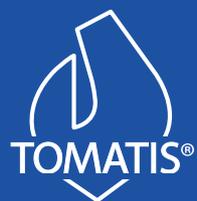




# La Méthode TOMATIS, une pédagogie de l'écoute



# INTRODUCTION

La Méthode TOMATIS a été mise au point par **Alfred TOMATIS** (né le 1<sup>er</sup> janvier 1920 et décédé le 25 décembre 2001), médecin français spécialisé en oto-rhino-laryngologie. Il a consacré une grande partie de son activité professionnelle à étudier la relation existante entre l'oreille et la voix, et par extension, entre **l'écoute** et **la communication**.

Ses découvertes furent établies au laboratoire de physiologie de la Sorbonne et donnèrent lieu à des communications à l'Académie des Sciences et à l'Académie de Médecine de Paris en 1957 et 1960.

Ces communications furent nommées « lois TOMATIS » :

- La voix ne contient que ce que l'oreille entend ;
- Si l'on modifie l'audition, la voix est immédiatement et inconsciemment modifiée ;
- Il est possible de transformer durablement la phonation par une stimulation auditive entretenue pendant un certain temps (loi de rémanence).

La Méthode TOMATIS est fondée sur un certain nombre de concepts concernant la façon dont l'être humain se développe, traite l'information, communique avec lui-même et autrui et enfin, apprend.

Les recherches d'Alfred TOMATIS l'ont conduit à développer une pédagogie qui amène l'individu à retrouver ses capacités d'analyse, de concentration et de communication. En effet, grâce à un ensemble d'outils pédagogiques, notre méthode agit de façon simultanée sur les trois fonctions essentielles de l'oreille que sont, outre **l'audition**, **l'équilibre** et **la dynamisation**.

Compte tenu du rôle primordial du message sensoriel, la Méthode TOMATIS facilite

- Le langage et la communication ;
- L'apprentissage ;
- Le développement personnel et comportemental ;
- Le travail sur le corps, la posture et la voix ;
- L'intégration des langues étrangères.

TOMATIS Développement S.A. unique détenteur de la Méthode TOMATIS perpétue la tradition de son fondateur tout en s'efforçant de rendre la méthode plus **compréhensible** et **accessible** et bien sur plus **efficace** grâce aux progrès technologiques et scientifiques.

Notre société combine ainsi 50 ans d'expérience de la Méthode TOMATIS avec les dernières recherches en neuroscience et science cognitive afin de développer des produits innovants et non intrusifs permettant d'optimiser les processus d'apprentissages, d'écoute et de communication.



# QU'EST CE QUE LA MÉTHODE TOMATIS ?

## UNE PÉDAGOGIE DE L'ÉCOUTE

L'écoute est la capacité à pouvoir utiliser son audition d'une manière volontaire et attentive dans le but d'apprendre et de communiquer. **L'écoute est donc une fonction cognitive de haut niveau qui implique la capacité à gérer ses émotions.** Elle n'est pas un enregistrement sonore passif qui dépendrait uniquement du fonctionnement de l'appareil auditif.

Lorsque l'interprétation mentale des informations sensorielles transmises par l'oreille est erronée, l'écoute est perturbée. On parle alors de distorsions d'écoute. Cette distorsion est liée au dysfonctionnement des deux muscles de l'oreille moyenne dont le rôle est de permettre l'arrivée harmonieuse du son dans l'oreille interne, puis au cerveau. Lorsque le message sensoriel est altéré, le cerveau se protège en déclenchant des mécanismes d'inhibition de l'écoute.

## UN APPAREIL DE STIMULATION ET DE (RE)ÉDUCATION

L'outil pédagogique de la Méthode TOMATIS est un appareil appelé Oreille Electronique.

L'Oreille Electronique redonne aux muscles de l'oreille moyenne leur pleine capacité de fonctionnement afin de lever les mécanismes d'inhibition que le cerveau a enclenchés.

Par ailleurs, l'Oreille Electronique permet de capter l'attention du cerveau sur le message sonore. Progressivement, il apprend ou réapprend à écouter. Littéralement, on dit que l'oreille « se met à l'écoute ».

