

# Sing & Shine avec des Choeurs d'Enfants

*Sanna Valvanne, Chef de chœur, Finlande*

## Introduction



Sanna with children from Mexican choirs during her seminar with Baja California, in Tijuana, Mexico, in 2015 © Centro de Artes Musica

Chers tous, qui travaillez ou aimeriez travailler avec des chorales d'enfants, qui voulez des idées, qui êtes enthousiastes à l'idée de créer une chorale d'enfants et qui aimez les enfants, Ou vous, qui êtes fatigués, avez besoin de motivation et ne savez que faire avec les chœurs d'enfants,

ceci s'adresse à chacun d'entre vous. À moi aussi, qui n'aurais jamais pensé que je serais chef de chœur, mais qui travaille avec des chœurs du monde entier depuis mon adolescence – 34 ans déjà!

Au départ, je travaillais principalement avec des chœurs d'enfants et de jeunes. Finalement, j'ai remarqué que j'aimais travailler avec tous les âges parce que tout le monde est pareil : comme un enfant, au fond. En 2016, je suis retournée en Finlande pour enfin créer ma propre organisation chorale, les chœurs *Sing & Shine Choirs (Sing & Shine Kuorot)* pour tous ceux qui voulaient chanter, s'exprimer et être responsabilisés. J'ai une centaine de choristes, allant d'enfants âgés de 5 ans jusqu'à des personnes âgées, ils répètent dans 6 groupes d'âge différents et se produisent également en tant que famille chorale intergénérationnelle. Je les aime tous, mais le son des enfants qui chantent m'émeut davantage. C'est tellement spécial, pur, touchant, beau et puissant.

J'écris ceci, étant trop prise par tout le travail d'organisation, pour me rappeler pourquoi j'aime les chœurs d'enfants et j'ai commencé ce travail en premier lieu. Que cela nous inspire tous dans notre travail avec les enfants et, surtout, profite aux enfants du monde entier et leur donne plus d'occasions de chanter et de briller!

## **La magie des enfants**

Les enfants avec qui nous travaillons sont comme une toile magique pleine de potentiel illimité, de beauté, d'énergie et de joie. Nous, en tant qu'enseignants et chefs, avons l'extraordinaire opportunité de brosser le tableau tout ce que nous pouvons imaginer. C'est à nous de décider ce que nous en faisons. Alors, soyons courageux et créatifs, amusons-nous, donnons-nous pleinement et avec amour, explorons et expérimentons, faisons confiance, écoutons les enfants et notre cœur!



## Amour & passion

Comment? Il n'y a pas une seule bonne façon de procéder. Nous devons trouver ce qui fonctionne pour chacun de nous, encore et encore. Pour moi, les clés sont l'amour et la passion pour les enfants et la musique, une vision forte et la volonté de travailler dur, quels que soient le salaire et les circonstances. Il est important de toujours remettre en question pourquoi nous travaillons avec des chœurs d'enfants et avons des objectifs et des motivations clairs.

## Mission & méthode

Mon objectif principal a été de permettre à chacun, indépendamment de l'âge, de l'expérience et de l'origine, de chanter et de s'exprimer librement, avec confiance et joie avec sa voix et son être tout entier. Et d'éveiller l'amour du chant en chacun. Ma méthode de travail avec les chœurs s'appelle *Sing & Shine with Body & Soul*. Elle se base sur mes propres expériences et la compréhension que j'ai atteinte à

travers des expériences, des études, des pratiques et le voyage avec ma propre voix. Et les années de chant et de travail avec les chorales.

