

Lorsque l'on cherche sa voix, on est avec soi... et avec les enfants

La voix est un instrument fragile relié au psychisme, dont il faut prendre soin. Elle est l'image de nous même, nous identifie. La voix porte les mots, les messages, les signalements qui composent l'information.

Chaque un a sa voix, une voix qui lui est propre, naturelle, unique. Elle nous identifie et constitue un lien sensible entre notre for intérieur et le monde extérieur. La voix est donc une passerelle entre soi et les autres.

La voix, image de soi

La voix joue avec la sensibilité, reflète par le ton et ses modulations nos émotions, qu'autrui peut capter. Entendre une voix posée, chaleureuse, nous met instantanément en confiance, cela arrive même à reposer, lorsqu'elle soutient et libère notre attention. L'écoute de l'autre est ainsi orientée, la parole n'est jamais comprise seule, tout un ressenti l'accompagne. La voix est pareille à un témoin de notre humeur quotidienne. Il s'agit donc d'en prendre soin, de la même façon que l'on s'interroge sur notre santé. Il s'agit encore de la connaître, pour mieux s'amuser avec, la maîtriser, lui offrir quelques épopées et apprendre à l'aimer, à l'écouter.

La pensée de l'homme s'inscrit dans la musique de sa voix. Véhicule de notre intimité, il importe, dans les métiers de la petite enfance, de trouver sa voix, d'anticiper ses variations (hausse de ton, grosse voix, voix étouffée), ainsi que son débit, afin de creuser le chemin qui permet de s'adresser au mieux à l'enfant – cela en connaissance de ses propres limites et des intérêts, ou besoins, de l'enfant. Trouver la musique de sa voix nécessite avant tout du désir et, pourquoi pas, un travail régulier de la musculature vocale et de la respiration.

La voix, un rapport au monde

Les mots produits par l'humain sont la preuve de la complexité de la pensée et de la difficulté de parvenir à transmettre ce que nous désirons à l'autre et non l'expression des émotions qui ont, au cours d'une journée dans une structure d'accueil de très jeunes enfants, bien des fois

l'occasion de prendre le dessus. Le moindre affect joue sur la perception comme sur l'émission de la voix. Combien de fois rencontrons-nous une personne dont le timbre de voix ne s'accorde pas vraiment avec ses interlocuteurs ? Car le timbre de la voix est modifié par la présence d'autrui ou notre état psychologique et nos sentiments. Nous pouvons également diriger le timbre de notre voix.

Chaque mot, groupe de mots, et d'une façon générale chaque énoncé que l'on souhaite adresser à l'enfant, doit être habité, mesuré par celui qui l'émet afin d'être entendu dans son intention, son information la plus objective. Lorsqu'il nous arrive de consoler un enfant, de faire preuve d'autorité, de partager une relation duelle, ou encore d'être face à un groupe, l'objectif et les moyens de pauser la voix diffèrent.

Plus nous aurons conscience de notre corps et de notre voix, mieux nous saurons en capter les différentes sonorités. De même, plus nous avons d'outils et de recul pour appréhender les temps du quotidien, plus nous aurons de facilité à communiquer.

La voix, un instrument précieux

Prendre en charge un enfant, un groupe d'enfants, c'est également, bien souvent, le contenir, le consoler. En quelque sorte "recharger" l'enfant et donc l'accompagner par la parole, le geste enveloppant. La qualité de la voix dépend, à ce moment aussi, de la qualité posturale.

En général, nous respirons mal et au-dessus de la ceinture (thoracique haute). La respiration est indissociable de la voix. Une respiration ventro-costale, verticale, le corps redressé, induit une position d'écoute de soi, de l'autre. D'ailleurs, la respiration sert à marquer la ponctuation des paroles et permet à la personne d'éviter la fatigue. La voix entre alors en vibration, en résonance. Une voix calme, des mots justement dosés, une attitude précise traduisent, sans les trahir, la pensée et les sentiments.

Le repas, un temps d'adresse à l'autre

Le temps du repas peut rapidement être un temps d'impatience, parfois autant pour le professionnel que pour l'enfant. Les enfants réclament en continu, tous en même



© fotofa.com/Marcin Sadlowski



temps, à l'unisson. Si nous cherchons à questionner l'articulation de ce temps et les façons de le rendre attrayant, afin de donner du temps au temps, de permettre l'écoute des uns et des autres, l'échange, le développement de la capacité d'écoute des enfants, la voix gardera un dynamisme constant. L'adulte disponible n'éprouvera plus, ou bien moins, la sensation de travailler dans l'urgence, de servir à la chaîne, de porter la voix une fois de plus, une fois de trop. Un temps de repas est parfois un temps souhaité de calme ; l'adulte, certain de la qualité de sa présence auprès des enfants, peut lui aussi poser, reposer sa voix, nourrir l'échange. Ainsi, les mots de l'adulte soutiennent mieux.

