculine : contre-ténor, ténor mozartien, ténor spinto, haute contre, baryton basse, basse, etc. Elle évoque la nécessité d'un temps d'adaptation lors de la rencontre d'un nouveau type de voix que l'on n'a jamais fait travailler, mais avec une solide connaissance des repères, des techniques de passages et des gestes, le langage est finalement le même. Pour elle le genre du professeur n'a pas d'incidence.

*Jean-Christophe* est chanteur et professeur de chant. Il n'a jamais travaillé qu'avec des femmes, ses quelques essais avec de grands ténors ne lui ont jamais convenu. L'avantage, selon lui est que les femmes, ne pouvant pas solliciter l'imitation directe, ont dû mettre des mots et lui expliquer les différents concepts.

Je lui pose la question de la différence de registration et il répond :

*« Je ne donne jamais mes exemples en voix de fausset, c'est une énorme erreur. C'est une vraie question que j'aborde avec beaucoup d'élèves ou anciens élèves chef de chœur qui s'entêtent à donner les exemples aux pupitres de femmes en voix de tête. Personnellement je suis diamétralement contre. [...] tout comme les collègues qui veulent faire travailler leur voix de poitrine aux contre-ténors sur des morceaux complets, je suis à 100% contre, [...] faire travailler le poitrinage, c'est-à-dire le passage du mécanisme II au mécanisme I, oui, mais pas des morceaux complets dans le mécanisme I. Ce serait comme faire travailler le Belt à un grand Lyrique ou faire travailler le 100m en boucle à un marathonien en disant « tu cours 42 km, tu dois pouvoir courir 100 m très vite ». Cela relève pour moi d'une méconnaissance majeure de ce qu'est l'instrument vocal. »*

Il me décrit la prise en charge des élèves en pleine mue au CRR, indiquant qu'il est plus délicat d'accompagner une mue d'alto que d'accompagner une mue de soprano car la cassure n'est pas aussi nette.

La routine habituelle avec la cheffe de chœur est de faire descendre les garçons de tessiture et de continuer à ajuster sans qu'il n'y ait de forçage, en les encourageant à continuer à chanter dans le groupe pour que le grave commence à sortir. Parallèlement à cela, ils ont des cours de technique vocale individuels. Quand le mécanisme II devient trop problématique pour être le mécanisme principal, il y a un arrêt assez court où les enfants ne chantent plus en chœur. Ils doivent cependant assister aux répétitions du chœur mixte en auditeur et continuent uniquement le travail de technique vocale pour apprivoiser le mécanisme I. Lorsque celui-ci est stable sur plus d'une octave, les jeunes peuvent reprendre.

Il y a deux façons très différentes de muer.

Certains muent quasiment du jour au lendemain ; d'une semaine à l'autre, le mécanisme II ne sort plus du tout, il y a un blocage complet. Dans ce cas-là, il faut attaquer tout de suite le travail sur le mécanisme I. Généralement une tierce sort, puis petit à petit le reste se construit, très lentement. Il n'y a pas forcément exploration de sons très graves, il est préférable de commencer dans un médium tranquillement pour qu'ils puissent s'entendre. Les difficultés rencontrées relèvent généralement plus de problèmes d'écoute que de problèmes d'émission, car les jeunes n'ont plus de référence.

Pour d'autres, la mue est beaucoup plus homogène. Il y a une perte progressive d'aigus, donc une descente dans les pupitres et un passage sans cassure de la dernière voix à la voix de poitrine. Dans

ce cas, il faut doucement leur faire comprendre et leur faire sentir que le mécanisme dominant devient le mécanisme subalterne.

La pratique du chant au moment de la mue a-t-elle une influence sur la mue ?

Mécaniquement, elle rend les choses plus faciles, psychologiquement, c'est le contraire.

*« J'ai rencontré le problème plusieurs fois dans ma carrière, l'enfant soliste en maîtrise a beaucoup de mal à passer en voix de poitrine, parce qu'on lui enlève son instrument soliste, il redevient chanteur débutant. De même qu'un jeune pianiste super soliste devient beaucoup moins intéressant quand il a 15-16-17 ans car il n'est plus un enfant prodige. »*

Sur la question du genre du professeur, il explique que pour lui, le travail avec les filles est très fluide, néanmoins dès la moitié du 2<sup>nd</sup> cycle, il les encourage à aller prendre quelques cours avec des femmes.

*« Il y a des choses profondes au niveau de la physiologie qu'elles peuvent sentir en empathie avec une fille et qu'elles ne peuvent pas sentir chez moi. Au niveau du périnée, au niveau de la problématique du 3<sup>ème</sup> passage (autour du la bémol), etc. Par exemple je n'ai pas de voix de sifflet donc je peux parler de façon théorique du mixage de la voix de sifflet à partir du la bémol, pour travailler la quinte et même l'octave de suraigu, je peux le faire travailler, je peux même montrer des exemples qui sont des exemples un peu artificiels ; mais si un soprano léger a un problème pour solidifier sa quinte de suraigu, elle le fera mieux chez une prof femme. »*

Il se montre particulièrement attentif avec les élèves ayant une voix similaire à la sienne. Dès qu'il ressent la moindre « imitation », il coupe court car il n'existe pour lui rien de pire. En particulier sur la voix de ténor qui est une voix compliquée, avec des équilibres complexes à trouver, il assure que la personne qui imite se fera mal.

