

Lucile François

**LE RÔLE DE LA CONFIANCE EN
SOI DANS L'APPRENTISSAGE DE
LA MUSIQUE**

**Directeur : Guillaume Roy et Franck Rossi-
Chardonnet**

ESM Bourgogne Franche-Comté 2022-2024

**LE RÔLE DE LA CONFIANCE EN
SOI DANS L'APPRENTISSAGE DE
LA MUSIQUE**

Remerciements :

Je tiens à remercier Franck Rossi-Chardonnet et Guillaume Roy pour leurs conseils avisés lors de la préparation de ce mémoire. Également Lucie Donet, Guillaume Dionnet et Éric Planté pour leur disponibilité et leur bienveillance durant les entretiens qui m'ont énormément aidée dans ma réflexion. Enfin, je tiens à remercier mes ami.e.s et ma famille pour leur aide précieuse et leur soutien.

Sommaire

Introduction	6
I- La confiance en soi et l'estime de soi en psychologie, quel est leur lien et pourquoi sont-elles importantes ?.....	9
1. Estime de soi ou confiance en soi, comment différencier ces deux notions ?.....	9
2. Ce qui peut affecter l'estime de soi	10
3. L'estime de soi et la confiance en soi sont-elles stables dans le temps ?.....	12
4. La confiance en soi, une aide pour la motivation	13
II- La confiance en soi du point de vue de l'élève.....	15
1. Quand intervient la confiance en soi chez l'enfant ?	15
2. Qu'en est-il de l'adolescence ? Psychologie du développement.....	17
3. Cas particuliers, ces mythes qui bloquent la confiance des élèves.....	19
III- La posture du professeur qui prend en compte la confiance en soi.....	22
1. Quelle posture le professeur a-t-il ?	22
2. La relation de confiance	25
3. Quelles mises en pratique au sein du cours de musique ?	28
Conclusion	31
Sources.....	34
Bibliographie	36
Annexes.....	37

Introduction

J'ai toujours douté d'une manière ou d'une autre pour tout ce qui concernait mon futur projet professionnel de musicienne. Cependant cela ne m'a pas empêchée de persévérer et d'être passionnée. La plupart du temps, j'étais persuadée que je n'étais pas capable de réussir, ce qui diminuait ma motivation durant le travail. De plus, cela me déconcentrait durant les performances, et m'empêchait de me donner à cent pour cent. A tel point que je refusais de candidater pour des projets car je ne me pensais pas assez qualifiée, même lorsqu'on me les proposait. Ce n'est que lorsque je fus confrontée, lors d'un concours, à un véritable échec, peut-être en partie dû à ces doutes, que j'ai pleinement réalisé l'ampleur du problème. J'ai compris que je manquais de confiance en moi, et que c'était une entrave à ma réussite musicale ainsi qu'à mon bien-être. J'ai alors commencé à m'intéresser aux questions de confiance en soi et d'estime de soi. En effet, j'ai compris que c'était ce qui me portait préjudice lors de concerts, de concours, d'examens et même quand je travaillais mon instrument.

Selon le dictionnaire Larousse, la confiance est un « *sentiment d'assurance, de sécurité qu'inspire la stabilité au public* ». ¹ Avoir confiance en soi, ce serait donc ressentir ce sentiment de sécurité envers soi-même. J'ai alors échangé avec mon entourage proche, mes camarades musiciens également et quelques professeurs sur cette question. Je me suis alors rendue compte que je n'étais pas la seule à exprimer ces problèmes de confiance. Nous avons chacun notre histoire, nos raisons mais la finalité était la même, peu importe le travail accompli, le parcours effectué ou les compliments reçus. Certains manquaient de confiance également et comme moi, cela pouvait leur poser des problèmes dans le travail. J'ai alors compris que ces doutes n'avaient pas forcément de lien direct avec le fait d'être plus ou moins compétent, et que c'était un autre aspect du travail qu'il fallait prendre en compte. Mes échanges avec des professionnels m'ont surpris dans ce sens. Je me suis entretenue avec trois personnes : Guillaume Dionnet, professeur au Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Lyon (CNSMDL) et tubiste à l'Orchestre National de Lyon (ONL), Lucie Donet professeure de théâtre au Conservatoire à Rayonnement Régional (CRR) du Grand Chalon ainsi qu'Éric Planté trompette solo à l'orchestre de la Garde Républicaine et professeur au CRR de Beaune. La première question que je leur ai posée était : « *Avez-vous confiance en vous dans votre travail ?* ». Guillaume Dionnet a répondu : « *Ça dépend des fois, c'est quelque chose de très fluctuant.* » ². Lucie Donet m'a dit qu'elle

n'avait pas confiance en elle mais qu'elle faisait en sorte que cela ne l'empêche pas dans son travail.³ Et enfin Éric Planté m'a dit : « *Oui j'ai confiance en moi, mais je ne suis pas né avec la confiance en moi* ». ⁴ Ainsi chacun d'eux a un vécu et des expériences différentes, mais il semble également que chacun d'eux a effectué une réflexion sur le sujet et a travaillé en connaissance de cause. J'ai enrichi ses rencontres en lisant *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi* de Nathalie Oubrayrie-Roussel et Emeline Bardou. Cet ouvrage m'a permis de réaliser à quel point ce sujet était vaste et méritait mon attention. Les questions que je me posais en tant que musicienne allaient certainement s'appliquer à ma vie de professeure. En tant que professeure, devrais-je garder ces questions en tête pour préparer mes cours pour mes élèves ? Un enseignant doit-il se rendre disponible pour en discuter avec ses élèves s'ils en expriment le besoin ? Et surtout, je me suis demandée :

Dans quelle mesure l'enseignant doit-il adapter sa pratique pédagogique pour permettre à l'élève de cultiver sa confiance en soi ?

Dans un premier temps je vais clarifier les notions de confiance en soi, d'estime de soi, montrer leurs différents aspects et démontrer en quoi elles sont importantes. Ensuite, je vais mettre ces éléments en perspective avec la psychologie du développement. D'abord pour comprendre à quel moment ces notions arrivent dans la croissance de l'enfant puis dans celle de l'adolescent et comment j'ai pu retrouver les idées développées dans mes recherches chez mes élèves. De plus, nous allons parler de l'appréhension différente des femmes, notamment dans le monde de la musique. Pour finir je parlerai du professeur de musique et de son adaptabilité au vu de ce qui a été évoqué précédemment et je présenterai quelques exemples de mise en pratique dans le cours d'instrument.

I- La confiance en soi et l'estime de soi en psychologie, quel est leur lien et pourquoi sont-elles importantes ?

1. Estime de soi ou confiance en soi, comment différencier ces deux notions ?

Nous allons commencer par clarifier deux notions psychologiques souvent prises pour des synonymes mais qui sont bien différentes : la confiance en soi et l'estime de soi. Je me suis intéressée aux réflexions psychologiques sur l'estime de soi, notamment grâce à l'ouvrage *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi* de Nathalie Oubrayrie-Roussel et Emeline Bardou, dont les définitions et la plupart des réflexions qui suivent sont issues.

Dans un premier temps, nous pouvons définir la confiance en soi comme : « l'assurance que l'on a envers ses propres compétences et aptitudes ». ⁵ Nous pouvons compléter cette définition avec celle de Guillaume Dionnet, qui dit en d'autres mots : « C'est surtout ne pas douter de ce qui est notre socle, ce qui nous représente. ». ² La confiance en soi donne au sujet la conviction qu'il va réussir de façon autonome. Cette conviction va donc le pousser à l'action. Cela va développer son adaptabilité et ses exigences envers les autres. De plus, cela va augmenter ses possibilités de réussir. Nous pouvons alors dans un second temps définir l'estime de soi :

« Sentiment plus ou moins favorable que chaque individu éprouve à l'égard de lui-même, à la considération et au respect qu'il se porte et au sentiment qu'il a de sa propre valeur en tant que personne ». ⁶

De façon plus générale c'est la sensation intérieure que nous avons d'être une bonne personne ou non. Elle est orientée par une multitude de facteurs différents. Notre idée d'être une bonne personne ou non dépend de nos propres critères. Elle dépend aussi de l'importance que nous nous accordons (c'est le concept de « valeur de soi » ⁷). De plus, l'estime de soi sera bonne ou mauvaise selon les valeurs de la personne et la façon dont elle les respecte. Ainsi, nous avons chacun un rapport différent à l'estime de soi. De manière générale, plus nous sommes en adéquation avec nos valeurs, ou notre idée de la personne épanouie, et de façon plus générale, notre identité profonde, plus notre estime de soi sera positive.

Par conséquent, avoir confiance en soi n'est pas possible si la personne n'a pas une bonne estime d'elle. Ce sont deux notions qui s'équilibrent et qui sont complémentaires. Si nous complétons ces informations avec l'essai *Apprendre autrement avec la pédagogie positive* d'Audrey Akoun et Isabelle Pailleau : la confiance en soi est le sentiment d'être capable de réussir. Et ce sentiment se base sur l'estime de soi « *qui est le sentiment d'avoir de la valeur, d'être aimable (au sens de pouvoir être aimé) et d'être accepté pour ce qu'on est* ». ⁸ Ainsi, la première notion ne marche pas sans la seconde, elles vont de pair. La confiance et l'estime de soi nous permettent d'obtenir un sentiment d'épanouissement. En effet, l'estime de soi nous permet de nous sentir bien dans notre identité profonde et la confiance en soi nous donne la conviction et l'assurance nécessaire pour que nos objectifs s'accomplissent.

2. Ce qui peut affecter l'estime de soi

J'ai essayé de mieux comprendre cette notion d'estime de soi, étant donné qu'elle est nécessaire pour avoir confiance en soi. Pour cela, j'ai continué la lecture de *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. J'ai compris que l'estime de soi avait plusieurs variables qui pouvaient l'influencer, comme notre connaissance de nous-même, nos idéaux et autrui.

Dans un premier temps, nous pouvons dire que notre estime de nous varie selon notre connaissance de nous-même. Elle sera toujours basée sur l'idée que nous avons de nous-même, qui n'est pas forcément la même que l'idée que se font nos proches de nous par exemple. Tout dépend de la façon dont l'individu perçoit les choses. C'est ainsi lorsque nous développons de nouvelles compétences. Plus ces compétences ont de l'importance, de la valeur pour nous, plus notre réussite ou non dans celles-ci va affecter notre estime de nous globale. Cependant, nous resterons les seuls interprètes de cette réussite. Ainsi, nous pouvons avoir l'impression de régresser, sans que ce soit absolument le cas et cela affectera l'estime de soi. Car nous sommes biaisés par notre propre jugement. Par exemple, si nous avons l'objectif de savoir jouer une gamme, nous allons vouloir connaître la technique nécessaire pour y arriver : connaître les notes, les intervalles, les altérations associées à cette gamme, les doigtés (ou la technique instrumentale nécessaire pour jouer différentes notes) et savoir enchaîner, jouer l'articulation voulue, garder un tempo régulier si c'est demandé, etc. Si nous n'avons pas la sensation de bien évoluer dans cette

compétence, notre estime de nous sera affectée négativement. Par ailleurs si cette compétence nous importe peu, alors notre estime de nous en souffrira moins, car notre valeur pour nous-même reste intacte. En effet, nous n'avons pas fixé d'idéal, d'objectif pour cette compétence. Et d'autre part, si nous avons la sensation de progresser dans cette compétence qui nous tient à cœur, alors notre estime de nous sera augmentée. Nous serons en accord avec notre identité et nos objectifs. En d'autres termes, nous pouvons parler du rapport entre le « *soi perçu et le soi souhaité* ». ⁹ C'est-à-dire ce que le sujet perçoit de sa valeur en fonction des objectifs, de l'idéal qu'il souhaite atteindre.

D'autre part, si l'estime de soi est propre à chacun, ce n'est pas un sentiment que nous construisons seulement avec notre opinion que nous nous faisons de nous-même. En effet, l'opinion des autres (ou bien ce que nous percevons de cette opinion) est importante aussi. Tout dépend de l'importance de ces personnes pour nous. Nathalie Oubrayrie-Roussel et Emeline Bardou utilisent le terme « *autrui significatifs* » ¹⁰, c'est-à-dire les personnes qui comptent pour nous. Cela peut être notre famille, nos amis, nos professeurs, nos collègues ou nos supérieurs par exemple. Pour les enfants ce sera leurs parents, leur famille proche et aussi leurs enseignants. Lorsqu'ils vont évoluer vers l'adolescence, l'avis des amis, ou des pairs, comptera de plus en plus. Ainsi, plus ces personnes seront importantes pour nous, plus leur opinion va compter et va nous impacter. Cependant, le soutien des proches sera toujours interprété de manière subjective, en fonction des besoins et des attentes de l'individu, on parle de « *soutien perçu* ». ¹¹ Nous pouvons ajouter que le soutien social est une aide à la réussite mais aussi une aide pour faire face aux difficultés. Reprenons l'exemple des gammes, si le professeur indique à l'élève qu'il a réussi, alors celui-ci aura la confirmation d'un autrui significatif qu'il maîtrise cette compétence. Cela va alors augmenter son estime de soi. Les différentes relations que l'individu entretient et qui vont lui apporter du soutien peuvent augmenter plusieurs aspects de son estime de soi. Ses pairs vont apporter des choses différentes par rapport à ses professeurs ou bien à sa famille. A l'inverse, si les personnes importantes pour le sujet le dénigrent, alors son estime de soi va baisser.

