

1 NOUVELLE SENSATION À DISCRIMINER

proche du vécu quotidien, partir de "la sensorialité du quotidien"

isoler une sensation spécifique dans l'ensemble des boucles SM

A cet effet, je place la personne dans une **situation sensorielle**

très spécifique qui souligne / exagère la perception à modifier

par exemple : sonoriser l'expiration pour la rendre consciente

On invente chaque exercice adapté à la situation en gardant à l'esprit la **triple observation du VAK(T)**=

- je regarde avec mon oeil (niveau visuel)
- j'écoute avec mon oreille (niveau auditif)
- je touche avec ma main (niveau toucher)

La position pédagogique utilise le même processus : le chanteur répète la même phrase et obtient à chaque fois une information (oeil, oreille, toucher... de la part du professeur qui lui permet de répéter sa phrase en modifiant un - et un seul - paramètre d'émission (cf micro-objectif).

A force de faire le tour des paramètres, de manière quasi automatique, le chanteur superpose peu à peu tous les paramètres et l'émission du son devient finalement celle qu'on recherche.

C'est comme une toile de tente accrochée à plusieurs piquets. A chaque tour, on vérifie l'état de chaque piquet. Et comme un seul piquet peut déséquilibrer tout le système, on fait le tour jusqu'à ce que la toile soit totalement sécurisée.

A LE "CLIGNOTEMENT" CÉRÉBRAL

Le but est de changer pour faire sentir. Nous retrouvons ce mécanisme dans le principe du "feu orange" qui clignote pour alerter plus sûrement le cerveau alors que la couleur immobile du feu vert ou rouge peut se "fondre" dans la paysage visuel.

- une mélodie recto-tonale n'alerte pas le cerveau alors qu'un simple **intervalle** de seconde ou de tierce "allume" les neurone
- être immobile donne moins de sensation que **bouger**

B PASSER DE SENTIR À RACONTER CE QU'ON SENT

c'est l'ordre qui respecte l'écologie cérébrale de la personne on part du cerveau droit pour aller vers le cerveau gauche

- on place la personne dans une obligation d'observation perceptive (cerveau droit), on stimule ainsi sa curiosité corporelle
- on la guide dans l'exploration un nouveau chemin sensoriel en l'aidant à mettre des mots sur ses sensations (cerveau gauche)

C QUATRE POSTURES D'EXERCICE

- Je place la personne seule dans sa situation et même, dans certains cas, je lui demande de fermer les yeux.
- Je la fais se toucher elle-même / se regarder dans un miroir
- Je touche la personne pour sensibiliser moi-même la zone

- Nous nous touchons mutuellement et faisons ensemble l'exercice pour une meilleure stimulation des neurones-miroirs.

2 MUSICALISER L'EXERCICE

Etape intermédiaire qui nous amène à la chanson, on passe de la l'onomatopée à du langage chanté.

passer de l'exercice à la chanson

REPLACER DANS L'AUTOMATISME DU LANGAGE/MUSIQUE

pour vérifier l'automatisme acquis de l'étape précédente : retrouver la sensation sur une phrase déjà musicale

Etape importante car c'est elle qui permet de réussir ou pas l'intégration des automatismes nécessaires pour ensuite passer à la chanson.

3 RÉPÉTITION EN BOUCLE DU NOUVEAU RÉFLEXE

la chanson est d'abord au service du chanteur et pas l'inverse donc, on se permet de ralentir/accélérer, monter/descendre la tonalité, modifier les voyelles/consonnes de la chanson...

travail en BOUCLE SUCCESSIVE

- A automatiser en boucle la première phrase
 - B automatiser en boucle la deuxième phrase
 - C enchaîner en boucle la 1° et 2° phrase
 - D automatiser en boucle la troisième phrase
 - E enchaîner en boucle la 1°, 2° et 3° phrase
- etc...