J'éveille mon enfant
à la musique

Dominique **Habellion**

Parentalité heureuse

J'éveille mon enfant à la musique

jouvence EDITIONS

Du même auteur aux Éditions Jouvence :

J'apprivoise les sons qui me dérangent, c'est parti !

Dans la même collection aux Éditions Jouvence :

52 pauses créatives et ludiques pour les enfants, Marie Poulhalec

60 activités pour mes petits rois de la récup', Elisabete et Sandra Ribeiro Tavares

60 exercices ludiques de respiration pour mon enfant, Catherine Blondiau

Acroyoga avec mon enfant, Julien Levy

J'accompagne les émotions de mon enfant, Soline Bourdeverre-Veyssiere

Mon enfant médite en pleine conscience, Ilios Kotsou et Candice Marro

Catalogue gratuit sur simple demande

ÉDITIONS JOUVENCE
France : BP 90107 – 74161 Saint-Julien-en-Genevois Cedex
Suisse : Route de Florissant, 97 – 1206 Genève
Site Internet : **www.editions-jouvence.com**
Mail : info@editions-jouvence.com

© Éditions Jouvence, 2019
ISBN : 978-2-88953-220-9

Maquette de couverture et couverture : Éditions Jouvence
Maquette intérieure : Frank Pitel
Mise en pages : Stéphane Angot
Images : AdobeStock.com : couverture : ©Rawpixel.com, p. 6 ©Highwaystarz, p. 31 ©Mediteraneo, p. 49 ©yanlev, p. 52 ©Robert Kneschke, p. 55 ©Romanova Anna, p. 58 ©Demianastur, p. 64 ©Pololia, p. 72 ©Mimagephotos, p. 76 ©Africa Studio, p. 79 ©MARIA, p. 83 ©JenkoAtaman, p. 86 ©Cromary, p. 94 ©Monkey Business, p. 99 ©Africa Studio, p. 106 ©Pavel Losevsky, p. 110 ©Otmar Smit, p. 112 ©Anyaberkut, p. 117 ©Dmitrimaruta, p. 121 ©Adam121, p. 134 ©PRASERT, p. 148 ©Jos_persona, p. 152 ©Sergeyklopotov.

Éléments graphiques : © Freepik.

Tous droits de traduction, adaptation et reproduction réservés pour tous pays.

À Timothée et Anna

Sommaire

Prélude 13
Introduction 15
Ce n'est pas toujours simple 15
Pour positiver 16
Le choix de l'épanouissement 18
Pourquoi la musique ? 20

1 – Un temps pour l'imprégnation 23
Variation 1 – Transmettre par exposition 24
Variation 2 – Accoutumer son oreille 27
Variation 3 – Choisir son environnement sonore 30
Variation 4 – Musicaliser votre parole 33
Variation 5 – Chanter pour mieux communiquer 36
Variation 6 – Marquer votre identité vocale 39
Variation 7 – Accompagner sa naissance 42
Petite halte introspective 45

2 – Un temps pour l'éclosion 47
Variation 8 – Baliser son temps 48
Variation 9 – Stimuler son langage 51
Variation 10 – Prendre le temps d'une berceuse 54
Variation 11 – Proposer des objets sonores 57
Variation 12 – Interagir avec les sons 60
Variation 13 – Mobiliser son corps 63

3 – Un temps pour la sensibilisation 67
Variation 14 – Les activités en musique 68
Variation 15 – Les explorations sonores autonomes 71
Variation 16 – De véritables petits instruments 74
Variation 17 – La main à la pâte 78
Variation 18 – Une histoire sonorisée 82
Variation 19 – L'expression corporelle spontanée 85

4 – Un temps pour l'éveil ***89***
Variation 20 – Le plaisir de chanter 90
Variation 21 – Au rythme des paroles 93
Variation 22 – Les sons du corps 96
Variation 23 – Des couleurs dans les oreilles 100
Variation 24 – L'émerveillement du concert 103
Variation 25 – Une rencontre privilégiée 107

5 – Un temps pour inventer ***113***
Variation 26 – Les objets ont une âme 114
Variation 27 – Le murmure du silence 118
Variation 28 – Le jardin sonore 122
Variation 29 – Une affaire d'échelle 125
Variation 30 – L'imagination au pouvoir 128
Variation 31 – La métaphore de l'eau 131