Par conséquent, nous pouvons dire que notre parole de professeur peut avoir un impact positif ou négatif sur les apprenants et leur estime de soi. Nous avons un pouvoir sur la confiance en soi de nos élèves et par extension sur leur envie d'apprendre et d'expérimenter.

3. L'estime de soi et la confiance en soi sont-elles stables dans le temps ?

Plus tôt, nous avons qualifié la confiance en soi et l'estime de soi de sentiments. Selon Larousse, un sentiment est un « *état affectif complexe et durable lié à certaines émotions ou représentations* ». ¹² Un sentiment serait donc le résultat de différentes émotions. Et, selon Larousse, une émotion est une « *réaction affective transitoire d'assez grande intensité, habituellement provoquée par une stimulation venue de l'environnement* ». ¹³ Donc, si l'émotion est de passage, le sentiment sera plus durable que celle-ci. Néanmoins, le sentiment n'est pas un état définitif et sera amené à évoluer dans le temps. Seulement, ce sera moins souvent que les émotions.

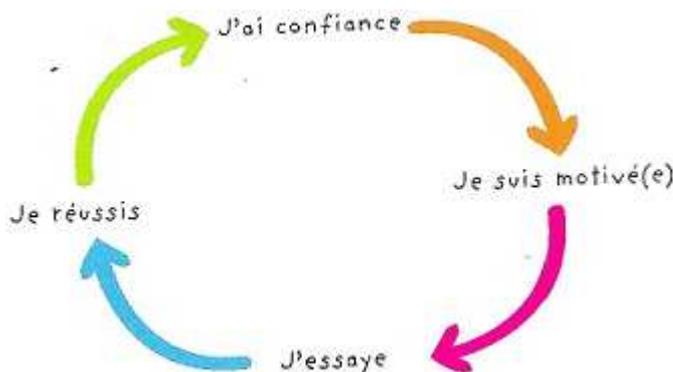
Ainsi, l'estime de soi et la confiance en soi, étant qualifiées comme des sentiments, sont amenées à évoluer dans le temps. Plus précisément, ce sont des notions qui restent ancrées en nous, mais le fait qu'elles soient positives ou négatives peut évoluer dans le temps, selon nos expériences et ce que l'on perçoit de celles-ci. Nous avons dit précédemment que l'estime de soi peut varier en fonction de nos compétences et de leur rapport à nos objectifs, mais aussi par rapport aux autrui significatifs et l'idée que le sujet se fait de lui-même. Avoir confiance en soi et avoir une bonne estime de soi ne sont pas des états que l'on acquiert et qui restent toute notre vie de la même façon. En effet, ces concepts peuvent changer en fonction du contexte. Par exemple, l'humeur du sujet, le contexte dans lequel il se trouve, les compétences qu'il mobilise, sa forme physique... Revenons à la première réponse de Guillaume Dionnet sur sa confiance en lui :

« *Ça dépend des fois, c'est quelque chose de très fluctuant. [...] Je pense que ça a un rapport avec la forme physique. [...] Ça dépend beaucoup aussi du contexte, si je suis avec des gens [...] en qui j'ai confiance, je suis plus facilement dans un état d'esprit où je suis confiant, sur ce que je joue, sur ce que je dis, sur ce que je peux apporter à l'instant T* ». ²

Nous pouvons en conclure que pour une performance optimale, le sujet devrait apprendre à se connaître suffisamment pour pouvoir anticiper les situations qui lui apportent des manques de confiance en soi. Également, rester conscient des fluctuations de sa confiance en soi sur le moment pourrait aider le sujet à effectuer une meilleure performance. Ainsi, il aurait le pouvoir de prévenir ou au moins, de mieux gérer les moments dans lesquels il se sent moins confiant, ou quand son estime de lui est mise en péril.

4. La confiance en soi, une aide pour la motivation

Comme vu précédemment, le sens que nous donnons à notre propre expérience et le fait de croire en nos capacités est déterminant pour l'estime de soi. Ces facteurs vont influencer les sentiments de continuité, de cohérence, d'unité et de positivité. Il y a un dernier point que l'estime de soi et la confiance en soi vont affecter. Ce sont les sensations d'auto-efficacité et de persévérance. En effet, ces notions ont un réel impact sur l'efficacité du sujet : s'il ne s'estime pas capable d'accomplir une action, alors il aura beaucoup de mal à être efficace dans sa résolution. Dans un milieu scolaire, on remarque que l'apprenant qui a été encouragé sur ses efforts fournis et sur ses succès réussira mieux et plus facilement. Et une fois que l'apprenant a pris goût à l'apprentissage, sa confiance en lui sera de plus en plus grande. Dans l'essai *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, les auteures parlent de « *cercle vertueux de la réussite* »¹⁴ :



Selon ce schéma, la réussite des objectifs que nous nous sommes fixés nous donne confiance, ce qui engendre de la motivation. Ainsi réussir ou constater nos progrès ou alors éprouver de la fierté dans l'effort fourni, nous donnerait la confiance nécessaire pour avoir envie d'apprendre.

Nous pouvons aussi aborder le phénomène intéressant de l'effet Pygmalion.¹⁵ Il a été découvert par Robert Rosenthal et Lenore Jacobson et expliqué dans l'essai cité ci-dessus. L'effet Pygmalion prouve que l'on réussit mieux lorsque le sujet mais aussi les autres croient en nous. Deux expériences sont décrites : la première est conduite sur des rats. Il y a deux groupes de rats qui devaient faire une course dans un labyrinthe. Les deux groupes étaient similaires, mais ce n'est pas ce qu'on a dit aux étudiants qui les prenaient en charge. Pour le premier groupe, on a dit aux étudiants que les rats étaient exceptionnels et qu'ils avaient de grandes chances de réussir, donc ils furent traités très chaleureusement.

Contrairement au second groupe, à qui on a dit que les animaux étaient banals, et donc qu'il y avait peu de chances qu'ils réussissent l'épreuve. Les étudiants les ont donc moins bien traités que ceux du premier groupe. Ils ne leur ont prodigué ni encouragements ni félicitations. Et alors que tous les rats étaient dans les faits égaux sur le plan physique, le groupe qui a mieux réussi l'épreuve est le premier groupe. D'autre part, la deuxième expérience exposée témoigne d'écoliers à qui l'on a fait passer un test de QI. Les résultats ont été communiqués à leurs enseignants. Dans ces résultats, 20% des élèves ont eu un score plus élevé par rapport à leur réelle performance. Une année après ce test, ceux qui étaient surévalués ont repassé le test et chacun a amélioré son score, en égalant voire surpassant celui qui leur avait été donné l'année précédente. Ces deux expériences montrent bien que notre regard et nos actions de professeur ont un réel impact sur la confiance en soi des élèves. Cela montre également qu'encourager les élèves et leur montrer que nous croyons en eux les poussent à se surpasser et donc les aide à réussir.

J'ai alors pu tirer plusieurs conclusions de ces recherches qui m'ont aidées dans mon travail instrumental : les concepts d'estime de soi et de confiance en soi sont fortement liés. Plus notre estime de soi est positive, plus nous aurons ce sentiment de sécurité envers nous-même et plus notre confiance en nous sera augmentée. Aussi, il est normal d'avoir des doutes, mais ils ne sont souvent peu ou pas rationnels. Ce sur quoi nous devons nous faire confiance est notre base de compétences et le travail accompli jusqu'ici. Autrement dit nous pouvons adapter notre connaissance de nous-même pour mieux nous faire confiance. Par ailleurs, l'estime de soi peut être impactée positivement ou négativement par ce que nous percevons de nos compétences et aussi ce que nous percevons de l'opinion des autres significatifs. D'autre part, avoir confiance en soi est un sentiment qui est variable. Il est donc normal qu'il y ait des moments plus difficiles que d'autres, en fonction du contexte dans lequel nous nous trouvons. Ce sont ces moments qu'il faut repérer et apprendre à surmonter pour qu'ils nous atteignent moins quand ils surviendront. Enfin, une bonne estime de soi a tendance à influencer positivement la productivité et la motivation, car elle renforce le sentiment d'auto-efficacité. Ainsi il est important de comprendre ces notions pour mieux se sentir en tant que musicien, et les maîtriser pleinement aidera à prendre plus de plaisir à jouer.

II- La confiance en soi du point de vue de l'élève

1. Quand intervient la confiance en soi chez l'enfant ?

Après avoir compris comment fonctionnaient la confiance en soi et l'estime de soi, j'ai voulu savoir à quel stade elles arrivaient chez l'enfant et comment tout cela fonctionnait pour lui, afin de pouvoir mieux accompagner et comprendre mes élèves. Je me suis donc renseignée sur la psychologie du développement. Pour cela, j'ai utilisé le livre *Psychologie du développement, enfance et adolescence*, écrit par Hélène Ricaud-Droisy, Nathalie Oubrayrie-Roussel et Claire Safont-Mottay qui rappelle les bases fondamentales et les grands concepts de la psychologie du développement. J'ai croisé cette lecture avec celle des *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*, car ce qui nous intéresse ici, c'est quand et comment les notions d'estime de soi et de confiance en soi arrivent chez l'enfant.

Nous allons commencer par un résumé du développement de l'enfant de façon chronologique, avec ses différents stades, de la naissance à l'adolescence. Notons que l'étude de la psychologie de l'enfant peut varier selon plusieurs facteurs (la période historique, la culture, le contexte social, par exemple) et ne peut être appliquée universellement car tous les individus sont différents. Ainsi, les repères de temps qui seront donnés ici sont approximatifs. En effet, il est difficile de rendre compte de toutes les spécificités et cas particuliers. Cependant, nous pouvons observer une progression similaire à celle-ci chez la plupart des individus.

De 1 an à 3 ans, l'enfant est capable de représenter le signifié absent grâce à un signifiant, comme un mot, un jeu ou un dessin. La pensée reste limitée car elle part de l'enfant. Celui-ci ne peut pas encore se différencier d'autrui, il a donc une vision qui est déformée par rapport à la réalité. Ainsi, il n'a pas encore de sentiment d'identité personnelle. C'est l'acquisition du langage qui va permettre la reconnaissance d'autrui et de son individualité. Alors, l'enfant va progressivement construire sa personne, se détacher du monde extérieur et se différencier d'autrui. Il va commencer à comprendre que chacun a une expérience différente de la sienne. Par conséquent, il acquiert une autonomie nouvelle car ses rapports sociaux sont facilités, il comprend mieux le monde qui l'entoure. L'enfant prend alors conscience de son influence sur les autres et celle qu'ils peuvent avoir sur lui et sociabilise plus avec ses pairs. Cette affirmation de soi va s'approfondir et s'améliorer,

l'enfant va accéder aux premières images de soi. Il aura alors l'impression d'individualité, ce qui est un pas vers une affirmation de son identité. A l'âge de 6 ans, l'enfant arrive au début de la scolarité primaire, qui sera alors le moment de la décentralisation intellectuelle et affective complète de l'enfant. Celui-ci va alors pleinement comprendre la pluralité des expériences et d'autrui. Par exemple, lorsque je faisais des interventions dans les écoles, je laissais les élèves me poser des questions pendant la présentation de mon instrument. J'ai pu observer que les élèves de maternelle me posaient des questions seulement sur le fonctionnement du tuba. Alors que les plus grands voulaient comprendre quel était mon travail, ce que je faisais de mes journées en tant qu'étudiante en musique ou alors quand j'avais commencé à apprendre mon instrument. En résumé, des questions qui montraient qu'ils comprenaient que j'étais un individu avec une expérience qui m'était propre, et qu'ils étaient curieux de connaître. Par ailleurs, nous pouvons ajouter les amitiés qu'ils développent entre camarades montrent une confiance réciproque entre les individus. Celles-ci sont très importantes pour leur développement social.

Ensuite, de 8 à 11 ans intervient un dernier stade avant le passage à l'adolescence. L'enfant continue d'avoir un intérêt grandissant pour le fait d'effectuer une tâche d'un bout à l'autre et les rapports sociaux s'établissent de mieux en mieux. L'esprit de camaraderie est formé en vue de la réalisation de tâches déterminées. La relation peut être subordonnée à l'objectif qu'ils se sont fixés. Nous pouvons citer le projet d'orchestre à l'école que j'avais fait avec une classe de CM2. Je devais m'occuper de trois tubistes en groupe, avant de les intégrer dans l'orchestre formé par tous leurs camarades de classe. Lorsqu'ils étaient à trois, ils étaient d'abord très attentifs sur ce qu'ils jouaient. Puis une fois l'habitude installée, ils se sont intéressés au résultat produit lorsqu'ils jouaient ensemble et se sont rendu compte que chacun apportait sa petite touche au résultat final de l'orchestre. Ils se sont mis peu à peu à comprendre les erreurs de mise en place entre eux et arrivaient à collaborer pour trouver une solution. Et, alors que certains voulaient se fondre dans la masse pour que tout soit homogène, un autre élève voulait jouer plus fort que tous les autres. Il voulait être sûr de ses parents l'entendent, par conséquent il voulait couvrir l'orchestre. Cela montre que les apprenants ont appris à collaborer pour une tâche définie, mais que collaborer avait un sens différent pour chacun. Ainsi, le sujet s'ouvre à autrui et acquiert alors un sentiment de personnalité polyvalente et libre. D'autre part, l'enfant va aussi continuer à développer son identité, qui dépend alors de son propre jugement. Elle sera principalement déterminée grâce à la comparaison avec des personnes qui comptent pour l'enfant : son entourage familial, ses enseignants, ses pairs et peut-être d'autres personnes qu'il considère comme

ses modèles. L'enfant aura une image de lui-même plus ou moins positive s'il a pu atteindre les attentes que ces autres significatifs ont pour lui. L'enfant va également développer une pensée critique. Celle-ci va lui permettre de comprendre les notions de réussite ou d'échec et d'intérioriser leur valeur. Ces notions vont le marquer et vont ensuite devenir un guide dans son auto-évaluation dans différentes compétences. La façon dont ces notions sont intégrées est déterminante, car ce sont elles qui vont former une bonne ou mauvaise estime de soi et déterminer le sentiment de confiance en soi de l'enfant.

