



GUIDE DE  
SURVIE À  
L'USAGE DES  
PARENTS

# 20 PISTES

POUR AIDER VOTRE ENFANT  
DANS SON APPRENTISSAGE  
DE LA MUSIQUE

Idées pratiques pour l'aider à

GARDER SA MOTIVATION

*La musique et vous*

**CÉLINE DULAC**

# Important

Le simple fait de lire le présent livret vous donne le droit de le partager avec qui vous le souhaitez. Le texte de ce livret est sous licence Creative Common

## Attribution + Pas d'Utilisation Commerciale + Pas de Modification



**(BY NC ND)** : Le titulaire des droits autorise l'utilisation de l'œuvre originale à des fins non commerciales, mais n'autorise pas la création d'œuvres dérivées, ce qui signifie que vous êtes libre de le distribuer gratuitement à qui vous voulez, à condition de ne pas le modifier, de toujours citer l'auteur (Céline Dulac), et d'inclure un lien vers <http://la-musique-et-vous.com/>

Si ce guide vous a été envoyé par une connaissance, je vous invite vivement à **vous inscrire à ma newsletter** sur [la-musique-et-vous.com](http://la-musique-et-vous.com).

Vous recevrez ainsi régulièrement différents articles, vidéos ou podcasts remplis de conseils concrets pour apprendre la musique à tout âge.

Vous serez peut-être également intéressé·e par le programme :



Pour en savoir plus :

[la-musique-et-vous.com/formation-parents/](http://la-musique-et-vous.com/formation-parents/)

Bonne lecture !

Crédit photo couverture : [iStock - Imgorthand](#)

Conception graphique couverture : [Cœur Atomique](#)

[La Musique et Vous](#)

## Table des matières

1. Interrogez-vous sur votre propre pratique.....	5
2. Préparez le terrain !.....	6
3. Écoutez de la musique avec lui.....	8
4. Faites tomber les préjugés et croyances limitantes.....	9
5. Choisissez bien son instrument.....	10
6. L'importance de la relation à l'instrument.....	12
7. Veillez à maintenir une bonne relation avec le prof.....	13
8. Offrez-lui de pouvoir pratiquer dans des conditions favorables.....	14
9. Veillez à ce qu'il trouve/conservé une bonne posture.....	16
10. Posez quelques jalons dès le début.....	18
11. Bannissez tout chantage ou culpabilisation.....	20
12. Inscrivez-le à des stages de musique.....	21
13. Adaptez-vous à son âge et au contexte.....	22
14. Expliquez-lui les mécanismes de l'apprentissage.....	23
15. Enregistrez-le.....	26
16. Proposez-lui des défis et variez les plaisirs.....	27
17. Jouez et improvisez avec lui.....	29
18. Apprenez-lui à s'organiser.....	30
19. Intéressez-vous à ce qu'il fait et valorisez ses progrès.....	34
20. Aidez-le à trouver et/ou relancer son moteur.....	35
Et si mon enfant souhaite arrêter son apprentissage musical ?.....	37
Pour aller plus loin.....	38
Annexes.....	39
Remerciements.....	42
À propos.....	42

Julie est en seconde année de guitare. Elle aime ça, mais déteste quand ses parents lui demandent de « travailler sa guitare » tous les jours. Timothée traîne les pieds pour aller en cours de clarinette et préfère rejouer ses morceaux favoris en boucle. Anatole fait du piano depuis 10 ans mais préférerait passer à la guitare électrique ou à la batterie, ce qui exaspère ses parents.

Que ce soit dans le cadre de mon travail de professeur d'instrument ou sur mon blog [la-musique-et-vous.com](http://la-musique-et-vous.com), la question qui revient le plus souvent dans la bouche des parents dont les enfants font de la musique est : « **comment arriver à le faire jouer régulièrement ?** »

GILBERT DELAHAYE - MARCEL MARLIER

# martine

## n'a pas fait ses gammes



casterman

*La peur est certes un moteur très efficace, mais est-ce vraiment ce que nous voulons pour nos enfants ? 🐱*

*Crédit Casterman et [retourdemartine.com](http://retourdemartine.com)*

Cette question est tout à fait légitime. 85 % des enfants qui jouent d'un instrument arrêtent avant l'âge de 15 ans. Combien d'enfants arrêtent même au bout d'un an ou deux faute de motivation ? Nous avons tous dans notre entourage. **Peut-être fut-ce votre cas également.**

Mais si le problème venait tout simplement de la formulation de la question ?

Un petit rappel sur l'**origine du mot travail** : vient du latin *tripalium*, instrument de torture à 3 poutres. Même si cette étymologie est controversée, le mot travail au Moyen-Âge est synonyme de « tourment, souffrance ». Très réjouissant, n'est-ce pas ?

Faut-il pour autant diaboliser le travail ? Certainement pas !

Le travail est (ou du moins devrait) être **une activité valorisante et épanouissante**, permettant à tout être humain de se réaliser pleinement. Mais le fait est que, dans l'inconscient collectif, le travail est associé à la souffrance. Cependant, en matière de musique, le français est à ma connaissance la seule langue qui utilise si obstinément **le mot travail pour parler de pratique musicale**. Les autres langues utilisent plutôt :

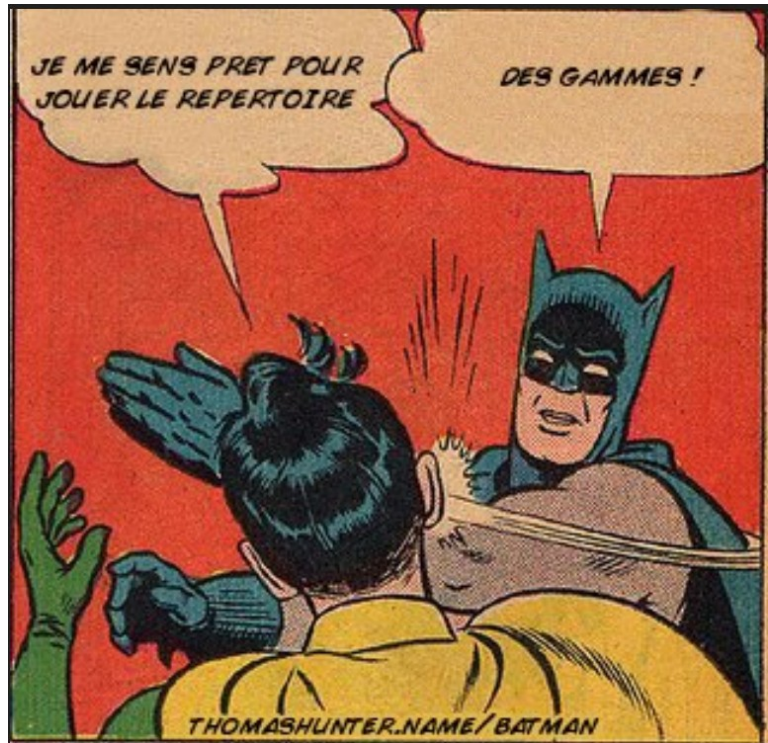
- jouer de la musique (ex : *playing music* en anglais)
- pratiquer ou s'exercer (ex : *practicing* en anglais)
- toucher son instrument, (ex : *tocar* en espagnol)

Je ne vais pas vous assommer plus longtemps avec ces considérations étymologiques.

Vous souhaitez que votre enfant pratique son instrument, qu'il le touche, qu'il joue régulièrement, soit !

Voici donc **20 pistes à explorer pour l'aider à retrouver ou garder sa motivation**. Certaines peuvent être testées avant même que votre enfant ait posé ses mains sur un instrument. Certaines vous paraîtront évidentes, mais les petites piqûres de rappel ne sont pas toujours inutiles, surtout quand on a le nez dans le guidon (et je m'inclus dans cette description).

[La Musique et Vous](#)



Crédit photo DC Comics et [Thomas Hunter](#)

# 1. Interrogez-vous sur votre propre pratique

Je ne le répéterai jamais assez : la première chose à envisager lorsque vous voulez « mettre » votre enfant à la musique, c'est de **se demander où vous en êtes de votre pratique musicale**, ou même artistique, ou tout simplement de vos activités de loisirs.

Avez-vous un hobby, une passion ? Si oui, vous y adonnez-vous régulièrement et avec plaisir ? (celui qui répond « l'alcool » sera privé de dessert).

J'ai tendance à penser que c'est comme la lecture : un enfant qui voit ses parents lire souvent trouvera normal de lire fréquemment. **Pourquoi se tiendrait-il à quelque chose que ses parents n'appliquent pas eux-mêmes ?** Si vous lui mettez une banquette de piano sous les fesses en lui disant en substance « vas-y toi, moi j'ai été dégoûté(e) dans mon enfance », ça peut être compliqué pour votre trésor d'avoir envie de s'y mettre.

**Le but n'est pas de vous culpabiliser** si vous avez vous-même arrêté de pratiquer, mais simplement de vous permettre d'être tout à fait conscient que **vous lui faites cette proposition pour lui-même** et non pour **réparer quelque chose dans votre histoire**.

Et si vous avez envie de vous y (re)mettre, mais que vous avez un petit écureuil dans le cerveau qui tourne dans sa cage en vous disant que vous êtes trop vieux, que vous n'avez pas le temps, qu'il faut d'abord réparer la machine à laver, faire castrer le chat, changer le carrelage de la salle de bain (c'est du vécu) et que vous aurez le temps quand vous serez à la retraite, je vous invite à lire [cet article](#).



*Petit loustic observant son papa au cor anglais pendant une répétition  
Crédit photo C. Dulac*

## 2. Préparez le terrain !

Commencer l'apprentissage d'un instrument, ça devrait, dans l'idéal, débiter **bien avant le premier cours d'instrument**. L'enfant perçoit très tôt les sons dans le ventre de sa mère, il n'y a donc aucune raison de ne pas lui faire écouter de la musique dès le plus jeune âge, à un volume sonore adapté, bien entendu.



