



Unité Logopédie de la Voix

Projet Entraînement Voix

En collaboration avec la Ligue Braille



Dominique.Morsomme@uliege.be

Au menu



1. Professionnel de la voix
2. Usage vocale
3. Résistance des plis vocaux
4. Ses limites
5. Donner du sens
6. Projet avec la Ligue Braille
7. Retour sur le projet
8. Projet: Etude de la qualité vocale

1.

Professionnel de la voix

Définition



- Sans voix, impossible d'exercer son métier
- Voix dans la vie professionnelle mais également privée
- Pourcentage élevé de nos patients (Remacle et al, 2017)



2.

Usage vocale

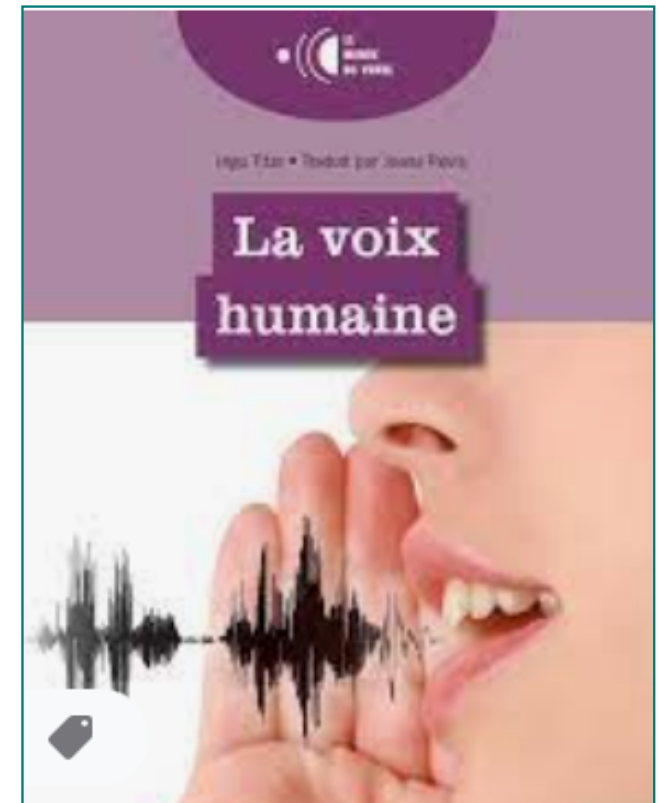
Paramètres

« La charge vocale est la **quantité de travail** accompli par le mécanisme laryngé lors de la phonation. Elle est fonction des **stress mécaniques** et des déformations imposées aux cordes vocales. »

[Les stress vocaux]

Selon Titze

- Etirement longitudinal
- Aérodynamique, PSGE
- Stress « collisionnel »
- Inertiel - accélération, décélération
- Cisaillement
- Contact aryténoïdien
- Contractile, intra-musculaire

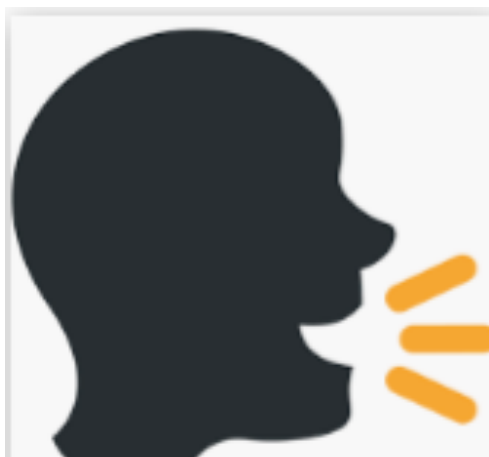


Ingo Titze

2.

Usage vocale

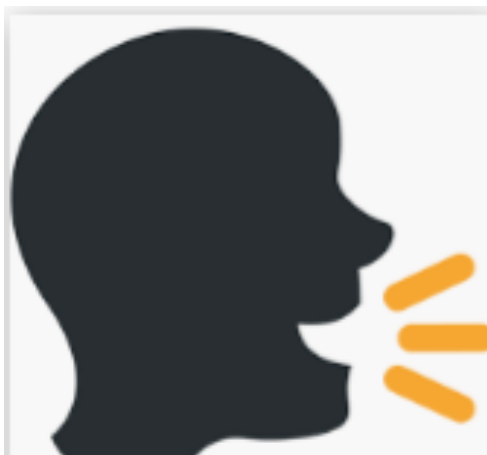
Paramètres



2.