- **Une bascule électronique capable de créer une alternance entre deux conditions perceptives du même message sonore**

Concrètement et de façon très simplifiée, l'Oreille Electronique permet d'activer le **reflexe stapédien**. Ce reflexe provoque la contraction des muscles auditifs. Il est activé par le passage soudain de fréquences graves ne nécessitant de la part de l'oreille aucun effort d'accommodation à des fréquences aiguës demandant à l'oreille un effort d'accommodation important.

En effet, ce va-et-vient entre la tension et le relâchement des muscles de l'oreille est rendu possible grâce à une bascule électronique qui est un dispositif capable de créer une alternance entre deux conditions perceptives du même message sonore. Cette activité peut être comparée à une gymnastique, qui grâce à un **usage répété et une mobilisation progressive de l'oreille**, permet d'optimiser la transmission du message au cerveau.

### • Une transmission différée du son

Le message sonore est transmis au cerveau par voie aérienne et par voie osseuse grâce à un casque équipé d'un vibreur. L'Oreille Electronique est conçue pour pouvoir programmer un retard entre le son transmis par voie aérienne et celui transmis par voie osseuse. Grâce à ce retard, appelé precession, le cerveau est préparé à recevoir le message transmis. Après une stimulation auditive soutenue, **le cerveau prend naturellement le relai sur le travail d'anticipation accompli grâce à la machine.**

L'Oreille Electronique est dotée de nombreuses autres fonctionnalités conçues pour tenir compte des innovations technologiques et des recherches scientifiques menées.

## SUR QUOI REPOSE LA MÉTHODE TOMATIS ?

**90% des messages sensoriels qui stimulent notre cerveau dont le mouvement et le toucher impliquent notre oreille ! L'oreille a ainsi pour fonction d'être un système d'intégration sensoriel.**

Les actions de correction de la Méthode TOMATIS vont agir de façon simultanée sur les trois fonctions essentielles de l'oreille que sont **l'équilibre, la dynamisation et l'audition.**

### LA FONCTION D'ÉQUILIBRE

Elle dépend du vestibule, partie de l'oreille interne qui informe le cerveau du moindre mouvement corporel. L'oreille intervient donc dans le **contrôle postural et le maintien de l'équilibre**. La Méthode TOMATIS, par son action sur le vestibule, permet au corps de retrouver sa verticalité, au squelette de se repositionner.

En effet, sous l'effet prolongé de séances d'écoute, la cohérence des messages envoyés au cerveau par le vestibule de l'oreille droite et de l'oreille gauche est harmonisée. On observe ainsi des réponses motrices moins anarchiques, plus fluides et mieux organisées. L'action sur les troubles psychomoteurs est dès lors évidente. Par ailleurs, le vestibule participe de façon fondamentale à l'intégration des rythmes à la fois musicaux et linguistiques de par ses nombreuses connections qu'il entretient avec le cerveau.

### LA FONCTION DE DYNAMISATION

L'oreille humaine assure une fonction de « **charge corticale** ». Elle a donc besoin d'être stimulée pour énergiser le cerveau et le corps. Le son est nécessaire pour notre épanouissement personnel. Plus il est riche en harmoniques hautes, plus son effet est efficace. En effet, les sons riches en harmoniques hautes stimulent un vaste réseau nerveux, appelé « formation réticulée », qui contrôle le niveau d'activité global de l'activité cérébrale. C'est la raison pour laquelle nous utilisons principalement des concertos pour violons de Mozart dont les effets bénéfiques sont désormais célèbres.



Nous utilisons également des chants grégoriens dont le rythme si particulier joue un rôle apaisant avéré.

## LA FONCTION D'AUDITION

---

Lorsque celle-ci est perturbée, on voit apparaître non seulement des troubles de **discrimination**, de **spatialisation**, de la **latéralisation auditives** mais aussi **une perte de la capacité à extraire un message sonore** du bruit environnant. Le sujet est ainsi soumis à une multitude d'informations qu'il perçoit de façon plus ou moins altérée. La compréhension des messages ne peut alors se faire qu'au prix d'efforts très importants, ce qui engendre des erreurs, une fatigue sans cesse croissante, une irritabilité et, finalement une fermeture sur soi. L'environnement est ainsi vécu comme problématique. Dans ces conditions, il est évident que l'attention et la mémorisation ne peuvent être que déficientes.

