

# LA VOIX CETTE INTIME, ÉTRANGÈRE

Petite écoute d'accueil / VOIX TRES DIFFERENTES

Isabelle Repinçay , Février 2013

« On ne commence pas par raisonner, mais par chanter » JJ ROUSSEAU

« Quand les mots manquent, la musique est là pour porter secours, la musique est mère du langage » Josée Préfontaine (musicothérapeute canadienne)

Chacun de nous a fait l'expérience d'écouter sa voix enregistrée, nous n'aimons généralement pas notre voix, nous ne nous reconnaissons pas, le son entendu ne correspond pas à celui qu'on entend lorsque l'on parle. Un malaise advient. Comme si nous n'étions pas celui/celle que nous pensons être. (en photo, il s'agit en fait du problème du miroir, l'habitude de se voir inversé et en photo dans l'image que l'autre voit)

Il nous faut nous réconcilier avec une partie de nous-même, que nous utilisons tout le temps, à force de s'entendre, une sorte de fusion de fait entre l'intime et l'étranger de la voix, entre la voix du dedans et celle du dehors, ....., une reconnaissance de cette partie de soi qui va au dehors, ....

Cette réflexion autour de la voix se réfère à différents articles, livres, narrations de soins réalisées par des collègues de-ci-delà.... Cela fait suite à des interrogations face à la clinique rencontrée, et aussi à un questionnement personnel sur la voix. (Puisque vous n'êtes pas sans savoir que je chante à d'autres heures gagnées et non perdues, je me frotte donc directement à ma voix, cette intime étrangère que j'apprivoise, tente de faire résonner avec d'autres, au-delà bien souvent de raisonnement très conscient...).

Nous aborderons la question du sonore, la voix, l'écoute, la communication, le lien à l'autre.... Nous essaierons pour les plus téméraires que nous sommes TOUS, de nous laisser cueillir par nos sensations au travers de petites expérimentations, sans danger..... Confiance...

La voix nous concerne tous, nous travaillons avec, il ne s'agit pas seulement là de vous parler de prises en charge possible avec la voix comme support, mais aussi d'ouvrir des questionnements qu'apporteront peut être ce petit temps. Cet échange déploiera peut être alors chez vous plus de question que n'aura organisé de réponse, mais c'est peut être cela le but : se mettre en recherche, en mouvement.... Dans cette présentation, je reviendrai souvent sur le bébé et son rapport au sonore

Je parle, vous m'écoutez.....

On pourrait chanter, ensemble et s'écouter ensemble, c'est cela la magie de la musique, et ici du chant....

**prénom parlé, chanté , salina** Intervention des uns des autres, rapport à la musique, dans les groupes de musicothérapie

## 1 – OUVERTURE : Le sonore :

Avant de parler de la voix en elle-même, il convient de parler du sonore. Matière impalpable. Notion que l'on ne questionne pas d'emblée. Le visuel étant actuellement mis souvent en avant ; Pourtant le son est partout, et nous n'avons pas toujours conscience de l'expérience psychique que le sonore induit dans notre rapport au monde. vivre dans l'univers sonore dont on n'a pas vraiment conscience. Son que l'on ne peut arrêter, question du caisson de silence qui rend fou, destructeur très rapidement. Expérience sonore qui fait intrusion en nous, nous gêne, et qui entraîne en permanence une nécessité d'accordage au sens même du musicien.

Le son est tout d'abord une intrusion, le son traverse le tympan, le corps, les os, les murs.... On entend malgré soi. Dès que je dis cela, je me surprends peut être comme vous en cet instant à écouter, à tendre mon tympan (drum en anglais), mon oreille et nous entendons tout..... tout ce que nous n'entendions plus vraiment, nous écoutons et notre attention se déploie à 360°. Nous percevons dans ce mouvement d'écoute la capacité que nous avons à limiter l'accès du sonore à notre psychisme, aux filtres que nous mettons en place sans nous en rendre compte pour porter notre attention sur tel son, tel mot. Ceci nous renvoie donc à la question des limites et des enveloppes. (cerveau reptilien; l'oreille est un organe de vigilance)

Le sonore est à conjuguer donc avec l'audition, et je vous propose un bref aperçu du travail du bébé autour de cette question.