2. Qu'en est-il de l'adolescence ? Psychologie du développement

Ensuite, nous pouvons aborder l'adolescence. De manière générale, ce stade de l'adolescence est marqué par une grande crise. C'est à ce moment que l'estime de soi de l'adolescent diminue beaucoup, notamment à cause des changements physiques et psychologiques que l'adolescent vit au cours de la puberté. Cela marque en quelque sorte le début de la quête d'identité, notamment en dehors du cercle proche de la famille. En effet, cette première crise engendre souvent un désir d'autonomie et une quête d'indépendance. Par exemple, j'ai eu une élève qui avait 13 ans à ce moment-là. Elle voulait souvent choisir les morceaux qu'elle jouait, en fonction de ses goûts. On passait une sorte de contrat de confiance implicite : elle travaillait le morceau qui lui faisait plaisir et en plus elle travaillait les exercices techniques que je lui donnais. Ainsi, elle devenait de plus en plus autonome, tout en continuant ses progrès techniques. Il y a trois moyens que l'adolescent utilise pour être autonome : en développant des frontières émotionnelles, en voulant prendre des responsabilités (comme dans l'exemple donné avant), et en formant ses propres opinions et idéaux. Par conséquent, il se distancie de ses parents pour mieux affirmer son identité. Cependant, une relation positive avec ses parents sera nécessaire pour un meilleur développement de l'autonomie et de son identité et pour une meilleure estime de soi. Pour qu'elle reste positive et équilibrée, la relation avec la famille doit être réaménagée. En effet, les besoins de l'adolescent et sa façon de voir le monde sont en train de changer. Néanmoins, il aura toujours besoin du soutien de sa famille pour avancer.

D'autre part, l'adolescent est également en quête de maturité psychosociale, il socialise plus et interagit plus facilement, notamment avec ses pairs. Les relations avec ses pairs prennent une dimension différente et deviennent de plus en plus importantes pour lui. Elles vont satisfaire le besoin d'autonomie et continuer la quête d'identité. L'identité n'est

pas homogène, car elle est à la fois personnelle et sociale. Chaque individu est unique et souhaite affirmer sa singularité, notamment en se différenciant alors de son entourage. En effet, l'individu doit ressentir une certaine continuité entre ce qu'il était durant l'enfance, ce qu'il est au présent et ce qu'il pense devenir dans le futur (sur les plans cognitifs et sociaux). Il ressent cette continuité aussi dans les différentes expériences qu'il traverse. Si le sujet reste fidèle à lui-même, en opérant une différenciation (il est capable de reconnaître ceux qui lui ressemblent et ceux qui s'opposent à lui), alors son sentiment d'identité sera plus fort et il se sentira plus en accord avec lui-même et avec son estime de soi. Cependant, cela ne doit pas affecter la relation qu'il entretient avec l'entourage en question. Ainsi, si les pairs sont plus importants pour l'adolescent, la relation avec ceux-ci ne doit pas être en désaccord avec l'identité de l'individu. Cela l'amènerait à changer de rôle, et à force d'expérimentation, trouver sa réponse aux questions d'identité. C'est pour cette raison que les groupes de pairs sont très importants à ce stade : ils permettent aux adolescents d'expérimenter différents rôles et d'explorer leur identité au sein d'un environnement confortable.

Ainsi, nous pouvons trouver trois facteurs principaux qui aideront l'adolescent dans sa quête d'identité, et donc vers une estime de soi positive et une confiance en soi augmentée. Dans un premier temps, si l'adolescent réussit ses interactions sociales (c'est-à-dire qu'elles soient facilitées et le début d'une cohésion sociale). Ensuite, si l'adolescent est satisfait de sa persévérance et de ses réussites dans le travail. Et enfin, s'il établit des valeurs personnelles qui seront en accord avec son identité. Souvent, les valeurs du sujet prennent comme point de départ celles de la famille et vont s'étendre en fonction des expériences et des rencontres de l'individu. En général, on constate une estime de soi qui remonte graduellement pendant l'adolescence, après cette première baisse au début. Les différents individus mettent plus ou moins de temps à résoudre la crise d'adolescence pour être capables de répondre aux questions décisives imposées par la société.

Pour conclure cet éclairage sur l'adolescence, nous pouvons préciser que le développement de l'intelligence et la recherche d'identité ne s'arrêtent pas à l'adolescence et que l'adulte continue à expérimenter dans ces domaines. L'adulte va encore chercher à se connaître et à s'adapter aux autres jusqu'à 25 ans environ. Cela va causer une nouvelle baisse de l'estime de soi, qui remontera plus tard, c'est-à-dire quand il va chercher à devenir polyvalent jusqu'à 45 ans puis arriver au stade de la reconnaissance et l'accomplissement de soi vers 55 ans. Les personnes âgées connaissent aussi un nouveau questionnement sur le concept de soi vers 60 ans (c'est-à-dire une réorganisation des priorités car leur cadre de vie va changer), qui devient de plus en plus positive jusqu'à 70 ans environ.¹⁶

3. Cas particuliers, ces mythes qui bloquent la confiance des élèves

Nous pouvons parler des différents cas où les élèves peuvent avoir une estime d'eux plus faible que la moyenne. Notamment grâce à l'ouvrage *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, qui parle des différents « *mythes limitants, inhibants, normatifs, anxiogènes...* ». ¹⁷ Ce sont des croyances qui nous poussent à croire que nous ne sommes pas faits pour tel ou tel apprentissage. Dans l'ouvrage, Audrey Akoun et Isabelle Pailleau citent des exemples : « *dans notre famille on est / on n'est pas...* » ou bien, « *je suis fort(e) / nul(le) ; j'aime / je n'aime pas...* ». ¹⁷ C'est-à-dire que notre confiance en la capacité que nous avons à réussir quelque chose serait limitée par les croyances que nous avons apprises (parfois malgré nous) au fil du temps. La lecture de ces mythes m'a rappelé ce que j'ai pu vivre, et quels mythes j'ai entendus.

Nous pouvons notamment parler des petites filles qui commencent la musique. J'ai fait essayer le tuba à plusieurs groupes d'enfants en classe d'éveil musical (un modèle réduit adapté à leur gabarit, qui leur paraît toujours assez grand). Et alors que les garçons sont souvent fiers de pouvoir manipuler et souffler dans un si gros objet, les filles me disent souvent "c'est trop gros", "je ne peux pas le porter", "je ne vais pas y arriver", etc. De plus, dans mon expérience, on m'a souvent fait comprendre que c'était "très original" pour une fille de faire du tuba. Je ne comprenais pas vraiment au début car je n'étais pas la seule fille dans la classe de tuba au conservatoire. Puis j'ai grandi, et ces remarques ne se sont pas vraiment arrêtées. En parallèle, j'ai de plus en plus constaté que j'étais souvent la seule fille quand je jouais avec d'autres cuivres. Plus j'observais dans cette famille d'instruments des cuivres, plus je me suis rendue compte que la quasi-totalité des professionnels que j'avais eu l'occasion de voir en concert ou d'avoir en tant que professeurs étaient des hommes. En effet, dans les orchestres on trouve plus de femmes parmi les instruments à cordes que chez les vents ou les percussions. En général les instruments qui nécessitent une force physique mais aussi de souffler ou frapper sont moins représentés chez les femmes. Je me demande donc si cela n'a pas un impact sur la fréquentation des classes de cuivres dans les établissements de musique. Dans son article, *L'accès des femmes aux professions musicales. L'entrée dans les orchestres symphoniques*, Hyacinthe Ravet constate notamment qu'il y a plus de filles inscrites dans un établissement de musique (55% des élèves entre 2010 et 2014). Qu'est-ce qui explique qu'elles soient minoritaires dans le monde professionnel ? Est-ce que les filles se sentent bien dans ce milieu, où elles sont considérées comme l'exception ? Ne serait-ce pas augmenter leur confiance en elle et donc

leur envie de continuer dans la musique que de faciliter leurs expériences au sein des différents établissements de musique ? De surcroît, selon l'ouvrage *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*, l'estime de soi des adolescentes est en moyenne plus basse que celle des adolescents (entre 14 et 23 ans).

« En particulier dans les dimensions spécifiques du soi physique et du soi scolaire, plus faible chez les filles que les garçons. [...] Les filles ayant tendance à se dévaloriser davantage et se percevoir moins compétentes que les garçons ». ¹⁸

Si nous conjugons ces faits, nous avons des chances pour que les adolescentes se découragent et arrêtent la musique. Ou que les plus jeunes ne choisissent pas un instrument qui ne serait pas connoté comme féminin.

Dans ce cas, comment rendre le monde de la musique classique confortable pour les deux genres, sans distinction ? Je pense qu'une des solutions serait d'encourager les concerts avec plus de représentation féminine. Selon le rapport du Centre National de la Musique (CNM) sur la représentation féminine dans les festivals de musique classique en 2019, il y aurait eu seulement 32% de musiciennes sur l'ensemble des musiciens et 6% de cheffes d'orchestre, nous sommes pour l'instant encore loin de la parité.¹⁹ Hyacinthe Ravet note également que les femmes musiciennes sont plus largement tournées vers l'enseignement et cumulent moins souvent interprétation et enseignement par rapport aux hommes. On trouve aussi moins de femmes dans les postes qui ont plus de responsabilités (professeur au CNSM, poste de soliste, chef d'orchestre, etc.). Si plus de femmes étaient intégrées sur le devant de la scène, il serait peut-être plus accepté qu'elles jouent de tous les instruments. Alors cela serait sûrement moins "original" que de jouer un instrument qui n'est pas forcément considéré "pour les filles" et certaines auraient peut-être la confiance nécessaire pour jouer d'un de ces instruments.

Pour conclure cette partie, nous pouvons dire que les notions d'estime de soi, de confiance en soi et d'identité évoluent progressivement chez l'enfant puis chez l'adolescent. Nous avons montré que l'enfant reconnaît de progressivement les différentes expériences et donc son individualité, puis son identité. Puis, il arrive à intégrer les notions d'estime de soi et de confiance en soi à travers les concepts de réussite et d'échec. Ensuite l'adolescent passe par une crise marquée par une baisse de l'estime de soi et une reconstruction de son identité. Cela va le mener vers une plus grande autonomie, une plus grande importance des pairs et un sentiment d'identité plus fort. Il est important pour les adultes qui entourent les

enfants et les adolescents de prendre en compte ces notions, pour que leur développement se fasse au mieux. Nous avons aussi évoqué la place de la femme dans la musique. La part de femmes représentées dans ce milieu devrait être plus grande si nous voulons améliorer la confiance des petites filles qui commencent la musique et laisser de côté les mythes qui entourent l'art que nous pratiquons. Après avoir observé l'élève plus en détail, nous pouvons alors nous demander quel serait la posture du professeur qui prend en compte l'estime de soi, la confiance en soi et le développement de l'identité de ses élèves ?

-

III- La posture du professeur qui prend en compte la confiance en soi

1. Quelle posture le professeur a-t-il ?

À la suite de ces recherches, nous pouvons nous interroger sur le rôle du professeur, et comment celui-ci peut tenir compte de ces informations psychologiques sur l'élève, c'est-à-dire, quel est le rôle du professeur dans le développement de l'élève, et puis plus précisément dans le développement de son identité et de sa confiance en soi ? Pour cette partie je me suis appuyée sur les entretiens effectués avec Guillaume Dionnet, Lucie Donet et Éric Planté (professeur de trompette au Conservatoire à Rayonnement Régional de Beaune et trompette solo de la Garde Républicaine) ainsi que le roman *Chagrin d'école* de Daniel Pennac et aussi *Le pouvoir des gentils* de Franck Martin (qui est plutôt un essai).