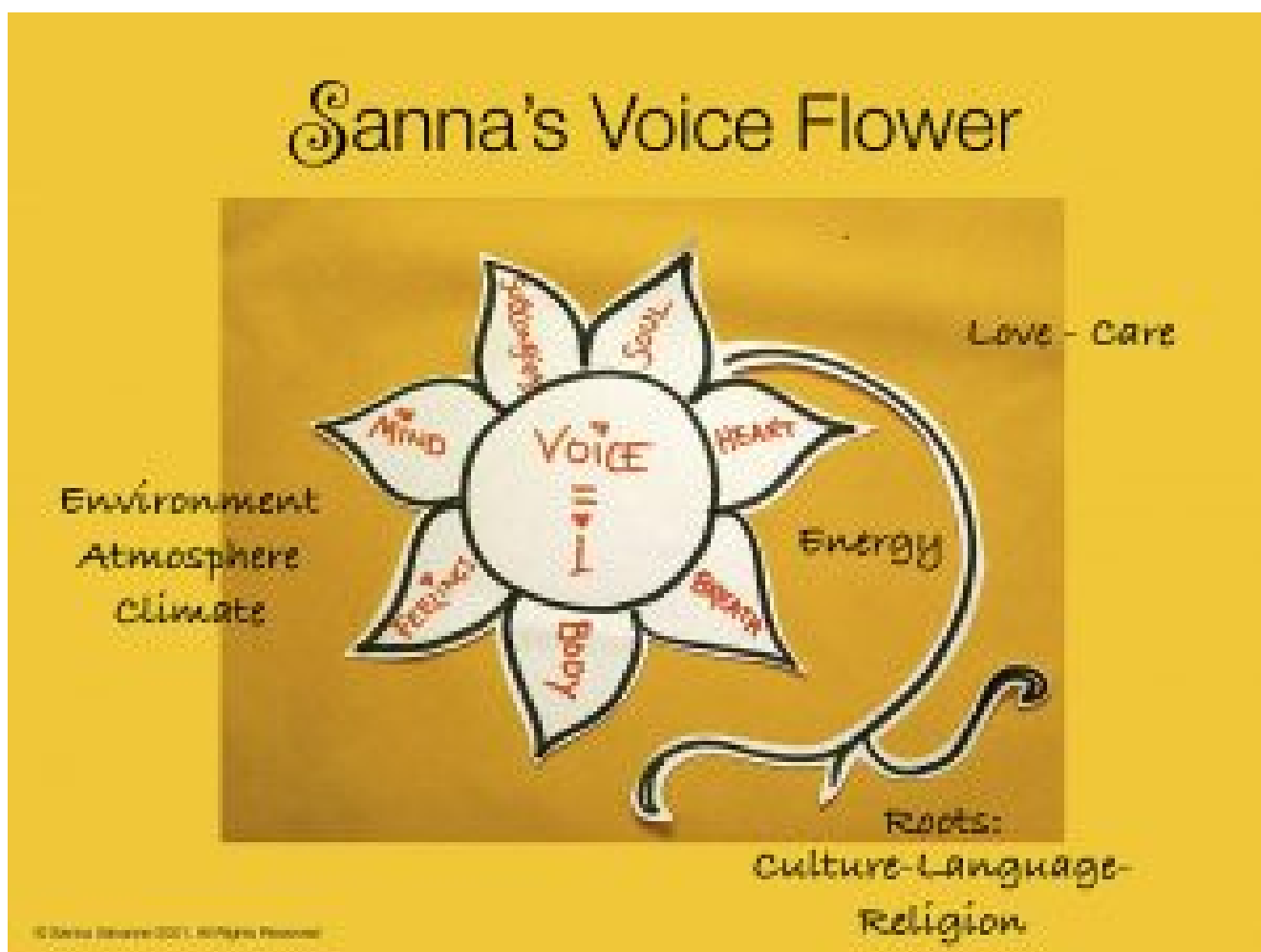


## À la recherche de ma voix

J'ai toujours aimé chanter, mais cela n'a pas toujours été facile pour moi. Même si j'adorais chanter dans le chœur *Tapiola* à l'adolescence, j'y ai aussi perdu ma voix à plusieurs reprises. À 16 ans, un médecin m'a même dit de ne pas penser à une carrière avec la voix, c'est-à-dire chanteuse, enseignante ou comédienne. Cependant, à cause de mon amour pour le chant et du besoin de m'exprimer, j'ai décidé de trouver ma *voix* et de prouver que ce médecin avait tort. Cela a marqué le démarrage du processus de recherche de ma voix, solide et libre, encore et encore. Cela a également conduit aux exercices et à la compréhension qui composent ma méthode. Sans ces défis et le fait de les avoir surmontés, je n'aurais probablement pas eu un besoin aussi fort d'aider tous les autres à trouver aussi leur *voix*.