Crédit photo [Kelly Roselle](#)

À partir de 3 à 5 ans, **les cours d'éveil musical** et autres activités musicales adaptées aux jeunes enfants sont une aide précieuse, surtout lorsqu'ils sont proposés d'une manière ludique, attrayante. Ils peuvent aider à ancrer chez l'enfant l'idée que la musique est une **activité agréable**, ce qui pourra être un moteur très utile par la suite. Avez-vous déjà croisé quelqu'un qui a poursuivi sa pratique musicale sans plaisir jusqu'à l'âge adulte ? J'espère que ce n'est pas le cas. Quoi qu'il en soit, en général **les personnes qui ne trouvent aucun plaisir à cette activité arrêtent assez vite...** Les activités musicales précoces offrent donc une bonne préparation si elles sont proposées par un professeur ou animateur compétent, bienveillant et qui sait faire aimer la musique aux enfants.

**Si vous n'avez pas ou n'avez pas eu l'opportunité de faire participer votre enfant à ce type d'activité**, ne vous culpabilisez pas ! Bien des musiciens professionnels ou amateurs passionnés ne sont pas passés par la case « éveil musical » en école de musique et s'en sont très bien sortis (ce fut mon cas). L'éveil musical, ça peut se faire en famille, et de nombreuses façons :

- Aller au **concert** régulièrement, si possible en découvrant différents styles dans des contextes différents et en s'intéressant aux instruments, compositeurs, interprètes...
- Emprunter fréquemment des **disques, utiliser la musique** à différents moments de la journée (chez nous, on l'apprécie beaucoup au moment de l'habillage du matin et du coucher)
- **Écouter de la musique ensemble** dès le plus jeune âge, en mettant l'enfant dans une écoute active et sans jugement de valeur : « Qu'est-ce qu'on entend ? » « Tu aimes cet instrument ? » « À quoi ça te fait penser cette musique ? Tu me le dessines ? »...
- **Danser en rythme**... (oui, on peut faire les fous sur du Mozart)
- Avoir quelques **instruments à la maison**, ou en fabriquer, et avoir une place spéciale pour les ranger. Chez nous, c'est un grand panier au sous-sol, mais une caisse ou un tiroir peuvent faire l'affaire.
- Avoir des moments réservés à l'**exploration sonore sans limite de volume**. Ce n'est pas toujours facile à mettre en place, mais c'est l'occasion de réveiller votre créativité pour trouver des solutions adaptées à votre situation, même si vous vivez en appartement. J'ai lu un jour le récit d'une maman qui demandait à sa voisine du dessous à quel moment elle était absente pour permettre à son enfant de faire des activités sonores ou même bruyantes à certains moments de la journée.

Alors, que voudriez-vous faire pour cultiver sa curiosité naturelle dès le plus jeune âge ?



Crédit photo [Giu Vicente](#)



### 3. Écoutez de la musique avec lui

Nous avons parlé de l'importance de **s'intéresser au monde musical** avant même de commencer à apprendre à jouer d'un instrument. **Mais cela ne devrait pas s'arrêter** une fois que votre enfant commence l'apprentissage d'un instrument.

Faire de la musique, **ce n'est pas qu'avoir un piano qui fait joli dans le salon**. C'est aussi aller aux concerts, s'offrir des disques, écouter de la musique à la maison, en particulier le répertoire écrit pour les instruments pratiqués par les différents membres de la famille. Intéressez-vous sincèrement à l'univers musical le plus vaste possible. Vous pourriez vous surprendre à apprécier des styles auxquels vous n'étiez pas habitués auparavant, et lui aussi.



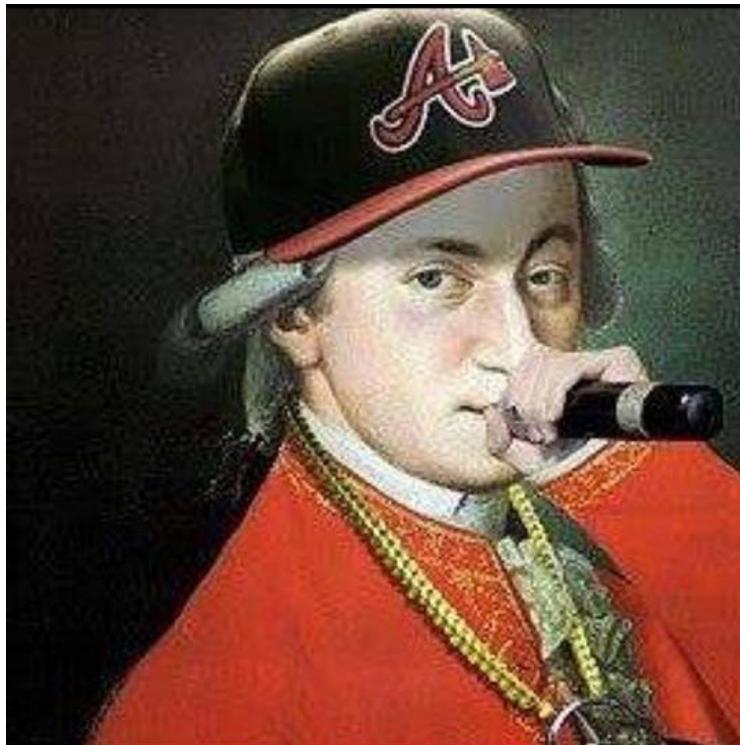
*Johann Sebastian Bach revisité*

Apprendre à développer ses goûts musicaux, découvrir de nouveaux univers, trouver des idées de nouveaux répertoires à explorer sont quelques-uns des bénéfices que peuvent apporter des écoutes musicales régulières et variées.

Cela peut aider votre schtroumpf à relancer sa motivation dans les moments de découragement. Je ne me sens pas particulièrement attirée par le monde du jazz, mais j'ai souvent une pensée pour un de mes anciens élèves pour qui la découverte de cet univers vers 11 ans fut une révélation, ce qui lui a permis de relancer sa motivation pour longtemps (aux dernières nouvelles, il « jasse » encore avec sa flûte !)

## 4. Faites tomber les préjugés et croyances limitantes

La musique classique n'est pas réservée à une élite ni aux personnes âgées, vous pouvez faire du *death metal* même si vous n'êtes pas un jeune aux cheveux gras qui aime faire du bruit dans sa cave avec ses potes, la musique contemporaine n'est pas destinée uniquement à ceux qui veulent se faire mousser en disant qu'ils sont allés à un concert absolument inaudible, la musique médiévale ne concerne pas que les moines, le rock n'est pas réservé aux nostalgiques de plus de 70 ans, on ne joue pas de l'orgue à tuyaux que dans les églises, vous pouvez aimer la musique trad sans être la caricature du bobo végan... (je n'ai rien contre les végan 😊)



*Mozart, célèbre rappeur*

J'arrête ici ma liste, je pense que vous avez saisi où je voulais en venir...

Cependant, je dois vous faire une confession. Je me suis rendue compte très récemment que j'avais, malgré moi **transmis des préjugés à mon enfant** ! Ça n'a duré que le temps d'une phrase et cela m'a échappé : alors qu'il sortait de son premier cours de formation musicale (ou FM, ce qu'on appelait autrefois « solfège »), j'ai dit à mon fils que j'étais soulagée que cela lui ai plu. Soulagée ? Pourquoi ? On est en général soulagé après un moment désagréable... Sans y prêter attention, j'ai sous-entendu que la FM pouvait être vécue par certains comme **une discipline potentiellement déplaisante**. Il est étonnant que j'aie ce préjugé, car j'ai moi-

même adoré les cours de FM au conservatoire, j'ai enseigné cette discipline pendant une petite dizaine d'années et je sais que le professeur de mon fils est très apprécié de ses élèves. Mais j'ai croisé tellement de parents qui avaient été dégoûtés par le solfège étant jeunes, et inquiets à l'idée que leur enfant doive subir le même sort, que j'ai sans doute intégré l'idée que la FM n'était pas forcément une partie de plaisir. Un bon musicologue vous expliquerait mieux que moi que **le dégoût du solfège trouve ses racines dans le XVIème siècle**, quand la musique est passée d'une conception horizontale à une conception verticale et que les théoriciens de la musique ne savaient plus comment enseigner leur science, celle-ci étant déconnectée de la réalité de la pratique instrumentale. Mais je ne vais pas rentrer dans le détail. L'élément à retenir c'est que, quelle que soit leur origine, **les préjugés ont la vie dure** : saurez-vous les démasquer, derrière les meilleures intentions du monde ? Votre enfant a tout à y gagner !

Aidez aussi votre enfant à **éliminer dès le départ les croyances limitantes**, comme par exemple « je n'ai pas d'oreille » (vraiment ?), « mon frère est plus doué que moi » (la bonne blague !), « je chante faux » (d'autres l'ont essayée celle-là)...

## 5. Choisissez bien son instrument

Cela signifie **deux choses** :

- Pour votre enfant, bien choisir dès le départ son instrument, celui qu'il va pratiquer. L'autoriser à en changer (notamment à l'adolescence, j'y reviendrai)
- Pour vous, acheter un instrument de qualité

Concernant le choix d'un instrument, je vous recommande la [lecture de cet article](#) dans lequel je détaille quelques pistes pour aider dans le choix d'un instrument. Il s'adresse au départ plutôt aux adultes souhaitant débiter ou reprendre l'apprentissage d'un instrument, mais les conseils que je propose peuvent être utiles pour vous, votre enfant, votre collègue de bureau, le chien du voisin...



La batterie de [Mark Temperato](#)

**La qualité d'un instrument est un critère indispensable à la réussite.** Il est vrai que la tentation d'acheter un instrument premier prix peut être forte, surtout si vos moyens sont modestes. Mais certains parents ne sont pas toujours conscients qu'il peut être très désagréable de jouer sur une guitare avec des cordes trop dures, sur une harpe qui ne tient pas l'accord, sur un piano au toucher trop lourd ou inégal, sur une clarinette dont la moitié des notes ne sortent pas...