Usage vocale

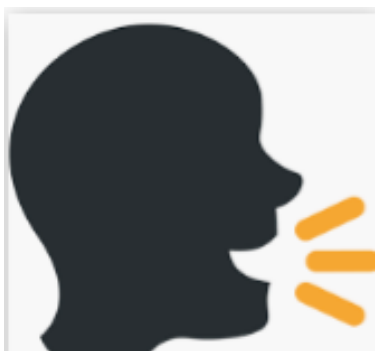
Paramètres



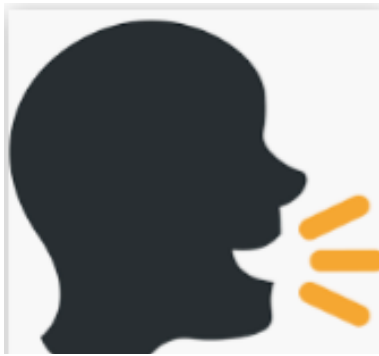
2.

Usage vocale

Paramètres

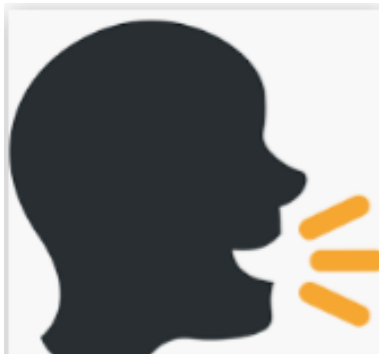


Usage / Charge vocale



Durée

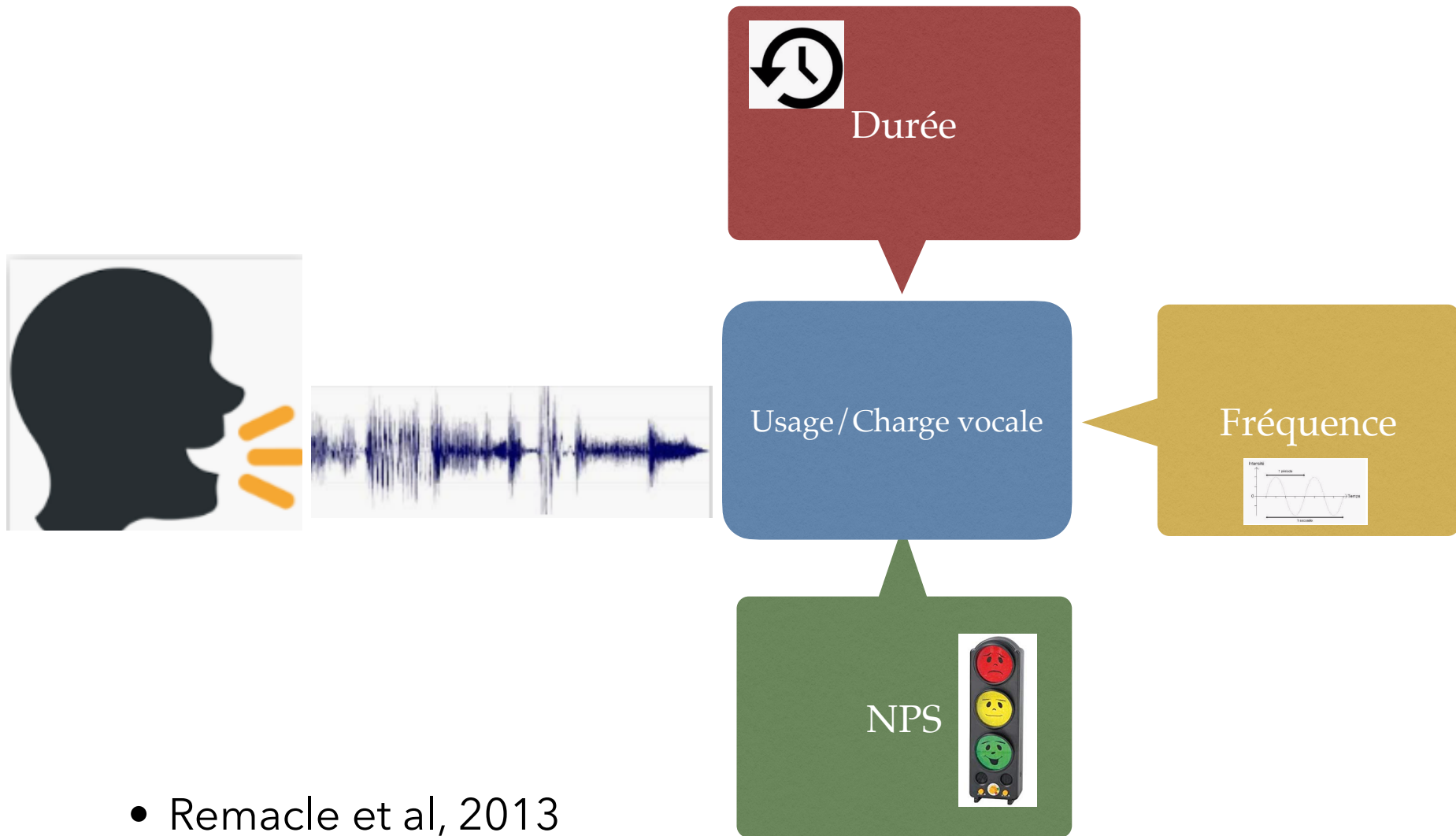
Usage/Charge vocale



A red speech bubble with a white border. Inside, there is a black clock icon with a circular arrow around it, indicating duration. Below the icon, the word "Durée" is written in white serif font.

A blue speech bubble with a white border. Inside, the text "Usage/Charge vocale" is written in white serif font.