6 – Un temps pour l'autonomie ***137***
Variation 32 – Sa préférence à lui 138
Variation 33 – Son répertoire favori 140
Variation 34 – Son premier envol 142
Variation 35 – Un auditeur curieux 143
Variation 36 – Comme les oiseaux 145

Pour faire le point 149
Conclusion 152
Postlude 154
Pour mieux accompagner 155
Bibliographie 157
Remerciements 159

Prélude

Comme en attestent les nombreuses lettres laissées par Léopold Mozart – vous savez, le père du petit génie ! – l'apprentissage de la musique n'a pas été un long fleuve tranquille pour l'auteur de *La Flûte enchantée*. Son père, professeur très sévère et très exigeant, a soumis son fils Wolfgang-Amadeus à un dur labeur quotidien dès l'âge de trois ans. Certes, le père a rapidement décelé chez son fils des aptitudes musicales hors normes, mais l'accouchement du prolifique compositeur ne s'est pas réalisé sans douleur.

Prendre comme exemple l'enfance du jeune Mozart n'est sans doute pas très original mais la réalité historique permet de déconstruire un mythe qui perdure encore aujourd'hui dans la mémoire collective. La musique aurait été chez Mozart une compétence innée et rationnellement inexplicable. Son œuvre, forcément toute géniale, ne serait que la transcription d'une inspiration divine. Arrêtons tout de suite ces idées préconçues et réfléchissons un peu !

De cette enfance mozartienne, nous pouvons retenir que Mozart est né et a grandi dans un bain musical, qu'il a reçu un apprentissage musical précoce et, enfin, qu'il a beaucoup travaillé et s'est exercé quotidiennement. L'abondante correspondance familiale permet de valider tous ces points, mais la lecture passionnante de toutes ces lettres nous oblige tout de même à nous questionner sur un aspect plus psychologique de la vie du compositeur. Oui, Mozart s'est épanoui à travers la musique ; oui, Mozart en est redevable à son père. Mais, au fond, son enfance a-t-elle toujours été des plus heureuses ?

Au-delà de cette question biographique, c'est nous-mêmes, parents ou futurs parents, qui devons nous interroger : voulons-nous faire de nos enfants des petits Mozart, c'est-à-dire des musiciens virtuoses mais pas forcément épanouis ? La tentation est grande de vouloir réaliser notre rêve à travers eux, mais l'efficace « recette Mozart » avec ses trois ingrédients que sont

le bain musical, l'apprentissage précoce et le travail quotidien doit être assaisonnée avec prudence et circonspection.

Chers parents, rassurez-vous, vos enfants peuvent être heureux et faire de la musique même si vous n'êtes pas musiciens. Ils ne seront pas Mozart, vous ne serez pas Léopold et c'est tant mieux ! La pratique musicale n'est pas réservée aux seuls professionnels ou aux seuls enfants de musiciens. L'élève qui étudie l'histoire à l'école ne deviendra pas forcément historien mais peut-être un simple passionné bien dans sa peau. Soyez sûrs qu'il en est de même pour la musique !

L'objectif de cet ouvrage est de vous guider, vous les parents, dans l'accompagnement de vos enfants à travers les dédales de la sensibilisation, de l'éveil et de la découverte de la musique en respectant leur équilibre personnel pour le plus grand bonheur de toute la famille. La démarche que je vous propose, fondée sur la stimulation et le partage d'expérience, est aussi l'occasion de vous ouvrir, en même temps que votre enfant, à ce monde sonore merveilleux et plein de surprises qui contribue au bon équilibre de notre personnalité.

Introduction

> *« La musique est un jeu d'enfant. »*
> *François Delalande, chercheur en pédagogie musicale*

Mes différentes activités pédagogiques et mes actions de formation d'enseignants à la pédagogie musicale m'ont permis de constater que de nombreux jeunes enfants, sous le regard bienveillant de leurs parents, sont désireux de commencer l'apprentissage d'un instrument de musique. Au départ, leur envie est réelle et spontanée. D'ailleurs, la plupart du temps, les parents sont enthousiastes à cette idée et les encouragent dans cette voie, ce qui est, de prime abord, une excellente idée car la musique est un élément fédérateur de la famille.