Dans un premier temps nous pouvons parler du roman de Pennac. De son point de vue, le rôle du professeur est de donner envie d'apprendre. Dans son roman *Chagrin d'école*, il se demande alors, quelles sont les qualités d'un professeur capable de donner l'envie d'apprendre ? Nous pouvons commencer par le fait que le professeur doit comprendre et considérer son élève. En effet Pennac avance, lors d'un dialogue interne avec sa voix de cancre, que le professeur doit comprendre que son public est ignorant. Il devrait alors réussir à faire preuve d'empathie en se mettant à la place de ses élèves pour que son explication soit la plus claire possible. La voix interne du professeur lui suggère de se souvenir de ses moments d'élève, dans un sujet qu'il ne maîtrisait pas. Car, une fois que l'on acquiert un savoir, et que l'on passe tant d'années à le perfectionner et à en ajouter de nouveaux, il est difficile de se souvenir de notre point de vue d'ignorant sur le sujet, alors qu'il est évident que le professeur s'est trouvé dans cette position d'ignorant. L'enseignant est alors capable de se remettre dans la peau de celui qui ne sait pas pour rendre son explication plus accessible. D'autre part, Pennac avance qu'il ne suffit pas d'être un expert en mathématiques pour enseigner les mathématiques. Certes, le professeur maîtrise son sujet mais il est surtout capable d'en parler à celui qui est ignorant, et lui donner le plaisir d'apprendre. Pour l'apprenant, l'évènement se forme, et se matérialise sous ses yeux. Le professeur est celui qui introduit les notions, qui les crée dans l'esprit de l'apprenant. Alors, pour faciliter l'apprentissage, il faudrait créer une ambiance studieuse, dans laquelle l'apprenant se sentirait en confiance et pas opprimé. Ainsi, pour Pennac, un professeur qui met en confiance, c'est d'abord celui qui donne envie d'apprendre. En effet, l'élève

enthousiaste à l'idée d'apprendre est aussi confiant que ce moment d'apprentissage va bien se passer.

Nous pouvons approfondir ce point de vue avec les entretiens effectués avec des professeurs d'enseignement artistique. D'abord, Guillaume Dionnet répond que le rôle du professeur est de guider ou bien d'accompagner. C'est en fait un spectre dans lequel le professeur se positionne en fonction du besoin de l'élève, entre guide et accompagnant :

« On est là pour les guider. C'est un peu plus encadrant que si on disait l'autre mot, qui est accompagnant, qui va laisser plus de libertés à l'étudiant en général. Bien sûr pour les plus jeunes, on sera plus dans un rôle de guide. À nous-même en tant que professeur de montrer, suggérer, imposer les objectifs. [...] En tant qu'accompagnant, on a plus un regard critique sur les propositions des étudiants ». ²

En guidant l'élève on l'encadre plus que si on l'accompagne, le tout est de trouver le bon dosage en fonction du niveau, de la maturité et de la personnalité de chaque apprenant.

Lucie Donet serait plutôt une accompagnante, elle se considère comme un prétexte pour que les élèves expérimentent et son cours comme un laboratoire. Elle installe l'expérience, fournit le matériel nécessaire et laisse ses élèves expérimenter. Elle ne se considère donc pas centrale dans son rôle de professeure mais plutôt observatrice (ce qui peut rappeler quelques idées principales de la pédagogie Montessori). Bien sûr elle sort parfois de ce rôle, surtout en groupe, pour donner la même chance à tous (par exemple, elle distribue la parole dans un débat). De ce fait elle aussi accepte l'apprenant comme il est. Et même si elle se place en retrait dans son cours, elle reste à l'écoute de chacun, pour que chaque élève puisse avoir une bonne expérience et puisse ressortir grandi. Le point de vue de Lucie Donet est singulier car la discipline artistique est différente. Les cours de théâtre sont des cours collectifs alors que les cours d'instruments sont individuels. Son point de vue reste néanmoins très intéressant et peut être exploitable dans le domaine de la musique. ³

Dans le cas plus spécifique de la musique classique (en s'appuyant sur l'entretien avec Éric Planté), nous pouvons ajouter que cette discipline reste un cas très particulier. En effet, l'élève doit être formé à une rigueur de travail pour un résultat qui ne durera qu'un court moment et durant lequel les attentes pour lui seront très élevées (que ce soit un concert ou un examen, par exemple). De plus, l'apprentissage d'un instrument classique demande une rigueur grandissante avec le niveau. On mobilise beaucoup d'éléments

extérieurs à la musique : l'imagination, le corps, la respiration, la gestion du stress... Tous ces éléments, il faut apprendre à les maîtriser en plus des aspects techniques et musicaux de l'instrument. L'élève apprend à se connaître par un autre biais, il doit donc savoir être à l'écoute de lui-même durant cet apprentissage. Et plus l'apprenant va évoluer, plus son rapport à la musique va changer également. D'autre part, Éric Planté va utiliser le terme « référent »⁴ qui se rapproche plutôt du terme de guide. Il va donner les clés et les objectifs plus clairement plutôt que de laisser les élèves expérimenter. Selon lui, le professeur a aussi une image de modèle qu'il doit manier précautionneusement, il est possible qu'il ait une certaine emprise sur l'élève car celui-ci a une forme d'admiration. Si cela arrive, le professeur devrait en être conscient et ne pas jouer de cette posture. Il ne s'agit pas là de manipuler l'élève, ni d'abuser de son pouvoir. En effet, si le professeur est un référent il ne doit pas pour autant chercher à changer profondément les élèves. Par ailleurs il peut les éduquer, « *c'est l'occasion de transmettre des valeurs* ». ⁴ Le professeur est seulement là pour arroser l'arbre, mais il ne peut pas le tailler dans la forme qu'il désire. Pour ce faire, il accepte l'apprenant comme il est lorsqu'il arrive dans la salle de cours. Dans l'essai *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, on parle de « *juger les actes et non la personne* ». ²⁰ En effet on ne peut pas changer une personne, mais les erreurs peuvent arriver. Ainsi, nous pouvons également nous inspirer de ces façons de voir la posture d'enseignant et en fonction de notre rapport aux différents élèves, se positionner de façon différente sur le spectre entre guider et accompagner.

Comme nous l'avons vu avec l'œuvre de Pennac et au cours de ces entretiens, un professeur qui donne confiance à l'élève serait aussi un professeur capable d'écouter ses élèves de façon individuelle :

« *Chaque élève joue de son instrument, ce n'est pas la peine d'aller contre. Le délicat, c'est de bien connaître nos musiciens et de trouver l'harmonie. Une bonne classe, ce n'est pas un régiment qui marche au pas, c'est un orchestre qui travaille la même symphonie. Et si vous avez hérité du petit triangle qui ne sait faire que ting ting, ou de la guimbarde qui ne fait que bloïng, bloïng, le tout est qu'ils le fassent au bon moment, le mieux possible, qu'ils deviennent un excellent triangle, une irréprochable guimbarde, et qu'ils soient fiers de la qualité que leur contribution confère à l'ensemble. Comme le goût de l'harmonie les fait tous progresser, le petit triangle finira lui aussi par connaître la musique, peut-être pas aussi brillamment que le premier violon, mais il connaîtra la même musique.* ». ²¹

Pour chacune des sources consultées, ce point est partagé : l'élève doit être à l'aise, Lucie Donet construit ses cours autour de ça, en effet au théâtre la difficulté est supplémentaire, car il n'y a pas d'objet prétexte tel que l'instrument de musique. Si l'élève n'est pas à l'aise, c'est une certitude qu'il ne passera pas un bon cours et qu'il ne pourra pas en tirer grand-chose. C'est au professeur d'être ouvert à la communication pour comprendre et considérer son élève : « *Elle [la professeure] n'animait pas un cours de géographie : elle nous faisait visiter le monde. Quel était son secret ? Une grande capacité à prendre en compte ses auditeurs, à les respecter et à savoir s'adapter à eux, plutôt que de réclamer l'inverse. Ce qui ne l'empêchait pas de nous guider habilement grâce à un cadre très précis* ». ²² De plus, nous pouvons étoffer ce propos en s'appuyant sur le roman de Daniel Pennac : le fait de considérer chaque élève individuellement peut redonner l'envie d'apprendre aux mauvais élèves, qui se sentent seuls car ils se sentent en marge des autres, ils ne rentrent pas dans les normes. Le fait de se sentir considéré peut-être un pas vers un nouvel intérêt dans l'apprentissage ainsi qu'un regain de confiance en soi.

2. La relation de confiance

Par conséquent, au-delà de l'écoute de l'enseignant, si l'élève est suffisamment à l'aise en cours pour pouvoir explorer sa confiance en lui et développer son expression, c'est qu'il a développé une relation de confiance avec son professeur. Cela nous amène vers l'essai de Franck Martin qui parle notamment de la relation de confiance, et quelles sont les qualités de celui qui en construit une. Parmi les seize citées dans l'essai nous pouvons en retenir plusieurs :

- « *Faire confiance a priori* » ²³ en effet, le professeur et surtout celui de musique ne peut pas tout contrôler chez ses élèves. Nous pouvons citer l'exemple donné par Éric Planté, dans une situation de concert ou d'examen « *un professeur ne doit jamais se mettre en jeu* ». ⁴ Car si le professeur lui-même n'a pas confiance en le travail effectué et/ou en l'élève, comment celui-ci peut-il s'exprimer librement sur scène ?
- « *Être bienveillant* ». ²³ Le terme bienveillant se définit comme quelqu'un « *qui est attentif au bonheur et au bien des autres* ». ²⁴ Ainsi, on ne peut pas accorder sa confiance à quelqu'un de malveillant.

- « *Savoir compatir* »²³ c'est vouloir le meilleur pour les élèves selon ses capacités et ses compétences. Nous pouvons citer Pennac : « *Nos « mauvais élèves » (élèves réputés sans devenir) ne viennent jamais seuls à l'école. C'est un oignon qui entre dans la classe : quelques couches de chagrin, de peur, d'inquiétude, de rancœur, de colère, d'envies inassouviées, de renoncement furieux, accumulées sur fond de passé honteux, de présent menaçant, de futur condamné. Regardez, les voilà qui arrivent, leur corps en devenir et leur famille dans leur sac à dos.* »²⁵ Le tout est de le comprendre et de faire notre possible pour que ce moment-là de leur vie, ce moment d'apprentissage se passe au mieux.
- « *Être patient* »²³ à nouveau, Pennac dit « *mais c'est cela enseigner, c'est recommencer jusqu'à notre nécessaire disparition de professeur* ».²⁵ Nous pouvons approfondir avec la réponse de Guillaume Dionnet, qui dit que le professeur est aussi là pour rappeler à l'élève ce qu'il a acquis jusqu'ici. Ainsi, l'enseignant peut apporter le plus de dimensions possibles dans l'apprentissage de la musique, pour que par la suite, l'élève ait le plus de solutions possibles en cas de problème.
- « *Penser positif* »²³ Franck Martin dit « *L'homme authentiquement positif transmet un vrai sens créatif, constructif. Il pense « comment » avant de penser « pourquoi ». Rester positif c'est donner cette chance de continuer d'avancer [...] malgré les difficultés* »²⁶ en résumé de ne pas rester enfermé dans un problème passé et aller vers l'avenir en cherchant à le résoudre. Ce qui nous amène au prochain point.
- « *Être déterminé* »²³ quand le positif nous fait défaut on gagne en « *crédibilité* »²⁷ à persévérer et à rester fidèle à notre discours d'origine. Ici tout est une question de dosage, tout dépend de la zone proximale de développement de l'apprenant. C'est-à-dire de ce dont il est capable sur le moment, ce qui présentera suffisamment de difficulté pour qu'il progresse, sans qu'il pense que ce soit insurmontable car il y a trop de difficultés.
- « *Être congruent* »²³ c'est un long développement dans l'essai de Franck Martin. La congruence est un terme d'abord mathématique qui a été repris par les psychologues notamment. Elle est définie par Carl Rogers comme « *vous la constatez concrètement lorsque ce que vous êtes, votre personnalité profonde, colle avec ce que vous pensez, vos convictions, vos croyances, vos valeurs, ce que vous ressentez* ».²⁸ Observer quelqu'un de congruent, c'est connaître quelqu'un dont on peut saisir l'intention, qui est aligné dans son discours, car il

est cohérent au niveau de son identité profonde. Cela rejoint les prochaines notions :

- « *Être respectueux* », « *définir un cadre et le faire respecter* » et « *être honnête et intègre* ». ²³ Ces trois points peuvent être illustrés avec le même exemple d'Éric Planté : « *C'est la notion de confiance partagée en fait. Tu ne peux pas demander à des élèves d'être à l'heure si toi tu n'es pas à l'heure. [...] Ça veut dire que tu les considères et c'est normal. [...] Je parle de respect, à quelqu'un qui est en retard dans une répétition de groupe « moi je me fiche que tu sois en retard, mais vis-à-vis des copines et des copains ce n'est pas sympa, tu ne les respectes pas et quand tu fais ça tu ne te respectes pas toi-même* ». ⁴ Ici le professeur respecte lui-même le cadre qu'il a imposé, ce qui le rend honnête et respectueux de ses élèves. Cela lui permet également de faire respecter ce cadre de manière plus crédible.
- « *Être humble* » ²³ : de nouveau nous pouvons utiliser le point de vue d'Éric Planté qui cette fois parle du partage de valeurs avec ses élèves « *Mes élèves [...] ils repartent avec des valeurs partagées mais qu'eux ont apportées aussi, ils ont nourri tout ça. Tout ça contribue à la confiance.* ». ⁴ Ici le professeur n'est pas en position de supériorité absolue, et chacun a quelque chose à lui apporter également.
- « *Communiquer, échanger, parler, informer* », ²³ pour ce dernier point, nous pouvons utiliser l'exemple de Guillaume Dionnet « *Je crois beaucoup au dialogue, juste de poser le tuba ou l'euphonium et on discute pendant le cours. Ou en dehors du cours, c'est là où le temps en dehors du cours est important. Ça ne peut pas pour moi uniquement se régler avec l'instrument dans les mains en disant : soutiens plus, joue plus vite, plus fort. C'est un autre travail du prof* ». ² De plus, dans l'ouvrage *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, on parle de façon de communiquer aussi. Il s'agit de savoir comment communiquer, par exemple pour doser les compliments. En effet, faire trop de compliments pourrait encourager à la passivité, car l'apprenant pourrait penser qu'il n'a plus besoin de travailler si le professeur est satisfait.