A yellow speech bubble with a white border. Inside, the word "Fréquence" is written in white serif font. Below the text is a small graph showing a sine wave. The vertical axis is labeled "Energie" and the horizontal axis is labeled "Temps". The graph shows a wave oscillating between positive and negative values.



- Remacle et al, 2013

3. Evaluer sa résistance

Pour respecter son tissu cordal



4.

Repousser ses limites

L'usage de paille



- Aphone
- Raucité, enrouement
- Effort
- Picotement
- Douleurs périlaryngées
- Fatigue vocale



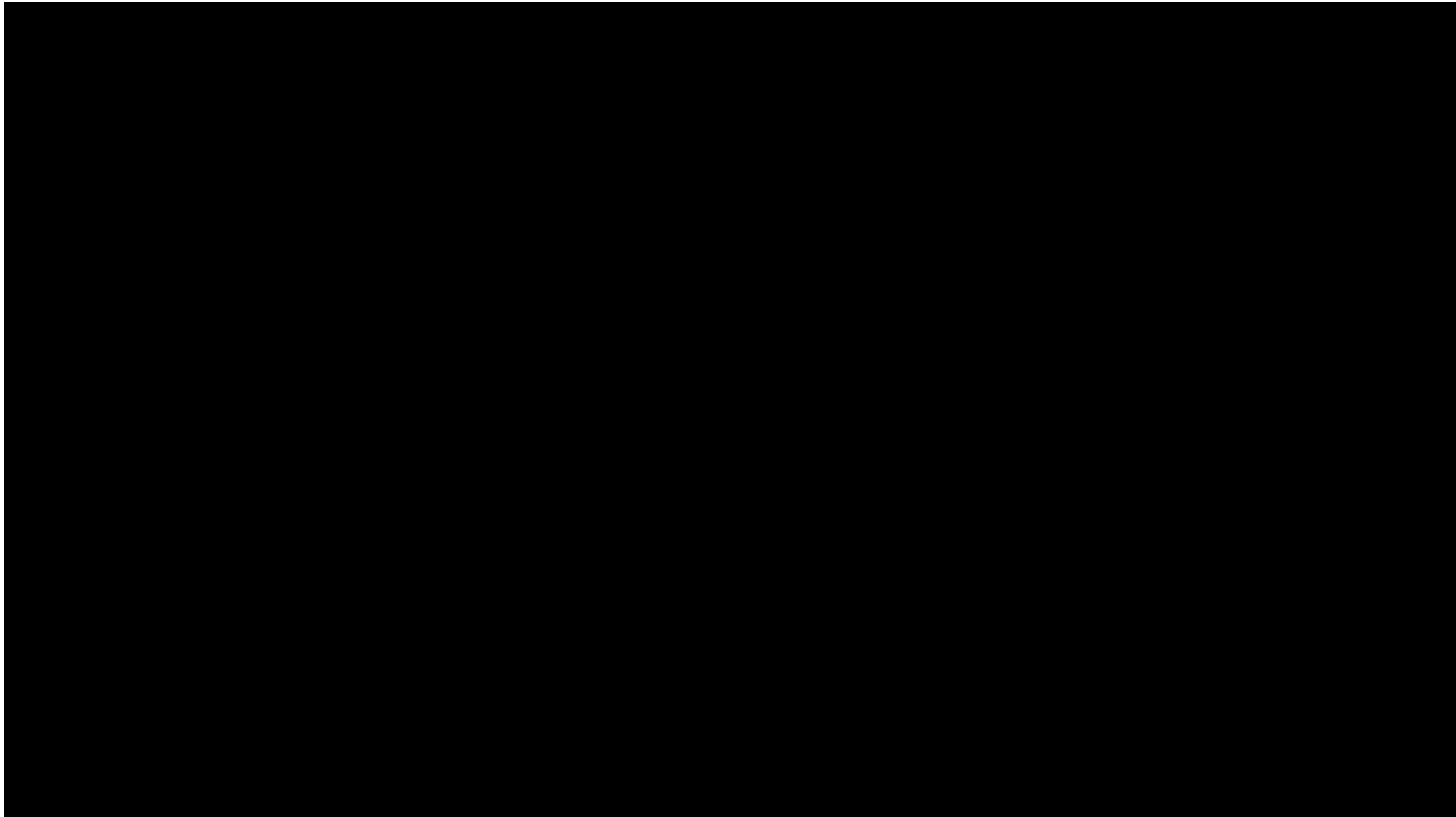
[L'usage de la paille]