Ce n'est pas toujours simple

Malheureusement, les discussions informelles que j'ai pu avoir avec des parents d'élèves, des amis ou des collègues m'ont révélé que leurs enfants ont arrêté la musique, souvent pendant la période de la préadolescence. Les raisons invoquées sont nombreuses et variables : « Cela lui prenait beaucoup de temps » ; « Il aimait l'instrument mais pas le solfège » ; « Ça s'est mal passé avec son professeur » ; « Il n'avait pas envie de travailler » ; « Il fallait toujours lui dire de prendre son instrument », etc. Bref, le désir initial était devenu une corvée pour l'enfant, bien sûr, mais aussi pour les parents. À leurs yeux, la meilleure solution – ou la plus immédiate – était donc d'abandonner.

Du point de vue des adultes – qui ne sont pas tous parents – le discours tenu est tout autre. Ils expriment le plus souvent des regrets d'avoir interrompu leur apprentissage musical : « Si j'avais su, j'aurais continué » ou « Mes parents auraient dû

me pousser ! » Cependant, le plus surprenant est leur affirmation sincère du désir de reprendre, voire de commencer l'étude d'un instrument. Il me serait impossible de compter le nombre de fois où j'ai dû répondre à la question : « Est-ce qu'il n'est pas trop tard ? » Mes réponses allaient toujours dans le même sens : « Pour votre plaisir, il n'est jamais trop tard ! » En effet, je crois encore aujourd'hui qu'il est toujours bon de rappeler que notre temps libre nous appartient et que ce qui nous fait plaisir ne peut être réellement mauvais.

Un troisième constat concerne les collègues parents-musiciens que j'ai côtoyés ou que je côtoie encore : le nombre d'abandons dans les études musicales de leurs enfants est au moins aussi important que chez les enfants de parents non musiciens. Dans ce cas, la raison n'est sans doute pas le manque de travail personnel de l'enfant, facilité par une présence compétente au quotidien, mais la trop forte pression exercée par un désir parental de réussite qui, à la longue, devient trop pesant.

Pour positiver

Fort heureusement, je constate aussi que beaucoup d'enfants poursuivent avec plaisir une pratique musicale, quelle qu'elle soit, au-delà de leur adolescence. Devenus adultes puis parents, ils conservent souvent le désir de transmettre ce plaisir à leurs propres enfants. Mais il est vrai qu'il m'est quand même difficile d'oublier tous les autres qui ont, pour des raisons diverses et variées, abandonné toute idée de musique, l'expérience ayant été trop pénible pour eux mais aussi pour leur famille. Je peux dire que ce sont eux qui, en grande partie, sont à l'origine de ce livre. Je serais tellement heureux qu'ils puissent, un jour, le lire et voir les choses autrement pour leurs propres enfants.

L'ouvrage que vous avez entre les mains – et qu'il faut absolument mettre entre toutes les mains parentales ! – est modeste mais il a cependant une ambition forte, celle de proposer une

sensibilisation musicale naturelle, sereine et épanouissante. C'est à vous, parents « ordinaires », que je m'adresse pour vous expliquer et vivre avec votre enfant des situations musicales et sonores simples et ludiques. **Adopter une attitude d'écoute, de dialogue et de bienveillance reste votre meilleur atout pour que la musique ne soit pas vécue comme une contrainte.** C'est tout à fait possible en créant, dès la période prénatale, un environnement musical et affectif favorable à l'éclosion naturelle d'un enfant sensible à la musique et, pourquoi pas, d'un éventuel futur musicien heureux.

Les dispositifs et les conseils que vous trouverez au fil de ces pages sont accessibles à tous sans aucune connaissance musicale préalable. Ils sont aussi le fruit de mon expérience pédagogique avec mes enfants, mes petits-enfants et mes jeunes élèves. Cet ouvrage est véritablement un retour réflexif sur mon vécu musical, relationnel et affectif avec de très jeunes apprentis musiciens très sensibles et très fragiles. Quel bonheur j'ai eu – et j'ai encore – de les voir vivre et grandir dans ce monde sonore magique et qui doit absolument le rester !

Ce livre est organisé chronologiquement en suivant l'évolution de l'enfant, de la période prénatale à l'âge des premières années de l'apprentissage de la lecture :

- le premier chapitre vous propose des idées très simples pour créer sereinement un climat sonore rassurant pendant la grossesse ;
- le deuxième chapitre vous suggère la mise en œuvre d'un dialogue musical entre vous et votre bébé ;
- le troisième chapitre propose un parcours de découvertes musicales « buissonnières » pendant la petite enfance ;
- le quatrième chapitre envisage différentes activités possibles à l'âge de la scolarisation ;
- le cinquième chapitre développe des idées sonores créatives ;
- le sixième chapitre envisage une certaine autonomie dans les expériences musicales de votre enfant afin de préparer ses choix futurs.