Pour finir, nous pouvons dire que c'est au professeur de comprendre les besoins de l'élève, et d'être conscient du stade de développement où celui-ci est arrivé pour adapter son rôle au mieux. D'autre part, la relation de confiance avec son professeur favorisera une meilleure confiance en soi de l'élève et lui permettra d'être à l'aise. Cela va permettre à

l'élève de se sentir en sécurité, et peut-être que cela l'aidera pour s'exprimer musicalement. C'est une des attentes du professeur de musique. On peut prendre le témoignage d'Éric Planté sur ce sujet de l'expression musicale « *La majeure partie du temps, c'est les élèves, qui s'auto-empêchent par pudeur et je comprends très bien* ». ⁴ En effet, cela demande une certaine vulnérabilité qui doit venir de l'élève, sinon l'intention musicale ne sera pas congruente avec l'identité de l'élève, ce ne sera pas lui qui s'exprimera. Ainsi, la relation de confiance avec le professeur de musique est très importante.

3. Quelles mises en pratique au sein du cours de musique ?

Durant mes recherches, j'ai découvert plusieurs méthodes et activités pour favoriser la confiance en soi de l'apprenant. Cependant ces méthodes n'étaient pas reliées au cours de musique. Ici, j'essaye donc de les mettre en application et de les adapter au contexte dans lequel je me trouve.

Nous pouvons dans un premier temps aborder la « *méthode des petits pas* ». ²⁹ Elle est expliquée dans l'essai *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. J'ai appris à me servir de cette méthode avant d'en connaître le nom, notamment dans mon travail instrumental seule. En effet j'avais tendance à être frustrée facilement lorsque certaines choses ne marchaient pas (un aspect technique difficile par exemple). Cela rendait mon temps de travail plutôt désagréable, et je me mettais à redouter ces moments. Jusqu'à ce que je me rende compte qu'avec le temps et la persévérance, j'arrivais éventuellement à surmonter mes difficultés. Alors j'ai cherché à rendre mon temps de travail plus agréable. J'ai essayé d'être plus indulgente avec moi-même et de ne pas sous-estimer les moments de repos. Ceux-ci servent aussi au cerveau pour intégrer de nouvelles choses. De plus, je me suis fixée des objectifs plus raisonnables pour chaque séance de travail. Au lieu de me dire "aujourd'hui ce morceau doit être parfaitement propre", je me concentre sur un passage (de quelques lignes ou mesures) pour une séance de travail. En fonction du résultat, j'adapte mes objectifs des prochains moments où je pourrais travailler. Soit, je considère qu'il n'est pas accompli et je le garde pour la prochaine fois (ce qui arrive rarement), soit je passe à l'objectif suivant, qui sera plus difficile. De cette manière, j'ai beaucoup plus souvent le sentiment de la tâche accomplie, mon temps de travail est mieux défini, ce qui rend le tout moins frustrant. Et d'autre part, je constate que je construis une base beaucoup plus solide et durable dans le temps, notamment en vue d'échéances importantes. Ainsi, je me

suis alors rendu compte qu'en plus de me sentir mieux, j'étais aussi beaucoup plus productive. J'en ai donc conclu que cette méthode était très effective pour moi. Je me suis alors demandée si cette méthode pouvait être utilisée avec mes élèves. Et donc d'avoir ce prisme avec eux, en leur donnant des objectifs réalisables. Je prends en compte le temps de travail qu'ils auront dans la semaine et ce que j'ai pu constater de leur motivation au fil des cours pour leur donner un ou plusieurs objectifs de travail réalisables avant la prochaine fois. Aussi s'ils sont confrontés à une difficulté technique durant le cours et que la durée du cours ne suffit pas pour la résoudre. Je leur donne les consignes nécessaires pour qu'ils puissent comprendre ce que j'attends d'eux et que cela mûrisse dans leur esprit jusqu'au prochain cours. Tout en gardant en tête qu'ils ne doivent pas sortir de la salle de cours démoralisés par cette difficulté, quelle qu'elle soit. Ainsi, cette méthode favoriserait la confiance, car en encourageant à avoir plusieurs objectifs réalisables elle donne une sensation de réussite plus fréquente et donc augmente la motivation et la confiance en soi de l'apprenant.

Une autre méthode serait d'encourager l'autonomie. Nous pouvons rappeler la définition de la confiance en soi donnée dans l'essai d'Audrey Akoun et Isabelle Pailleau :

« *Avoir confiance en soi, c'est avoir la conviction qu'on est capables de faire les choses tout seul et de les faire correctement* ». ³⁰

Ainsi, laisser l'apprenant faire seul et prendre des décisions lui montrerait que nous avons confiance en lui et favoriserait la confiance en soi de l'apprenant. Nous pouvons par exemple imaginer que, parfois, l'élève puisse prendre des décisions d'interprétation musicale, ou le laisser choisir le morceau qu'il a envie de travailler, ou bien coopérer avec lui pour l'organisation de concerts ou auditions (voire lui laisser la tâche complète d'organiser). Il y a un large spectre d'actions que nous pouvons laisser l'élève faire seul au sein de l'apprentissage artistique. Tout dépend du rapport de confiance entre l'apprenant et l'enseignant. Et de surcroît, tout dépend du désir d'autonomie de l'élève et de sa confiance en lui. Par ailleurs, il ne s'agit pas ici de laisser l'apprenant sans ressources pour effectuer une tâche très difficile, mais de proposer quelque chose de réalisable selon son niveau et de rester disponible en cas d'interrogations. Nous pouvons reprendre l'entretien avec Guillaume Dionnet, qui parlait du rapport entre guide et accompagnant du professeur et comment il équilibre les deux. « *Il y a les textes et il y a la réalité. [...] J'ai des gens totalement autonomes et c'est formidable et j'ai des gens qui devraient l'être et qui ont du mal à l'être.* ».² Ainsi, l'autonomie est un outil à utiliser pour aider l'élève à avoir confiance en ses compétences. En effet cela peut être très gratifiant pour lui de réussir seul. C'est

aussi un outil qui témoigne de notre confiance envers l'apprenant, mais cela reste une question d'adaptabilité en fonction de la nature de chacun.

Enfin, nous pouvons aussi encourager l'introspection. C'est une activité citée dans *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. L'idée serait d'organiser un moment où l'apprenant effectue une auto-description concernant son apprentissage (qui peut se transformer en discussion) que ce soit pour lui-même et pour nous. Cela pourrait permettre d'avoir une meilleure communication entre le professeur et l'élève. Aussi ce serait un moyen pour le professeur de pouvoir comprendre et identifier ce qui est vraiment important pour l'élève. L'apprenant serait alors amené vers une vision plus rationnelle du réel grâce au point de vue et l'expertise de son professeur. De plus, cela pousserait aussi l'élève à planifier et à visualiser les événements qui arrivent. Cela serait intéressant pour le professeur d'utiliser cet outil en perspective d'échéances importantes comme un concert ou un examen. Ce temps d'introspection pourrait avoir lieu avant et/ou après ces échéances, pour mieux les préparer mais aussi pour savoir comment rebondir après qu'elles aient eu lieu. Nous pouvons citer l'exemple de Lucie Donet qui organise des séances de « *débrief* » à l'issue des performances de ses élèves. Ces moments ont lieu avec l'ensemble du groupe qui a performé, et Lucie Donet effectue un tour de table. Chacun effectue à tour de rôle un retour individuel et un retour sur le groupe.³ Cela permet une meilleure communication entre le professeur et l'apprenant mais aussi entre les élèves. Donc, cela leur apprend aussi à communiquer et à mieux mener leur travail de groupe. Ainsi ce travail d'introspection pourrait améliorer la communication entre le professeur et l'élève. Ce dernier serait aussi plus en confiance vis-à-vis de prochaines échéances éventuelles et capable d'échanger à propos de ses doutes et certitudes (qui peuvent être mal fondées).

Pour conclure cette dernière partie, nous pouvons dire que le professeur qui donne confiance est quelqu'un qui est passionné, qui est conscient que tous les profils sont différents et donc capable d'être à l'écoute des différentes expériences. Aussi si le professeur veut optimiser la confiance en soi de ses élèves, alors il devrait développer une relation de confiance avec eux. Relation de confiance que nous avons expliquée grâce à l'essai de Franck Martin. Pour finir, nous avons exposé quelques mises en pratique et activités citées dans mes lectures sur le sujet que nous avons adapté à l'enseignement de la musique, en partie grâce à mon expérience et aux entretiens effectués avec des professionnels. Nous avons montré que la « *méthode des petits pas* »,²⁹ mais aussi donner des occasions d'être autonome et organiser des moments d'introspection pourraient être des activités qui donnent de la confiance à l'élève.

Conclusion

En guise de conclusion, nous pouvons d'abord dire qu'une bonne estime de soi est nécessaire pour avoir confiance en soi. Nous avons montré que l'estime de soi est une notion complexe qui peut varier selon plusieurs facteurs. Elle peut changer en fonction du rapport entre ce que l'on désire être (nos objectifs) et ce que l'on pense être (ou bien où nous pensons nous situer dans l'accomplissement de nos objectifs). Mais aussi l'estime de soi peut varier en fonction de ce que l'on perçoit de l'opinion des autres, surtout ceux qui ont de l'importance pour nous. On parle d'autrui significatifs, dont l'enseignant fait partie. Nos actions dans ce rôle ont donc un impact sur l'élève. Nous avons aussi montré que l'estime de soi et la confiance en soi peuvent varier dans le temps. Ce n'est pas un état total que l'on acquiert une fois et qui ne change pas. L'estime de soi et la confiance en soi peuvent varier selon notre humeur, le type d'enjeu auquel nous sommes confrontés, la forme physique dans laquelle nous nous trouvons, mais aussi le contexte et les compétences mobilisées. Avoir confiance en soi est déterminant aussi parce qu'elle a un impact sur la motivation. Nous avons montré que plus nous avons confiance, plus nous avons envie d'essayer. Mais aussi, plus nous réussissons, plus nous avons confiance. Ainsi, si en tant que professeur nous montrons que nous croyons en la réussite de nos élèves, ils auront plus de chances de réussir et plus ils réussiront, plus ils auront confiance.

D'autre part nous avons étudié le développement de l'élève et de sa confiance. Grâce à l'étude de la psychologie du développement, nous avons observé que l'enfant évolue en passant par plusieurs stades. D'abord il ne peut pas se différencier des autres, puis il va comprendre son individualité, et les différentes expériences des personnes qui l'entourent. Ensuite il va apprendre à vivre en société et intégrer les notions d'échec et de réussites. Ceci sera déterminant pour la construction de sa confiance en lui, car il va avoir des autrui significatifs et aussi une capacité d'auto-évaluation, et donc de perception de ses objectifs. A l'adolescence, nous avons expliqué la crise que traverse l'individu, qui est marquée par une baisse de l'estime de soi. C'est en quelque sorte un désir d'affirmer son identité qui passe par un désir d'autonomie, un réaménagement des relations avec la famille, une importance grandissante des pairs. Pour que l'adolescent conserve une relativement bonne estime de lui, tous ces changements doivent avoir lieu avec un sentiment de continuité de l'identité entre passé, présent et futur. Il y a aussi la réussite dans le travail, dans les interactions sociales et l'intégration de nouvelles valeurs qui sera déterminant pour la confiance en soi de l'adolescent. Nous avons aussi abordé quelques cas particuliers qui

pouvaient ne pas avoir confiance, surtout dans le cadre de l'apprentissage de la musique. Notamment les filles et les femmes, qui restent minoritaires dans le monde de la musique classique. Ce cas particulier existe notamment à cause des préjugés qui peuvent causer une baisse de confiance en soi chez celles qui en sont victimes. Nous avons rappelé qu'il est important d'encourager ce type d'élèves et de les aider à se débarrasser de ces mythes.

Enfin, nous avons abordé la posture du professeur qui prendrait en compte les notions de confiance en soi et d'estime de soi. Alors, un professeur qui saurait donner confiance aurait une passion communicative, qui facilite l'apprentissage de l'élève. De plus, il serait à l'écoute et comprendrait les différentes individualités pour se placer sur le spectre entre guide et accompagnant. Ainsi il pourrait mettre l'élève le plus à l'aise possible, surtout si celui-ci se sent en marge des autres. Pour ce faire il faut aussi développer une relation de confiance entre le professeur et l'élève. C'est-à-dire une relation avec un sentiment de sécurité, de gentillesse, du respect mutuel mais aussi avec une bonne communication. Ce serait une aide pour l'élève à se sentir confiant et avoir la vulnérabilité nécessaire pour essayer de s'exprimer musicalement. Nous avons ensuite proposé des activités pour aider à mettre l'élève en confiance comme la méthode petits pas, l'autonomisation et les moments d'introspection.