L'audition est le premier sens en place chez le fœtus, à 4mois 1/2 ; un accordage se fait déjà entre le bébé et sa mère, entre le bébé et les émotions de sa mère, entre le bébé et l'extérieur. La première étape de la voix est le cri, à la naissance. A 3 mois, le bébé produit des lallations, des reproductions de sons pour le plaisir, le bébé explore ses organes vocaux. On voit bien déjà combien la voix s'inscrit dans un rapport personnel au corps, (les sons L M I A sont des sons provenant directement de la succion, du plaisir) des percussives R, proviennent d'émotions autres, comme la colère, l'impatience....). A 7 mois, le larynx du bébé descend, la langue se retrouve en angle droit (grande différence avec les singes ont la langue reste droite) et c'est le moment du début des babillages, et de l'émission des sons propres à chaque langue maternelle, jusqu'à faire coïncider ses productions avec ce qu'il entend. Il a été remarqué dans diverses études que la quantité de babillages dépend du fait de la quantité de parole qu'il entend et qui lui sont adressées. Il reproduit l'enveloppe globale des sons. C'est une occasion pour le bébé de se donner des sensations agréables, au niveau du diaphragme, du larynx, pharynx, palais, la langue, les dents, .... Peu à peu une synergie s'opère entre ses perceptions auditives et ce qu'il produit au niveau phonatoire. Ces plaisirs sont exactement ceux du chanteur. Le schéma vocal se met en place (analogue au schéma corporel) A un an 1/2 l'enfant commence à parler. Sa voix perd peu à peu de sa liberté d'expression vocale dans le langage, mais on retrouve des expressions plus libres malgré tout dans les cours d'école par exemple. Dans certaines langues le même mot signifie des éléments très différents, c'est le ton utilisé qui donne la signification (par exemple en Vietnamien). Pour anecdote, à 4 ans l'enfant est en capacité de reconnaître l'harmonie d'un accord parfait « do mi sol do » ;

*l'émotion est toute dans le sonore.*

Nous observons ici que la question du sonore nous convie dans deux axes, le langage qui est la communication dite digitale, et le chant, la mélodie, qui est la communication dite analogique ; nous jouons avec les deux en permanence. Nous en perdons un quelquefois mais chacun de nous a en soi sa musique, ses musiques comme une intimité partageable aussi quelquefois

(Kélian F et les bourdons) question du son imaginaire, le son dans l'air, la spirale sonore, k me fait jouer....

**salina**

## **2 –OSTINATO : Problématique des limites :**

Cette notion renvoie donc à la problématique des limites. Les relations du dedans et du dehors sont les notions les plus insistantes dans l'expérience subjective du sonore ;

Marie France Castarede : Anzieu a beaucoup écrit sur les enveloppes et notamment l'enveloppe sonore. Il évoque l'enveloppe sonore du soi, qu'il décrit comme un miroir sonore qui s'installe entre le bébé et son environnement et qui fonctionne dès avant la naissance. Il y a donc une préséance du sonore sur le visuel. La voix ressort bien du bruit de fond, le fœtus reçoit par transmission osseuse la voix de sa mère. Cette voix est reconnue parmi d'autres, grâce à la perception du rythme et de l'intonation. Le sonore introduit avant même le tactile la notion d'extérieur et d'intérieur ; le soi qui précède le moi se forme comme une enveloppe sonore dans l'expérience du bain de sons concomitant à l'allaitement et aux soins maternels. Ceci préfigure le moi peau et sa double face tournée vers le dedans et le dehors, puisque le sonore est composé de sons provenant de l'environnement et du bébé lui – même. De Freud, c'est la mère qui instaure la compréhension mutuelle : « la voie de décharge,(le cri) acquiert ainsi une fonction secondaire d'une extrême importance : celle de la compréhension mutuelle »

Nous entendons tous de façon différente. Jusqu'où entendons-nous ? De façon consciente ou inconsciente ? Cet espace d'écoute est ce que Edith Lecourt appelle l'intervalle sonore du soi. Cet intervalle sonore du soi est en construction permanente, jamais totalement acquis. Il y a une fragilité de l'enveloppe sonore (par exemple lorsque l'on est malade, ou quand un voisin fait trop de bruit, quand nous sommes stressés par un travail, une échéance à tenir,...) cela peut développer une sensation proche de la paranoïa.

(Pauline B : jouer de la flûte, il faut boucher les trous, je suis ouverte/fermée)

La codification du sonore se fait en permanence. Le son c'est : du bruit, des signaux, des mots, de la musique, le silence..... Les repères de la voix de la mère (au niveau acoustique, vibratoire, ...) sont très importants. Le bébé n'a pas les moyens de dire, de penser même son environnement sonore, ce sont des empreintes qui ont un impact global, car il ne peut différencier les sons. Le bébé déborde du son, il le produit et le subit de tous côtés, tout son corps est pris par ces sons qui le déborde. Cela entraîne des réactions globales massives. Il y répond massivement dans son corps et son psyché, tout répond en même temps, ce qui donne la colique, car il n'a pas les moyens de comprendre, de distinguer. (colique – maux de tête près des aéroports, fréquences

sonores basses, inaudibles mais présentes, expérience de sons de basse, près d'enceintes, résonnance dans le ventre, ou cor de chasse)

L'environnement maternel est essentiel, la mère va faire une traduction des sons pour le bébé, (de danger ou pas) c'est le filtre de la mère qui est transmis au bébé, le bébé en bénéficie, c'est ce qui constitue l'enveloppe sonore du bébé. On retrouve ce même mouvement dans le travail de musicothérapie. Le bébé déploie ses cris et envahit l'espace, l'adolescent fait de même avec la musique à fond et les fenêtres ouvertes. Telle dictature impose telle musique et garde à vous, toutes les dictatures commencent par une censure sonore. Le son est un organe essentiel du pouvoir.