## La fleur de la voix

Grâce à ce processus, j'ai compris que ma voix n'est pas séparée de moi. C'est quelque chose de très intime et qui reflète tout ce que je suis. En effet, la voix de chacun est unique et doit être traitée avec autant d'amour, de soin et de respect que possible. Nous pouvons vraiment blesser une personne et sa capacité à s'exprimer, si nous jugeons sa voix. Alors rappelons-nous d'être bienveillants aussi avec les voix des enfants. Voici une image de ma fleur de voix, qui montre ce qui se reflète dans notre voix et doit être pris en compte lorsque vous travaillez avec la voix:



## Les enfants peuvent tout apprendre – pouvons-nous le leur enseigner?

Pour que les enfants puissent expérimenter la magie et le pouvoir de chanter ensemble, nous, chefs et enseignants,

devons leur donner les outils nécessaires. N'est-il pas de notre devoir de leur apprendre à bien respirer et chanter, à écouter, à participer à un groupe, à être des membres de la communauté responsables et attentionnés et des citoyens du monde ? La chorale est un excellent moyen pour cela. Et les enfants peuvent tout apprendre. C'est à nous de ne pas nous opposer à leur apprentissage avec nos propres limites, mais de croire en eux, de leur montrer le chemin et de les laisser prendre leur envol.

### Chacun mérite de savoir chanter

Tout le monde mérite de savoir chanter et utiliser sa voix. Les enfants peuvent avoir des difficultés avec la voix et le chant, mais la plupart de ces obstacles peuvent être surmontés. Beaucoup sont causés par des blocages émotionnels et du stress, éléments que nous ne pouvons pas toujours connaître ou traiter. Mais en être conscient et les aborder avec douceur et empathie apporte déjà une aide.



## Qui décide de ce qui est beau?

Cela m'a été très utile de réaliser qu'il n'y a pas une seule bonne façon de chanter ou un seul beau son ou style. Chaque culture, individu et genre musical a son propre concept de la beauté, du chant et de ce qui sonne bien. Mais nous pouvons vraiment aider chaque enfant à prendre conscience de ce à quoi cela ressemble, et lui montrer comment bouger, façonner la voix et bien chanter. Souvent, une chance d'entendre et de former chaque enfant individuellement sans la chorale, même juste pour un court instant, est très utile pour cela.

## Un environnement sûr

L'un des aspects les plus importants de ma méthode et pour permettre aux enfants de s'ouvrir, de respirer librement et de chanter avec le cœur, est de créer un environnement sûr, où les enfants se sentent respectés, aimés, acceptés et puissent être certains que personne ne va les blesser ou se moquer d'eux. Bien sûr, l'atmosphère doit également être propice au divertissement, à l'amusement, à l'encouragement mais aussi à la concentration.



## **Exercices *sing & shine***

À cet effet, j'ai élaboré des exercices d'échauffement et des jeux de cercle qui associent le mouvement, le théâtre, le yoga, la respiration et l'improvisation avec le chant, de manière naturelle et ludique. Je les utilise au début de chaque répétition pour permettre aux chanteurs de réchauffer et libérer leurs voix, leurs corps, leurs esprits et leurs sentiments, ainsi que l'atmosphère et la dynamique du groupe. Ils sont également parfaits pour connecter tout le monde. Peu à peu, les peurs, les insécurités et la tension sont libérées, et une technique de respiration et de chant naturelle et robuste se met en place.

Ces exercices aident également à entrer en contact avec son enfant intérieur, l'artiste créatif et la star de la représentation qui se cache en chacun de nous. Par conséquent, tout le monde commence à briller. Même si les exercices ont d'abord été conçus pour les enfants, ils fonctionnent pour tous les âges. Les enfants apprennent juste beaucoup plus



vite.