Un mauvais instrument peut :

- induire de **mauvaises habitudes** et des **tensions**
- favoriser (parfois assez rapidement) le **découragement**
- vous faire **perdre de l'argent**

Si l'on prend l'exemple de la flûte, un instrument premier prix peut avoir des clés (les petits clapets qui servent à boucher les trous) dont les ressorts sont trop durs, ce qui oblige l'élève à appuyer assez fort sur les clés pour pouvoir les boucher et donc produire différentes notes. Au final, vous obtenez un élève qui a mal aux mains au bout de 10 minutes et pour qui tenir la flûte est une torture en soi. Par ailleurs, en ce qui concerne les instruments à vent possédant des clés par exemple, si l'instrument est de mauvaise facture, **certaines notes ne sortiront tout simplement pas** et vous aurez perdu de l'argent au lieu d'en économiser.



*Cor d'ayant pas apprécié le dernier voyage en avion de son propriétaire*

Il est donc primordial de **se renseigner auprès du professeur** avant de vous lancer dans l'achat ou la location d'un instrument. La motivation de votre enfant en dépend peut-être beaucoup plus que vous ne le pensez. Jouer sur une casserole ne favorise pas le plaisir et la progression. Si, quoi que votre enfant fasse, le résultat est peu satisfaisant en raison de défauts matériels, ce n'est pas encourageant. N'oubliez pas également de **faire entretenir régulièrement son instrument**, sur les conseils du professeur (accord, révision chez un luthier, changement de cordes ou d'anches, réparations diverses...) et bien sûr d'en prendre soin au quotidien !

## 6. L'importance de la relation à l'instrument

Maintenant qu'il a choisi ce dont il voulait jouer et que vous lui avez procuré un instrument de bonne qualité, votre bambin va peut-être s'attacher dès le début à son nouveau compagnon musical, ou au contraire le considérer comme un objet étranger difficile à domestiquer.

Vous pouvez **l'aider à créer une relation de complicité avec son instrument**, ce qui permettra de consolider son intérêt pour l'apprentissage musical.



*Crédit photo : [Angela Vincent](#)*

**Prénommer l'instrument**, surtout avec les petits, peut être un bon début : « Quel nom veux-tu lui donner ? » pourriez-vous demander au petit Hugo qui découvre son violon.

Je vous épargne tous les noms ridicules que j'ai pu donner à des orgues, flûtes, guitares... au cours de mon apprentissage, mais dans une certaine mesure, cela a contribué à mon attachement à la musique. Les instruments de musique prennent la place qu'on leur donne. S'ils deviennent quasiment des membres de la famille (« Est-ce que je peux emmener Gertrude en vacances chez mamie ? »), il y a plus de chances que votre enfant s'y attache durablement.

Par la suite, laissez-lui **passer du temps avec son instrument**, à sa façon, sans objectif, sans recherche de performance, de résultat. Quelle place donnons-nous à la rêverie, à l'imaginaire, à l'ennui ? On sait pourtant que ce sont des ingrédients qui contribuent à la créativité. Il en est de même pour l'apprentissage musical. Il faut bien entendu l'accompagner d'une manière plus dirigée par moments, mais il faut aussi lui laisser du temps qui peut nous paraître « perdu ». Rejouer le même morceau qu'il maîtrise déjà parfaitement, par exemple, n'est pas nécessairement une perte de temps. Cela peut lui faire découvrir de nouvelles choses, comme le plaisir de jouer vite, l'envie de varier l'expression, d'improviser, de composer un autre morceau dans le même style...

Et c'est autant de temps en moins sur un écran ! 😊

Permettez-lui ainsi de découvrir que son **instrument est un compagnon de route inspirant !**

## 7. Veillez à maintenir une bonne relation avec le prof

Et en amont de cela, si vous en avez la possibilité, **choisissez un professeur connu pour ses qualités pédagogiques et relationnelles**. Là encore, cela peut paraître une évidence, mais si le prof le plus proche est connu d'avantage pour faire pleurer les élèves que pour sa bienveillance, ça vaut sans doute le coup de faire quelques kilomètres de plus pour aller à la rencontre d'un professeur qui donnera à votre enfant l'envie de persévérer dans son parcours musical.

Là je vous entends dire : « Ah oui, on a bien fait de le lire, ce livret ! On ne perd pas du tout notre temps ! Bien choisir le prof, n'est-ce pourtant pas évident ? »

Et bien non, je croise encore beaucoup trop de parents désopilés devant leur enfant qui va au cours en traînant des pieds parce que son prof ne l'aide pas beaucoup à conserver la flamme, parce qu'il n'enseigne pas le style de musique que votre enfant aimerait pratiquer, ou encore parce qu'il cherche à faire entrer ses élèves dans un certain moule, qui ne correspond pas forcément à ce que votre enfant attend.

**Une bonne relation est en effet indispensable à la poursuite de l'apprentissage.** Et lorsqu'un enfant ou un ado stagne, un changement de prof est parfois salutaire. Parfois, ce n'est même pas que le professeur n'est pas « bon », c'est simplement qu'élève et prof

tournent en rond, sans savoir comment se renouveler, perdant ainsi petit à petit tout enthousiasme.



Crédit photo : [Nathan Russell](#)

Ça peut paraître évident, mais **il faut que le courant passe** et surtout qu'il passe durablement. Si vous sentez que ce n'est pas ou plus le cas, n'hésitez pas à en parler à votre enfant pour avoir son avis, et se mettre d'accord sur la façon dont vous pourriez ensuite discuter de la situation avec le professeur, sans mettre votre enfant en porte-à-faux.

## 8. Offrez-lui de pouvoir pratiquer dans des conditions favorables

L'installation joue également un rôle non négligeable. Vous installez-vous dans la pièce la plus bruyante et encombrée de chez vous pour remplir votre déclaration d'impôts ? (Si vous avez répondu oui, je vous envoie toute mon admiration)

Pour pouvoir se concentrer et surtout entendre avec finesse les sons qu'il produit, un enfant a **besoin d'un minimum de calme et de silence et de se sentir confortable** dans le lieu où il s'installe.

Pour commencer ou poursuivre une réflexion sur ce que pourraient être des conditions favorables dans votre situation précise, **répondez à ces quelques questions** :

[La Musique et Vous](#)

- Pour un instrument fixe (piano, batterie...), quels ont été les critères pour le choix de son emplacement ? Ces critères sont-ils compatibles avec de bonnes conditions de jeu ?
- Pour un instrument que l'on peut déplacer, votre enfant a-t-il une place attribuée où il sait qu'il peut jouer en toute tranquillité, ou doit-il sans cesse s'adapter aux circonstances ?
- Est-ce que le lieu où mon enfant va jouer donne envie de s'y mettre ?
- Sachant qu'un musicien est rarement immobile, est-ce que mon enfant a assez de place pour jouer sans entrave ?
- Pour un instrument se jouant assis, a-t-il un fauteuil suffisamment confortable et adapté ? (essayez de jouer du violoncelle avec des accoudoirs...)
- A-t-il un pupitre adapté ?
- Y a-t-il assez de lumière dans la pièce ?
- Est-ce qu'il y a une table à proximité ? (pour composer, lire de la musique « à la table », *etc.*)
- Est-ce que l'acoustique de la pièce est satisfaisante ? (pas trop résonnante, pas trop sèche non-plus, même si ce n'est pas toujours évident dans un petit espace...)
- Est-ce qu'il y a du bruit à proximité ?
- Est-ce que vous lui demandez régulièrement de jouer moins fort pour diverses raisons (voisins, bébé qui dort à proximité, *etc.*) ?

Et bien entendu, **associez votre enfant à cette recherche**. Demandez-lui s'il se sent bien installé là où il pratique, et s'il serait possible d'optimiser certaines dispositions pour que sa pratique soit la plus confortable possible... même si cela demande parfois de petits compromis familiaux (oui, on éteint la télé pendant qu'Anatole joue, s'il-vous-plaît, et on ne lui demande pas de jouer moins fort toutes les 2 minutes !)

Une bonne installation est très importante, mais aidez-le également à se mettre lui-même en condition d'être efficace. **Attention par exemple au *multitasking*<sup>1</sup>**, qui consiste à **faire plusieurs choses à la fois**, comme par exemple jouer des gammes tout en racontant sa journée et en envoyant des SMS à ses ami(e)s. Le cerveau est pourtant incapable de gérer plusieurs tâches volontaires à la fois, il doit passer de l'une à l'autre avec une très grande rapidité, **ce qui est épuisant**, même si cela peut donner **une illusion de maîtrise**. Le fait d'être multitâche contribue dans une certaine mesure à augmenter les capacités de flexibilité,

---

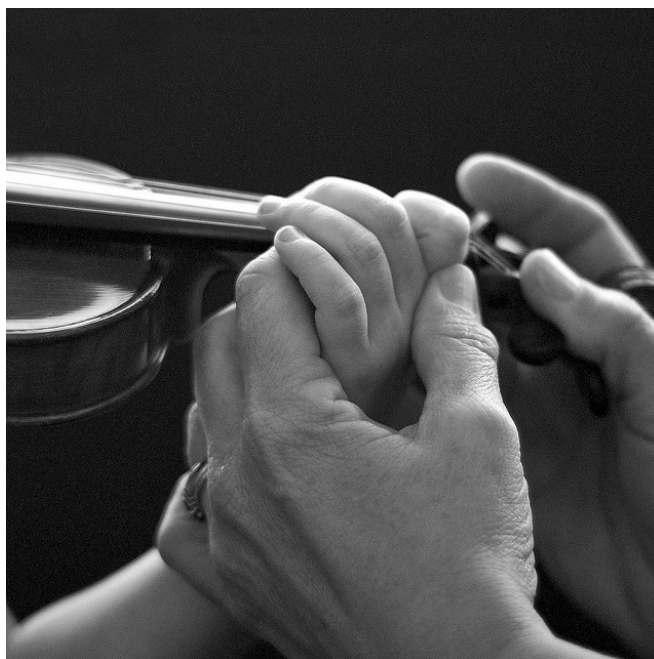
<sup>1</sup> Ear MILLER, *Le Multitasking*, MIT, 2009.



mais **diminue la qualité du travail fourni** et **l'aptitude à mener des projets à leur terme**, ce qui est indispensable lorsqu'on fait de la musique.