Il faut faire des filtres (cf. Fonction alpha de Bion) il y a transformation d'éléments bêta en fonction alpha, qui s'inscrivent dans une pensée. Le bébé doit se construire des barrières, des enveloppes psychiques du sonore, indispensable pour dégager des espaces de silence, qui sont les espaces nécessaire pour penser.

Et beaucoup de pathologie viennent de cette absence de barrières psychiques, d'enveloppes psychiques. Particularité de la voix chez l'autiste, segmentation, timbre de la voix, (ex Sirine), passage de l'enveloppe du mot vers le sens du mot, (ex Tévéc).

On peut ainsi par exemple appréhender la boucle rythmique du geste répétitif de l'autiste, afin de la traduire musicalement, et de la développer.

(Alexia F et l'écoute : berce moi)

Ex : voix projetée, mains oreilles, devant, en porte voix, vers quelqu'un. Une note, un son, jacuzzi sonore

Le son a à voir avec la double dimension intrusive/débordante mais aussi avec la perte :

Le son à peine émis est déjà perdu, le son est abstrait. La musique, la voix du thérapeute, travaille sur la perte, .... Sur le rapport à l'autre, au groupe, à la construction de la pensée. Ainsi en soin on peut travailler sur ce qui reste dans la tête... ex toiha et la chanson douce....au hasard d'un jeu au piano.... « que me chantait ma maman, que me chantait mon papa » subtilité dans le jeu au piano, qui lui permet de joindre le son aux mots.... Cela prend sens pour lui, construction de parents interne qu'il peut retrouver au travers de la pensée de cette chanson)

Toiha : le monde est, existe, j'existe au monde (question géographique, question de son monde interne)

### 3 – MOTET : verbal – non verbal

Exprimer : ex-primer, faire sortir le jus, le suc, énoncer sa pensée, dévoiler un peu de soi, faire sortir un peu de soi au dehors

L'homme a donc besoin de deux codes sonore pour communiquer :

- Le langage : Pour ses espaces de pensées, au-delà des émotions, l'homme a inventé ce code, du sonore transformé (communication digitale)
- La musique, le chant, Le jeu avec les sons inventés par l'homme dès l'apparition du langage. C'est un espace de plaisir, de jeu. Un espace sonore particulier, ou il n'y a pas d'intérêt purement sémantique ; (communication analogique)

Anzieu parle de l'enveloppe psychique, ces deux codes constitueraient les deux faces de l'enveloppe sonore psychique. Voir dans le Moi peau,

En musique l'improvisation est une forme de composition spontanée. Cette communication non verbale, qui passe par la sensibilité des personnes, est un lien entre l'intériorité du musicien-soignant et celle du patient, l'instrument de musique, la voix (onomatopées) sont le vecteur, créant ainsi une passerelle de communication entre deux intimités profondes. jacob

On joue sur la reformulation musicale, la transformation, la traduction en musique de cris, de sons.... Le sonore sous sa forme musicale et non – verbale permet d'entrer en communication avec des émotions refoulées (Toiha), la musique vient chercher au fond du patient une émotion non exprimée afin qu'il parvienne à verbaliser. Cela permet aussi de dédramatiser des expériences traumatisantes, en les revisitant avec un petit écart.

### 4 – CODA : La voix, le corps .

*Voix aiguë, basse, faible, fluette, forte, grave, grêle, imperceptible, profonde; voix argentine, chantante, claire, flûtée, harmonieuse, mélodieuse, musicale, suave, bien timbrée, vibrante; voix métallique, monotone, perçante, pointue, sèche, stridente, traînante, vulgaire, zézayante. Voix de crécelle. Voix de polichinelle .Voix de rossignol. Voix de stentor. Voix de violoncelle.*

*Voix de sirène. Voix éraillée, enrhumée, enrouée, essoufflée, fatiguée; voix avinée, pâteuse; voix qui s'altère, se brise, se casse, s'étrangle, traîne, tremble; rééducation, vieillissement de la voix. .Voix cassée Voix caverneuse*