Pour lui, l'explication du mythe qui dit « il n'y a que les ténors qui font bien travailler les ténors et que les sopranes qui font bien travailler les sopranes » vient en majorité d'une problématique de répertoire. Il est impératif d'adapter le répertoire à chaque voix. Dans le cas où le chanteur-professeur a un défaut de curiosité par rapport au répertoire, cela ne peut bien marcher qu'avec des élèves de la même tessiture car il n'aura une bonne connaissance et sensibilité que sur son propre répertoire mais pas sur celui des autres voix.

*« Je pense très sérieusement qu'on reconnaît un très bon prof de chant au fait qu'il arrive à trouver un répertoire qui correspond aux problématiques techniques de l'élève au moment M et au temps T. Et je trouve que les progrès sont vraiment hyper impressionnants si tu arrives à trouver le bon morceau au bon moment, pour que justement l'évolution technique, l'évolution esthétique de l'élève et l'avancement musical de l'élève soit optimum. C'est pour ça que le genre peut être important à un moment de formation. »*

## *Synthèse des entretiens*

L'échantillon interrogé était composé de six professeurs de Fm, huit chanteurs, sept professeurs de chant et quatre professeurs ou instrumentistes non chanteurs, les participants appartenant pour la plupart à plusieurs corps de métiers.

### La mue

Pour les sujets professeurs de chant, trois relèvent que dans le cadre d'une pratique vocale régulière il existe principalement deux cas de figures : la baisse progressive du registre vocal du jeune, où le maintien du chant est possible ; le passage de registration plus brutal et donc plus problématique qui invite à un arrêt de la pratique vocale momentanée. Deux des sujets interrogés insistent sur le paramètre technique vocale considéré comme facilitant la mue, mais sur la complexité du renoncement psychologique à la voix d'enfant.

Au sein des professeurs de FM, la tendance générale est la poursuite d'un travail de la voix chantée. Parmi les professeurs prônant la pratique vocale pendant la mue, les avis sont divisés. Environ la moitié encourage l'arrêt du travail de la voix de tête au profit de la voix de poitrine et l'autre moitié invite les élèves à maintenir le plus longtemps cette facilité de l'aigu.

Chez la totalité des professeurs on observe une bienveillance et une invitation à l'inclusion des garçons en pleine mue dans le cours, une attention particulière est portée aux conseils donnés de manière individuelle. Plusieurs sujets relèvent également l'importance de la poursuite du travail de l'oreille et des techniques respiratoires et posturales.

### Le genre du professeur

La seule question commune à tous les participants était liée au genre du professeur de chant.

Pour les sujets chanteurs, le genre est cité comme un élément influant selon la méthode d'enseignement par quatre d'entre eux. En effet, dans une pédagogie avec explications factuelles et techniques, cela n'a pas d'importance mais dès lors qu'il y a travail par mimétisme, le genre prend toute son importance. Trois d'entre eux insistent sur l'importance de la maîtrise du répertoire abordé et distribué aux élèves afin de véritablement les accompagner dans leur progression.

Pour les autres, le genre semble avoir une vague importance mais l'accent est surtout mis sur les solutions à mettre en œuvre pour pallier la différence de genre et de tessiture.

### La voix de fausset

Concernant la question de l'utilisation de la voix de fausset, les avis des professeurs sont divisés. Les professeurs de chant tendent à proscrire son utilisation dans l'exemple vocal et encouragent à travailler le nouveau mécanisme dès lors que la pratique de groupe est suspendue. Les professeurs de

FM tendent à conseiller l'utilisation pour le jeune de ce registre vocal et invitent dans le cadre de voix d'enfants, à montrer un exemple en voix de fausset pour faire appel au mimétisme de registre.

#### Les outils et solutions

Les solutions proposées pour faciliter et accompagner le travail dans un cours de groupe se recourent souvent et sont les suivantes : doublage de la voix chantée au piano à la bonne octave, chanter soi-même ou faire chanter avec l'élève, expliquer à l'élève qu'il peut oser chanter même si le résultat n'est pas timbré comme il le souhaiterait, tout en restant à l'écoute de soi et sans se faire mal ; autoriser les octaviations ... et dans le cas d'un arrêt vocal donner accès aux instruments (piano, percussions, etc.) afin de maintenir le jeune inclus au groupe.

### **Qu'en penser et quelle base de réflexion pour la future professeure en guise de conclusion ?**

Après ce début de travail de recherche, force est de constater qu'il n'existe pas de méthode unique pour traiter la mue d'un garçon et que la réponse correcte semble être l'adaptabilité à l'élève.