## 9. Veillez à ce qu'il trouve/conservé une bonne posture

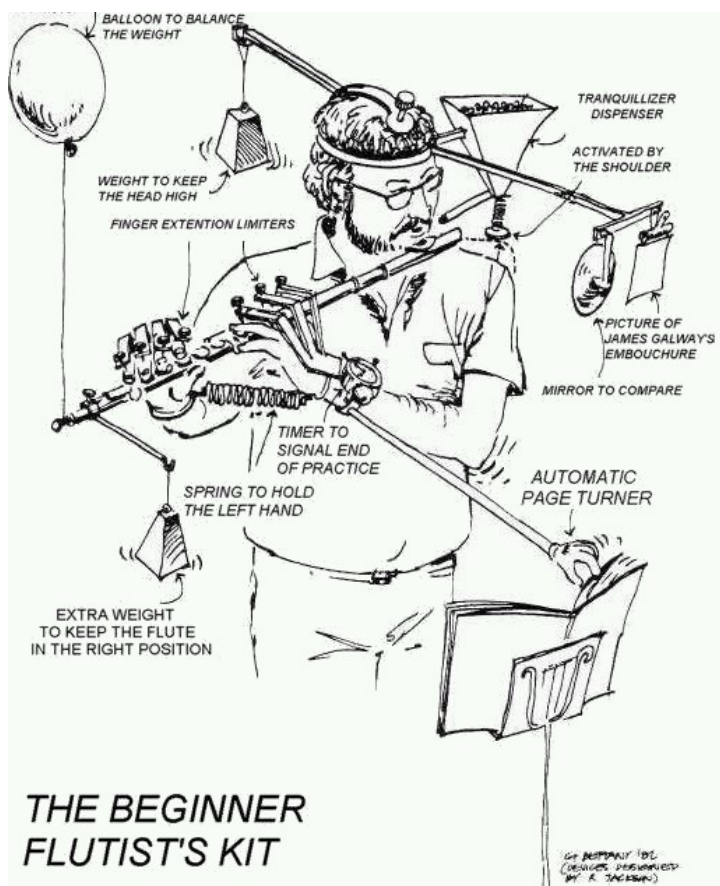
Cela est bien entendu valable pour tout autre instrument, mais en cours de flûte, je dis souvent à mes élèves que **leur premier instrument n'est pas l'instrument, mais leur corps**. En effet, si on pose une flûte sur une table, elle ne fait pas la maligne et est incapable d'enchaîner un concerto de Mozart toute seule. Pour qu'elle le fasse, il lui faut un corps qui se soit entraîné à manipuler l'instrument de telle sorte que Mozart puisse se faire entendre (ainsi, l'on pourra dire « Mozart est là ». Oui je sais, elle était facile, celle-là...)



Crédit photo [Nathan Russell](#)

De même que les conditions extérieures doivent être confortables, il est important que votre jeune artiste soit **à l'aise quand il joue**. S'il est tout raide comme un piqué ou voûté comme une centenaire, il y a des chances pour qu'il ne parvienne pas à sortir un son satisfaisant et donc qu'il se décourage. **Son professeur lui aura appris la posture la plus appropriée**, et il peut être bon de lui demander de vous expliquer quelle est cette posture, afin que vous puissiez aider votre enfant à s'y tenir, car il ne sera pas forcément conscient de ses défauts posturaux lorsqu'il sera concentré sur sa partition. Cette remarque concerne autant la posture générale du corps que des détails plus subtils comme la forme des doigts (généralement plus ou moins arrondie pour la plupart des instruments), la tension dans les muscles (on n'appuie

pas comme un ours sur les clés d'une flûte, par exemple), le fait de mettre du mouvement dans le corps, etc.



*Le kit du flutiste débutant*  
[Classical Music Humor](#)

Mettez-y les formes tout de même, il ne s'agit pas d'exaspérer Anatole ! Un percutant « Tiens-toi droit ! » aura sans doute moins de chance d'aider votre enfant qu'une remarque bienveillante comme « j'ai l'impression que tu penches à droite quand tu joues, est-ce que c'est confortable ? »

Bref, ce n'est pas à moi de vous apprendre comment parler à votre enfant, vous le connaissez mieux que moi, mais j'ai remarqué avec mes élèves que **les questions étaient plus aidantes et efficaces que les injonctions.**

**Jouer de la musique doit rester confortable et agréable,** même lorsque l'on veut interpréter des émotions qui nécessitent une certaine tension, comme la douleur, la panique

ou la colère. Il faut alors prendre garde à ne pas confondre tonicité et crispation.

Rester dans la détente et la souplesse garantit une meilleure sonorité, et surtout de la longévité dans la pratique, sinon gare aux tendinites qui s'installent parfois durablement !

## 10. Posez quelques jalons dès le début

Tout d'abord, partez du principe que **c'est normal de pratiquer tous les jours**, et ce, dès le début ! Non-pas parce que c'est une corvée, mais parce que **c'est ainsi qu'on progresse et qu'on peut se faire plaisir**. Même s'il n'y touche que 5 à 10 minutes, c'est la régularité qui est importante. Bien entendu, il y a des jours où il n'y touchera pas (dimanches, séjours hors de la maison, jours difficiles...). Mais si c'est une évidence pour vous, il la remettra plus difficilement en question. Si vous-mêmes jouez de la musique, **c'est le moment de montrer l'exemple !**



*Petit Loustic (encore lui !) sur les genoux de maman pendant une répétition  
Crédit photo J. Dulac*

N'hésitez pas à vous appuyer sur ce que vous dit le professeur. La plupart de ceux-ci vous diront la même chose : **la régularité est indispensable. Il vaut mieux pratiquer souvent et peu**, que rarement même si la séance de jeu dure longtemps. L'idéal est d'**installer des routines**, non-pas pour s'ennuyer, mais pour que cela devienne une habitude qui fait partie du rythme de la journée<sup>2</sup>.

Dans de rares cas, il est demandé aux enfants de ne pas toucher l'instrument entre deux cours, par exemple en tout début d'apprentissage avec de jeunes élèves dont le professeur utilise la pédagogie de groupe, et ayant cours plusieurs fois par semaine, mais ce n'est vraiment pas la situation la plus fréquente. Si c'est le cas bien entendu, il faut suivre les conseils du professeur car il a une progression pédagogique en tête qui n'implique pas que

---

<sup>2</sup> Audrey AKOUN, Isabelle PAILLEAU, [Apprendre autrement avec la pédagogie positive](#), ed. Eyrolles, 2013, pages 70-71.

l'enfant pratique chez lui au début, mais dans la majorité des cas, le professeur demandera une pratique quotidienne à la maison.

Certains parents me disent parfois que ce n'est pas possible, parce que le petit Lucas dort à côté, que Marion a beaucoup de devoirs, que la voisine est un peu acariâtre (oui oui, c'est du vécu là aussi)... Je fais confiance à votre créativité pour **trouver des solutions, car il y en a toujours**, même si cela passe par une séance de communication non-violente avec Mme Mochu du 3ème étage. N'ayez pas peur de trouver des horaires inhabituels. Certains de mes élèves ont prévu leur séance de pratique quotidienne le matin avant de partir à l'école ou le midi pendant que Mme Mochu déjeune.

Par ailleurs, **pratiquer la musique, ce n'est pas que jouer de son instrument**. Il y a aussi des partitions à lire, à chanter, des exercices écrits... Tout cela peut être réalisé à différents moments de la journée. De plus, il est possible d'avancer dans son apprentissage sans toucher son instrument, en jouant mentalement. Des études prouvent d'ailleurs que [l'entraînement mental est fonctionnellement équivalent à l'entraînement physique](#).<sup>3</sup>

Lorsque c'est possible, n'oubliez pas **d'emporter** Léon le violon ou Josette la clarinette **en vacances**. Ça sera justement l'occasion de mettre Tonton Victor et sa guitare à contribution pour des soirées musicales endiablées ! **Attention toutefois aux soutes des avions**, généralement ce n'est pas une bonne idée que les instruments voyagent par -12° en étant bringuebalés comme des sacs à patates. Et si vous ne pouvez vraiment pas emporter l'instrument en vacances, gardez les partitions sous la main pour qu'il puisse les jouer mentalement, et profitez-en pour lui faire découvrir la série complète des [Piccolo, Saxo et Compagnie](#), réécouter en podcast l'émission [Klassiko Dingo](#), visiter le musée de la musique local, aller à des concerts...



*Petit Loustic à l'Opéra - Crédit photo C. Dulac*

J'ajouterais qu'il faut **éviter les messages contradictoires** : si, d'un côté vous lui dites que c'est important et que de l'autre, vous n'hésitez pas à caler les rendez-vous de dentiste à l'heure du cours de musique, ou à manquer une semaine pour aller à la fête de la châtaigne, cela ne crédibilise pas votre propos initial...

Et pour enfant, dès le début cela doit être très clair : **l'enfant s'engage pour un an !**

<sup>3</sup> Pierre LEMARQUIS, [Sérénade pour un cerveau musicien](#), Odile Jacob, 2009, pages 136-137.

## 11. Bannissez tout chantage ou culpabilisation

J'imagine que, si vous lisez ce livret, c'est que vous êtes dans une démarche dont le but est d'aider votre enfant. J'imagine donc que vous n'êtes pas de ceux qui utilisent des **discours culpabilisant** du type « de mon temps, on ne nous laissait pas le choix », qui laissent entendre que « la musique c'est comme le rendez-vous chez le dentiste, c'est juste un mauvais moment à passer ». De même, le **chantage** du type « travaille ton saxophone ou tu seras privé de console » ne peuvent pas être productifs. Ils **laissent entendre que la pratique instrumentale est une corvée** en regard d'autres occupations (notamment celles qui impliquent un écran).