Cependant, nous pouvons tout de même rappeler que chaque élève a un rapport différent à la confiance en soi. Ainsi le professeur devrait adapter son discours en fonction des élèves et de ce qu'ils expriment. Un élève plus confiant aura moins besoin de soutien et d'encouragements. Et en fournir trop pourrait avoir l'effet inverse sur la motivation de l'élève. Celui-ci pourrait ne pas se sentir assez stimulé et penser qu'il n'a pas besoin de fournir plus d'efforts. C'est donc une question d'adaptabilité en fonction de notre connaissance des élèves.

Néanmoins, rester consciente des notions de confiance en soi et d'estime de soi en tant que professeure et instrumentiste m'a tout de même beaucoup aidée. En effet, même si je n'ai toujours pas une confiance absolue en moi, j'ai réussi à comprendre et à m'améliorer sur ce point. Cela m'a beaucoup aidée sur le plan instrumental. D'autre part, en tant que professeure, j'ai appris à mieux connaître mes élèves et à mieux m'adapter à eux. De plus, j'ai pu trouver quelques solutions pour les questions de motivation au travail, expression musicale et de manière plus générale, de communication entre professeur et l'élève.

Par ailleurs, je me demande si le rapport au corps et à la respiration ne serait pas à prendre également en compte dans la notion de confiance en soi. En effet, dans *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*, on parle des adolescents et de leur rapport au corps qui peut être difficile et qui peut être une raison pour une baisse d'estime de soi. Et, en tant qu'instrumentiste j'ai appris qu'il est important de se sentir bien de son corps. C'est lui nous sert de moyen pour jouer de nos instruments. De plus, la respiration fait partie de ce rapport et est très importante surtout pour les instruments à vents. Je me demande alors si prêter attention à cela n'aiderait pas non plus à avoir confiance en soi, en particulier sur scène. Guillaume Dionnet prend en compte ces aspects :

*« En concert, quand je peux douter par rapport au jeu, j'essaie de me raccrocher à des choses physiques. Parce que ça peut avoir des atteintes physiques sur moi, et donc c'est la respiration et tout ce qui est posture. Un truc qui marche bien sur moi, c'était les épaules et les bras, tu vois comme on porte un tuba, baisser ses bras, être attiré par le sol. On fait appel à la gravité du coup. Et tout ça me permet de me détendre, d'avoir les épaules, les bras, le dos, le corps détendus et m'aide à respirer. ».*²

D'autre part, je pense que la notion de plaisir et d'amusement dans le travail et pendant une représentation pourrait aider à gagner en confiance en soi aussi.

Sources

- ¹ Définition de la confiance en soi Larousse
<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/confiance/18082>
- ² Entretien avec Guillaume Dionnet – Annexe 1
- ³ Entretien avec Lucie Donet – Annexe 3
- ⁴ Entretien avec Éric Planté – Annexe 2
- ⁵ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.35
- ⁶ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.14
- ⁷ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.18
- ⁸ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. p.85
- ⁹ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.15
- ¹⁰ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.26
- ¹¹ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.41
- ¹² Définition de sentiment Larousse
<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/sentiment/72138>
- ¹³ Définition d'émotion Larousse
<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/émotion/28829>
- ¹⁴ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. p.92
- ¹⁵ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. (Développement sur l'effet Pygmalion) p.25
- ¹⁶ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.51-52
- ¹⁷ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. p.23-27-29
- ¹⁸ OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015. p.50
- ¹⁹ Sources CNM – Centre National de la Musique – www.cnm.fr

- ²⁰ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. p.100
- ²¹ PENNAC Daniel, *Chagrin d'école*. Folio, 2009. p.136
- ²² MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017. p.17
- ²³ MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017. p.122
- ²⁴ MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017. p.70
- ²⁵ PENNAC Daniel, *Chagrin d'école*. Folio, 2009. p.68
- ²⁶ MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017. p.97
- ²⁷ MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017. p.102
- ²⁸ MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017. p.107
- ²⁹ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. p.74
- ³⁰ AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016. p.98

Bibliographie

- AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. Eyrolles, 2016.
- MARTIN Franck, *Le pouvoir des gentils, 16 règles d'or pour rétablir la relation de confiance*. Marabout, 2017.
- OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie, et Emeline Bardou, *100 idées pour comprendre et préserver l'estime de soi*. Tom Pousse, 2015.
- RAVET Hyacinthe, « L'accès des femmes aux professions musicales. L'entrée dans les orchestres symphoniques », *L'Observatoire*, 2014/1 (N° 44), p. 45-48. URL : <https://www.cairn.info/revue-l-observatoire-2014-1-page-45.htm>
- RICAUD-DROISY Hélène, OUBRAYRIE-ROUSSEL Nathalie et SAFONT-MOTTAY Claire, *Psychologie du Développement. Enfance et adolescence*. Dunod, 2019.
- PENNAC Daniel, *Chagrin d'école*. Folio, 2009.

Annexes

Annexe 1 : Retranscription de l'entretien avec Guillaume Dionnet réalisé par téléphone le 15/11/2023

Moi : Qu'est-ce que ça veut dire pour vous avoir confiance en soi ? Avez-vous confiance en vous en tant que musicien ?

GD : Je commence par la deuxième, est-ce que j'ai confiance en moi ? Ça dépend des fois, c'est quelque chose de très fluctuant. Je le vois avec l'âge, je pense que ça a un rapport avec la forme physique. Si je suis reposé, j'ai plutôt tendance à être plus en forme, donc j'ai plus confiance. Si c'est un moment où je ne dors pas pour X raison, je peux plus facilement douter. Ça dépend beaucoup aussi du contexte, si je suis avec des gens que je connais, que j'apprécie, en qui j'ai confiance, je suis plus facilement dans un état d'esprit où je suis confiant, sur ce que je joue, sur ce que je dis, sur ce que je peux apporter à l'instant T (ça peut aussi arriver avec des gens que je ne connais pas). Au contraire, si je suis avec des gens que je ne connais pas ou que je connais et qui me mettent mal à l'aise, je peux très vite me mettre à douter.

Et qu'est-ce que c'est la confiance en soi ? C'est surtout ne pas douter de ce qui est notre socle, ce qui nous représente. Dans le cadre de la musique c'est, au moment du concert, être totalement dans l'action et pas dans l'auto-jugement. Pendant un temps de préparation, de répétition, c'est connaître ses objectifs, et savoir comment y arriver.

Moi : Dans ces moments où ça va moins bien, est-ce que vous avez des méthodes que vous utilisez pour que ça se passe bien quand même sur le plan musical ?

GD : Quand ça va moins bien, soit j'attends que ça passe, soit je me fais violence. Alors dans le temps de répétition, c'est en me faisant violence, en me disant que je n'ai pas à douter parce que ce que je peux ressentir, dire a été préparé. Soit vraiment préparé, soit ce sont des compétences que j'ai acquises, et qu'elles sont là, elles n'ont pas disparu du jour au lendemain. En concert, quand je peux douter par rapport au jeu, j'essaie de me raccrocher à des choses physiques. Parce que ça peut avoir des atteintes physiques sur

moi, et donc c'est la respiration et tout ce qui est posture. Un truc qui marche bien sur moi, c'était les épaules et les bras, tu vois comme on porte un tuba, baisser ses bras, être attiré par le sol. On fait appel à la gravité du coup. Et tout ça me permet de me détendre, d'avoir les épaules, les bras, le dos, le corps détendus et m'aide à respirer. En termes d'état d'esprit, là où j'ai le plus confiance en moi c'est quand je m'amuse, quand j'ai l'impression de m'amuser. Quand je n'ai pas conscience des enjeux, ou qu'ils ne me paraissent pas comme quelque chose de bloquant, de contraignant. J'essaie aussi de me rappeler ce pourquoi je fais de la musique, c'est-à-dire m'amuser.

Moi : Je vais changer de perspective, on va parler du professeur de musique. Quel rôle le professeur de musique a-t-il à jouer dans le développement de l'identité de l'élève et de sa confiance en lui ?

GD : Tout dépend tu ne parles pas pour un pôle sup ou un CNSM, tu parles juste pour des jeunes ?

Moi : Les deux.

GD : Dans l'identité artistique de l'élève, selon le moment de la vie des musiciens, des étudiants, des élèves, on est là pour les guider. C'est un peu plus encadrant que si on disait l'autre mot, qui est accompagnant, qui va laisser plus de libertés à l'étudiant en général. Bien sûr pour les plus jeunes, on sera plus dans un rôle de guide. A nous-même en tant que professeur de montrer, suggérer, imposer les objectifs. Et en fonction des objectifs, les moyens pour les atteindre qui vont avec. En tant qu'accompagnant, on a plus un regard critique sur les propositions des étudiants. Où avec notre expérience, notre expertise, on est là pour dire « tout est OK, fonce » ou « c'est une bonne idée mais les moyens ne sont peut-être pas les bons » ou alors « il me semble que, de par mon expérience et mon expertise, tu fais fausse route, attention ». On est là pour avoir un regard critique par rapport aux propositions des étudiants. C'est un grand résumé, mais je le perçois comme ça. Encore une fois, comme beaucoup de choses ce n'est pas linéaire. Je peux être confronté à des étudiants pour qui c'est l'autoroute, même en DNSPM, je suis plus un accompagnant qu'un guide. Des fois il y a des masters, je suis plus un guide qu'un accompagnant. Il y a les textes

et puis il y a la réalité, et même pour certaines personnes, il y a des périodes où je suis plus un guide, il y a des périodes où je suis plus un accompagnant. Les choses de la vie font qu'ils ont besoin de ça. A moi aussi d'avoir la réflexion nécessaire pour pouvoir m'adapter dans mon rôle.

Et il y avait aussi la question sur mon rôle d'apporter de la confiance ?

Moi : Oui

GD : Ah je n'ai pas répondu. Ce n'est pas simple. Ce que je peux leur apporter c'est, en leur rappelant dans la méthodologie, dans la manière d'aborder l'instrument, tout ce qui est respiration et posture, qui pour moi sont des choses importantes par rapport au jeu. Comme je te disais, je ne suis pas là pour en faire les meilleurs tubistes et euphoniumistes. Des très bons, excellents, les meilleurs possibles mais d'en faire des musiciens intelligents. Et cette intelligence est matérialisée par un maximum de compétences instrumentales, techniques et musicales. Pour pouvoir en fait, quand l'instrument c'est compliqué, pouvoir se reposer sur les compétences musicales. Et des fois quand les compétences musicales sont mises à mal, etc., pouvoir compter sur les compétences instrumentales et techniques. Ne pas être uni-dimensionnel, plus on a de dimensions, plus on a de bouées de secours auxquelles se raccrocher.

Moi : Pour vous, est-ce que l'élève est dans une position active ou passive dans son apprentissage de la musique ? Dans ce cas-là est-ce que vous lui laissez une place pour s'exprimer ?

GD : Le rapport maître-élève est en train d'évoluer, que ce soit dans l'enseignement initial, ou même au CNSM. Bien sûr qu'en tant que professeur, on arrive avec tout un socle de compétences et d'expertise qui font qu'on a les capacités et compétences pour guider et accompagner. Néanmoins, les enseignements, et de plus en plus l'élève au sein d'un dispositif avec toute une équipe pédagogique, des enseignements autour de lui et dans lesquels il peut et doit piocher. Bien sûr que l'élève a de plus en plus sa place pour être acteur et choisir sa propre voie.

Après ce sont de belles paroles et j'y souscris totalement, néanmoins je suis confronté même avec de grands étudiantes et étudiants à des personnes qui aiment bien encore être paternés ou maternés. Donc encore une fois il y a les textes et il y a la réalité. J'ai de

tout en fait, j'ai des gens totalement autonomes et c'est formidable et j'ai des gens qui devraient l'être et qui ont du mal à l'être. Parce que peut-être qu'aussi, dans ce qu'ils ont eu auparavant, il y avait des rapports le « papa de la musique » ou la « maman de la musique » et qu'ils sont restés là-dedans.

Moi : Dans ce cas, comment ces différents profils coexistent dans une classe ?

GD : En général les gens autonomes se font exploiter par les gens qui ne le sont pas. [...] C'est toujours les mêmes qui gèrent ce genre de choses. Donc après c'est la même chose que dans la vie professionnelle, dans un collectif, dans un ensemble de musique de chambre, dans un orchestre, il y a toujours ceux qui mettent les mains dans le cambouis, les mains dans le moteur, qui aiment ça et qui au final en font plus que certains, qui s'investissent, qui acceptent parfois, de recevoir un peu les lauriers de temps en temps et plus souvent (je ne sais pas si c'est plus souvent), acceptent de se faire taper sur le coin de l'oreille parce que ces gens-là sont exposés, et de fait, sont amenés à recevoir plus de critiques. En fait c'est pareil dans la vie professionnelle, c'est juste savoir si tu veux être un leader ou un mouton, entre guillemets. C'est un peu tranché comme vocabulaire, mais en tout cas, les gens moteurs dans une classe, parce qu'autonomes, parce qu'actifs et qui n'attendent pas que tout vienne à eux, ce seront les mêmes qui seront actifs dans la vie professionnelle. Après rien de figé, et les gens peuvent évoluer, mais il y a quand même des bases qu'on retrouve.

