



Elke Schläppli,
directrice,
consultante Tomatis
et socio-pédagogue,
à Rolle (VD).

J'ÉCOUTE DONC JE SUIS

Êtes-vous plutôt cerveau droit (créatif et distrait)? Ou cerveau gauche (rationnel et prévoyant)? La méthode Tomatis permet de rééquilibrer l'usage que nous faisons en alternance de nos deux hémisphères cérébraux. Mais pas seulement.

Par Monica D'Andrea

Ouvrez vos écouteilles, vous y trouverez les clés de la résolution. L'oreille fait partie intégrante de notre capital santé et une simple rééducation de l'écoute peut faciliter l'apprentissage des langues, résoudre un déficit d'attention ou aider à vivre un véritable développement personnel.

La Méthode du Dr Alfred Tomatis, ORL, fut introduite en 1957. Elle repose sur ce postulat en apparence simple: la voix ne peut reproduire que ce que l'oreille est capable d'entendre. Reconnu par l'Académie de science comme *l'effet Tomatis*.

Cette méthode démontre que les facultés auditives d'un individu définissent, dès 4-5 mois in utero quand l'oreille est déjà fonctionnelle, son langage, sa capacité d'apprentissage et de communication, et même sa motricité. Autant de caractéristiques elles-mêmes liées à

l'attention d'un enfant, sa maîtrise des langues étrangères, ses risques de dyslexie, de retard d'apprentissage, de troubles du comportement ou d'autisme. Si l'enfant ou l'adulte parvient à simplement corriger la manière dont il écoute, il sera capable de

résoudre la plupart de ces difficultés et trouvera son authenticité. C'est *l'effet Tomatis*. «*La courbe d'écoute est comme une radiographie de la personne*», nous explique Elke Schläppli, directrice du centre Tomatis, à Rolle. «*Après 37 ans de pratique, les lois fondamentales de la méthode ont confirmé la vision du professeur tant au niveau pédagogique que thérapeutique.*»

Les langues étrangères

Si l'on a du mal à parler une langue étrangère, c'est avant tout dû au

fait qu'on ne l'entend pas correctement. Ou, plutôt, qu'on ne l'écoute pas comme il se doit. Entendre relève d'une attitude

LES FACULTÉS AUDITIVES D'UN INDIVIDU DÉFINISSENT DÈS LES PREMIERS JOURS, SON LANGAGE, SA CAPACITÉ D'APPRENTISSAGE ET DE COMMUNICATION, ET MÊME SA MOTRICITÉ.



RÉAPPRENDRE L'ÉCOUTE PEUT CONDUIRE LE SUJET À ENTENDRE, PARLER, CHANTER ET MÊME SE DÉPLACER AUTREMENT.

simplement passive, alors que le fait d'écouter est une activité à part entière, visant à recevoir des informations que l'on désire acquérir. Il en va donc de la volonté. Si l'on se fonde sur la théorie de l'ORL, chaque langue utilise un spectre sonore composé d'ondes et de fréquences spécifiques.

Une pédagogie de l'écoute

Le test d'écoute permet de déterminer les seuils d'audition, l'aptitude à identifier la provenance des sons, la qualité de la discrimination et la latéralité auditive. «*La courbe d'écoute est comme une radiographie de la personne*», nous explique Elke Schläppi.

Il existe un entraînement pour optimiser son écoute, mis au point à travers l'audio-psycho-phonologie (APP) et qui agit par l'effet Tomatis. Grâce à des séances de stimulation psychosensorielle, l'on permet à l'oreille de se remettre à l'écoute et de faire une analyse correcte des sons. Un bilan de l'écoute est réalisé grâce à un audiomètre et des tests supplémentaires, puis un cursus est préparé de manière individuelle. Les séances durent entre 1h30 et 2h en fonction des besoins et des capacités de chacun. Durant ces moments, la personne – adulte ou enfant – porte un casque dans lequel elle entend principalement des œuvres de Mozart, des voix qui parlent ou encore sa propre voix. La musique de Mozart, riche en violons et fréquences hautes, charge d'avantage le cortex, éveille la joie et la force de vivre.