Par ailleurs, il est prouvé que **la peur paralyse le cerveau**, en conséquence, elle n'est d'aucune utilité quand il s'agit d'apprentissage musical<sup>4</sup>.

**Éduquer avec bienveillance, c'est tout un programme**, c'est souvent plus difficile à dire qu'à faire, mais c'est possible ! De nombreux spécialistes et parents ont planché sur le sujet, il n'y a qu'à se servir. Je suis assez fan des publications d'[Isabelle Filliozat](#) ou de [Catherine Dumonteil-Kremer](#) (voir [livre ci-contre](#)), dont la relecture me donne à chaque fois une bouffée d'air frais quand l'ambiance à la maison se détériore. Loin de moi l'idée de vous faire la leçon, car j'ai encore beaucoup de chemin à faire avant d'atteindre cet idéal, mais ces approches ont le mérite d'apporter des idées de base et des astuces vraiment utiles quand votre loustic semble utiliser toute sa créativité pour vous faire enrager, alors qu'en général, il cherche juste à exprimer un besoin.

Dans l'apprentissage musical, il est important de **toujours rechercher sa coopération**, afin qu'il soit **acteur de son projet artistique**, même tout petit. Par exemple, demandez-lui quel morceau il aimerait pouvoir jouer à la fin du mois et comment il pourrait faire pour y arriver. Est-ce qu'il va répéter « par petits bouts » ? Est-ce qu'il veut essayer d'apprendre deux mesures par jour ? Est-ce qu'il pourrait le jouer une fois le matin et trois fois le soir ? Est-ce qu'il pourrait essayer de m'apprendre ce qu'il sait faire ?



4 Audrey AKOUN, Isabelle PAILLEAU, [Apprendre autrement avec la pédagogie positive](#), ed. Eyrolles, 2013, page 81.

## 12. Inscrivez-le à des stages de musique



Crédit photo [Gordon](#)

Parmi les choses les plus motivantes que mes parents m'aient proposé de faire au cours de mon apprentissage musical, il y a les stages de musique. J'y ai tissé des liens d'amitié que les années n'ont pas effacé et j'en revenais avec **une motivation décuplée**. Certes, cela peut représenter un budget important pour certaines familles. C'était le cas de mes parents qui, voyant les bénéfices que cela m'apportait, économisaient pour pouvoir m'offrir ces 10 jours de musique dont je revenais transfigurée.

Aujourd'hui encore, je pense très sincèrement que **je ne serai pas musicienne sans ces séjours musicaux**.

Ces stages permettent de **recevoir les enseignements d'autres professeurs** souvent passionnés, de **découvrir d'autres esthétiques**, de sortir des cours particuliers, de voir d'autres enfants pratiquer d'autres instruments, de **jouer en groupe** (ce qui n'était pas possible pour moi car je n'étais pas en école de musique)...

Il n'est pas nécessaire de partir bien loin ou bien longtemps. La durée d'un stage de musique peut varier **entre quelques heures et plusieurs semaines**, que ce soit à la MJC de votre patelin, ou au bout du monde ! Certaines associations se sont également spécialisées dans l'organisation de « vacances musicales », parfois en y joignant d'autres activités (sports, apprentissage d'une langue étrangère...). [La Cité de la Musique répertorie un grand nombre de stages de musique dans sa base de données](#). N'hésitez pas également à demander conseil à un professeur de musique.

Je vous laisse le soin de faire vos propres recherches si vous êtes comme moi convaincue du bienfait de ces stages.

### 13. Adaptez-vous à son âge et au contexte

Ça peut paraître une évidence, mais parfois nous pouvons l'oublier. J'ai malheureusement dans mon entourage des cas de familles où l'enfant est (ou a été) sommé d'atteindre le meilleur niveau dès le plus jeune âge. Une de mes amies de promo à la fac s'était ainsi trouvée face à face avec un gros piano à queue en guise de cadeau pour ses quatre ans, avec l'injonction de devenir la meilleure pianiste qui soit... La **course à l'excellence** et la quête d'un enfant idéal avec un emploi du temps de ministre ont toujours leurs adeptes et peuvent faire des dégâts, mais ce n'est pas le propos de ce guide.

Vous ne trouverez sur mon blog que des conseils destinés à ceux qui souhaitent accompagner leur enfant dans un **projet dans lequel il est partie prenante**. Il me paraît donc évident que le parent s'adapte en permanence aux capacités de celui-ci, qui peuvent varier suivant son âge et le contexte, ce qui n'est pas contradictoire avec le fait de proposer à l'enfant de faire de son mieux.

En effet, « faire du mieux qu'on peut », comme disent les accords toltèques, c'est aussi accepter que certains jours on ne peut pas faire autant de choses que la veille. On ne peut pas être au top tout le temps. Nos enfants n'échappent pas à cette règle. À ce sujet, je vous recommande la vidéo suivante, qui présente de manière ludique les 4 accords toltèques aux enfants (Faites « Ctrl-clic » sur la photo pour voir la vidéo en ligne) :



Pour en revenir à la pratique musicale, même si vous partez du principe qu'il faut pratiquer régulièrement, il y aura nécessairement des jours où vous sentirez que vous ne pouvez pas trop lui en demander...

Et bien entendu, il est nécessaire d'**adapter la durée de pratique quotidienne** à l'âge et aux capacités de concentration de l'enfant. Il serait même très souhaitable que vous choisissiez cette durée avec l'enfant lui-même. En prenant part aux décisions qui le concernent, il fait grandir sa **capacité à s'auto-responsabiliser**.

Il faut également **accepter les baisses de régime, les fluctuations** qui sont normales dans tout apprentissage. À certaines périodes, il sera certainement nécessaire de **faire baisser la pression, surtout avec les ados**. À cet âge, la musique peut constituer un jardin secret, et il éprouvera peut-être l'envie que vous lui « lâchiez la grappe ». Faites-lui savoir que vous êtes là s'il a besoin de vous et qu'**il joue avant tout pour lui-même**, pas pour faire plaisir à papa-maman.

**La pratique en groupe à cet âge** peut être une façon d'aborder l'autonomie, la responsabilisation, de découvrir une certaine liberté par rapport aux parents (répétitions entre ados, où ils choisissent la musique qu'ils veulent faire, avec des plannings auto-gérés, voire des concerts organisés... quant aux temps de répétitions, ils peuvent être suivis ou précédés de repas « entre eux »)

## 14. Expliquez-lui les mécanismes de l'apprentissage

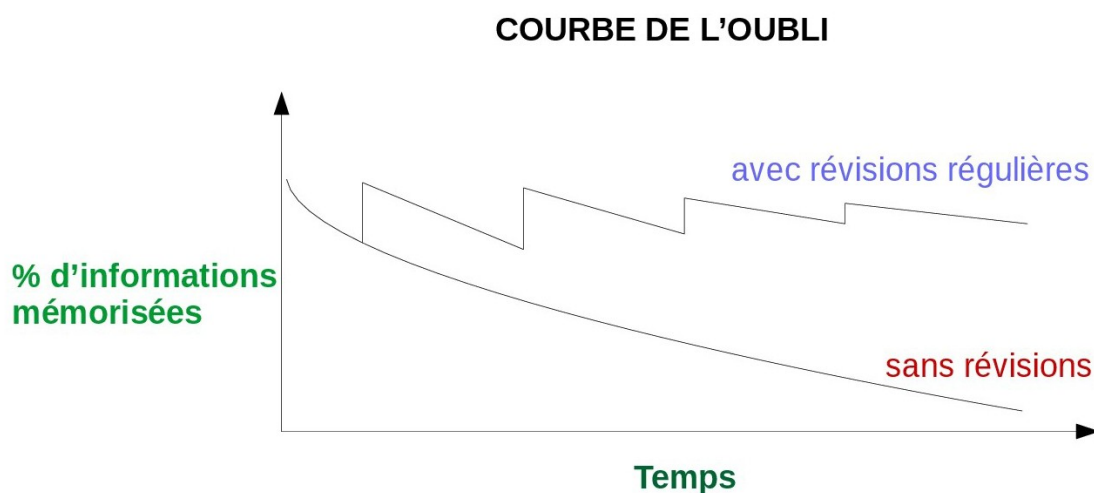
Cela fera sans doute doublon avec ce que vous dira son professeur (du moins je l'espère), mais n'hésitez pas à expliquer à Julie qu'en matière d'apprentissage instrumental, **si on n'avance pas, on régresse**. Ceux qui ont arrêté de jouer d'un instrument pendant plusieurs années et qui ont repris en font souvent la douloureuse expérience : ce n'est pas comme le vélo, ça s'oublie. Heureusement, après un arrêt, on peut retrouver rapidement des réflexes, mais cela demande une certaine régularité dans la pratique.

Bref, si Julie ne pratique pas régulièrement, elle va perdre une partie de ses acquis plus ou moins vite. Il pourrait être intéressant de lui enseigner neuf choses, qui lui seront utiles dans d'autres domaines, notamment dans les disciplines scolaires :

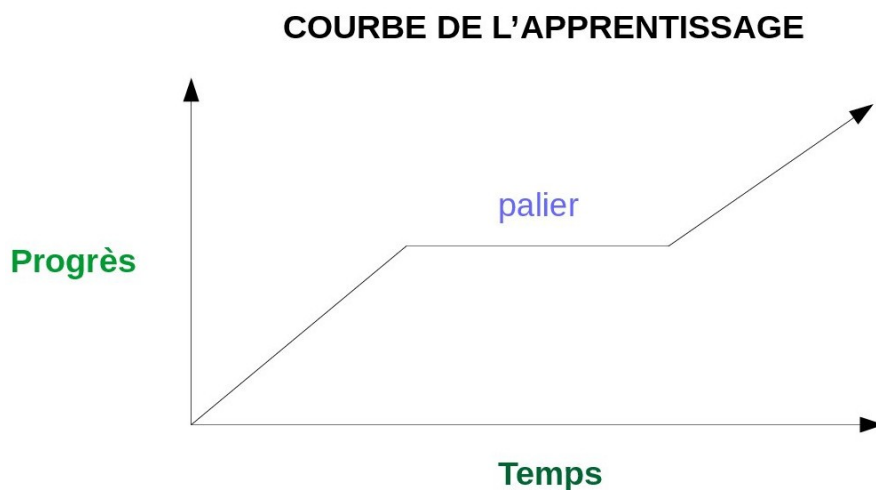
1. La [courbe de l'oubli](#) : il est en effet prouvé que **l'on oublie plus vite ce qui n'est pas revu régulièrement**. Ainsi, pour quelque chose qui n'est pas répété dans les jours où



cela a été appris, la mémoire est réduite de moitié, à moins que cela ne soit ré-appris consciemment à plusieurs reprises.



