

LA VOIX



INTRODUCTION À LA DIMENSION DE LA VOIX

La voix est notre outil d'expression le plus fondamental. C'est aussi le premier que nous utilisons étant bébés, bien avant qu'il ne devienne un outil de communication plus conscient. D'une douce berceuse à l'opéra, au chant diphonique guttural, les humains peuvent accéder à une vaste gamme d'utilisations différentes de la voix, bien qu'ils partagent exactement la même anatomie des cordes vocales.

Dans l'utilisation quotidienne de la voix, nous faisons des choix instinctifs constants parmi une grande variété de tons et modulons la mélodie de la parole pour changer facilement une affirmation en question et/ou ajouter une qualité émotionnelle à ce que nous voulons dire.

Créée par nos cordes vocales mises en mouvement par le courant d'air, la voix utilise le corps comme caisse de résonance pour augmenter sa puissance. Le squelette facial est construit pour soutenir naturellement la résonance de la voix. L'utilisation de résonateurs faciaux et thoraciques augmente consciemment la sonorité.

Il y a un grand paradoxe dans la voix que nous avons. Nous l'utilisons et nous l'entendons tous les jours, mais en même temps, la plupart d'entre nous n'ont presque jamais la chance d'entendre comment elle sonne ou résonne réellement.

Parce que nos oreilles sont situées sur le crâne, nous entendons notre voix mieux que quiconque à qui nous parlons, car la couleur de notre voix, que nous entendons à l'intérieur, est renforcée par les vibrations qui traversent nos os. C'est pourquoi la plupart d'entre nous sommes surpris lorsque nous entendons des enregistrements de notre voix : cela semble complètement inconnu. C'est probablement le premier facteur à prendre en compte avant de commencer l'auto-évaluation de notre voix, surtout lorsqu'il s'agit de l'évaluer d'un point de vue externe : nous risquons de l'évaluer moins positivement que la plupart de nos auditeurs, car nous n'aimons tout simplement pas le son de celle-ci.

Nous avons tous une voix différente, unique. La combinaison de sa couleur, de sa hauteur et de son timbre est comme une empreinte digitale, une marque personnelle. Notre profil vocal comprend d'autres variables :

- **Vitesse:** les gens ne prononcent pas les syllabes avec la même vitesse. Nous pourrions différencier la vitesse inférieure, moyenne et élevée. Cela pourrait être mesuré en syllabes / seconde, mais nous pouvons aussi simplement demander aux autres de nous dire comment ils perçoivent notre discours - lent, rapide ou quelque part entre les deux. Plus importante que la vitesse en soi est la variation de celle-ci, dans quelle mesure nous accélérons et ralentissons en parlant.
- **Segmentation:** comment le locuteur utilise-t-il les silences pour créer des frontières entre les mots et/ou les phrases ? Est-ce qu'il/elle remplit l'espace vide avec des sons auxiliaires ou reste silencieux ?
- **Accentuation:** le locuteur met-il l'accent sur des syllabes ou des mots spécifiques ? Très liée au rythme des langues spécifiques, l'accentuation présente encore une grande diversité personnelle. Avec l'accentuation rythmique on met l'accent sur les syllabes selon leur place dans la phrase ou dans le mot. Avec l'accentuation expressive, nous mettons l'accent sur des éléments spécifiques en raison de leur signification.

(Guimbretière TITRE année page)

QUELLE EST LA PERTINENCE DE LA VOIX DANS L'ÉDUCATION DES ADULTES ?

L'expression vocale et l'utilisation de la parole constituent le principal canal de communication.

En utilisant notre voix, nous pouvons fournir bien plus que la simple signification des mots. Dans des circonstances professionnelles, la façon dont nous disons les choses est aussi importante que ce que nous disons. Ce sont les qualités subtiles de notre voix qui décident si nous éveillons l'intérêt de nos auditeurs et gardons leur attention - et donc, combien de choses nos étudiants retiendront.

Les éducateurs professionnels comptent sur leur voix. Mais, tout en étant l'outil le plus puissant, la voix est en même temps le plus fragile. Elle réagit à chaque émotion, chaque pensée et chaque insécurité. L'épuisement vocal est un problème rencontré par de nombreux éducateurs. C'est une conséquence de l'utilisation répétée du volume de la voix pour compenser un problème enraciné ailleurs : dans l'autorité et l'intérêt perçus.

Une utilisation consciente de la voix pour que nous nous sentions écoutés, peut apporter de la joie et de la satisfaction dans notre travail et par conséquent, éviter le risque d'épuisement professionnel.

Aisance: Bon nombre des qualités positives que la voix peut avoir sont liées à l'aisance. Quand on entend une personne qui semble à l'aise en parlant, on a envie d'en écouter plus. Ainsi, l'orateur peut revendiquer plus d'autorité et contrôler la situation. Il n'a pas besoin de lutter pour attirer l'attention et peut se concentrer sur la diffusion de son message. L'aisance est un grand aspect de la voix pour l'auto-évaluation, car l'effort perçu du point de vue intérieur a tendance à correspondre à l'effort perçu par les auditeurs extérieurs. L'aisance se traduit également par l'endurance de la voix. S'il y a des difficultés, nous sommes plus susceptibles d'éprouver un enrouement et de la fatigue. La facilité d'utilisation de notre voix permet à l'auditeur de suivre plus facilement.

Justesse & communication. Nous pouvons décomposer la voix en différentes catégories et l'analyser de différentes manières, mais en fin de compte, que nous réussissions ou non, cela dépend en grande partie de la mesure dans laquelle nous parvenons à transmettre le message que nous devons transmettre. Toute manière d'utiliser la voix communiquera quelque chose (que ce soit calme ou fort, lent ou rapide, varié ou monotone), donc la vraie question est de savoir si notre utilisation particulière de la voix correspond à notre objectif.

QUESTIONS POUR L'AUTO-ÉVALUATION

Répondre avant de regarder votre vidéo

Questions ouvertes

- Que savez-vous de votre profil vocal (vitesse, rythme, volume, accent) ?
- Avez-vous des problèmes de voix? Si oui, comment décririez-vous ces problèmes ?
- Votre voix change-t-elle lors des discours publics et des interventions pédagogiques ? Comment?

Questions que vous pouvez utiliser pour avoir des mesures quantitatives

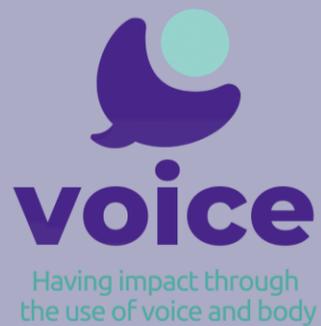
- Dans quelle mesure est-il facile pour vous de maintenir votre voix tout au long d'une leçon ?
- Dans quelle mesure utilisez-vous les pauses, les changements de tempo et la mélodie de votre voix de manière consciente afin de susciter plus d'intérêt chez vos participants ?
- Dans quelle mesure votre voix réagit-elle au stress ?
- Dans quelle mesure appréciez-vous l'utilisation de votre voix ?

Veuillez répondre en utilisant l'échelle de 1 à 5 où 1 signifie "pas du tout" et 5 "beaucoup"

Après avoir regardé ta vidéo

Avez-vous été surpris par quelque chose ? Si oui, par quoi et à quels moments ?

Aimeriez-vous changer certains aspects de votre voix ?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne.

Cette publication n'engage que son auteur et la Commission ne peut être tenue responsable de l'utilisation qui pourrait être faite des informations qu'elle contient.