

LA RÉÉDUCATION VOCALE

METHODES – PRINCIPES GENERAUX

LES MÉTHODES DE RÉÉDUCATION VOCALE

Deux grandes orientations

- **Modifications comportementales** → action sur les plis vocaux
- **Action sur les plis vocaux** → modifications comportementales

A/ Agir sur le comportement

1. Action sur la sphère psychorelationnelle

- Travail des comédiens : *l'expression conditionne tout travail vocal* (Duhamel, 1927)
 - Le Huche 1984 : *l'intentionnalité*
 - Jeux de rôles
- Relaxation, sophrologie, hypnose, psychothérapie

Agir sur le comportement

2. Amélioration de l'hygiène vocale

- *Programme d'économie vocale* (Sarfati 1998)

Agir sur le comportement

3. Techniques préalables ou autour de l'émission vocale

- Posture
 - positionnement, équilibre, sensibilité vibratoire
 - → posture commode
- Souffle phonatoire
 - → notion de projection vocale (Le Huche 1984)
 - Méthode accentuelle (Smith, 1976)

Agir sur le comportement

Techniques adjuvantes préalables

- Kinésithérapie
 - *Mézières*
- Ostéopathie générale ou locorégionale
 - *Ostéovox* (Roch et Piron)

Agir sur le comportement

4. Contrôle de la *place de la voix*

- Notion de place de la voix
 - lieu de l'effort vocal ressenti
 - localisation des vibrations produites par l'émission vocale
- Resonant voice therapy (Rulnick 1997),

B/ Agir sur le fonctionnement des plis vocaux

- Action directe (fermeture ou relâchement glottique)
- Modifications articulaires
- Utilisation de *constrictions du tractus vocal* (CTV)

Agir sur le fonctionnement des plis vocaux

Action directe sur la fermeture glottique

- Glottages
- Pushings
- LSVT (Ramig, 2001)
 - = *rééducation en force*

Agir sur le fonctionnement des plis vocaux

Action directe sur le relâchement glottique

- Soupirs sonorisés (Tarnaud 1955)
- Voix douce, voire soufflée (voix d'aéroport)
 - = *rééducation en douceur*

Agir sur le fonctionnement des plis vocaux

« Massages vocaux »

- Détente et renforcement (BAB)
 - pour préparer les cordes

Agir sur le fonctionnement des plis vocaux

Modifications de la parole

- Voyelles (modification de l'impédance du pavillon)
 - Couverture du son – chant lyrique (Husson 1960)
 - Bâillement esquissé
- Consonnes
 - Souplesse articuloire,
- Parole
 - ralentissement du débit
 - contrôle de la hauteur

Agir sur le fonctionnement des plis vocaux

Exercices vocaux avec constriction du tractus vocal

- Tuyaux
- Constrictives et occlusions
 - → action sur la résistance glottique
 - → modifications des phases des cycles vibratoires

En synthèse

- Quelle voie prendrons-nous dans ces différentes approches et méthodes ?

Constrictions du tractus vocal*

- TUBES PROLONGEANT LE TRACTUS

◦ Tubes de résonance ($\varnothing > 5\text{mm}$) : Laxvox

◦ Tuyaux étroits ($\varnothing \leq 5\text{mm}$)

- CONSTRICTIONS OU OCCLUSIONS DU TRACTUS

◦ Constrictives

◦ Battements

◦ Nasales

* Story, Laukkanen, Titze: Acoustic impedance of an artificially lengthened and constricted vocal tract, 2000:

Tuyaux étroits : débit de sortie ?

- sans contrôle volontaire du débit de sortie
- avec recherche d'un débit soutenu et stable

= *Méthode de la paille*

La *Méthode de la paille*

- n'est pas une méthode
- n'utilise pas que la paille
- n'est pas un système clos

- est une boîte à outils avec une cohérence dans les éléments mis en jeu
- permet de tester, préparer, améliorer et réparer la voix

- peut constituer la base de la technique
 - du chanteur
 - du comédien
 - de l'instrumentiste à vent

Un plan pour enseigner
la rééducation de la voix ?

◦

→ Sept grands chapitres

- Exercices sans phonation (ou seulement accessoirement)
- Pose de la voix – équilibre aérodynamique
- Dimension mélodique : concerne tous les exercices vocaux
- Vocalisation – équilibre résonantiel
- Syllabation – travail de la voix parlée
- Manipulations laryngées
- Organisation du travail, protocoles

Encore quelques réflexions

Différencier les situations

- Parole spontanée
 - construction du discours au fur et à mesure de son déroulement
 - peu de contrôle conscient de la voix
 - rhèmes courts
- Usages préparés
 - lecture, récitation, chant
 - contrôle conscient
 - rhèmes généralement plus longues

Relation lésion laryngée/altération vocale

◦

Prérequis

- Savoir comment ça marcherait si la voix était normale
- Connaître et travailler la sienne