

Eveil de la personnalité par la voix en psychophonie.

Interventions utilisant l'outil vocal et corporel comme support à l'éveil de la sensorialité, de la personnalité, de la posture.

Accompagnement du tout petit à l'ouverture, l'éveil de sa personnalité par les 5 sens, développement de l'ancrage, équilibre de la posture corporelle permettant la marche et donnant la possibilité au souffle de se poser entre inspir et expir, entre mots, comptines, onomatopées et chansons adaptées à chaque âge via le langage, l'expression des émotions..

Possibilité aussi de chant pré natal avec les futurs parents : postures, souffle, détente, connaissance de son corps pour les mamans, lien à l'enfant par la voix en lien et préparation à la relation du futur langage, massage vocal in utéro pour le bébé, Prise en compte de la voix des pères dans la relation

Supports : chants, comptines pour l'épanouissement sensoriel, rythmique, affectif, rondes, jeux dansés, parfois manipulations d'objets sonores ou instruments....

Chansons, comptines pour rythmer la vie quotidienne et tous les actes de la vie qui peuvent être repris ensuite au cours de la journée en rituels et support de repérages dans le temps par le personnel encadrant.

Sources : Psychophonie Marie-Louise Aucher : construction et éveil de la personnalité par la voix. « **La psychophonie est une démarche auto-expérimentale d'harmonie physique et psychique utilisant, à la faveur de la voix parlée et chantée, les correspondances entre l'Homme, les sons, les rythmes et le verbe, créant patiemment une synthèse de connaissance et d'équilibre** »

IFREP MLA : Institut de Formation et de Recherche Européen en Psychophonie Marie Louise Aucher. **Site** : psychophonie-ifrepmla.com.

LOCALEMENT : infos sur Pages face book : psychophonie Annonay, ou Chant prénatal et ronde des chants.

Les grands axes développés en psychophonie :

- **Réceptivité et émission** (recevoir et exprimer, éléments clés de la communication)
- **Les cinq sens** (portes d'ouverture sur le monde)
- **Voix parlée, voix chantée** (poésie, rythme, mélodie)
- **Le souffle** (au cœur de la vie il ouvre les portes de la voix)
- **L'enracinement et le rayonnement** (équilibre de l'être humain entre le pôle vertical et le pôle horizontal : importance de la posture physique, de la recherche de cet équilibre).

Mode d'interventions : Séances entre 30, 45, 60 mn selon les âges et l'organisation des structures.

Nécessité de prévoir un temps de préparation ou formation en amont avec le personnel ou les parents : prise de contact avec sa propre voix, conseils sur la posture à adapter pour chanter et toucher le récepteur par nos vibrations, vocalises

TARIF horaire: 100 euros de l'heure à régler à l'ordre de Françoise DUCHAMP.

+ Frais de déplacements

Intervenante : Françoise Duchamp, animatrice et praticienne en psychophonie, chanteuse dans plusieurs formations.

Formations : Animatrice formée et agréée par le collège de psychophonie M Louise aucher

- Praticienne en psychophonie agréée par l'IFREP (Institut de Formation et de Recherche Européen en Psychophonie Marie-Louise Aucher).
- Diplôme de professeur des écoles.
- CAPSAIS option E d'enseignante spécialisée dans l'apprentissage.

Expériences : Animation d'ateliers depuis plus de 10 ans en :

- Chant familial et chant pré et post-natal.
- Auprès d'enfants en situation de handicap
- animations d'ateliers chantés parents/bébés
- Interventions dans le secteur scolaire.
- animations de veillées chantantes avec tous publics : cultures diverses, âges divers.
- Animations d'ateliers adultes et seniors sur l'expression par la voix et le chant et ateliers de cercles de femmes.
- Professeur des écoles pendant 10 ans dans tous les niveaux de classe de la maternelle au primaire.
- Enseignante spécialisée dans l'apprentissage auprès d'enfants rencontrant des difficultés scolaires et de la personnalité pendant 10 ans.
- Mère de 4 enfants.
Cours de chant et pause de voix en séances individuelles depuis 5 ans.