## A QUI S'ADRESSE LA MÉTHODE TOMATIS ?

Parce que l'oreille est un système d'intégration sensorielle, elle joue un rôle efficace dans de nombreux domaines.

## LES TROUBLES DE L'APPRENTISSAGE

---

L'un des facteurs importants des troubles de l'apprentissage est le manque de conscience du geste articulatoire ou corporel, entraînant un trouble de la mémoire à court terme, condition indispensable à la mise en place d'un apprentissage normal.

De ce fait , les champs d'application concernent directement les acquisitions scolaires :

- **la dyslexie**
- **la dysorthographe**
- **la dyscalculie**
- **la dysgraphie**

D'autres troubles de l'apprentissage se rapportant au développement du langage oral sont regroupés sous le terme de **dysphasies**. D'autres, enfin concernent la programmation et l'acquisition des gestes appris et correspondent à **la dyspraxie**.



## LES TROUBLES DE L'ATTENTION

L'attention est la capacité à sélectionner et à maintenir dans la conscience un événement extérieur ou une pensée. L'attention peut être divisée en **deux composantes** :

### - la composante concernant le degré de l'attention, son intensité.

Elle correspond à un état général d'éveil et de vigilance qui permet au système nerveux d'être réceptif à toute forme d'information lui parvenant. L'action de notre méthode sur cette composante de l'attention se réfère à ce qui est appelé la « *fonction de charge* » ou « *fonction dynamogène* » de l'oreille.

Elle va concerner les enfants ou adultes qui ne peuvent rester concentrés pendant des périodes suffisamment longues sur un travail à effectuer, même si par ailleurs celui-ci ne demande que peu d'effort intellectuel et présente un caractère routinier ou familier (par exemple, un travail de révision ou de recopiage).

### - la composante sélective de l'attention.

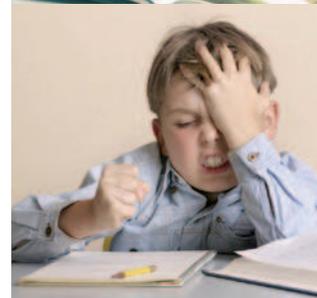
Elle concerne la capacité à pouvoir se focaliser sur certains éléments d'une situation, tout en inhibant ceux qui sont jugés non pertinents. C'est donc en même temps la capacité à résister à la distraction et à discriminer des informations appropriées de celles qui ne le sont pas. L'action de notre méthode sur cette forme d'attention s'adresse à toute personne qualifiée de distraite, et souffrant de décrochages attentionnels fréquents pouvant engendrer des confusions de sens. Une modalité particulière de l'attention sélective est l'attention divisée qui est la capacité à pouvoir partager son attention entre plusieurs sources d'informations ou tâches à effectuer. Cette modalité attentionnelle, très coûteuse sur le plan cognitif, constitue, lorsqu'elle est défaillante, une source de difficulté ou de souffrance considérable pour l'enfant en situation scolaire.

## LES TROUBLES AFFECTIFS ET ÉMOTIONNELS

Si l'on perçoit l'importance de bouger pour entretenir son corps, on ne réalise pas toujours qu'il est aussi important d'entretenir notre cerveau. C'est en le stimulant par l'envoi de messages sensoriels qu'il nous **dynamise** et nous **détend**. Comme l'oreille est le plus important canal de passage des messages sensoriels du corps humain, on comprend sans difficulté son rôle.

Cette stimulation peut être déficiente lorsque le cerveau déclenche un mécanisme d'inhibition ou de protection. Ce mécanisme peut se produire à la suite d'un événement ponctuel traumatisant appelé choc émotionnel. Le cerveau a également tendance à se protéger progressivement lorsque l'environnement externe l'agresse. Ce peut être le cas de personnes confrontées à une réorganisation du rythme de vie, à l'accroissement de responsabilités, à la perte de repères, à la pression sociale...

