

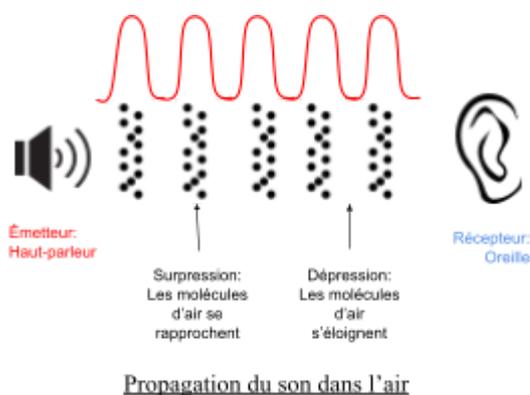
# Pourquoi n'aimons-nous pas entendre notre propre voix ?

On a tous connu ça, on regarde une vidéo de nous ou bien on écoute un enregistrement audio de soi-même et on ne se reconnaît pas, voire même on déteste notre voix ! Mais d'où vient cette différence, et quelle est alors notre véritable voix ?

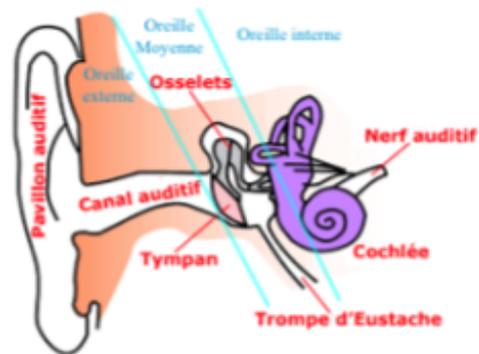
Tout d'abord, il faut savoir que le son est traité de deux façons différentes par notre système auditif. Il y a d'un côté le son de notre voix émis vers l'extérieur et se propageant dans l'air, et d'un autre côté les vibrations à l'intérieur de notre corps. C'est un peu comme si l'on avait une voix extérieure et une voix intérieure !

## □ Des raisons anatomiques

Lorsqu'il sort d'un haut parleur, le son de notre voix se propage dans l'air. Les molécules qui composent l'air sont alors mises en mouvement par les vibrations provenant du haut parleur. Les molécules d'air se compriment et se détendent, et il y a diffusion de proche en proche de la vibration jusqu'à notre oreille.



Le son arrive à notre oreille sous forme de vagues sinusoïdales. C'est l'oreille externe qui capture ces vagues et les envoie vers le conduit auditif. Ces vibrations se propagent jusqu'au tympan puis atteignent des structures appelées osselets, qui les envoient à l'oreille interne. Celle-ci contient la cochlée, qui est la portion auditive de l'oreille interne. Pour finir, le nerf auditif traduit ces vibrations en signal et le transmet jusqu'au cerveau qui traduira le message nerveux.

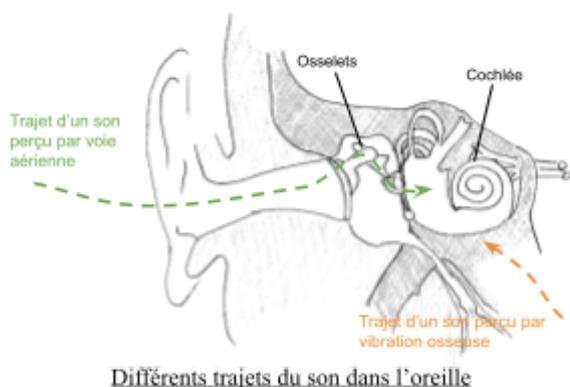


Anatomie de l'oreille

Quand on parle, l'air est expulsé par les poumons, le souffle passe ensuite à travers le larynx pour faire vibrer les cordes vocales, ce qui génère une onde sonore qui sort par nos lèvres et arrive à notre oreille par le monde extérieur. C'est le phénomène de conduction aérienne qui permet à cette onde d'arriver à nos oreilles ; c'est ce même mécanisme qui permet au son d'un haut parleur de nous parvenir. Mais il n'y a pas que ces vibrations là !

En effet, lorsque l'on parle, le son que l'on produit ne se déplace pas uniquement dans l'air, mais aussi dans nos tissus et nos os, et plus particulièrement ceux de la boîte crânienne. Ces vibrations arrivent directement à la cochlée, où les cellules ciliées stimulent le nerf auditif. L'oreille externe et l'oreille interne sont donc court-circuitées. On parle de conduction osseuse.