2. La courbe d'apprentissage : il est normal de connaître des paliers dans la progression :



Ces paliers sont **le signe que ce qui a été acquis est entrain de se consolider** et que le retour d'une nouvelle phase de progression approche. Bien entendu, il n'y a pas qu'un seul palier, il y en a tout au long de l'apprentissage.

3. Comme un sportif qui s'arrêterait de s'entraîner, lorsqu'on s'arrête de pratiquer pendant trop longtemps, **le corps perd ses réflexes**. Les muscles sont moins entraînés, moins toniques, moins souples, les gestes sont moins automatiques. D'autre part, **les connexions neuronales** sollicitées pendant qu'elle joue de la musique ne le sont plus et d'autres connexions prennent le dessus.
4. **Le découragement est normal**, il fait partie de l'apprentissage. Le fait de dépasser une période de découragement (la fameuse « traversée du désert ») est une victoire en soi !

5. **On apprend mieux le soir** car dans la nuit notre cerveau mémorise ce qu'on vient de faire. Le sommeil consolide les apprentissages réalisés dans la journée, et ce d'autant plus facilement que la séquence de pratique musicale est proche de la période de sommeil.



*Credit photo [Annie Spratt](#)*

6. **On apprend mieux quand on prend du plaisir** et qu'on **utilise tous ses sens**. C'est conseils valent pour d'autres apprentissages, ce sont de précieux jalons qui peuvent l'aider dans tout son parcours scolaire et bien au-delà. Le fait d'utiliser tous ses sens pour apprendre un morceau et le rendre plus vivant paraît peut-être abstrait à première vue, mais je vais vous donner un exemple : ce morceau qu'il doit jouer pour le prochain concert, il peut lui évoquer une promenade (visuel et kinesthésique), être associé à l'odeur de la forêt (olfactif), au bruissement des feuilles (auditif), et pourquoi pas au goût sucré des mûres qu'il a cueillies pendant ses vacances (gustatif).
7. **Le cerveau a besoin de variété**. Sans entrer dans un fonctionnement multitâche, le fait de varier les exercices et morceaux aide à rester concentré plus longtemps. C'est particulièrement vrai chez les plus petits qui peuvent difficilement rester plus de 3 à 5 minutes sur le même exercice.
8. Pour avancer dans l'apprentissage d'un morceau, il faut nécessairement **savoir repérer les difficultés, les décortiquer et isoler les séquences qui posent problème** sans reprendre au début du morceau systématiquement. Il faut être capable de jouer chaque mesure ou section séparément.
9. **On peut pratiquer son instrument... sans instrument**. De même qu'un sportif de haut niveau peut passer du temps à visualiser son parcours, un musicien peut pratiquer son instrument mentalement. On a ainsi pu prouver qu'un groupe qui pratique du piano durant 5 jours développe les mêmes capacités qu'un groupe qui s'imagine jouer du piano pendant cette durée, car ce sont les mêmes zones du cerveau du s'activent. Cela peut être bon à savoir si votre enfant se blesse et ne peut plus jouer pendant une certaine période, ou si vous voulez lui proposer de joindre l'utile à l'agréable dans les moments d'attente (transports en commun, après-midis interminables chez Tatie, salles d'attentes...). Et du coup, plus aucune excuse pour ne pas partir en vacances en emmenant au moins les partitions !

## 15. Enregistrez-le...

...ou filmez-le de temps en temps, **toujours avec sa permission**. Dans les périodes de démotivations à base de « je suis nul, je ne progresse pas », vous aurez ces témoignages de sa progression sous la main pour qu'il se remémore les différentes étapes de son cheminement.

Cela constituera également une **bibliothèque de souvenirs précieux**. Qui sait, vous êtes peut-être entrain de participer à l'éducation musicale de vos petits-enfants, ravis de découvrir papa ou maman jouant ses premières notes au même âge qu'eux ?



*Credit photo [Joe Parks](#)*

Cela donne aussi une **importance aux productions de votre enfant**. Et ce peut être une motivation supplémentaire pour **préparer un morceau très « proprement »**, sans aucune erreur, afin que l'enregistrement soit impeccable.

Il est possible qu'il n'aime pas s'entendre jouer, ou au contraire qu'il en soit très fier. Dans le premier cas, **décidez avec lui quels enregistrements il souhaite conserver**. Effacer tout le dossier « Les débuts du petit Léonard à la cornemuse » n'est pas non-plus une bonne idée, car il est quasi-certain qu'il le regrettera un jour. Donc prenez le temps d'en discuter avec lui avant de le laisser donner de grands coups de scalpel dans des pans entiers des souvenirs de famille.

L'enregistrement audio ou vidéo peut aussi être un **outil précieux pour repérer les points à améliorer** (erreurs, problèmes de posture, de respiration, imprécisions...). À partir du moment où il maîtrisera les outils utilisés, que ce soit une application d'enregistrement ou de vidéo, sur un téléphone, un ordinateur ou autre, **encouragez-le à ce servir de ces outils en autonomie**. Il pourra alors expérimenter librement différentes façons de jouer, s'auto-corriger, et peut-être aussi partager ses productions avec ses amis, ce qui peut être une motivation supplémentaire.

## 16. Proposez-lui des défis et variez les plaisirs

Mon enfance et mon adolescence furent ponctués de défis qui m'ont fait avancer beaucoup plus que le traditionnel « va bosser ton instrument au lieu de regarder la télé ». Participer au spectacle de l'école, monter un petit conte musical avec ma cousine, jouer pour différentes réunions familiales, préparer un concours de jeunes musiciens, réussir à trouver les notes d'un morceau d'un CD qui me plaisait, enregistrer ma partition préférée, ou encore composer une pièce pour faire plaisir à quelqu'un ont fait partie de mes activités favorites dès mes premières années d'apprentissage.

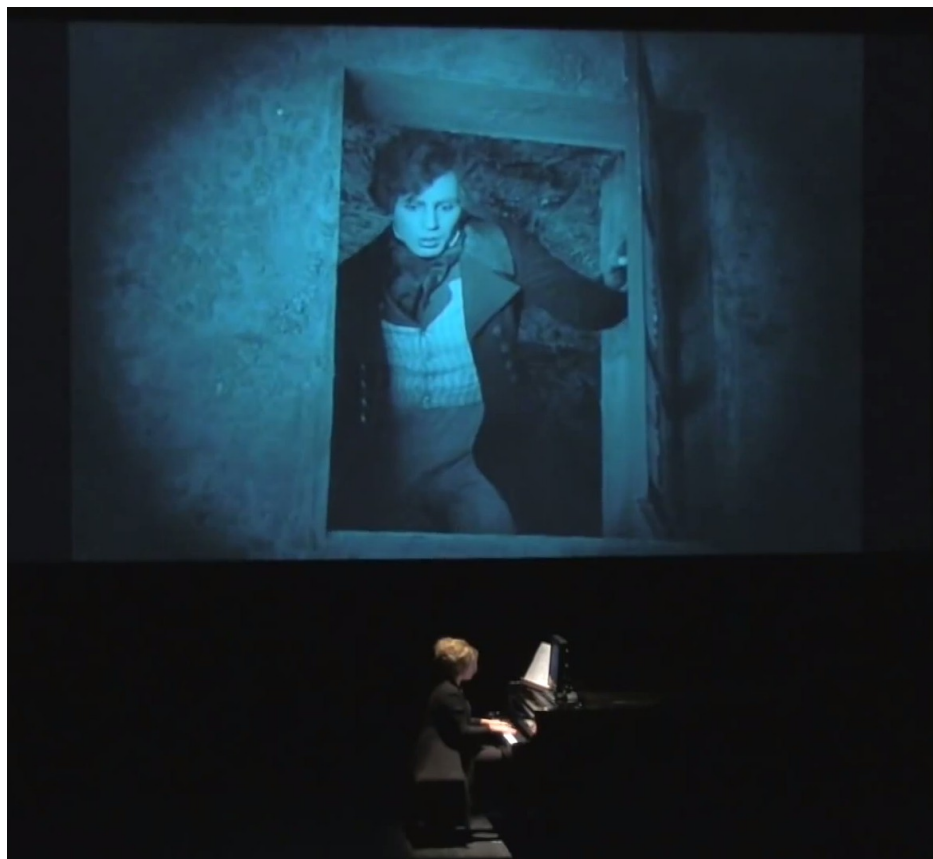
Ce sont des défis que j'ai relevé de ma propre initiative, ou qui m'ont été proposés par mes professeurs, amis, parents, cousins... **Et vous, que pourriez-vous suggérer à votre enfant, sans imposer ?**

Aurait-il envie d'organiser un petit concert, se mettre en scène, lancer des invitations, avec un programme écrit comme font les musiciens professionnels ? Jouer à « faire comme si », n'est-ce pas une des meilleures activités pédagogiques ? Les jeux d'imitation ont un rôle capital dans la construction de l'enfant. Et ça fonctionne aussi dans le domaine de la musique.

**Apprendre un instrument ne se limite pas à passer 30 minutes** le jeudi soir avec Madame Branchu et son piano. Et c'est une bonne nouvelle pour Anatole et tous les autres loustics musiciens en herbe !