L'attente est exprimée fortement par l'enfant, de même pour l'adulte qui attend des remerciements, des expressions de politesse. La répétition est source d'épuisement, les voix traînent, se crispent, se lèvent pour couvrir le brouhaha. Entrer en relation avec l'autre est bien le cheminement que nous voulons suivre. Pour cela, il faut chercher sans cesse de nouvelles pistes : mais tout d'abord, même au sein d'un groupe d'enfants, s'adresser à chacun des enfants, en les appelant, chacun leur tour, par leur prénom au moment de servir, de nommer les plats, assure que nous sommes à l'écoute, disponibles, en lien avec chacun d'eux... Ils acceptent plus volontiers d'attendre s'ils peuvent se représenter cette attente.

Sans aucun doute, si déjà, les enfants entendent au quotidien les professionnels se remercier, une valeur est transmise, petit à petit, plus naturellement.

Pour que les mots résonnent dans la tête d'un auditeur, il est toujours préférable qu'ils résonnent déjà en soi.

Poser la voix face aux états émotionnels de l'enfant

Le ton, le rythme, soit l'écoulement des mots et des phrases, les temps de silence, le niveau sonore... Pour l'oreille de ceux qui écoutent, la voix invite et suggère. Maintes fois dans la journée, nos voix changent : rupture de ton, d'environnement sonore, d'espace, de proximité avec l'enfant. Mouvante, la voix suit généralement le flux des interactions avec les enfants. Il est certainement impossible d'être le maître absolu de sa voix en permanence.

Les moments de la journée où le professionnel ne peut tout contrôler posent des questions : faut-il réellement tout contrôler et pourquoi ? Certes, la vie est communication, mais les mots ne disent pas tout du monde. Comment se retrouver en harmonie avec soi lors des transitions, des fins de journée, des temps d'activité, de repos ? La confiance est petit à petit ce qui touche, au centre de notre mission professionnelle, la relation entre l'adulte et l'enfant. Nous devons également faire confiance à l'enfant, nous adapter et répondre à ses besoins, ne pas le solliciter en perma-

nence, chercher à lui expliquer toute chose, toute information que nous lui donnons. Trouver les mots justes est possible lorsque nous avons confiance en nous, lorsqu'une fois encore, nous ne "touchons" pas à la limite de notre souffle. La place accordée au silence est également source de renouvellement de la pensée, de déplacement de celle-ci. Le silence est un espace où s'inventent les pensées profondes. Actif, il ne dit jamais deux fois la même chose, ne laisse jamais deux fois la même impression, nous révèle le poète Maurice Maeterlinck¹. Il laisse à l'enfant un temps pour se représenter, s'accorder avec lui-même, un temps nécessaire pour grandir !

Ce qui se conçoit bien, s'énonce clairement

Complétons cette répartition de Boileau : « *Ce qui se conçoit bien s'énonce clairement, et les mots pour le dire arrivent aisément* »² Les voix d'enfants sont parfois sonores, il n'est pas aisé de nous concentrer sur chaque phrase, de prendre conscience de tout ce qui se passe. Dans tous les cas, il ne faut pas oublier de respirer ! Et relativiser le temps présent lorsque nous pensons fort que les enfants doivent comprendre que là, cela ne va pas. Doit-il et peut-il tout comprendre d'ailleurs ? Et pourquoi ne pas répéter cinq fois, lentement et de plus en plus rapidement, l'une des nombreuses formules de dictions existantes, comme, par exemple : « *Les chaussettes de l'archi-duchesse sont-elles sèches, ou archi-sèches ?* ». L'idée étant là, qu'il est bon de se surprendre pour surprendre, de laisser place à l'humour pour détendre une atmosphère. L'oreille des enfants apprécie plus que jamais le moment où l'adulte savoure les mots, les déguste, se laisse aller à ressentir les sons, qu'ils soient doux, durs, chuintants, ou sifflants.

La conscience face à l'épreuve de l'autorité

La place imposante des conflits entre enfants, des recherches des limites de certains, creuse de nouvelles contraintes pour le professionnel. La seule ambition de la parole n'est-elle pas alors d'apparaître nécessaire ?