## Technique de direction versus connection

Qu'en est-il des techniques de direction pour les chœurs d'enfants ? Je pense qu'il est important de connaître les techniques de direction, afin que nous, les chefs, nous sentions en confiance et puissions utiliser nos mains, au besoin. Mais, bien plus que n'importe quel geste de la main, la façon dont nous sommes présents, communiquons et nous connectons avec les enfants, et à quel point nous connaissons la musique et sommes enthousiastes à ce sujet, déterminera la façon dont nous faisons chanter les enfants. Alors, pratiquez et connaissez vos œuvres et connaissez-vous vous-même, car plus vous êtes à l'aise avec vous-même, plus tout fonctionne. Le chœur est toujours le reflet du chef, alors mieux vaut être honnête et s'accepter. Et bien sûr, travailler sur nous-mêmes.



## Un répertoire qui sonne

Mon chef d'orchestre, Erkki Pohjola, le fondateur du Chœur *Tapiola*, m'a partagé un secret lorsque j'étais son assistante : il n'aimait pas le répertoire que la plupart des chœurs d'enfants donnait à l'époque. Et moi non plus. Il m'a appris à choisir avec soin. Pourquoi les enfants devraient-ils chanter autre chose que de la bonne musique ? Enseignons uniquement des chansons qui sont fortes, qui ont un sens et qui nous bouleversent ! De la musique que nous aimons. Les enfants adorent chanter de la bonne musique également écrite pour les adultes, pas seulement des chansons pour enfants. C'est une question de goût bien sûr, mais faisons confiance à notre intuition. Et quand nous sommes pleinement dans la musique, les enfants peuvent s'y connecter beaucoup mieux.

Le répertoire n'a pas forcément besoin d'être compliqué. Des chansons traditionnelles très simples peuvent être les plus fortes et offrir une chance d'explorer différents modes d'expression et d'arrangement. Ou comme Erkki, nous pouvons demander à des compositeurs d'écrire de la musique pour nos chœurs. Les collaborations avec d'autres artistes sont enrichissantes tant pour les chanteurs que pour les chefs.



All pictures above: Let Children's Voices be heard concert on March 7, 2020, Tapiola Hall, Espoo Culture Center, Finland © Tero Pajukallio

## Créer avec des enfants

Nous pouvons également créer des représentations, des textes, des chorégraphies et des chansons nous-mêmes et avec les enfants. J'adore mettre les chanteurs au cœur du travail créatif. Cela permet aux enfants de se sentir importants, davantage engagés et de s'approprier la chorale. La chorale devient leur truc et quelque chose de beaucoup plus intéressant pour tout le monde. Et c'est là que la chorale commence vraiment à résonner et à chanter à un autre niveau !

## Écoutez!

Les enfants sont si sages, talentueux, drôles, beaux, attentionnés et ont tant à dire, mais souvent les adultes

n'écotent pas. Faisons entendre les belles voix des enfants et faisons briller les âmes dans nos chorales. C'est important !



Rehearsals, March 2019, Westendinpuison school, Espoo, Finland  
© Anneli Tuominen-Halomo



**Sanna Valvanne** est l'une des chefs de chœur finlandaises les plus cosmopolites et innovantes, directrice et fondatrice des chœurs *Sing & Shine* et directrice artistique du Festival vocal de Tampere 2017. Elle est reconnue pour sa méthode chorale créative "*Sing and Shine with Body and Soul*", et est régulièrement chef invitée avec des centaines de chœurs et de festivals à travers le monde depuis 1994. Ancienne chanteuse, assistante du chef et formatrice vocale du célèbre chœur *Tapiola*, Sanna Valvanne est titulaire d'une maîtrise en musique de l'Académie Sibelius. Elle a passé 11 ans aux États-Unis à concentrer son travail à

New York avec des programmes de musique inspirés par *El Sistema* pour les enfants des communautés mal défavorisées. Elle est ensuite rentrée en Finlande en 2016 pour lancer sa propre organisation chorale, les chœurs *Sing and Shine*, afin de fournir une formation chorale innovante, communautaire et stimulante pour tous les âges dans la région de la capitale, Helsinki. <http://www.sannavalvanne.com>

*Traduit de l'anglais par Barbara Pissane, relu par Jean Payon*