Je vous invite à l'encourager à :

- **Jouer en groupe** (musiques actuelles, orchestres, fanfares, petites formations...),
- **Se produire en public** régulièrement,
- Pourquoi ne pas **participer à des concours de jeunes musiciens, ou des scènes ouvertes** ? La compétition étant un fort moteur, lui proposer de participer à ce type de manifestation peut être une source de motivation intéressante. Attention toutefois de rester dans les limites du raisonnable et de ne pas lui mettre la pression !
- **Composer** : c'est possible à tous les niveaux, il ne faut pas croire que ce soit réservé aux « petits Mozarts ». La musique est un langage, on ne doit pas se contenter de la lire, il faut aussi savoir parler et écrire, c'est-à-dire inventer ses propres mélodies et les noter sur une portée. Pourquoi ne pas inventer une musique d'accompagnement qui ponctue son histoire préférée, par exemple ?
- **Improviser**. Pourquoi ne pas jouer à improviser sur un film muet par exemple, comme cela se faisait autrefois, et comme cela se fait encore (trop rarement) dans certaines salles de spectacle ? On trouve quantité de vieux dessins animés muets sur internet, régalez-vous !



*Gabriela Montero improvise au piano pendant un film*

## 17. Jouez et improvisez avec lui

Si vous avez vous-même fait de la musique dans un passé plus ou moins récent, il est temps de s'y mettre, et de trouver des morceaux adaptés à votre niveau et au sien.

Vous pouvez également vous lancer dans des sessions d'improvisation par le jeu, comme le fait Ghislain (du blog [Improviser au violon](#)) au avec sa fille flûtiste, ce qui a permis à celle-ci de garder une certaine motivation :

*Vous pouvez inventer ensemble ce que vous jouez : c'est la première marche vers l'improvisation. En effet, lorsque vous parlez avec votre enfant, vous ne lui préparez pas à l'avance ce qu'il doit dire : il invente au fur et à mesure. Et bien avec la musique, c'est la même chose, mais on n'apprend pas assez à le faire. Alors essayez !*

*Il existe des tas de moyens d'aborder cela par le jeu. Un petit exemple :*

*L'un d'entre vous deux pense à une image (par exemple une grosse vague qui déferle sur l'océan, ou un oiseau qui vole, ou ...) et joue quelques notes qui doivent exprimer les émotions que lui donne cette image. L'autre en écoutant les notes doit exprimer ce qu'il ressent ... on compare, puis on échange les rôles !*

Si vous n'avez jamais fait de musique, il y a plein de possibilités pour s'intégrer au jeu, notamment avec un petit. Vous pouvez par exemple faire **le jeu du chef d'orchestre** (inventez votre propre gestuelle pour le faire jouer vite, lent, fort, doux...)

Il rejoue toujours le même morceau ? Super ! Vous pouvez lui proposer aussi de le **rejouer différemment**, un peu comme un imitateur. Vous connaissez sans doute la célèbre tirade « Tout condamné à mort aura la tête tranchée » que Fernandel nous servait avec brio en 1938 dans *Le Schpountz*. On peut reprendre cette idée et **jouer un morceau dans différentes émotions**, de la colère au désespoir, en passant par l'hésitation ou l'euphorie. Franche rigolade garantie ! Vous pouvez aussi lui proposer de **varier les différents paramètres musicaux** (articulations, tempo, tessiture...) : jouer tout en piqué, puis tout lié, jouer en accéléré, au ralenti, varier les nuances, transposer dans l'extrême aigu ou l'extrême grave (surtout possible avec les claviers), *etc.*

Certains d'entre vous, particulièrement ceux qui n'ont pas ou peu fait de musique me rétorqueront sans doute que cela leur est impossible. Malgré tout, **je vous encourage à jouer avec lui**, au sens littéral, **même si vous n'êtes pas musicien**. Cela est faisable surtout avec les jeunes enfants ou les débutants. Proposez des petites séquences d'improvisation, pas besoin d'être prof de musique, ni de jouer d'un instrument : « si on faisait comme une petite pluie qui se transforme en orage ? Toi tu tapote sur tes cordes et moi je le fais avec mes mains. » « et si ton morceau était joué par un éléphant, ça donnerait quoi ? Et comme une petite fourmi ? » **Réveillez votre créativité !** Attention, vous pourriez même y prendre plaisir ;-)



Crédit photo : [Wan Mohd](#)

## 18. Apprenez-lui à s'organiser...

...autant que possible **en le laissant trouver certaines solutions tout seul**. Il doit jouer ces trois portées par cœur pour la semaine prochaine ? Comment va-t-il s'y prendre ? Quelle stratégie va-t-il adopter ? Rejouer en boucle sans réfléchir ? Refaire la mesure 23 plus lentement ? Jouer ce passage difficile en changeant le rythme ou en marchant sur la pulsation ? Se donner des images pour être plus expressif ?

Dans cet apprentissage, **le professeur est un précieux allié**, n'hésitez pas à lui demander comment votre enfant peut s'y prendre pour améliorer tel ou tel passage. L'idéal est qu'il n'y ait pas qu'une seule solution possible, mais que votre enfant puisse **choisir et tester**

**différentes façons de procéder** pour faire avancer le schmilblick. Notre cerveau a en effet besoin de variations pour rester concentré sur la durée.

N'hésitez pas à écrire avec lui (ou à lui suggérer de le faire, suivant son âge) une **liste de tâches à faire avec des échéances et des objectifs**, afin de **structurer ses séquences de jeu**.

Un exemple :

- Chanter le morceau avec le nom des notes une fois par jour pendant la semaine
- Jouer le morceau d'une traite le premier jour, et entourer les difficultés
- Jouer ces mesures difficiles de 40 à la noire à 60 à la noire en augmentant le *tempo* progressivement (ne pas augmenter le *tempo* tant qu'on n'y arrive pas)
- Trouver un caractère pour ce morceau (ex : léger, aérien)

Objectifs : Savoir jouer trois fois de suite sans erreur le morceau à 60 à la noire dans ce caractère, pour la semaine prochaine. Pouvoir jouer le morceau devant Mamie dans 15 jours.

Utilisez des **outils pratiques** tels que le **Time timer**. « J'ai le même à la maison », comme diraient les Inconnus. Le fait est que nous nous en passerions difficilement. Que ce soit pour visualiser le temps qu'il reste avant de partir à l'école, ou la durée passée devant l'écran ou pour faire les devoirs, ou encore la durée que je me suis fixée pour terminer ce chapitre, cet outil nous est utile pour visualiser le temps restant pour accomplir une tâche, sans se soucier de l'heure. Pour ce qui est de la pratique musicale, au début on propose au jeune enfant de jouer un certain temps (par exemple 10 à 30 minutes par jour suivant l'âge de l'enfant). Petit à petit, c'est à lui de fixer le temps dont il a besoin pour atteindre son objectif.





### Time Timer

Un minuteur de cuisine peut certes faire l'affaire, mais cela suppose de lire des chiffres pour savoir où on en est, alors que le Timer est beaucoup plus visuel : on sait au premier coup d'œil combien de temps il reste, car la zone rouge diminue au fur et à mesure que le temps avance.

Si vous ne souhaitez pas investir, il existe une application gratuite pour les smartphones : [Kids Timer](#). Cependant, cela suppose de ne pas utiliser son téléphone pendant ce temps, sinon l'application s'arrête. Par ailleurs, l'écran ne reste pas allumé pendant toute la durée du temps à s'écouler, ce qui ne permet pas de visualiser le temps restant à chaque instant.

Pour les plus grands, **la méthode Pomodoro** peut être utile pour structurer des périodes de pratique plus intensive, par exemple en période d'examen ou de préparation de concert. Le pomodoro étant au départ un minuteur de cuisine en forme de tomate (d'où le nom de la méthode), il peut être remplacé par un Time timer qui lui, ne produira pas de tic-tac agaçant.

Elle se déroule en cinq étapes :

1. décider de la tâche à effectuer ;
2. régler le *pomodoro* (minuteur) sur 25 minutes ;
3. travailler sur la tâche jusqu'à ce que le minuteur sonne et la noter comme faite ;
4. prendre une courte pause (5 minutes) ;
5. tous les quatre *pomodori* prendre une pause un peu plus longue (15-20 minutes).

Et pour qu'il soit de plus en plus **autonome dans sa pratique** et **acteur de son apprentissage**, je vous offre en annexe (p. 37-38) deux tableaux de pratique en autonomie à imprimer, l'un étant adapté aux jeunes enfants, et l'autre plutôt aux ados et pré-ados :

la-musique-et-vous.com  
#M&V

Je pratique mon instrument chaque jour !

Mets une croix dans la case correspondante lorsque tu fais un échauffement, un exercice, un morceau...

Indique le nom de tes morceaux dans le tableau.

En bas du tableau, indique chaque jour le temps que tu as passé à faire de la musique.

Ecris ton objectif de la semaine, par exemple : « Savoir jouer la première partie de mon morceau par cœur avec les nuances. »

Semaine du ... au ...

Mon objectif de la semaine :

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Échauffement							
Jeu/exercices							
Morceau :							
Autre morceau :							

Temps passé au total :

--	--	--	--	--	--	--	--

N'oublie pas d'écouter souvent des musiques de styles différents et d'aller régulièrement écouter des concerts !

La fiche pour les plus grands

la-musique-et-vous.com  
#M&V

Je pratique mon instrument chaque jour !

Je mets une croix dans la case (les jours où) j'ai joué de mon instrument :

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7

J'écris le nom de mon morceau :

Semaine du ... au ...

La fiche des petits

19. Intéressez-vous à ce qu'il fait et valorisez ses progrès



*Georgios Jakobides - Le concert des enfants (collection inconnue)*

Cela paraîtra évident à certains, mais je prends tout de même la peine de le rappeler :-)

Contre le découragement, les deux armes les plus puissantes me paraissent être **le plaisir de jouer** et celui de **se sentir valorisé**. Sans excès, et toujours avec sincérité, rappelez-lui comme vous êtes fier(e) de ses progrès, de la richesse de sa personnalité, de tout ce qu'il a mis en place pour en arriver là...