Moi : Avez-vous constaté des variations de confiance en eux chez vos élèves et collègues, en fonction de leur âge et de leur genre ?

GD : En fonction du genre, j'ai l'impression que les filles doutent plus. Ou en tout cas qu'elles l'expriment plus. Peut-être que les garçons doutent autant mais font plus les cadors et ne le montrent pas. S'ils ne le montrent pas je ne peux pas deviner s'ils doutent beaucoup. Très clairement, les jeunes femmes ou filles que j'ai eues en tant qu'élèves au CNSM notamment, ont plus souvent exprimé des doutes sur leurs compétences que les garçons depuis que je suis là.

En fonction de l'âge, je ne crois pas.

Sur les étudiants très clairement, j'ai eu un exemple, ce n'est pas une généralité mais j'y crois. Un élève [...] est revenu de l'été où ses objectifs sont devenus très clairs, du coup les moyens pour les atteindre sont devenus très clairs, alors sa méthode de travail qui était, pardon, à chier, est devenue beaucoup plus efficace. Et donc oui, lui qui se confiait beaucoup sur son manque de confiance, il a quand même beaucoup moins exprimé de doutes dans son cheminement qu'auparavant. Donc j'y crois. Ça rejoint ce que je disais tout à l'heure. Si les objectifs, les moyens sont là, on peut toujours y revenir quand on a un doute. Se dire « non, mon socle, ma base, mon objectif, le point de mire que j'ai, il existe » ou alors on peut se dire « j'ai bien travaillé », enfin voilà on peut se rattacher à ces choses rationnelles qui peuvent aider.

Moi : En fonction des variations de confiance que vous observez chez ces différents profils, est-ce que vous avez un comportement différent avec ces différentes personnes ?

GD : Je crois beaucoup au dialogue, juste de poser le tuba ou l'euphonium et on discute pendant le cours. Ou en dehors du cours, c'est là où le temps en dehors du cours est important. Ça ne peut pas pour moi uniquement se régler avec l'instrument dans les mains en disant soutiens plus, joue plus vite, plus fort. C'est un autre travail du prof, tu vois les profs c'est à 16 ou 20 heures, au CNSM c'est 12 heures. Mais en fait il y a tout le travail en dehors, et ça en fait partie, d'échange et au-delà de la préparation personnelle de prof (de cours, ou bien de son instrument, préparer le répertoire des étudiants et compagnie). Pour moi, il y a ce temps de dialogue, d'échange qui est important. Ou moi, ou quelqu'un d'autre si tout le monde le fait, un étudiant, une étudiante se sentira capable de parler, d'exprimer ça. Si c'est le cas pour il ou elle et si c'est avec moi ou avec la pianiste accompagnatrice, l'assistant ou quelqu'un de l'équipe pédagogique, peu importe, mais en tout cas, je crois beaucoup au dialogue. J'ai eu et j'ai ce genre de conversation avec les étudiants.

Annexe 2 : Retranscription de l'entretien avec Éric Planté réalisé le 03/05/2024

Moi : As-tu confiance en toi en tant que musicien et qu'est-ce que c'est pour toi avoir confiance en soi ?

EP : Oui j'ai confiance en moi, mais je ne suis pas né avec la confiance en moi, ce n'est pas vrai.

Avoir confiance en soi en tant que musicien, d'un point de vue général en tant qu'interprète ça veut dire arriver sur scène, que ce soit en orchestre, soliste ou en musique de chambre. C'est arriver dans un état de sérénité le plus total possible. Je ne connais qu'un truc pour ça, c'est le travail en amont. Ça fait un certain temps que je suis à l'orchestre, ça fait 25 ans avec le quintette, j'ai joué plein de fois en soliste aussi. Et te dire que je suis arrivé à 25 ans à l'orchestre et j'arrivais avec une confiance en moi totale, non ce serait faux, mais j'ai travaillé. [...] En plus avec les instruments à embouchure on est plus ou moins bien, ça dépend ce n'est pas tous les jours pareil malheureusement. Et donc il n'y a que la somme de travail qui fait qu'on a toujours une solution pour pouvoir s'en sortir si ça ne va pas. L'exemple ultime, je me rappelle une fois à Lyon [...] je jouais le concerto d'Arutunian, qui est assez difficile, exigeant. Il y avait deux soirs [...]. Et puis, on ne peut pas inventer ça, j'avais 40 de fièvre pour le premier concert. Donc j'ai géré, comme je connaissais mon concerto par cœur j'ai passé une soirée terrible, abominable. En plus, tu te réveilles le matin avec la fièvre, tu prends un petit [...] paracétamol mais je transpirais et tout. J'ai géré, les gens qui sont venus m'écouter ont dit « super, t'es moins investi que d'habitude », j'ai dit oui très bien. Le lendemain les cachets ont fait effet et puis je me suis éclaté. L'idée c'est ça, la notion de confiance en soi c'est du travail, ça se crée et c'est aussi un travail en amont de visualisation, enfin il y a plein de choses qui peuvent aider à ça. Moi je ne crois pas à la confiance en soi qui arrive comme ça, comme si elle arrivait comme un butor. Je pense que pour la confiance en soi il faut être très humble en fait. C'est aussi nécessaire, car c'est avec beaucoup d'humilité qu'on va se dire « ok je ne peux pas prendre les choses à la légère ». C'est aussi respecter son métier, respecter ses collègues et là on peut arriver à avoir de la confiance. D'autant que je pense que c'est plus long en cas d'échec. Ça peut prendre beaucoup de temps à construire cette confiance. Il faut tout faire pour qu'il n'y ait pas d'échec. Un jour j'ai lu un truc de Wynton Marsalis qui disait parmi ses préceptes, ses conseils [...]. Il disait « un mauvais concert ce n'est pas grave, oubliez-le ».

Wynton Marsalis, il n'a jamais fait de mauvais concerts, si, il a fait des mauvais concerts pour lui, mais tout le monde a dit « c'est juste à tomber par terre » évidemment. Ce jour-là je me suis dit « bon si Wynton Marsalis pense qu'il fait des mauvais concerts, ça me laisse un peu de marge ». Donc c'est quelque chose qui s'entretient, qui se cultive.

Moi : Quel rôle le professeur de musique a-t-il à jouer dans le développement de l'identité de l'élève et de sa confiance en lui ?

EP : Il a un rôle essentiel, ce n'est pas le seul mais en tant que référent, il a un rôle capital. Je cite un ancien élève à moi [...] il m'a envoyé son premier CD, avec une dédicace « merci pour tout ce que tu m'as apporté et merci de ne jamais avoir essayé de me changer ». [...] Le professeur qui l'avait eu avant, l'avait insulté, l'avait méprisé, ne l'avait pas mis en confiance, en lui disant qu'il ne ferait jamais rien dans le métier. Alors que c'était une pépite, mais même si ça n'avait pas été une pépite, à tous les niveaux. C'est-à-dire que le rôle dont tu parles en tant que guide on va dire, il faut guider, on amène les élèves quelque part en fait, il faut essayer de trouver le bon chemin. L'importance n'est pas la même entre quelqu'un qui veut faire une carrière professionnelle et quelqu'un que tu vas avoir et que tu vas amener en fin de 1^{er} cycle, en fin de 2^{ème} cycle peut-être vers un CEM. Il faut l'aider à trouver son identité. Alors aussi il faut donner du cadre à tout ça, c'est-à-dire la notion de rigueur, de travail, de respect. On a un rôle formidable parce que malgré cette demi-heure, cette heure, cette heure et demie ou ces deux heures par semaine, on a l'occasion de transmettre des valeurs. Donc le rôle est essentiel, il est capital. J'ai dit un truc à mes enfants quand ils étaient tout petits : « je tiendrai toujours mes promesses ». Et j'ai toujours tenu mes promesses, c'est-à-dire que j'ai pu leur dire « non ça ce n'est pas possible » ou « ça c'est possible », « oui tout de suite », « oui dans un moment », « oui un peu plus tard ». Mais jamais de dire « oui formidable on va partir à New-York la semaine prochaine » alors que c'est complètement faux. C'est la même chose avec les élèves, je pense que pour générer de la confiance, il faut d'abord que les élèves aient confiance en toi. C'est-à-dire être une personne honnête, fiable, sincère (sincère dans tous les sens du terme). Après au-delà de ça [...] il y a encore d'autres choses mais c'est déjà une bonne base. Après j'ai rencontré des élèves qui avaient des problèmes de confiance en eux. Quand tu rencontres un élève qui a des gros problèmes de confiance en elle ou en lui, c'était déjà là avant que tu arrives. La musique est un moyen formidable pour mettre en exergue ses petites failles, il y a peu

de métiers où toute chose qu'on va produire, c'est quand même une exposition énorme de soi-même [...]. C'est à la fois formidable et si on a choisi d'aller vers la lumière, il y a plein de raisons mais ce n'est pas un hasard, le choix de l'instrument aussi est pas un hasard [...]. Donc s'il y a quelque chose qui est antérieur à ce rapport à l'instrument, je ne parle pas d'un élève qui aurait eu un mauvais rapport avec un professeur désobligeant ou malveillant, il y a tout un climat familial qu'il faut avec élégance et discrétion essayer d'investiguer car on ne sait pas ce qui se passe à la maison. [...] ça, ça compte aussi, mais c'est justement un moyen formidable, une chance qu'on a, de pouvoir aussi aider quelqu'un à s'extraire de ça aussi, c'est-à-dire à s'épanouir. [...] Quand on parle de classe, on dit « tel élève est dans ma classe », ça paraît un peu comme ça un peu renfermant, ce n'est pas renfermant c'est parce que l'idée d'une classe, c'est l'idée d'une esthétique générale en fait. Moi mes élèves ils sont à peu près tous pareils, ils ne le sont pas tous en arrivant et ils repartent avec des valeurs partagées mais qu'eux ont apportées aussi, eux ils ont nourri tout ça. Tout ça contribue à la confiance. Après comme je le disais, il y a des cas compliqués, plus difficiles, il y a des gestions d'émotions, alors moi j'ai quelques pistes, on peut travailler par la sophrologie, [...] les choses comme ça. S'il faut envoyer vers une ou un sophrologue, ça peut être une solution. Ce qui est sûr par contre c'est que par rapport aux notions de confiance en soi et donc de stress, j'ai toujours refusé que mes élèves prennent des bétabloquants, des médicaments ou des choses comme ça. C'est quelque chose qui est absolument proscrit chez moi, pour la simple et bonne raison que on peut mettre un pansement sur une jambe de bois, on verra plus l'écharde mais elle sera toujours là, elle sera toujours cachée. Il vaut mieux essayer de travailler plus en profondeur. Et après il y a d'autres choses toutes simples, quand un élève ne fait jamais d'auditions pendant 4 ans et qu'on lui dit tient c'est la fin de premier cycle, joue ton morceau avec une demi répétition avec piano, c'est un coup de bol si ça se passe bien. Alors que à l'inverse, [...] je propose toujours plein d'auditions, mes élèves jouent régulièrement. Même si ce n'est qu'une fois de plus, même si celle-là elle compte un peu plus peut-être, jouer devant des gens comme ça, oui c'était pareil le mois dernier. Il faut mettre en situation en fait, on ne peut pas demander à quelqu'un d'être très performant sachant qu'il ne maîtrise aucun des paramètres et qu'on lui impose des paramètres complètement fous comme ça. Et puis dans ces cas-là je pense que les profs aussi sont tendus. Ça aussi c'est un élément important, c'est qu'un professeur ne doit jamais se mettre en jeu en fait, on n'est pas là pour avoir de l'ego. On peut, c'est important des fois de dire « il s'est passé ça, j'ai fait ça ». Je pense que les élèves ont besoin de chercher à s'identifier, il y a un côté un peu iconique, qu'il faut manier avec précaution. Mais il ne faut pas hésiter à l'utiliser dans le bon sens du terme. Mais il ne faut pas se mettre

en jeu, et je sais que je n'ai pas toujours été comme ça, au début quand j'ai commencé à enseigner j'étais très près de l'élève, j'étais mort de trac pour lui et donc sûrement que j'en communiquais un peu. Sauf que non, si tu prépares bien tes élèves il n'y a pas de danger. Le but du jeu c'est que vous soyez autonomes, comme en ensemble de cuivres ce matin, si je vous dirige tout le temps et que je vous dis « pour le festival, je ne serai pas là », pourquoi on change les règles du jeu, on ne peut pas changer les règles du jeu. Donc plus on est ouverts, plus on est honnêtes, sincères et investis aussi, évidemment, plus ça va marcher. [...] Après le but du jeu c'est toujours ça, sur une progression d'élèves que tu as pu former, tu peux te demander quelle est l'idée, si tu décèles un talent précoce tu peux en faire le prochain Maurice André mais s'il n'en a pas envie, il ne faut pas. Donc, ça aurait pu être Maurice André c'est devenu les super vedettes de leur harmonie. Mais ils n'avaient absolument pas envie de vivre la vie que je vis et que tu vas vivre prochainement ou que tu vis déjà, c'est-à-dire que c'est une vie formidable mais elle ne colle pas à tout le monde. En résumé c'est l'écoute qui est essentielle, et aussi le fait de se remettre en question des fois. [...]