La lecture de ces différentes étapes de sensibilisation musicale peut commencer à n'importe quel stade du développement de votre enfant. Il vous est tout à fait possible de prendre ce livre en cours de route sans nuire à son objectif global d'épanouissement familial. **Ce que vous n'avez pu réaliser avant, faites-le après !** Certains dispositifs peuvent même être prolongés au-delà de l'âge préconisé. Souvenez-vous qu'il n'y a pas d'âge pour aimer et faire aimer la musique. Tout est affaire de relation et de complicité entre vous et votre enfant. À l'instar des trois garçons dans *La Flûte enchantée* de Mozart, je suis là pour vous guider dans ce paisible cheminement.

Le choix de l'épanouissement

> *« Je pense que la première rencontre d'un enfant avec la musique devrait se faire de telle sorte que son imagination, ses émotions et ses rêves soient éveillés et stimulés. »*
>
> *Yehudi Menuhin, violoniste*

Le choix de faire pratiquer la musique à votre enfant semble, à première vue, une décision relativement facile à prendre. Vos motivations sont, le plus souvent, fort louables puisqu'elles sont à la fois éducatives et culturelles. Pourquoi le priver du plaisir de jouer d'un instrument alors que vous n'avez jamais eu cette occasion ou que vous avez dû abandonner pour des raisons qui vous appartiennent ? **C'est vrai que les regrets d'adultes sont très souvent des étincelles qui allument un désir ardent d'agir au mieux pour son enfant.** Vous pensez sûrement, en toute bonne foi, que vous n'avez pas eu cette chance et qu'il est bon de pouvoir la lui donner.

Je pense naturellement que c'est une excellente chose de vouloir faire pratiquer la musique à vos enfants, mais qu'il faut

vous méfier de vos projections parentales trop prégnantes. Vous ne devez pas vous réaliser en eux et ils ne doivent pas devenir les instruments de votre accomplissement personnel. Le choix de la musique doit naître d'un dialogue familial ouvert et apaisé qui se construit progressivement dans le temps. Il me semble que c'est la voie la plus spontanée pour faire éclore chez votre enfant une envie profonde et durable. Dans l'idéal, la demande doit finalement venir de lui et être motivée par une envie sincère sur laquelle vous allez, bien sûr, surfer. **Et n'oubliez pas qu'un sourire et une parole d'encouragement ne seront jamais de trop !**

Les objectifs que vous vous fixez en tant que parents doivent être centrés sur l'enfant puisque c'est lui qui va être l'acteur principal de son expérience musicale. Il va sans dire que cette expérience doit être d'abord une source de plaisir pour lui-même, c'est-à-dire que la musique doit s'inscrire progressivement comme une activité ludique dans sa vie, comme un refuge dans lequel il lui est agréable de séjourner, comme une bouffée d'oxygène au milieu de ses contraintes scolaires. Si c'est le cas, vous pouvez être sûr que ce plaisir sera, par la suite, partagé par toute la famille et que, de ce partage, naîtront son épanouissement individuel et le vôtre.

Prudence !

L'idée que votre enfant puisse un jour devenir un musicien professionnel ne doit pas faire partie de vos objectifs parentaux. Que vous soyez pour ou contre, cette idée ne doit en rien influer sur son premier apprentissage musical. Une éventuelle vocation se construit avec le temps, avec le cumul d'expériences diverses, avec les conseils extérieurs de personnes compétentes et surtout avec le désir de l'intéressé. À quoi bon dire à son enfant « tu seras musicien » si ce n'est pas son aspiration et s'il en est malheureux plus tard.

Vous avez compris que sensibiliser votre enfant à la musique est donc une **affaire d'épanouissement individuel et familial.** Je vais donc vous accompagner dans cette tâche délicate en vous soumettant des propositions et des idées que j'ai moi-même éprouvées. C'est finalement un partage d'expérience dont je suis heureux de vous faire profiter. Mais souvenez-vous bien que toutes ces idées ne sont pas conçues comme des exercices et qu'elles doivent, le plus naturellement possible, s'intégrer à votre rythme familial. De plus, elles ne sont pas soumises à une contrainte temporelle précise pour vous laisser la liberté de les faire évoluer selon vos disponibilités en évitant tout stress.