Les motivations d'une démarche TOMATIS dans le cadre du développement personnel sont donc multiples et englobent les manifestations de « mal être » que l'on peut rencontrer dans la vie moderne. Les motifs le plus couramment invoqués sont **le stress, la fatigue, le surmenage, l'anxiété, et la perte de confiance en soi.**





## LES TROUBLES DE LA COMMUNICATION

Toute distorsion d'écoute trop installée entraîne la perte même du désir d'écouter qui à son tour, va générer une **baisse du désir de communiquer**, que ce soit par la résignation ou le manque de confiance résultant des difficultés à pouvoir le faire efficacement.

Les difficultés de communication pourront prendre des formes très différentes.

Par exemple, elle peuvent se manifester par une incapacité à accepter de recevoir les sons qui nous entourent sans en être agressé : le klaxon d'une voiture, le claquement d'une porte, l'ambiance sonore élevée d'un restaurant, mais aussi certaines voix, comme celle d'un collègue de travail, d'un parent, d'un ami...

Pour certains, il y aura impossibilité d'utiliser sa voix comme un véritable outil de communication, par manque de maîtrise de ses différents composants prosodiques : intonations, inflexions, rythme, intensité. La voix sera alors perçue comme agressive, froide, ou dénuée de tout pouvoir d'expression par l'interlocuteur qui la reçoit.

## LES TROUBLES ENVAHISSANT DU DÉVELOPPEMENT

Ce sont des troubles sévères et précoces, caractérisés par des retards et des altérations du développement des capacités d'interactions sociales, cognitives et de la communication. La Méthode TOMATIS a montré son efficacité pour aider des personnes souffrant **de troubles de l'autisme** et de comportements associés (ex : **syndrome d'Asperger...**). De nombreuses approches sont possibles pour venir en aide aux personnes présentant de tels troubles. Notre méthode ne saurait être exclusive.

# COMMENT SE DÉROULE LA MÉTHODE TOMATIS ?

Tous nos praticiens suivent une formation initiale et continue. Ils s'engagent par ailleurs à respecter un code de déontologie et éthique. Enfin, ils sont encadrés et assistés par des formateurs expérimentés.

Nous attirons votre attention sur le fait que **seules les personnes certifiées par la société TOMATIS développement S.A. sont habilitées à appliquer la Méthode TOMATIS**. Nous vous invitons à nous contacter en cas de doute ou à visiter notre annuaire internet.

## L'ÉVALUATION PRÉALABLE

Cette première démarche, interdépendante de la profession du praticien, va permettre d'évaluer la problématique du sujet par l'intermédiaire de tests et questionnaires. Cette évaluation est indispensable pour déterminer si une éducation par stimulation auditive doit être conseillée.



## LA PROGRAMMATION

---

Un programme de rééducation personnalisé est déterminé à la suite de l'évaluation. Ce programme est établi en fonction de la problématique à traiter et des résultats des tests. Le praticien TOMATIS dispose d'une grande souplesse de programmation lui permettant d'être très pointu dans le traitement prescrit.

## LES SÉANCES D'ÉCOUTE

---

Comme lors de tout travail de rééducation musculaire, les résultats ne seront probants et durables que si les séances sont soutenues, régulières et espacées par des temps de repos. Les séances d'écoute font donc également l'objet d'une méthodologie encadrée. Leur nombre et leur rythme sont déterminés en fonction de chaque sujet.

Une séance d'écoute dure **2 heures**, et il faut suivre **au minimum 3 séances par semaine**. Celles-ci se déroulent dans un Centre TOMATIS, mais parfois elles peuvent avoir lieu à domicile grâce à un matériel portable facile à utiliser.

La rééducation s'effectue **en plusieurs phases** (sessions).

Souvent, on commence par une session comptant au total 30 heures de rééducation. Cette première session sera suivie d'une interruption d'un mois permettant l'intégration du travail effectué. Puis vient une deuxième session de 16 heures de travail, suivie d'une pause de 4 à 6 semaines. Et ensuite une troisième session de 16 heures, si nécessaire. Des tests d'écoute sont effectués régulièrement pour suivre l'évolution du traitement.