Moi : Comment crées-tu un climat de confiance avec l'élève mais aussi avec la classe de trompette ?

EP : C'est ce que je te disais tout à l'heure, c'est la notion de confiance partagée en fait. Tu ne peux pas demander à des élèves d'être à l'heure si toi tu n'es pas à l'heure. Ça peut m'arriver d'être en retard, la première chose que je fais en rentrant, même si ce n'est que pour trois minutes de retard « bonjour, veuillez m'excuser pour le petit retard ». Ça veut dire que tu les considères et c'est normal. Il n'y a pas de rapport de grand maître, moi j'ai connu ça, j'avais des profs c'était des grands maîtres, ils ne venaient pas et je n'étais pas au courant. « C'est quand le cours de rattrapage ? », tu ne demandais jamais. Tu ne peux pas demander des choses si toi-même tu n'es pas impeccable en fait. L'erreur est possible de part et d'autre et il faut essayer de savoir pourquoi. Il y a aussi beaucoup de doutes, d'inquiétudes, d'angoisses, surtout pour ceux qui veulent en faire leur métier et j'ai vécu ça aussi et je n'ai pas oublié. Donc l'élève qui arrive en retard une fois, deux fois c'est ok mais si ça persiste il faut prendre le temps de discuter avec lui ou elle pour savoir ce qui ne va pas. Mais l'humilier c'est complètement inepte, on n'est pas là pour humilier les gens. Après on peut dire aussi, je parle de respect, à quelqu'un qui est en retard dans une répétition de

groupe « moi je m'en fous que tu sois en retard mais vis-à-vis des copines et des copains ce n'est pas cool, tu ne les respectes pas et quand tu fais ça tu ne te respectes pas toi-même, donc réfléchis à cette notion de respect partagé ». [...] Il faut aussi accepter la différence, ce n'est pas parce que moi j'ai un mode de fonctionnement que tout le monde doit l'adopter. [...] Et le métier il est comme ça il faut énormément de rigueur.

Moi : Quelle place laisses-tu à l'expression des élèves ?

EP : Toute place. Je suis obligé de leur dire très souvent et notamment pour les grands « joue moi les nuances ». Je n'aime pas l'expression il faut exagérer les nuances, j'ai horreur de ça parce qu'il ne faut pas exagérer. Mais je leur dis regarde, là il y a une cadence, pourquoi est-ce que tu te cantonnes à moins ? Une cadence c'est un moment d'expression à toi, pourquoi tu n'y vas pas « bah je ne sais pas », je leur dis non mais vas-y, je te dirai quand ça sera trop. Et je leur dis à chaque fois, et majoritairement, ça n'est jamais arrivé. La majeure partie du temps, c'est les élèves, qui s'auto-empêchent par pudeur et je comprends très bien, j'ai été aussi comme ça.

Donc la place elle doit être la plus libre et totale possible. Alors après, comme moi j'enseigne d'un instrument classique, il y a des codes, sur des concertos par exemple. Ça dépend des endroits, des écoles, des lieux. Ce n'est pas pour les brider, plutôt pour les adapter par rapport aux attentes. Après quand ils jouent en récital en soliste je leur dis : faites ce que vous voulez. Allen Vizutti est venu jouer en France les thèmes et variations de Bitsch sur un thème de Scarlatti. [...] Il l'a fait en respectant complètement l'école française dans toute son histoire et en apportant sa touche personnelle. Et c'est comme ça que j'écoute beaucoup de versions, car je cours le risque ou la chance de me dire « j'aime bien, je fais la même chose qu'eux » en toute modestie. Et donc, dans la notion d'expression, je prône toujours l'ouverture et j'encourage à aller écouter des choses. Et ce n'est pas en écoutant des concertos de trompette qu'on va être bon, c'est en écoutant aussi d'autres instruments ou d'autres arts comme le théâtre ou la danse, il faut aller voir plein de choses. Et indirectement, ça va impacter mon mode de jeu, et encore plus pour les élèves, car à cet âge-là (15-25 ans) ce sont des éponges, donc c'est essentiel.

Moi : As-tu constaté des variations de confiance en eux chez tes élèves et collègues en fonction de leur âge et de leur genre ?

EP : J'ai eu un élève, quand j'ai débuté, qui a 14 ans était le cliché de l'ado et à 17 ans il s'est rendu compte qu'il était homosexuel. On n'en a jamais parlé parce qu'il ne m'en a jamais parlé et moi je n'avais pas à lui en parler, s'il avait voulu on aurait pu échanger. Son mode de jeu a complètement changé, c'est drôle. Je l'ai revu quelques années après et il m'a remercié de pas l'avoir changé et de ne jamais avoir abordé ça. Mais par contre, son mode de jeu a évolué, c'était un jeu un peu impétueux, puis quand il a trouvé sa voie, son jeu s'est adouci. Je pense que la trompette est un instrument compliqué. Tous les instruments ont leurs difficultés mais la trompette il y a beaucoup de choses qui se mettent en jeu. Particulièrement pour la notion de confiance en soi, il y a des variations physiologiques qui interviennent avec le temps, je ne jouais pas de la trompette pareil à 15, 20, 30, 40 ans. Il y a forcément des variations, tu remarqueras que très rarement dans les orchestres, le trompettiste part à la retraite, trompettiste solo, c'est assez rare. Beaucoup, arrivés à un certain âge ne veulent plus faire ça et préfèrent le boulot de 2^{ème} ou autre qui est moins exigeant. Je pense qu'il faut se préserver et faire attention à son hygiène de vie, il faut fonctionner comme des sportifs. Je ne jouais pas de la trompette de la même manière avant et après avoir eu mes enfants, il y a peut-être une sensibilité supplémentaire, mais surtout une capacité à relativiser les choses aussi (« ça remet l'église au milieu du village »).
[...]

Qu'est-ce qui évolue dans nos modes de jeu : être à l'écoute de soi. Et moi j'ai un référent à l'orchestre, un tromboniste. On a un contrat tous les deux, je lui ai dit « si un jour je fais n'importe quoi et que je ne m'en rends pas compte, tu me le dis », parce qu'il y a une protection qui se met mentalement de manière inconsciente. Et puis pour revenir sur l'adolescence, c'est un cap très particulier, avec une construction personnelle, qu'il faut écouter, des fois cadrer. [...] En 1970 la réforme des conservatoires a mis comme thème principal l'élève au cœur du projet. Moi j'ai toujours pensé à ça, et ça ne fait pas longtemps que c'est vraiment effectif. Il y a des endroits où ça ne l'est pas mais l'élève est au cœur du projet, il n'y a absolument rien d'autre qui compte. Mais comme la jeunesse est au cœur du projet, si le jeune fait une connerie, c'est parce que les vieux ont fait une connerie avant lui et qu'ils ne lui ont pas expliqué qu'il ne fallait pas les faire. Ce n'est pas la faute des jeunes, ce qu'on doit préserver absolument c'est la jeunesse, il faut la cadrer mais il faut aussi lui dire oui, et puis l'encourager.

Moi : Tu veux rajouter quelque chose ?

EP : La confiance en soi ça reste une question difficile parce que ça dépasse le cadre de l'instrument, et l'instrument est une loupe, enfin la musique, les arts en général. A partir du moment où on est sur une interprétation c'est très personnel et momentané. Un écrivain, c'est un artiste, il va avoir l'angoisse de la page blanche, mais il va pouvoir recommencer, il va pouvoir refaire son livre. Il va pouvoir prendre 6 mois pour dire tenez voici mon travail, il le pose là et c'est édité ou non. Nous c'est différent, tu travailles et à un moment tu as 3 minutes pour être bon. Ça reste très difficile. Je pense qu'on a un métier très particulier, on a une expression artistique très particulière, c'est presque pire chez les danseurs et danseuses je trouve. Il faut tenir compte aussi de l'environnement sociétal. [...] J'étais ado dans les années 80, c'était la crise, c'est angoissant. Mais est-ce que maintenant avec le poids qu'on fait peser au quotidien, ce ne serait pas aussi angoissant ? Ça veut dire que nous les plus vieux on doit aussi être là pour encadrer et pour donner du positif et la musique ça sert à ça.

Annexe 3 : Résumé de l'entretien avec Lucie Donet réalisé par téléphone le 29/01/2024

Qu'est-ce que c'est pour vous avoir confiance en soi ? Avez-vous confiance en vous en tant qu'artiste ?

Résumé de la réponse de LD : Elle n'a pas confiance en elle. Elle pense qu'on peut faire des projets sans avoir confiance en soi, que ce n'est pas forcément la confiance en soi qui importe, plutôt la confiance accordée aux autres sur le projet. Aussi, le manque de confiance en soi n'est pas un prétexte pour baisser les bras.

Quel rôle jouez-vous dans la construction de l'identité de l'élève en tant que prof ?

Résumé de la réponse de LD : Pense son rôle de professeure comme un prétexte pour que ses élèves expérimentent, comme s'ils étaient dans un laboratoire. C'est une technique qui marche selon elle pour que les élèves se trouvent eux-mêmes. Elle est là pour donner du matériel qui les aide à progresser.

Elle oblige ses élèves à aller voir des spectacles. Les projets collectifs sont toujours faits dans la bienveillance et dans la bonne humeur. C'est une atmosphère qui encourage les élèves à donner le meilleur d'eux-mêmes le plus possible. C'est d'ailleurs son point de départ pour construire son cours, elle met peu d'importance sur la technique. Ce qui importe c'est le vrai, elle passe donc par la réalité humaine, et laisse ses élèves faire pour qu'ils apprennent.

Comment créez-vous un climat de confiance avec les élèves ?

Résumé de la réponse de LD : Elle essaie de distribuer équitablement le temps de parole et les actions des élèves, pour que chacun soit reconnu de la même façon. Ils ont tous la même chance, il n'y a pas de favoritisme. Après une représentation, elle demande toujours des retours individuels et collectifs, toujours en présence du groupe en entier. Puis elle organise des moments conviviaux pendant le montage d'un spectacle et à l'issue de celui-ci. Les plus grands peuvent manger avec elle pendant la pause repas et vont aux spectacles avec elle.

Quelle place laissez-vous à l'expression de vos élèves ?

Résumé de la réponse de LD : Cela dépend des âges, elle laisse toujours des idées, cela fait partie de son « laboratoire ». Elle pense que l'expression de soi à travers le texte est nécessaire.

Les plus grands écrivent des mises en scène, improvisent, ont des débats ouverts. Elle s'oblige à aller vers les plus renfermés.

Avez-vous constaté des différences de confiance en eux chez vos élèves et collègues en fonction de leur âge et de leur genre ?

Résumé de la réponse de LD : Les adolescents sont moins à l'aise, car ils vivent beaucoup de changements brusques. Les filles expriment plus de questions de légitimité, mais elle n'est pas sûre que ce soit un manque de confiance en soi. Il faudrait avoir confiance dans le regard des autres, le trac reste une réalité « le trac vient avec le talent ».

Annexe 4 : Le cercle vertueux de la réussite

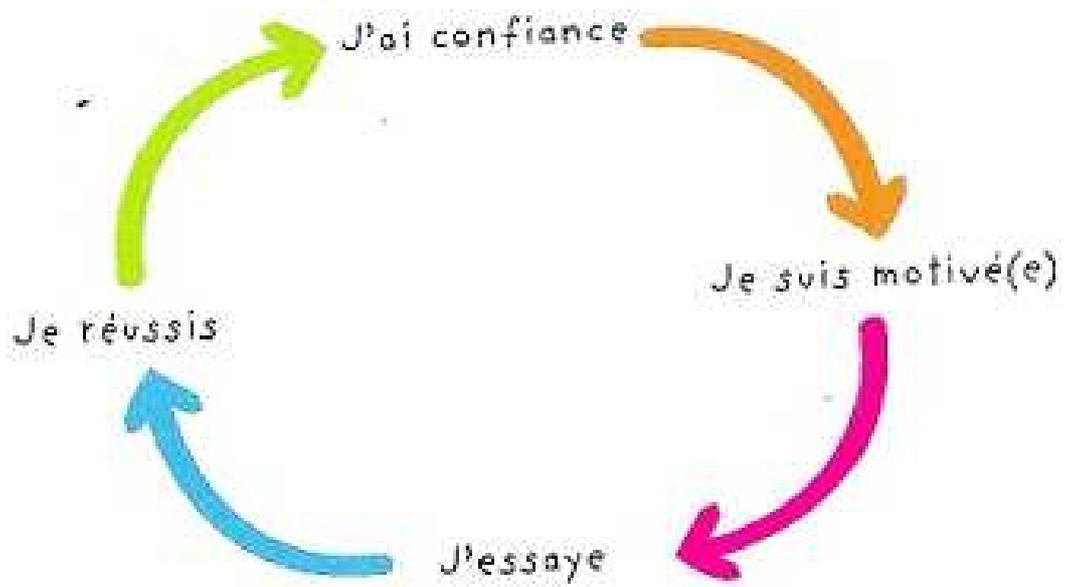


Schéma tiré d'*Apprendre autrement avec la pédagogie positive*. AKOUN Audrey, et PAILLEAU Isabelle, Eyrolles, 2016.