## 20. Aidez-le à trouver et/ou relancer son moteur

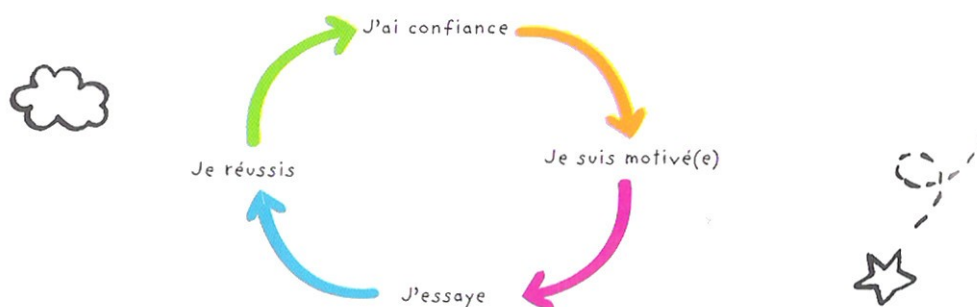
En écrivant ce modeste guide, une des questions qui me sont venues était « mais c'est vrai ça, comment ça se fait que je n'aie pas arrêté la musique ? J'avais tant de raisons et d'occasions de le faire (creux dans ma motivation, passage du brevet, du bac, absence de professeur pour m'enseigner l'instrument dont je rêvais...) »

Chaque personne est motivée par différentes choses, parfois simultanément, parfois à différents moments de sa vie. Ces sources de motivation peuvent être de deux natures différentes :

### La motivation intrinsèque

Une des premières motivations est bien entendu le plaisir de réussir quelque chose, qui renforce la confiance en soi et donc la motivation. Si Anatole a tellement progressé l'an dernier, c'est parce qu'il s'est senti valorisé en réussissant à jouer un morceau particulièrement difficile.

Ce **cercle vertueux** est illustré à merveille par Audrey Akoun et Isabelle Pailleau<sup>5</sup> :



### La motivation extrinsèque

Si Anatole a tant envie de se mettre à la guitare électrique depuis son entrée au collège, c'est peut-être parce qu'il aimerait passer du temps avec ses amis dans un groupe, ou même plaire aux filles, passer pour un mec cool, quoi ?! Il n'y a rien de honteux à cela et quelques soient ses raisons, elles sont justes parce que ce sont les siennes.

Quelle soit extrinsèque ou intrinsèque, il est important d'aider Anatole à trouver quels sont ses moteurs, ses sources de motivation. Est-ce le plaisir de jouer ? La fierté ? Une soupape de sécurité ? Un moment de détente ? Un besoin d'évasion ? De passer du temps avec ses amis ?

<sup>5</sup> Audrey AKOUN, Isabelle PAILLEAU, *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, ed. Eyrolles, 2013, page 92, illustration originale de FILF.

Est-ce que cela le motiverait de se donner un objectif, comme par exemple se présenter à un [concours de jeunes musiciens](#) ou jouer en concert plus fréquemment ?

N'hésitez pas à **poser à plat les raisons qui le poussent à faire de la musique** et celles qui peuvent **couper sa motivation** : « Qu'est-ce qui te plaît dans la pratique de cet instrument ? Qu'est-ce qui te plaît moins ? ». Rappelez-lui de temps en temps pourquoi il a voulu commencer tel ou tel instrument et permettez-lui de **se reconnecter à ce moteur initial**.



*Le mythe (?) du chanteur à succès, ou comment convaincre un ado de pousser la chansonnette  
Crédit photo : [Ingenieros de Sonido Colombia](#)*

## Y compris si ça passe par un changement d'instrument ?

Anatole veut faire de la guitare électrique, pas vendre de la drogue dans la cage d'escalier ! On se plaint que « les jeunes » semblent se désintéresser de tout, mais on leur coupe les ailes quand ils se passionnent pour quelque chose. J'ai eu ma période *darbuka* (tambour oriental) dans l'adolescence et je remercie vivement mes parents d'avoir supporté mes « toum » et mes « tak » pendant quelques semaines. Cela m'a appris des choses, renforcé mon assise rythmique et je n'ai pas pour autant abandonné mon cheminement musical.

## Et si mon enfant souhaite arrêter son apprentissage musical ?

**Vous êtes sans doute la personne la mieux placée pour savoir comment réagir**, en fonction de son histoire musicale, de son caractère, du contexte... Certaines solutions peuvent aider à débloquer une situation plutôt que d'arrêter brutalement : changer de professeur ou d'instrument, changer de style musical, intégrer un groupe, un orchestre...

**Respecter ses choix, leur donner de l'importance**, cela me semble être essentiel. Je dois à mon professeur de guitare d'avoir arrêté cet instrument pour me mettre à la flûte traversière. S'il avait cherché à me maintenir dans sa classe, je ne sais pas si j'aurais eu le courage de débiter seule l'apprentissage de cet instrument dont la pratique et l'enseignement sont devenus mon métier.

Et si malgré tout votre enfant souhaite arrêter, il y a une chose très importante à lui dire, quelle que soit la situation, c'est qu'**un arrêt n'est pas nécessairement définitif**. Il n'y a pas d'âge pour reprendre sa pratique musicale. Il n'y a pas non-plus de souci à changer d'instrument. On a le droit de se tromper, d'avoir des périodes de découragement, de ne pas se sentir à sa place dans telle école ou avec tel professeur. **Mais on peut toujours s'autoriser à changer**, surtout si on a persévéré un certain temps ! ☺

Mais il faut aussi l'aider à **discerner ce qui est de l'ordre de l'ennui, de la lassitude, de la rébellion**, et **ce qui vient de facteurs extérieurs** (professeurs, contexte, difficultés diverses...) S'il ou elle veut arrêter à cause du bac ou de ses études, ce n'est pas forcément un bon argument. Des études<sup>6</sup> montrent en effet que **la pratique musicale régulière augmente les capacités motrices et mathématiques par rapport à la moyenne**<sup>7</sup>, ce n'est donc pas du temps perdu. Un argument qui pourrait le faire changer d'avis ? En tout cas, rien n'empêche de lever le pied sans pour autant cesser toute pratique musicale.

Bravo d'avoir lu ce guide jusqu'au bout ! Je vous souhaite un bon cheminement avec votre enfant dans ses pérégrinations musicales. Et pour vous remercier de votre attention, voici un bonus dans le bonus !

---

6 Schellenberg E.G., « Music Lessons Enhance IQ », *Psychological Science* – 2004.

Moreno S., « Short-term Music Training Enhances Verbal Intelligence and Executive Function », *Psychological Science* – 2011.

7 [Musique et Cerveau](#), Colloque du 8 janvier 2014, Collège Gérard Philippe de Fontaine

# Pour aller plus loin

Inscrivez-vous au programme en ligne  
**« Mon enfant apprend la musique,  
je l'accompagne »**

Composé de 8 modules qui s'étalent sur 6 mois, ce programme s'adresse à vous, parents d'un enfant qui joue ou qui souhaite jouer de la musique, afin de vous accompagner dans ce cheminement semé d'embûches qu'est l'apprentissage de la musique.

Sous forme de vidéos, avec de nombreux exemples filmés, des témoignages, interviews de spécialistes... Découvrez pas à pas comment accompagner votre petit artiste sans prise de tête et dans la bienveillance, afin de l'aider à rester motivé (et ce, même si vous n'avez jamais fait de musique vous-même).



Pour en savoir plus :

[la-musique-et-vous.com/formation-parents/](https://la-musique-et-vous.com/formation-parents/)

# Annexes

Fiches d'auto-travail  
à imprimer

**La première fiche est destinée  
aux ados et pré-ados**

**La seconde fiche est destinée  
aux plus petits**

(Illustrations : [Freepik](#) / Ddraw)



# Je pratique mon instrument chaque jour !

**Mets une croix** dans la case correspondante lorsque tu fais un échauffement, un exercice, un morceau...

Indique le **nom de tes morceaux** dans le tableau.

En bas du tableau, indique chaque jour **le temps que tu as passé** à faire de la musique.

Écris ton **objectif de la semaine**, par exemple : « Savoir jouer la première partie de mon morceau par cœur avec les nuances. »

Semaine du .../... au .../.../.....

Mon objectif de la semaine :

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Échauffement							
Jeux/exercices							
Morceau :							
Autre morceau :							

Temps passé au total :							
------------------------	--	--	--	--	--	--	--

N'oublie pas d'écouter souvent des musiques de styles différents et d'aller régulièrement écouter des concerts !



# Je pratique mon instrument chaque jour !

Je mets une croix ou un dessin dans la case les jours où j'ai joué de mon instrument :

Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7

J'écris le nom de mon morceau :



Semaine du .../... au .../.../.....

# Remerciements

Je tiens à remercier Marion Picot (professeur de violoncelle), Marie-Cécile Villot professeur de piano du blog [Apprendre à jouer du piano](#), Ghislain du blog [Improviser au violon](#), Romain Gaudet (professeur de piano), Karen Enrech (professeur de clavecin et intervenante en milieu scolaire), François-Xavier Corsi (professeur de violon) et Josselin Dulac (hautboïste) qui, par les discussions que nous avons eues, m'ont aidée à préparer ce document.

Merci à [Cœur Atomique](#) pour la création de la couverture de ce guide.

## À propos



Photo [Cœur Atomique](#)

Flûtiste, professeur de flûte traversière et de traverso, directrice d'une école de musique et musicothérapeute, j'ai créé le blog La Musique et Vous pour partager mon expérience afin de vous aider à faire votre propre cheminement artistique et vous aider à accompagner vos enfants dans cette voie, même si vous n'êtes vous-même pas musicien(ne).

**Ce blog est avant tout le vôtre, je compte** donc sur vous pour vous **exprimer** en commentant les articles, en me faisant part de votre avis, de vos réflexions, de vos conseils, de vos propres expériences.

N'hésitez pas à me contacter à [celine@la-musique-et-vous.com](mailto:celine@la-musique-et-vous.com)