Lorsque la voix sculpte les mots, jeux de diction

- « *Didon dina dit-on du dos dadu d'un dodu dindon.* »
- « *Les cyprès sont si loin qu'on ne sait si c'en sont.* »
- « *Six souris sous six lits sourient sans souci de six chats.* »
- « *Trois tortues trottaient sur trois très étroits toits.* »
- « *Fruit frais, fruit frit, fruit cuit, fruit cru.* »
- « *Panier, piano.* »



Le professionnel ne peut être accordé avec lui-même en continu, il est au quotidien assailli lui aussi par bien des problèmes, des manifestations qu'il n'accepte pas ; il est sujet, lui aussi, à la fatigue. Dans ce cas, la tolérance diminue et il est préférable d'être honnête avec les enfants et de leur faire part de sa moins bonne disponibilité, *a priori*. Cependant, à tout moment, il est possible de se recharger. Et le professionnel trouve toujours les mots dans une situation où l'autorité doit être développée, s'il prend conscience de tout ce qui se passe.

Une voix porte des mots, des messages, des signalements qui composent un tout, une information. Une voix ferme, assurée, a toujours le mérite de transmettre clairement un point de vue, une contrainte fixée et incontournable pour les enfants en collectivité, et d'être entendu. Il est également essentiel d'admettre nos limites, plutôt que de répondre dans la dualité ; dire à un enfant que l'on "voit" bien sa colère, que nous essayons de comprendre, c'est déjà déposer des mots prenant en compte la détresse, un pas en avant.

Le bruissement de la voix au quotidien

Il arrive aussi fréquemment de penser que nous ne sommes jamais compris, entendus, et nous nous demandons alors comment mieux communiquer alors que, déjà, notre voix laisse place à la lassitude, la colère, le rejet, la fermeture, l'inquiétude ou la timidité. Nos mâchoires sont alors serrées, tendues, est-ce la seule voie possible ?

Si nous identifions nos colères, celles qui parfois nous épuisent, mais aussi les mots qui nous font du bien, si nous admettons nos différences, la façon de réagir des enfants, et cernons les réactions que nous pouvons avoir dans de nombreux cas, si nous cherchons en permanence l'enfant là où il en est (plutôt que de le réduire à nos attentes), nous créons un espace où la pensée vient se loger et la voix est corrigée par la prise de distance. Comme l'évoquait

Confucius, « sans langage commun, les affaires ne peuvent être conclues »³.

Regarder au fond de soi pour faire exister les choses

Associée aux intonations, à la manière de prononcer, aux tournures de langage, la voix aide à montrer un aspect de nous-même, permettant de nous découvrir. « *Donnons notre parole en pâture* » dit poétiquement Pepito Mateo⁴. La voix est soulevée par le plaisir : mots murmurés, chantés, contés, étonnés de l'émerveillement qu'ils procurent, la voix ne supporte pas le mensonge, nous dévoile une chanteuse lyrique ! La voix est difficile à trouver et la voie est longue pour y parvenir. Elle est notre alliée et, à travers ses faiblesses, sa forme ou sa méforme, elle nous indique où travailler. Elle nous aide à découvrir la patience, invite au respect, à l'amour. La voix est un merveilleux instrument, un instrument fragile parce que relié au psychisme. Il est primordial d'en prendre soin tout le long de nos métiers vibrants au cœur de la communication. ●

Bruno Lomenech

conteur, intervenant Petite Enfance, Yerres (91)

no.lomenech@sfr.fr

Notes

1. Maeterlinck M. *Le trésor des humbles*. Grasset Fasquelle, 1896.
2. « *Ce qui se conçoit bien s'énonce clairement, et les mots pour le dire arrivent aisément* ». In : Boileau N (1674). *L'art de la poétique*.
3. Confucius (VI^e s. av. J.-C.). *Le Lun Yu ou les entretiens philosophiques*.
4. Mateo P. *Le conteur et l'imaginaire*. Edisud, collection "L'espace du conte", 2005.

Pour en savoir plus

Hindenoche M. Qu'est-ce que conter ? Colloque de Chevilly-Larue, 14 et 15 décembre 1994. Ed La loupiote.

Lopez-Sanchez Mathély I. Chanteuse lyrique. <http://inesism.fr/>

Pardo E. Roy Hart Theatre. *Réflexions culturelles*. www.pantheatre.com



La voix comme “passeuse” d’émotions

La voix est un outil fabuleux, parce qu’elle peut transmettre d’innombrables émotions. Le tout petit enfant y est particulièrement sensible. Entre les intonations et les mots qui se prononcent, c’est tout un univers que l’on donne à découvrir à l’enfant...