*Voix affectueuse, aimable, amusée, attendrie, caressante, cordiale, gaie, joyeuse, riieuse, songeuse, tendre; voix autoritaire, bourrue, courroucée, étranglée, furieuse, glapissante, gouailleuse, impérieuse, indignée, ironique, irritée, mordante, sévère, solennelle, terrible, timide, tonitruante; voix calme, changée, déchirante, défaillante, désespérée, ferme, frémissante, inquiète, plaintive, résolue, sûre, tranquille, tremblante. Voix chevrotante. Voix eunuchoïde*

**« La voix est un sens. Le sens de l'affect le plus grand qui soit dans toutes ses variations. L'affect de dire le vivre (.. ) la vie intellectuelle est incompréhensible, impossible sans l'affect (...) la voix c'est du sujet » h.**

## **Meschonnic (le théâtre dans la voix)**

La voix en musique peut se faire soliste ou polyphonique, c'est-à-dire que simultanément chacun peut exprimer sa voix, il n'y a pas le tour à tour nécessaire dans le langage. Cette expérience renvoie au groupe.

### **Extraits musicaux / exercice de se serrer les épaules et la tête dans les bras, et de chanter, ou debout dégager, salina**

Le son est une vibration de l'air, la voix est un jeu subtil avec la vibration de notre corps et de l'air. Nous émettons des sons en utilisant des organes spécifiques mais l'ensemble du corps est sollicité, on chante difficilement en ayant la tête en bas, en se serrant les épaules et la tête dans les bras, il faut une certaine détente et une tenue du corps dans le même temps.

Pour produire de la voix, le corps humain utilise un système complexe mettant en jeu le corps. Pour produire la voix :

- De l'air avec la respiration, Dans la respiration, il y a l'inspiration et l'expiration. Mise en action du diaphragme, des abdominaux....
- Un vibreur avec le larynx, armature solide, des organes mobiles, permettant l'ouverture et la fermeture, 2 cordes vocales (muscle et ligament) ; elles se mettent à vibrer en s'accolant pour former un son.(une vibration de l'air) (sphincter / déglutition : émotions, stress, danger...)
- Des résonateurs, cavités que le son laryngé traverse avant d'arriver à l'air libre : pharynx, cavité buccale, naso-pharynx et fosses nasales....D'autres organes dont dépendent la taille et la forme des résonateurs : les mâchoires, la langue, les muscles du pharynx, le larynx, le voile du palais, les lèvres

La voix est caractérisée par 3 paramètres acoustiques

- la hauteur ou fréquence ou tonalité : elle est exprimée en Hertz.  
La fréquence fondamentale est le nombre de cycles d'ouverture-fermeture des cordes vocales par seconde, rendant compte d'une voix grave, médium ou aigue naturellement. Dans la parole, la hauteur de la voix varie en permanence, c'est l'intonation, qui lorsqu'elle est riche confère à la voix des qualités esthétiques et de communication.
- l'intensité : exprimée en décibels, qui elle aussi varie dans la parole, permettant de passer d'une voix murmurée à une voix projetée. Elle est réglée par la pression d'air sous glottique.
- le timbre : qui permet d'identifier une voix et de la reconnaître. Il est en général décrit par des adjectifs, tels qu'une voix « chaude, nasillarde, métallique, sexy ... ».  
( = timbre extra-vocalique) + timbre vocalique : couleurs des voyelles  
La mobilité du voile du palais et de la langue, la tonicité des lèvres et des joues jouent un rôle important dans sa richesse, de même que la qualité de la muqueuse qui tapisse les cavités de résonance.

Il arrive que l'on observe des discordances entre le ton employé, entre la voix et le contenu de ce qui est dit, entre la voix et le langage corporel. La voix est identificatrice, (sexe, âge, physique, origine géographique, santé, niveau culturel...) la voix trahit notre état émotionnel, même si l'on veut le cacher, voix qui vacille quand on prend la parole et que le propos est chargé émotionnellement)

Dans les formations de phoning on apprend aux opérateurs à « sourire au téléphone ».

Découvrir sa voix, c'est découvrir, au sens aussi d'enlever la couverture, laisser affleurer une partie de soi que l'on ne connaît pas, ressentir les vibrations en soi, laisser aller au dehors ces sons dont on ne sait pas toujours comment ils vont sortir,... faire confiance aussi, se faire plaisir surtout.

P37 au commencement était la voix.