Ce qui veut dire que la voix que vous entendez lorsque vous parlez, est en fait la combinaison de ces deux voix, une extérieure et une intérieure. Alors que lorsque vous entendez votre voix sur un enregistrement, la voix n'est captée que par le tympan et la transmission osseuse ne se fait plus. Et comme les os transmettent préférentiellement les fréquences acoustiques les plus graves, notre propre voix entendue dans un enregistrement nous apparaît plus aiguë que d'habitude.



À ESSAYER:

VOUS POUVEZ EXPÉRIMENTER L'EFFET INVERSE EN VOUS METTANT DES BOUCHONS D'OREILLE, AINSI VOUS N'ENTENDREZ PLUS QUE LES VIBRATIONS ISSUES DE LA CONDUCTION OSSEUSE, ET VOTRE VOIX VOUS SEMBLERA PLUS GRAVE

❑ **Des raisons psychologiques:**

Si la plupart des gens n'aiment pas leur voix dans une vidéo c'est justement parce qu'ils n'entendent plus leur voix intérieure plus grave. Le fait de ne plus entendre ces « graves » va faire que l'on trouve notre voix moins séduisante et moins performante.

En effet les personnes sont habituées à entendre leur voix plus grave, c'est « l'effet de simple exposition » décrit par Robert Zajonc en 1968. C'est un phénomène psychologique commun qui fait que l'on préfère les choses qui nous sont familières ou auxquelles nous

avons été exposés à répétition. En d'autres termes, plus nous sommes exposés à un stimulus et plus il est probable que nous l'aimions.

C'est un peu le même principe que les personnes qui n'aiment pas se voir en photo: nous nous voyons chaque jour dans le miroir mais ce n'est pas réellement ce à quoi nous ressemblons, c'est une image miroir et donc inversée !

Nous sommes donc tellement habitués à entendre notre voix « à notre façon », celle plus grave, que le son émis par l'enregistrement paraît faux, ridicule voire même inaudible.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- ❑ LES MUSICIENS, D'AVANTAGE HABITUÉS À TRAVAILLER AVEC LEUR VOIX, ONT UNE ÉCOUTE PLUS FACILE ET ACCEPTENT DONC BIEN MIEUX LEUR VOIX « RÉELLE ».
- ❑ LES IMITATEURS (COMME CANTELOUP PAR EXEMPLE) ARRIVENT À OUBLIER CETTE VOIX INTÉRIEURE. LA VOIX QUE NOUS ENTENDONS À L'INTÉRIEUR DE NOUS-MÊME VIENT MASQUER L'IMITATION. LES IMITATEURS ARRIVENT À L'OUBLIER ET S'ENTENDENT DONC COMME VOUS LES ENTENDEZ.
- ❑ LORSQUE LUDWIG VAN BEETHOVEN A VOULU CONTINUER À JOUER DE LA MUSIQUE MALGRÉ SA SURDITÉ IL A FAIT USAGE DE LA CONDUCTION OSSEUSE: IL PLAÇAIT UNE TIGE CONDUCTRICE SUR SON PIANO QU'IL SERRAIT ENTRE SES DENTS, LES VIBRATIONS ÉTAIENT ALORS TRANSMISES À SA MÂCHOIRE ET CELA LUI PERMIT DE CONTINUER À ENTENDRE ET COMPOSER SA MUSIQUE.
- ❑ CERTAINES PERSONNES PRÉSENTENT DES ANOMALIES DE L'OREILLE INTERNE QUI AUGMENTENT LEUR SENSIBILITÉ À CETTE TRANSMISSION OSSEUSE, AU POINT QUE LE SON DE LEUR PROPRE RESPIRATION DEVIENT PESANT, ET CERTAINS PARVIENNENT MÊME À ENTENDRE LEURS GLOBES OCULAIRES BOUGER DANS LEURS ORBITES.

**Sources:**

- <https://sciencepost.fr/entendre-propre-voix-desagreable/>
- <https://www.europe1.fr/societe/pourquoi-naime-t-on-pas-entendre-sa-voix-enregistree-3855734>
- <https://blog.ubicast.eu/pourquoi-voix-differente-videos/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=3HJkSI-l-1M>
- [https://www.sciencesetavenir.fr/sante/orl/question-de-la-semaine-pourquoi-ne-reconnait-on-pas-sa-voix-quand-on-l-entend\\_123225](https://www.sciencesetavenir.fr/sante/orl/question-de-la-semaine-pourquoi-ne-reconnait-on-pas-sa-voix-quand-on-l-entend_123225)
- <https://www.audilo.com/blog/2016/02/conduction-osseuse-et-casques-audio/>

