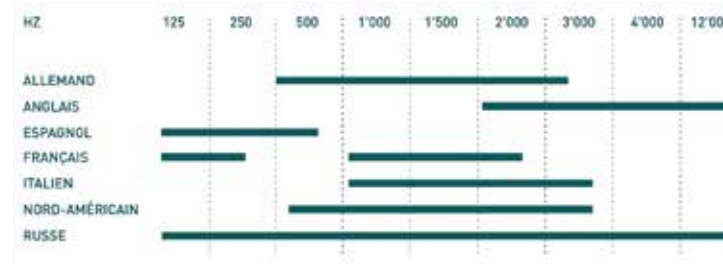




Pour stimuler l'oreille, le patient écoute une musique spécifiquement traitée ou réglée par « L'oreille électronique » (Mozart, chants grégoriens ou parfois voix maternelles). Celle-ci est semblable à ce qu'un fœtus de 4 mois et demi et plus entend dans le ventre de sa mère. Promesses d'effets calmants et réparateurs à la clé.



Stimuler sa capacité à entendre un large spectre de fréquences hertziennes est un réel plus pour l'apprentissage d'une langue étrangère : le français se situe en effet entre 1000 et 2000 hertz alors que le russe sollicite notre écoute entre 125 et 12000 hertz et l'anglais entre 2000 et 12000 hertz.

conséquent de diminuer son anxiété» explique cette spécialiste. Le rôle de l'oreille ne s'arrête donc pas à l'audition. Il va bien au-delà, ainsi que l'a démontré Alfred Tomatis, fondateur de l'audio-psycho-phonologie médecin ORL (oto-rhino-laryngologie) et spécialiste en phoniatry¹ français. « L'oreille est un véritable chef d'orchestre. Elle n'est pas qu'un simple capteur de son. Elle a aussi pour fonction de gérer l'équilibre, de dispenser de l'énergie, de permettre l'expression langagière. Elle joue aussi un rôle psychologique » souligne pour sa part Yolande Boulot, collaboratrice du Centre de l'écoute de La Chaux-de-Fonds.

STIMULER L'OREILLE POUR SOIGNER

Les recherches d'Alfred Tomatis ont englobé pédagogie, psychologie, linguistique et philosophie. A la fin des années 1940, alors qu'il traite des chanteurs qui souffrent de problèmes de voix, il établit pour la première fois un lien entre l'oreille et la voix. « Notre voix, la manière dont nous prononçons les mots et nous exprimons, dépendent des sons que nous captions » stipulent les deux spécialistes.

Le médecin met alors au point un appareil capable de rééduquer l'oreille, expérimente de nombreuses musiques et constate que celle de Mozart en particulier, opère une influence positive sur l'être humain. En bref, les vibrations d'une musique filtrée par une oreille électronique sont diffusées en alter-

nance de sons graves et aigus afin de stimuler la capacité auditive. Grâce à cette gymnastique de l'oreille, on va travailler sur la courbe de l'écoute.

DE VASTES CHAMPS D'APPLICATION

« La musique de Mozart, joyeuse et régulière, est construite sur un rythme cardiaque élevé, elle dynamise. Pour calmer, on va opter pour des chants grégoriens, construits sur un rythme cardiaque apaisant » explique Yolande Boulot avant d'ajouter : « La musique ne juge pas et par ailleurs il n'est pas demandé à la personne concernée une grande élaboration verbale de ses difficultés. La méthode Tomatis permet, sans contraintes, de se laisser aller en douceur à la thérapie. » L'éventail des applications proposées par cette thérapie est large : troubles

de la perception auditive, difficultés d'apprentissage, TDHA², dyslexie, dysphasie, dysorthographe, troubles du comportement, retards de développement, voix, chant et musique ou encore apprentissage des langues, équilibre physique et coordination corporelle, sans oublier l'effet bénéfique de la voix de leur maman sur les bébés prématurés³...

« L'un de mes enfants avait des difficultés scolaires. La méthode lui a permis de mettre à profit ses capacités et il suit désormais brillamment ses études ! Lorsqu'un enfant est en traitement, la maman ou le papa sont invités à écouter de la musique dans une autre salle. Cela provoque de grands changements dans la famille et l'on observe qu'une dynamique de communication se met en place. Quand une partie du système va mieux, tout le reste va mieux ! » se réjouit encore Christine Mégret. ■

➔ **En savoir plus** sur la méthode Tomatis et les centres d'écoute en Suisse : www.a-p-p.ch.

➔ **A lire** « L'écoute, c'est la vie », introduction à la méthode Tomatis, Patrick Dumas de la Roque, Editions Besson. « L'oreille et la vie », A. Tomatis, Robert Laffont, 1999.

LA VIE DANS L'OREILLE

Ecouter activement serait une clé essentielle du bien-être. Les réponses de la musique pour retrouver pleinement cette capacité et s'ouvrir à la vie. KRISTIN AUBORT

Quelques mois après le début de ses séances d'écoute, un casque sur les oreilles, détendu, Antonio écoute de la musique de Mozart selon les principes de la méthode Tomatis. Au chômage, l'homme d'une quarantaine d'année est fier de lui : hier, contrairement à son habitude, sûr de lui, il a osé se présenter à un rendez-vous pour un poste de travail plutôt que d'y renoncer au dernier moment. En effet, depuis qu'un accident l'a contraint à changer de métier et à suivre une nouvelle formation, Antonio a perdu toute confiance en

lui. Il dort mal et il souffre d'angoisses, persuadé que tout le monde le juge incapable.

QUAND LES ÉMOTIONS COUPENT LES SONS

« La vie, les blessures émotionnelles et les tensions font que l'on peut se fermer. L'oreille n'a alors plus la capacité de capter tous les sons et met un voile sur ce que la personne perçoit autour d'elle : cette vision faussée l'amène à anticiper des situations négatives, à se mettre sur la défensive, à s'isoler... parfois jusqu'au burn-out » confie Christine Mégret, diplômée en audio-

psycho-phonologie et directrice du Centre de l'écoute à Payerne. Pour y remédier, l'audio-psycho-phonologie – mieux connue sous le nom de méthode Tomatis – a pour objectif de rendre à la personne une écoute active, qui lui permette de vivre le moment présent avec une énergie vitale retrouvée. Résultat, on va inciter l'oreille à réapprendre à écouter. « Une personne qui a pris de mauvaises habitudes d'écoute va stresser et réagir de manière disproportionnée aux agressions extérieures. Les séances d'écoute lui permettent de relativiser les événements et par