C'est à dire

**Ingo Titze's tip for tired voices:
Grab a straw!**

[L'usage de la paille]

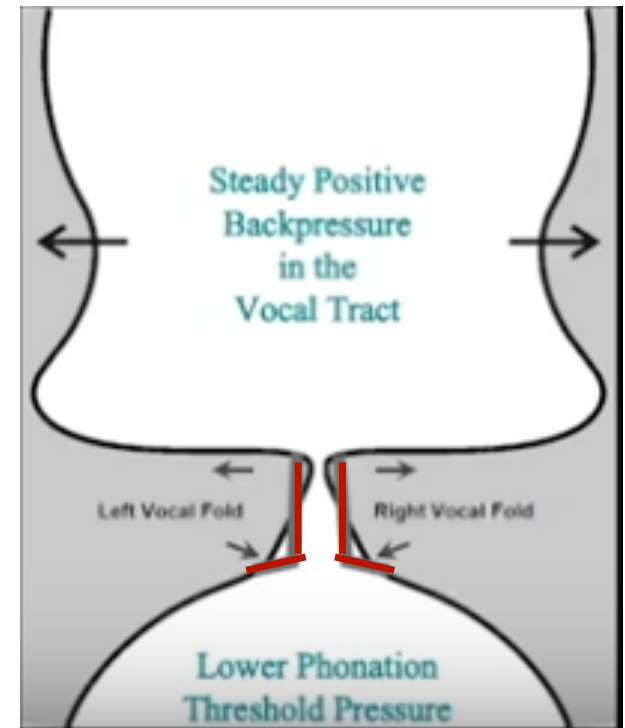
C'est à dire



[L'usage de la paille]

Les bénéfices

- Réduire les tensions
- Faciliter la pose de voix
- Eviter le serrage ou le manque de tonus
- Efficace pour les porteurs de pathologies
- Efficace chez tout le monde
- Voix plus claire, plus sonore, plus brillante
- Vibration douce
- Mode économie d'énergie
- Puissance naturelle et assurée



5.

Donner du sens

Projet Ligue Braille

- Être créatif => composition personnelle de l'étudiant.
- Manque de sens
- Conférence à la Ligue Braille
- **Naissance du projet entre la Ligue Braille et l'ULV**
- Retour à un service à la société (une de mes 4 missions)
- Permet d'évaluer sa propre résistance vocale
- Valorise un domaine parfois ignoré et dévalué

Objectif: réassortir la biliothèque de livres audios

Projet sur l'année en cours

Décembre

Février

Mai

- Choix de l'ouvrage dans un catalogue

Objectif: réassortir la biliothèque de livres audios

Projet sur l'année en cours

Décembre

Février

Mai

- Choix de l'ouvrage dans un catalogue

Test de lecture:

- Feedback de l'ingénieur
- Adaptation de certains paramètres

Objectif: réassortir la biliothèque de livres audios

Projet sur l'année en cours

Décembre

Février

Mai

- Choix de l'ouvrage dans un catalogue

Test de lecture:

- Feedback de l'ingénieur
- Adaptation de certains paramètres

Lecture

- Au domicile, pièces calme
- Vivante et non jouée
- Praat, Audacity ...
- Carte son externe
- Micro ULV