Pourquoi la musique ?

> *« Sans la musique, la vie serait une erreur. »*
>
> *Friedrich Nietzsche, philosophe*

J'ai envie de vous répondre : « C'est une très bonne question ! » En effet, c'est une question qui me semble fondamentale et qui mérite réflexion. À vrai dire, étant moi-même musicien, je ne me la suis pas trop posée puisqu'il me semblait tellement naturel d'engager mes enfants sur cette voie. J'étais convaincu des bienfaits de la musique et je voulais sans aucun doute les partager et les transmettre. Aujourd'hui, je peux vous confier que je ne regrette rien et qu'au-delà de l'apprentissage musical, ils ont beaucoup appris sur eux-mêmes et sur les autres. Je peux ajouter que j'ai aussi beaucoup appris sur moi-même en l'enseignant. **La musique agit comme un révélateur de personnalité.**

La musique est à la fois un art et une science, comme l'affirme Jean-Jacques Rousseau dans son *Dictionnaire de musique*. Comme tous les arts, elle fait appel à la sensibilité et à l'expression. Si le fait de la considérer comme un langage est

scientifiquement discuté, il n'en reste pas moins que la musique a beaucoup à dire, à raconter ou à exprimer, ne serait-ce qu'à travers la personnalité du musicien. Faire pratiquer la musique à votre enfant, c'est lui donner l'occasion de s'exprimer par les sons ; c'est lui permettre de projeter ses images, ses sensations ou ses impressions ; c'est lui ouvrir la voie de l'imagination, de l'imaginaire et de la créativité. **Vous lui offrez le plus beau des cadeaux en le laissant développer sa perception sensible : vous le rendez encore plus humain.**

Dans toutes les sociétés traditionnelles, la musique n'est pas seulement considérée comme une pratique artistique, elle fait partie de la vie car elle s'inscrit dans les manifestations et les activités quotidiennes : par exemple, en Afrique, elle accompagne les naissances, les mariages, les funérailles, la chasse ou le pilage du mil. Elle est un élément fort de la culture. La notion de « concert » est une conception très occidentale de la pratique musicale. En choisissant d'éveiller votre enfant à cet art, vous incluez la musique dans son quotidien comme une pratique familiale naturelle qui accompagne les activités ordinaires. Vous lui apportez une dimension culturelle qui crée un patrimoine commun au sein de la famille. Le cocktail « sensibilité/culture » va renforcer les liens affectifs qui vous unissent car **la musique va faire partie de votre histoire.**

Mais la musique a aussi des vertus cognitives en agissant positivement sur le cerveau. Les neurosciences nous apprennent ainsi que la musique structure et affine l'activité cérébrale. Par exemple, la pratique instrumentale développe la fluidité motrice tandis que l'écoute musicale développe l'activité neuronale dans les aires auditives du cerveau. Toutes les études scientifiques affirment que la pratique musicale favorise aussi les apprentissages scolaires en développant des compétences d'anticipation, de mémorisation et de concentration. Enfin – et ce n'est pas sa moindre qualité – la musique procure du plaisir et du bien-être en activant la sécrétion de dopamine. Assurément, **la musique ne peut produire que des effets**

bénéfiques sur le développement cérébral et psychologique de votre enfant !

Vous ne le savez peut-être pas, mais la musique est aussi une pratique de soin appelée « musicothérapie » qui est utilisée dans la prise en charge de personnes souffrant de difficultés relationnelles. Le musicothérapeute, souvent rattaché à une structure médicale ou éducative, se sert de la musique comme médiation pour pallier des difficultés de communication verbale, soit par des pratiques actives à l'aide de petits instruments, soit par des expériences d'écoute. **La musique contribue donc à l'équilibre émotionnel et psychique de l'individu.**

Vous avez compris que choisir d'éveiller votre enfant à la musique dépasse le cadre d'une simple pratique artistique. C'est un moyen extraordinaire d'équilibrer son côté sensible et son côté réfléchi. Si vous ajoutez à cela votre implication parentale, vous augmentez la cohésion affective au sein de votre famille. La musique n'est plus une activité extérieure plaquée plus ou moins artificiellement sur votre vie quotidienne déjà bien remplie, elle devient un élément vital dont il est difficile de vous passer. Maintenant que vous avez les cartes en main, c'est à vous de jouer !

Un temps pour l'imprégnation

La période prénatale