Le son chanté dans une autre langue, permet l'accès direct à l'émotion

**Chant : Attass attass ; la répétition (un petit peu pas pareil) simone Urwand, permet de jouer , de mettre du jeu, de l'air dans les rouages,**

**Ilona : jouer ensemble ou l'une après l'autre , comme si jouer ensemble pouvait entraîner une fusion, une difficulté à rester séparer.**

## 5 – CONCERTO : L'écoute :

Quand on parle de la voix, du rapport au sonore, la notion d'écoute est sous-jacente. **L'écoute suppose un autre.** L'homme ne fait pas que parler, il écoute. Au sens du grand autre de Lacan. On peut suivre une partition dans un orchestre sans entendre l'autre. Dans l'improvisation, on est prêt à l'imprévisible de l'autre, des autres, ce qui suppose une écoute empathique. Un accordage permanent

- Ecouter un orchestre symphonique permet de se perdre, de se laisser porter, de faire l'expérience du portage, dans une sécurité de base assurée.
- Ecouter un quatuor, induit une écoute rapprochée, dans une plus grande intimité de relation.
- On peut aussi écouter un soliste, un soliste et son orchestre. Se focaliser sur un instrument et le détacher de l'orchestre, c'est un travail de psychique de différenciation

On sent bien qu'il y a un lien entre notre façon d'écouter et notre lien à l'autre, au groupe. L'écoute suppose l'accordage de soi à l'autre.

Certains morceaux de musique, à chacun les siens, nous émeuvent, nous plaisent, sont liés souvent à des souvenirs, à des moments de notre histoire, des états psychiques, .... Dans certains morceaux de musique, c'est un passage, une note en particulier qui nous ravit, suscite une émotion que l'on peut retrouver à loisir en la réécouter. On écoute certaines musiques, à certains moments de la vie, de la journée.

Il peut être très intéressant de prêter attention à ces petites musiques, chansons qui s'imposent à notre esprit et qui nous suivent tout au long de la journée jusqu'à

l'agacement quelquefois. Cela peut être « amusant » de les noter sur un agenda, en y ajoutant notre état émotionnel. Cela peut être le contraire, en concordance, déroutant, ça n'est jamais fortuit.

Delacroix, Chopin et George Sand évoquent ensemble la note bleue, celle qui nous fait chavirer dans un morceau, celle qu'on attend, qui nous parle, nous rejoint, nous émeut

« Chopin est au piano et il ne s'aperçoit pas qu'on l'écoute. Il improvise comme au hasard. Il s'arrête.

- Eh bien, eh bien s'écrie Delacroix, ce n'est pas fini !

- Ce n'est pas commencé. Rien ne me vient... rien que des reflets, des ombres, des reliefs qui ne veulent pas se fixer. Je cherche la couleur, je ne trouve même pas le dessin.

- Vous ne trouverez pas l'un sans l'autre, reprend Delacroix, et vous allez les trouver tous les deux

- Mais si je ne trouve que le clair de lune ? Vous aurez trouvé le reflet d'un reflet.

L'idée plait au divin artiste. Il reprend, sans avoir l'air de recommencer, tant son dessin est vague et comme incertain. Nos yeux se remplissent de teintes douces qui correspondent aux suaves modulations saisies par le sens auditif. Et puis la note bleue résonne et nous voilà dans l'azur de la nuit transparente..»

George Sand : J'ai passé la moitié de la journée avec Delacroix in Impressions et souvenirs

La plupart du temps, nous n'aimons pas notre voix, exemple sur les répondeurs téléphoniques, la voix que l'on entend ne correspond pas à celle que l'on perçoit lorsque l'on parle. C'est lié au fait qu'on l'entend par conduction osseuse ; il faut du temps pour réconcilier les deux perceptions et qu'elles n'en fassent qu'une.... C'est un travail d'acceptation de soi,....

En musique, les mots chantés sont prononcés différemment que dans le langage, on traîne sur une syllabe, on la répète, on la raccourcit, ce processus est au service de l'émotion qui est visée, et pour le compositeur, c'est souvent inconscient.

La musique, le chant s'inscrivent dans le corps, cela crée un mouvement à la fois psychique et corporel.

S'essayer à écouter, la musique, des chants, modifie la qualité d'écoute de l'Autre, et permet un accès à la différenciation, à un travail psychique de singularisation.

## **6 – RUBATO : Le chant, la musique :**

La musique prend en compte le rapport au temporel, à la répétition (refrain...) à la possible variation, (le un petit peu pas pareil de Simone Urwand, qui permet ce petit pas de côté, la subjectivation)., la répétition, le rapport au temps, la variation même minime, c'est déjà un écart.

La musique, par son aspect ludique est un espace permettant un bon investissement du fonctionnement psychique, en offrant un espace de repos, par son côté contenant, dans le plaisir du jeu. Il met en place le lien. On chante ou on entend chanter un groupe. Le travail musical et ici vocal relie la personne au rythme, à la différenciation grâce à l'expérimentation de l'espace entre 2 sons, à la hauteur d'un son (de la voix par exemple), les timbres différents.... ;

Le chant organise la phrase, le mot différemment du langage, par ce jeu de répétition, de mots prononcés différemment (en appuyant une consonne) ex j'ai mon mari, j'aime mon mari.... Prend pas un sérusier... te gagnera des pistoles,.... Plage Léon N° 12 dans ma rou rou roulotte aspect ludique

Le chant nous place dans une chronologie, musique d'hier, mais chantée aujourd'hui, elle permet de déployer le passé dans un présent acceptable.... Ex l'infanticide...