Objectif: réassortir la bibliothèque de livres audios

Projet sur l'année en cours

Décembre

Février

Mai

- Choix de l'ouvrage dans un catalogue

Test de lecture:

- Feedback de l'ingénieur
- Adaptation de certains paramètres

Lecture

- Au domicile, pièces calme
- Vivante et non jouée
- Praat, Audacity ...
- Carte son externe
- Micro ULV

- Envoie à la Ligue Braille
- Rapport

Lecture de l'ouvrage

Pistes	Texte à lire	Durée (sec)	Date d'envoi
Piste 1	La Ligue Braille présente « Titre » de « Prénom Nom de l'auteur »		
Piste 2	Présentation Titre du livre (: complément de titre présent sur la page de titre) de Prénom NOM de l'auteur traduit de par avec la collaboration de Éditeur, année de publication, 345 pages. Lu à domicile par ... (votre prénom, votre nom)		
Piste...	4 ^e de couverture		
Piste...	Table des matières / sommaire si c'est un ouvrage documentaire		
Piste...	Dédicace		
Piste...	Épigraphe(s)		
Piste...	Prologue / Préface		
Piste...	Introduction		
Piste...	... ^e partie(s) (nombre de parties :)	/	
Piste...	... Chapitre (nombre de chapitres :)	/	
Piste...	Sections	/	
Piste...	Sous-sections	/	
Piste...	Remerciements		
Piste...	Fin de l'ouvrage « titre » de « Prénom Nom de l'auteur », lu à domicile par ... (votre prénom, votre nom)		

Valorisation du projet

Avec les étudiant·e·s de l'ULV

- **Heures de stage**

- 10 pages = 1 heure de stage.
- Ouvrage de 150 à 200 pages

- **Critères d'évaluation:**

- Respect des échéances
- Qualité de la lecture et des enregistrements
- Capacité d'introspection sur leur usage vocal
- Qualité du rapport rendu basé sur leur expérience

7.