L'oreille électronique règle la source sonore qui permet de réaliser une véritable gymnastique de l'oreille. Dans un premier temps, les séances sont *passives*, l'on se détend. Puis, la phase active consiste à réaliser des exercices de lecture, de langage ou de voix devant un microphone relié à l'oreille électronique pour entraîner et mieux contrôler sa voix. Tout en écoutant, les sujets chantonnent ou lisent des passages au



L'adulte écoute du Mozart, tout en réalisant un exercice de puzzle, c'est la phase active de la méthode.

GRÂCE À DES SÉANCES DE STIMULATION PSYCHOSENSORIELLE, ON PERMET À L'OREILLE DE SE REMETTRE À L'ÉCOUTE ET DE FAIRE UNE ANALYSE CORRECTE DES SONS.

micro. Les enfants, à qui l'on peut faire entendre la voix maternelle pour soigner des troubles liés à l'affect et la communication, peuvent jouer tranquillement seuls ou en groupe.

Une gymnastique auditive

La musique qui passe dans le casque va subir un conditionnement en alternant les fréquences graves et aiguës. Ainsi, l'oreille est soumise à une gymnastique auditive et apprend à écouter ce qu'elle n'enregistrait pas normalement. Réapprendre l'écoute peut conduire le sujet à entendre, parler, chanter et même se déplacer autrement. Et si des preuves scientifiques récentes, obtenues à l'aide d'échantillons importants se font encore attendre, diverses assurances complémentaires remboursent, en Suisse, les séances de centres Tomatis agréés (Groupe Mutuel, CSS et Swica).



Attention trop basse, dyslexie, retard d'apprentissage ou troubles du comportement, la méthode Tomatis peut aider à apaiser les difficultés de l'enfance.

Agissant sur la dynamisation du cerveau, l'oreille électronique stimule les deux hémisphères. La latéralité auditive est importante, car si l'oreille droite, reliée à l'hémisphère gauche, est le vecteur de tout l'aspect rationnel de notre vie, la gauche s'attache à l'émotionnel. L'oreille droite envoie directement les informations auditives au centre du langage, la zone de Broca située dans l'hémisphère gauche, ce qui implique que nous sommes plus efficaces et rapides lorsque l'on écoute de l'oreille droite.

Et lorsque l'on parle au téléphone? Spontanément, l'on va répondre à droite, pas uniquement parce que l'on est droitier. En effet, écouter par la gauche établit une distance émotionnelle avec son interlocuteur. «*Nous sommes tous différemment latéralisés*, explique Elke Schläppi, *car nous avons tous une oreille directrice*.» Afin d'assurer un bon contrôle de la voix, il est nécessaire d'être droitier d'oreille. «*Je contrôle mieux mon langage*

si j'ai la dominance de l'oreille droite. Si j'écoute de l'oreille gauche, je mets une distance avec l'interlocuteur, je me protège, je gère mal mes émotions et je suis moins efficace dans ce que j'entends ou dis», conclut la consultante.

Réactivé et dynamisé, le cerveau peut ainsi entendre correctement les sons et les messages qui parviennent de son environnement sonore, par la stimulation des composants situés dans l'oreille moyenne: le marteau, l'enclume et l'étrier.

L'organe de l'audition, partie l'oreille interne (la cochlée) agit comme un dispositif d'allumage pour le cerveau, de même que le vestibule, responsable de l'équilibre. L'oreille interne stimule ainsi une véritable «charge corticale», qui donne des impulsions nerveuses et permet de s'orienter, d'interagir avec soi-même avec le monde et ouvrir sa conscience... Comme le souligne Elke Schläppi, «*l'écoute humanise l'Homme*». ■

Le Dr Alfred Tomatis entreprit sa carrière de médecin ORL au sein de l'armée de l'air française. Sa mission était d'étudier la relation entre l'impact du bruit et la perte d'audition des pilotes et ouvriers des arsenaux aéronautiques. C'est là qu'il fit passer les premiers audiogrammes et tira ses conclusions sur la surdité professionnelle.

www.tomatis-rolle.ch
www.tomatis.de

Alfred Tomatis a écrit de nombreux ouvrages dont:
L'oreille et la vie, Éd. Robert Laffont
Pourquoi Mozart?, Éd. Fixot
Nous sommes tous nés polyglottes, Éd. Fixot