Le code musical :

- Axe longitudinale avec une seule voix, la dimension temporelle n'est pas la même qu'une musique, ex en musique la répétition est importante.
- Il y a un autre axe : l'axe vertical, C'est la dimension groupale que nous offre la musique permet d'exprimer des ambiances groupales qui sont souvent inexprimables dans le verbal.

Dans la musique, il y a ouverture du présent psychologique, (FRAISSE)  
La musique permet d'élargir le présent psychologique, l'impression de durée se développe, sur cet instant dans la musique, grâce à ce que les sons nous donnent.

Ex Tony , rapport au temps, au volume, réinvestissement des apprentissages

Avec la musique on peut élargir notre présent psychologique. Apprendre à chanter, c'est apprendre à jouer avec ses vocalisations, à les maîtriser, à les affiner, les colorer, comme un babillage hautement cultivé et sophistiqué. Dans une leçon de chant, l'élève travaille « en confiance » avec son professeur, et doit apprendre à travailler seul, à s'autonomiser, comme l'enfant a besoin d'une mère « suffisamment bonne » dans les premiers temps de la vie pour sortir peu à peu du soliloque et s'initier au balbutiements de l'échange. Accueil de soi de l'autre.

**La détente.** La détente psychologique ; pour chanter il faut maîtriser la technique mais aussi se détendre, on trouve des réticences à cette détente qui correspondent à la difficulté à se laisser aller à perdre le contrôle de soi, à une régression (zone de préconscient et vers un état infantile de relation à la mère), se déposséder de ses exagérations névrotiques.

**Le souffle et la respiration** Respiration costo-abdominale, sorte de communication vivante entre le haut et le bas du corps. Comme celle du bébé : douce, continue libre. Elle va du bas vers le haut.

## 7 – la voix et le soin psychique

***Cf Joyce MacDougall (psy anglaise) : elle travaillait avec le corps pré-oedipien et la difficulté d'exprimer ses affects. Deux psychiques au service d'une personne :***

*« Notre savoir se limite au constat que cette situation, où deux personnes se sont mises au travail, au service d'une entre elle, fournit une forme de relation et contribue à la création de cadre de travail unique dans le monde des relations humaines : il met en branle un processus d'interactions où deux espaces psychiques, deux mondes internes cherchent à se rencontrer »*

Travail de mise en jeu de filtres, (ne plus entendre le dehors, rester dans la séance).  
Elargir son présent psychologique (écouter des nouveautés, s'ouvrir, s'offrir du silence)

La voix peut être support de soin, soit comme préambule à une prise en charge, soit au fur et à mesure d'une prise en charge. Ex : Ilona – chanson vers sa propre chanson.

L'écoute peut être support d'association d'idées, ex en service d'anorexiques à Paris, où les femmes parlaient des voix des soignantes (agréables/désagréables) en réaction à une écoute. L'occasion de parler des voix de leur mère. Un cycle d'écoute de voix de femmes a suivi ;

En proposant des écoutes différentes à la suite on suscite des émotions, et c'est cela qui pourra alors être le support de travail. Ou bien travailler sur une recherche de bain sonore, d'enveloppe. Ex Toiha

On peut travailler sur la concordance entre le corps et l'émotion, entre la reconnaissance de ces émotions, dans un partage. Le soignant se mouille dans ce travail (Ex Tida Hallan et Grand corps malade), et comme le dit Isabelle Jullian, il faut « écouter l'autre en soi », ou prêter ses oreilles au patient. Cela suppose une écoute particulière.

On peut ainsi par exemple appréhender la boucle rythmique du geste répétitif de l'autiste, afin de la traduire musicalement, et de la développer.

Il est possible d'enregistrer la production sonore, ce feed back permet une analyse du rapport entre l'intérieur et l'extérieur, et entre les position d'écoute.