Parler doucement, parce que les enfants s’endorment dans le petit dortoir d’à côté, parler plus fort pour que les enfants qui chahutent comprennent les attentes du professionnel, parler d’une voix posée, pour rassurer, imiter un animal, pour faire rire les enfants... La voix est un instrument extraordinaire, aux nuances et aux significations infinies. Le bébé le sait bien, car c’est avec la voix de sa maman, qu’il va découvrir *in utero* les premières communications orales, faites d’intonations, rythmées par les respirations et accompagnées des autres voix extérieures. Dès sa naissance, il reconnaît la voix de ses parents et se montre très attentif envers ceux qui viennent lui parler.

Lorsque la voix devient vivante

Une voix monocorde, sans attention ni conscience d’une rencontre, ne porte pas l’enfant et ne le rassure pas. Par méfiance, il s’en éloignera peut-être, ne sentant aucune considération. Une voix, masculine ou féminine, devient humaine par la présence qui l’accompagne et se définit par une attention, une disponibilité et une empathie mesurées, pour ne pas envahir l’enfant, mais bien pour être là, avec lui, pour le soutenir et répondre à ses besoins.

Par cette présence, la voix devient vivante et bienveillante pour l’enfant. Il existe des voix qui portent (on le dit d’une voix puissante), des voix douces, des voix qui se posent... autant de qualificatifs pour définir les différents timbres de voix, ceux qui apaisent, comme ceux qui inquiètent l’enfant.

Lorsque les mots colorent la voix

Puis, il y a les mots, ceux de tous les jours, ceux qui se disent, presque par habitude, comme « *bonjour* », « *au revoir* », et puis il y a tous ces mots prononcés entre adultes, parfois en présence des enfants, qui ne devraient peut-être pas se dire dans ces moments d’accueil, au-dessus de la tête des enfants. Aucun mot n’est anodin pour l’enfant et même s’il n’en comprend pas toujours le sens, il en comprend sa tonalité émotionnelle.

Les intonations de notre voix laissent transparaître nos émotions avec une résonance très forte chez l’enfant.

accueils du matin n’ont pas été faciles, et tous les parents sont arrivés en même temps... un des risques du métier, avec lequel il est important d’apprendre à composer.

Elle propose à 5 enfants de venir avec elle. Sa voix est très aiguë, elle parle vite et fort. Les enfants restent sur place, ne vont pas vers elle, comme méfiants. Cette agression verbale semble en complet décalage avec leurs intentions de jeu. Aline renouvelle sa demande, mais comprend vite à travers le regard interrogateur des enfants, que quelque chose ne va pas. Elle s’assoit, prend une grande respiration, regarde tranquillement les enfants. Elle dit : « *Bouh ! Quel démarrage ce matin ! C’est difficile pour tout le monde... Allez les enfants, on y va. On va jouer avec les petits pots de toutes les couleurs ? On va faire Chip chap, Chip chap* ». Les enfants viennent vers Aline. Sa voix est redevenue très rassurante et la tonalité de ses mots invite au jeu. Les enfants se regroupent, du haut de leurs trois ans, ils ont identifié le malaise d’Aline puis sa capacité à se calmer, à poser sa voix pour rassurer et donner envie de la suivre.


Et entre adultes ?

De même pour les adultes, les émotions se mélangent aux mots, et la voix donne la couleur de notre état d’âme. La voix sait nous trahir : une voix qui tremble, une voix inaudible, une voix tout en puissance traduisent inmanquablement un état émotionnel qui se révèle au-delà des mots. Le malaise d’un collègue, ses inquiétudes, ses certitudes, ses exigences ou ses limites transparaissent dans les intonations de sa voix. Il en va de même pour le parent, pour qui la parole s’ouvre ou se ferme en fonction de sa confiance envers les professionnels.

Apprendre à écouter les voix des enfants, des adultes à des moments différents permet de découvrir d’autres voies... Celles des émotions profondes et authentiques qui nous accompagnent dans chacune de nos rencontres. ●

Christine Schuhl

Formatrice Petite Enfance, conseillère pédagogique,
Bures-sur-Yvette (91)
christine.schuhl@free.fr

 Observons. Il est 9 heures, Aline, décide d’emmener un petit groupe d’enfants transvaser de l’eau dans une salle attenante. Elle semble énervée, les