Retours sur expérience

Ouvrage

- Nombre de pages: entre 180 et 371
- Choix par intérêt de l'ouvrage

Année académique 2021-2022: 11 étudiant·e·s





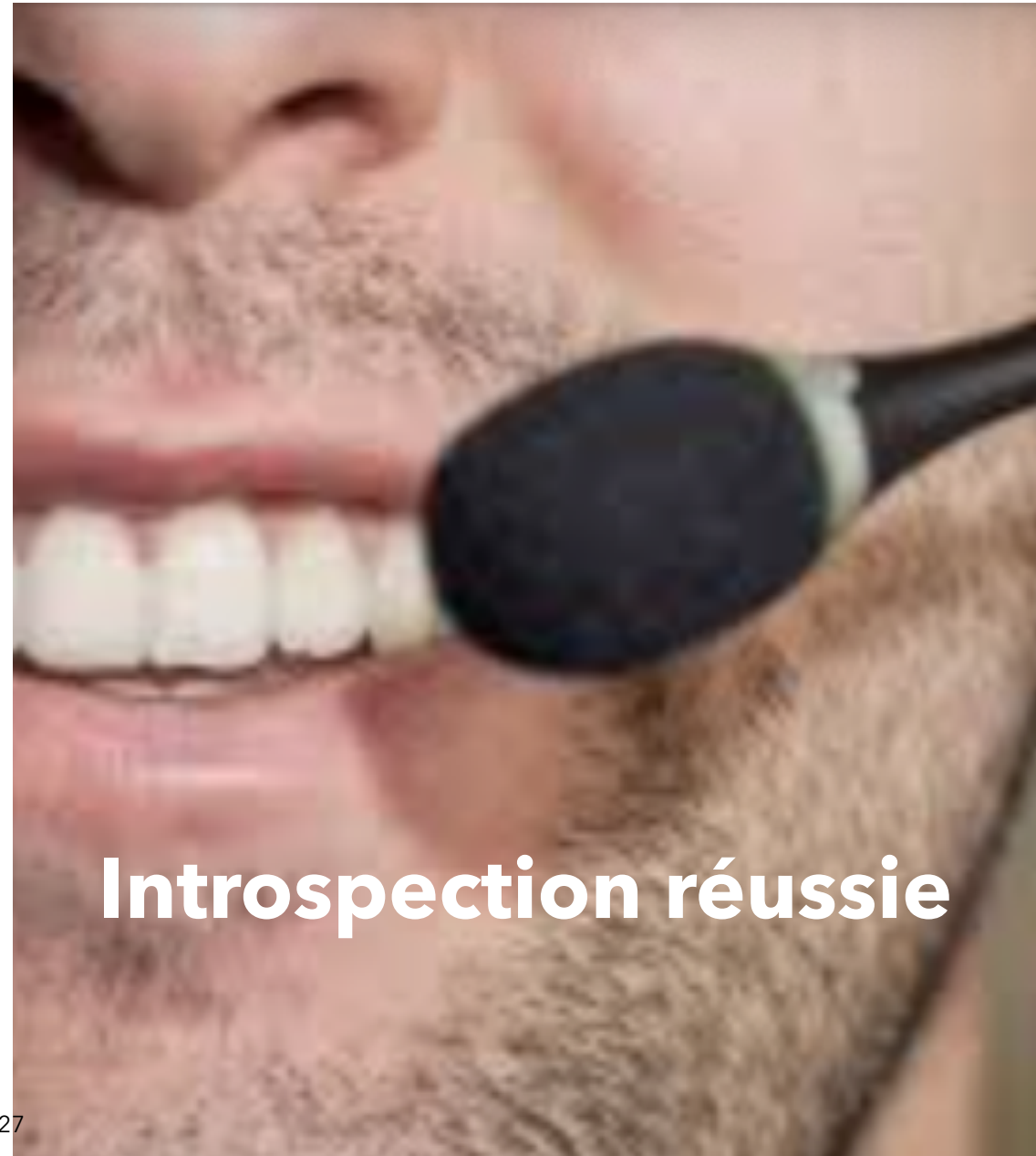
Temps

- Temps de lecture: entre 30 et 120'
- Relatif aux chapitres
- Avec pauses pour la récupération tissulaire

Aspects vocaux

- Inspiration bruyante, stridor
- Bonne résistance
- Sensations de serrage
- Douleurs
- Voix fragile
- Forçage, gêne
- Accent
- Amélioration de la qualité vocale au fur et à mesure de l'avancée dans l'ouvrage
- RGO?
- Raucité post lecture, souffle
- Coup de glotte, fry

27



Introspection réussie

Prosodie

- Débit rapide
- Le phrasé à l'écrit, le phrasé à l'oral
- Ne pas sur joué

Fatigue

- Attentionnelle
- Visuelle
- Articulatoire
- Vocale



Fatigue

- Attentionnelle
- Visuelle
- Articulatoire
- Vocale

Lien avec:

- Le moment de la journée
- La charge de travail
- La motivation





Lien avec la technique vocale

- Mise en place d'une résonance supérieure
- Respect du tissu cordal => pause
- Méthode Estill
- Recherche d'un CMV sain
- Distinguer voix aérienne et osseuse
- S'échauffer avant
- Modifier la posture
- Mise en lien souffle et phrasé
- Adapter le rythme

Points d'attention

- Eviter d'assourdir les sons en fin de phrase
- Eviter de se racler la gorge
- S'hydrater régulièrement
- Surveiller sa posture
- Alternier voix et pause
- Vérifier ses mécanismes de compensation





Difficultés

- Parler distinctement, calmement
- Trouver un lieu pour la lecture à voix haute
- Choisir où poser son livre pour optimiser la voix
- Oser s'écouter, mal à l'aise
- S'écouter autrement
- Se dépasser, accepter sa voix
- Dépasser son quota de parole lorsque l'on parle peu
- Ecoute/découpe chronophage
- Réaliser que sa voix est rauque, soufflée
- Eviter de se racler la gorge
- Perdre le contenu => frustration

Opinions sur le projet

- Service à la société
- Cause motivante
- Intéressant, enrichissant, honorable
- Révélateur de son CMV et de son potentiel
- Optimise la voix
- Développe la résistance



8.

Projet

Etude de la qualité vocale



- Comment les auditeurs malvoyants apprécient-ils la qualité vocale des donneurs de voix?
 - ▶ Leur appréciation diffèrent-elles des auditeurs sans trouble de la vision?
 - ▶ Qu'est-ce qui leur plait dans une voix?
 - ▶ Certaines voix font-elles plus l'unanimité que d'autres?
 - ▶ Sont-ils des experts en évaluation de la qualité vocale?

Verduyck, I., & Morsomme, D. (2020). Vocal beauty: a mediating variable in the negative stereotyping of dysphonic speakers. *Logopedics, Phoniatrics, Vocology*, 45(4), 164–171.



Merci pour votre attention