On doit toujours rechercher dans le travail vocal, une zone de confort, par un travail sur la lenteur, on recherche une appréhension différente des sensations qui accompagnent l'exercice (cela sert de repères, pour aborder la relation à soi-même)

On peut noter au cours des séances :

- Un changement des pôles d'intérêt,
- Une amélioration au fil du temps du comportement socio-affectif
- Une diminution du stress, Alexia, le bercement, expérience de confiance, d'enveloppement, travail autour du transfert, de qui suis-je aimée...(belles chansons d'amour) apaisement moral.
- Une diminution ou disparition des comportements auto ou hétéro-agressifs,

- Des améliorations d'ordre cognitif, (repérage espace-temps, repérage de la construction musicale, d'une élaboration du langage ...)
- Mobilisation simultanée physique et mental
- Une communication à l'initiative de l'enfant, de l'adolescent,
- Un accès à des éléments traumatiques, refoulées,
- Re-narcissation. Estime de soi, sécurité interne
- Amorcer un désir/plaisir de communiquer (sur le plan relationnel, affectif)

**Exercice : dos sur le dossier de la chaise, ou en avant sur la chaise, la mobilisation est différente.**

**Quand il y a des notes difficiles, c'est l'ancrage au sol qui permet la liberté d'expression sonore.**

**Sentir la complétude corporelle, en axant l'attention sur la nuque, le dos, la sensation de verticalité, le relâchement de la mâchoire, rechercher quelles sont les parties du corps demeurant contractées, en jouant sur des contractions volontaires tout en chantant, on travaille sur la perception d'enveloppe corporelle, et la permanence d'un dedans / d'un dehors.**

## **8 – le groupe et la musicothérapie**

L'enfant est accueilli dans un groupe spécifique, avec sa signature groupale particulière. Cette orchestration première est à la base du travail psychique de transformation du sonore auquel l'enfant est associé, support de l'élaboration de sa propre enveloppe psychique.

La musicothérapie en groupe permettra à la production musicale d'être le support d'une expression émotionnelle et relationnelle qui sera contenue par le groupe et par le cadre des séances. Les expressions, les productions musicales pourront être reprises, répétées, variées et comme nous le rappelle B. Golse selon la terminologie proposée par G. Haag dans un « *suffisamment pareil et un petit peu pas pareil que le Soi* ». L'enfant à sa naissance et même avant, dans sa période foetale, est accueilli dans et par un groupe qui petit à petit s'élargit vers l'extérieur. Il fait alors l'expérience du groupe aux premiers temps même de sa vie. L'enfant devenu grand puis adulte, gardera en lui-même l'expérience non-verbale des émotions, des expériences vécues. Il s'agirait d'une empreinte non verbale que l'on peut penser en grande partie inconsciente, mais qui n'en demeure pas moins présente, sous la forme de traces psychiques.

Se retrouver alors dans un groupe, renouvelle l'expérience, chacun apportant alors sa propre histoire, où se réactive les enjeux primaires, voire archaïques. Le groupe

revêtirait un rôle d'enveloppe contenant par des phénomènes psychiques de projection et d'introjection : « *introjection par le tout-petit de la relation mère-nourrisson en tant que relation contenant-contenu et constitution consécutive d'une « espace émotionnel » et d'un « espace de la pensée ».*<sup>59</sup> L'accès au groupe permet à la personne de se subjectiver dans un rôle d'étayage narcissique ainsi : « *la présence des autres enfants joue le rôle d'étayage narcissique, de moi auxiliaire, (...), ouvre le détour de l'autre, de ce qui se passe chez l'autre, pour l'autre, au développement d'une curiosité pour son propre fonctionnement psychique »*

Le groupe est un « espace transitionnel », au sens de D. W Winnicott. L'espace transitionnel est cet espace paradoxal qui se situe entre la réalité extérieure et la réalité interne, entre le dedans et le dehors. Dans l'espace de groupe, se joue un rôle essentiel dans les processus de symbolisation et donc permet une éventuelle prise possible d'indépendance, de subjectivation, d'accès à une communication de sujet à sujet, et de symbolisation par le langage notamment.

Dans le groupe, se jouent des phénomènes d'identifications, où les membres s'appuient les uns sur les autres pour explorer de nouveaux territoires psychiques et de relation. Les enfants en interagissant dans le groupe réinterrogent de façon inconsciente, les phénomènes d'identifications qu'ils connaissent, construisent autrement leur rapport aux autres et, de ce fait, à eux-mêmes, dans un effet de quasi-miroir. E. Lecourt nous rappelle qu'il y a des moments particuliers dans le vécu des groupes, elle évoque l'illusion groupale décrite par D. Anzieu. Il s'agit de ce moment d'un moment où tous les membres du groupe pensent avoir vécu un moment musical intenses au cours de leur improvisation, ce que E. Lecourt appelle le « groupe-musique »

### Reprise Chanson salina

## Petit lexique :

**Ostinato** : procédé de composition consistant à répéter une même structure rythmique ou mélodique « obstinément », en guise d'accompagnement des thèmes principaux d'une oeuvre. Très souvent utilisé pour les basses (main gauche au piano, contrebasses dans l'orchestre). Le Boléro de Ravel en est un exemple canonique.