En tant que femme, il est d'autant plus important d'avoir une connaissance précise des phases physiologiques endurées et des mécanismes mis en place à cette période, le tout afin de pallier le manque d'expérience sensible qu'induit le genre féminin par rapport au genre masculin concernant la mue. Les ouvrages de physiologie, de phoniatrie, d'orthophonie et les interactions avec des praticiens spécialisés peuvent constituer un allier de choix dans la compréhension et la maîtrise théorique des événements entourant la mue.

Les questions de travail d'écoute, d'intervalle, mais surtout de spécificité du professeur et de son instrument restent à ce jour pour moi encore en suspens. Le professeur de chant maîtrise-t-il l'instrument voix ou bien l'instrument soprano / mezzo / alto / contre-ténor / ténor / baryton / basse ?

Pour compenser ces différences de genre, si elles existent effectivement, il me semble opportun d'axer mon travail à venir sur la compréhension et la maîtrise du répertoire fourni aux élèves, particulièrement dans la tessiture qui n'est pas la mienne et de continuer à enrichir mon répertoire d'exercices de pose vocale.

## Bibliographie

- AMY DE LA BRETEQUE Benoît, *Le chant : contraintes & liberté*, éditions J.M. Fuzeau, 1991.
- AMY DE LA BRETEQUE Benoît, *L'équilibre et le rayonnement de la voix*, collection voix parole langage, Solal – Marseille 1997.
- BONNARDOT Jacqueline, *Le professeur de chant : Un luthier qui construit une voix*, éditions Lemoine, Van de Velde, 2004.
- CORNUT Guy, *Que sais-je – La Voix*, Presses universitaires de France, 1<sup>ère</sup> édition 1983.
- DIMON Théodore, *Votre corps, votre voix*, éditions Sully, 2019.
- DINVILLE Claire, *Les troubles de la voix et leur rééducation*, collection d'orthophonie, Masson, Paris, 1981.
- DUFOUR Bernard, BRUN Jacky, *Chanter et parler avec tout son corps – Guide pratique d'harmonisation de la voix pour tous*, Editions du dauphin, 2016.
- ESTIENNE Françoise, *Je suis bien dans ma voix*, Office international de librairie, Bruxelles 1980.
- FAURE Jean Baptiste – *La voix et le chant*, 1886.
- FOURNIER Cécile, *La voix, un art et un métier*, éditions Comp'Act, 1994.
- HEUILLET-MARTIN Geneviève, GARSON-BAVARD Hélène, LEGRE Anne, Une voix pour tous, tome 1, *La voix normale et comment l'optimiser*, Solal, Marseille, 1995.
- HEUILLET-MARTIN Geneviève, GARSON-BAVARD Hélène, LEGRE Anne, Une voix pour tous, tome 2, *La voix pathologique*, Solal, Marseille, 1995.
- HUTOIS Marie Hutois, *Physiologie et art du chant*, A l'écoute de son corps pour optimiser sa technique vocale, aleXitère, Collection Médecine des Arts, 2012.
- LAMESCH Sylvain, *Caractérisation de la voix mixte en termes de mécanismes laryngés*, mémoire de Stage de master ATIAM (MIS) et projet de fin d'études d'ingénieur ENSTA, 2006.
- LE HUCHE François, ALLALI André, La voix tome 2 **Pathologies vocales d'origine fonctionnelle**, collection phoniatrie, Masson, Paris, 1984.
- LE HUCHE François, ALLALI André, La voix tome 3 *Thérapeutique des troubles vocaux*, collection phoniatrie, Masson, Paris, 1984.
- MILLER Richard, *La structure du chant*, Schirmer Books, 1986.

- THIBAUD Charlotte, MIEVILLE FIERRO ESPINOZA Ariane, *Quels sont les impacts de la mue sur un élève en cours de musique ?*, MAS/Diplôme Enseignement secondaire I, HEP Vaud, 2015.

### La documentation en ligne

- <https://www-oxfordmusiconline-com.mediatheque-cnsmdl.idm.oclc.org/grovemusic/view/10.1093/gmo/9781561592630.001.0001/omo-9781561592630-e-90000351003#omo-9781561592630-e-90000351003>
- <https://www.chu-tours.fr/orl-et-chirurgie-cervico-faciale-unite-de-phoniatry-voix-parole-deglutition/?fbclid=IwAR2RD66Lg9HzZGc-8VCUy4epCGhNzdVrcFUr2c2HRQ1GfuXvK4ROrJq9scg#:~:text=Br%C3%A8ve%20histoire%20de%20la%20phoniatry,la%20parole%20et%20du%20langage>
- <https://www-mgg-online-com.mediatheque-cnsmdl.idm.oclc.org/article?id=mgg16064&v=1.0&rs=id-aaf7b15c-184e-0b95-ffa-582030b88c1c&q=singen%20>
- <http://www.ikonet.com/fr/ledictionnairevisuel/etre-humain/anatomie/>
- <https://slideplayer.fr/slide/1692793/>
- <https://vox.radiofrance.fr/ressource/accompagner-la-voix-dun-garcon-qui-mue-0>