Contact : Françoise DUCHAMP "SOIZIC"

21 rue des mésanges

07 100 ANNONAY (06 71 15 86 74)

Comment l'adapter en crèche

Parmi les axes détaillés ci-dessous, selon les besoins des groupes, un axe ou un autre peut-être plus spécifiquement développé en réponse aux besoins distingués et en lien avec les projets mis en place.

RECEPTIVITE

Objectifs	Moyens	Activités possibles	Effets
Se laisser aller, se laisser nourrir par la peau, les oreilles le corps entier ouvert au son humain de la voix	-Permettre au bébé et au petit enfant de se laisser vibrer et envelopper comme il l'a connu in utéro au plaisir de recevoir les vibrations émises par le groupe chantant.	Chanson de berceuses, comptines, chansons à texte, chansons tendres par les adultes et l'animatrice en présence	Effets sur la peau : détend, calme, apaise, liquide les énergies par la voix qui vibre, masse, enveloppe, rassure. Aide à s'intégrer au milieu ambiant en confiance.

EMISSION

Objectifs	Moyens	Activités possibles	Effets
Eveil de l'expression de soi	-Explorer le monde vocal avec un répertoire de comptines, chansons enfantines, jeux vocaux et corporels. -Découvrir et jouer avec sa voix. -Etre à l'écoute de sa propre voix mais aussi de celle des autres. -Découvrir l'impact de la voix dans les relations aux autres.	Vocalises onomatopées, Jeux vocaux entre mouvement et voix, lien à la main, à la bouche, au visage, aux pieds...	Prise de conscience du mouvement physique du à l'émission des vibrations vocales. Découverte du plaisir d'utiliser sa propre voix Ouverture vers le désir et plaisir d'utiliser le langage en tant qu'être communiquant.

LES 5 SENS

Objectifs	Moyens	Activités possibles	Effets
Eveil de la sensorialité, émotivité, sensations	<p>-Explorer le monde gustatif et le monde des odeurs</p> <p>-Retrouver ce plaisir vibrant entre réceptivité et émission comme in utero lorsque les vibrations venaient vibrer par le liquide amniotique jusqu'à l'intérieur de la bouche ouverte.</p>	<p>Vocalises, onomatopées, chants spécifiques au goût, à l'odeur, à la succion, utilisant la bouche plaisir de la réceptivité gustative jusqu'au plaisir de l'émission vocale humée et ressentie.</p>	<p>Plaisir, joie, rire.</p> <p>Musculature de l'organe phonatoire.</p> <p>Lien entre le humage spontané et le goût : plaisir de s'en investir et de le ressentir.</p>
Motricité Coordination motrice	<p>-Explorer le monde du toucher et de la vue.</p>	<p>-Découvrir le sens du toucher, le lien à la peau réceptrice, lien à la main par comptines de doigts, Toucher des mains, des pieds, les vibrations (guitare, objets vibrants...).</p> <p>-Découvrir et explorer le monde des objets sonores et des instruments</p> <p>-Expérimenter le geste et le toucher spécifique à chaque instrument et partie du corps.</p> <p>-Affiner le toucher au mouvement oculaire : lien œil/main.</p>	<p>Plaisir de retrouver ce lien entre la peau et le son, lien énergétique vibratoire.</p> <p>Passage progressif des mouvements spontanés de la pince des doigts aux mouvements volontaires de la préhension, au développement moteur de chaque doigt. Plaisir de goûter cette conscience d'agir sur soi. Début de la psychomotricité fine.</p>
Conscience de soi à socialisation	<p>-Explorer et développer l'ouïe via l'écoute</p>	<p>-Approcher quelques notions essentielles en musique : intensité, tempo, hauteur.</p> <p>-Cheminement de la réceptivité corporelle par l'enveloppe de la peau vers la réceptivité consciente et affinée de l'oreille.</p> <p>-Apprendre à écouter sa voix de soi aux autres.</p> <p>-Apprendre, à accepter le jeu des autres et à s'intégrer dans un groupe.</p>	<p>Bébés et enfants deviennent peu à peu capables de se poser en attitude d'écoute. Capacité à développer et affiner l'écoute aux bruits sons et à les distinguer avec plaisir de manière de plus en plus fine.</p> <p>Enfants qui de ce fait développent des attitudes de concentration et attention.</p>