**Motet**: Composition musicale, à une ou plusieurs voix, accompagnée par des instruments ou non, souvent religieuse, écrite sur un texte en latin.

**Coda**: *Mot d'origine italienne (Queue)* Une coda désigne les mesures finales d'un mouvement ou d'une pièce. Elle reprend un thème déjà entendu précédemment dans l'oeuvre.

**Concerto**: *Mot d'origine italienne* Forme musicale généralement composée de 3 mouvements (un rapide, puis un lent, et de nouveau un rapide), dans laquelle le ou les solistes (violon, piano, flûte...) dialoguent avec un orchestre. Cette forme prit son essor lors de la période baroque et connut son apogée lors des périodes classiques et romantiques

**Rubato**: *Adjectif italien, « dérobé »*. Terme relatif à l'expression musicale : le musicien fait une entorse à la rigueur rythmique de la mesure pour accélérer certaines notes ou les ralentir, afin de produire un effet émotionnel marquant. Procédé adulé par les romantiques, par Frédéric Chopin plus particulièrement. A consommer toutefois avec modération pour jouer du baroque.

**Colorature (Coloratura)** : *Du latin Colare, « Orner »*. Désigne une voix virtuose capable de produire des vocalises complexes. Associé aujourd'hui aux grandes sopranos ou mezzo-sopranos. C'est le rôle le plus difficile mais aussi le plus prestigieux dans un opéra. Maria Callas, Elizabeth Schwarzkopf en sont des modèles historiques. Le rôle de la Reine de la nuit dans *la Flûte Enchantée* est un bon exemple.

**Scherzo**: (*Plaisanterie, en italien*) Un scherzo est un morceau vif, joyeux, caractérisé par son côté plaisant, voire divertissant.

**Rhapsodie** : Composition pour un ou plusieurs instruments de forme libre (sans contraintes comme pour une fugue, une sonate, etc.).

## Didier Anzieu repère 8 fonctions du Moi-Peau :

- maintenance du psychisme par intériorisation du soutien (holding) maternel et de son corps, particulièrement ses mains. L'appui externe sur le corps maternel conditionne l'appui interne (vertical) sur la colonne vertébrale. En s'adossant à cet axe, le Moi peut mettre en oeuvre les mécanismes de défense les plus archaïques. Il y a satisfaction de la pulsion d'agrippement ou d'attachement plus que de la libido.

- contenant, sac, enveloppe (sonore et tactile). Le Moi-Peau, figuré comme écorce,

enveloppe l'appareil psychique et les pulsions. La carence de cette fonction (Moi-Peau passoire) déclenche l'angoisse.

- protection contre les agressions physiques, les excitations externes.
- distinction entre les corps étrangers et l'individu.
- surface qui relie entre elles les sensations de différentes natures et les fait ressortir comme figures du fond tactile (intersensorialité). La carence de cette fonction conduit à l'angoisse de morcellement ou de démantèlement.
- surface auto-érotique, lieu de plaisir. Soutien de l'excitation sexuelle.
- recharge libidinale du fonctionnement psychique, maintenant la tension à un niveau supérieur à zéro (nirvana mortifère).
- information sur le monde extérieur, inscription de traces sensorielles.

### **Bibliographie « la voix » :**

- Didier Anzieu, l'enveloppe sonore du soi, nouvelle revue de psychanalyse 1976
- Freud, esquisse d'une psychologie scientifique, dans la naissance de la psychanalyse, Ed, paris puf 1969
- Marie-France Castarède, *La voix et ses sortilèges*, Ed les belles lettres,
- Marie-France Castarède, *Au commencement était la voix*, Ed ERES
- Edith Lecourt, *L'expérience musicale résonances psychanalytiques*, Ed L'Harmattan
- Joëlle Déderix, *Voix et estime de soi chez des enfants ayant un vécu d'abus sexuels*, Ed L'Harmattan
- Donald W. Winnicott, *la mère suffisamment bonne*, Ed Petite Bibliothèque Payot
- Guy Cornut, *La voix*, Ed PUF
- Jean-Jacques Rousseau, *Essai sur l'origine des langues*, 1867, Ed Aubier
- Gérard Fain, *de la parole au chant, qu'est ce que la voix ?*, Ed Le pommier
- Anne-Marie Langeard-Duvivier, *le paradoxe de l'écoute*, Ed Fuzeau
- Agnès Florin, *Le développement du langage*, Ed Dunod
- Oliver Sacks, *Musicophilia – la musique, le cerveau et nous*, Ed Seuil
- Bernard Touati, Fabien Joly, Marie-Christine laznic – langage, voix et parole dans l'autisme, Ed Puf
- Malleval – l'autiste et sa voix