ENRACINEMENT, RAYONNEMENT, SOUFFLE

Objectifs	Moyens	Activités possibles	Effets
Découvrir son schéma corporel	Sonoriser, faire vibrer ou percuter chaque zone de son corps.	<ul style="list-style-type: none"> - Vocalises, percussions corporelles, onomatopées mettant en vibration ou percussion telle ou telle partie corporelle. -Chansons nommant et jouant chaque partie du corps. -de la comptine de doigts à la promenade sur le corps. 	Selon les états et besoins des groupes, activer les parties corporelles vers une dynamisation ou une relaxation, les petits arrivant ainsi à un état de bien-être apaisé et dynamisé.
Développer l'ancrage, la structure corporelle entre la verticalité et horizontalité	Reprise de manière ludique, sonorisée et rythmée, l'évolution de la posture couchée, puis assise, puis à quatre pattes, puis debout.	<ul style="list-style-type: none"> -Chansons pour rouler, ramper, se balancer, tourner, se déplacer -Chansons pour les pieds, pour se redresser, pour s'équilibrer en jouant, rythmant, sautillant, marchant, dansant de multiples façons possibles. -Des pieds à la tête, pose de la structure corporelle osseuse, musculaire, respiratoire. -support vocal ou parfois musical pour jouer le rythme entre corps et son. 	Quel bonheur que celui de se déplacer tout en jouant, dansant et se laissant aller au rythme, au son : comme ce bonheur retrouvé adultes quand nous nous laissons aller à danser : entre énergie et détente.
	Explorer le monde rythmique	<ul style="list-style-type: none"> -Rondes et jeux du répertoire traditionnels très structurant pour l'enfant. - Développement incontournable des pieds par le rythme, leur lien au sol, l'équilibre, le jeu dansé, percuté. -Percussions corporelles et instruments. 	Découverte de ses pieds pour tout âge. Plaisir de les actionner et faire danser. Intégration du rythme et du temps de manière inconsciente.
	Développer le sentiment de faire sa place par sa posture physique : chemin de soi vers les autres.	<ul style="list-style-type: none"> -Chemin de soi aux autres vers la socialisation qu'est la danse ensemble et seul. -L'utilisation de rondes traditionnelles chantées permet d'allier le souffle nécessaire au chant à l'activité physique des pieds puis des bras. -Les paroles permettent la construction d'images mentales et symbolisme repéré structuré dans la chronologie. 	Sans ne jamais le nommer ni s'y axer dessus, le souffle prend naturellement sa place entre inspiration et expiration lorsque la posture corporelle se met en place entre verticalité et horizontalité. Cette prévention peut éviter bien des soucis de santé physique ou psychique futurs. Construction des repères dans le temps par les rituels chantés, dans le rythme de la journée et l'espace entre lieu et corps.

Comment l'adapter en RAM

1 La priorité est de permettre en amont un temps de rencontre, sensibilisation avec les assistants maternels ou/et parents afin de les accompagner à démystifier le fait de chanter, oser leur voix, à découvrir les vibrations dans leur corps, leur posture afin qu'ils soient vecteurs de relation par la voix, par le chant.

2 Proposer soit des temps ainsi réguliers de sensibilisation entre adultes que les assistants reprennent ensuite eux-mêmes avec les enfants

3 soit des temps avec l'animatrice en psychophonie, les enfants, les assistants maternels, les parents présents, alors que tous participent aux chants.

4 soit des temps ponctuels animatrice en psychophonie, assistants maternels une fois par mois, que les assistants maternels reprennent ensuite entre eux de manière hebdomadaire afin de s'imprégner des chants, des jeux découverts et d'ainsi créer relation avec les enfants

Plusieurs possibilités à voir en fonction des besoins de chaque structure, des moyens, des projets.

Possibilité aussi de chanter en inter générationnel.