## LE BILAN DE SORTIE

---

A l'issue des séances d'écoute, le praticien TOMATIS effectue un bilan de sortie. Ce bilan permet de mesurer les progrès obtenus et de déterminer si d'autres séances sont recommandées. Les résultats obtenus avec la Méthode TOMATIS sont durables. Il n'est donc bien souvent pas nécessaire de prolonger les séances au-delà de la période prescrite. Toutefois, pour certaines problématiques, il peut être nécessaire de prolonger un programme. Par ailleurs, à la suite d'un nouvel événement comme un choc émotionnel important, il peut être nécessaire de recommencer un programme TOMATIS.





# QUELS SONT LES RÉSULTATS OBTENUS AVEC LA MÉTHODE TOMATIS ?

Sanctionnée par des résultats probants auprès de nos clients qui nous ont rendus célèbre, notre méthode a par ailleurs prouvé son efficacité scientifique. La recherche ne cesse de croître tant les domaines d'application de la méthode sont étendus. En effet, le message sensoriel sonore joue un rôle primordial dans le développement de l'individu et touche ainsi de nombreux troubles. Parmi nos partenaires scientifiques, nous comptons plusieurs instances publiques (ministères, instituts de recherche, hôpitaux) mais aussi des universités, des associations spécialisées et des fondations. Leurs implications garantissent l'objectivité et le sérieux des résultats obtenus dont vous trouverez un aperçu non-exhaustif dans les tableaux qui suivent.

## TROUBLES DE L'INTÉGRATION AUDITIVE (TROUBLES DE L'ÉCOUTE)

Etude du Centre Ross-Swain (Californie)	TAPS sous-tests (Test of Auditory Perceptual Skills)	Pre / Post (%)
<p>Le centre Ross-Swain a étudié l'impact de séances d'écoute TOMATIS sur 41 personnes choisies pour leur problème d'intégration auditive. Ces problèmes affectent principalement la capacité d'écoute et de compréhension.</p> <p>Après des séances prolongées d'écoute TOMATIS, les résultats montrent une forte augmentation de la capacité à écouter et communiquer.</p>	N	41
	Intégration auditive (générale)	8.4 / 58.3
	Discrimination auditive	14.2 / 68.1
	Mémoire auditive, chiffres	9.7 / 46.0
	Mémoire auditive, chiffres inversés	19.1 / 37.4
	Mémoire auditive, mots	12.2 / 48.5
	Mémoire auditive, phrases	16.4 / 53.4
	Intégration auditive	23.2 / 56.6
	Direction	31.3 / 66.5

## TROUBLES PSYCHOLOGIQUES

Etude du Plessis (Université de Potchefstroom - Afrique du Sud)	Pre / Post niveau d'anxiété			
<p>Du Plessis a étudié le cas de 29 étudiants sujets à l'anxiété. 10 étudiants ont suivi des séances d'écoute TOMATIS, 9 ont suivi une psychothérapie classique et 10 ont été choisis pour former le groupe contrôle. Le groupe TOMATIS a montré une réduction significative de l'anxiété, tandis que les résultats sont mitigés pour ceux qui ont suivi une psychothérapie et inexistantes pour le groupe contrôle.</p> <p>Une seconde étude De Plessis a démontré qu'après 14,3 mois le niveau d'anxiété avait continué à baisser fortement pour le groupe TOMATIS alors qu'aucun changement n'apparaissait pour le groupe contrôle.</p>		TOMATIS	Psychothérapie	Contrôle
	N (number)	10	9	10
	CAS (Children's Anxiety Scale)	9.6 / 7.6	11.0 / 11.3	8.4 / 7.7
	STAIC Trait	42.8 / 32.9	41.2 / 37.1	37.2 / 37.6
	STAIC State (State-Trait Anxiety Inventory for Children)	32.8 / 27.6	30.7 / 28.1	31.3 / 30.0

Etude d'Orthy (Hôpital Foch - France) et étude Klopfenstein (Hôpital de Vesoul - France)	Pre / Post (groupe contrôle)		Pre / Post (groupe TOMATIS)
<p>L'étude d'Orthy, a comparé l'anxiété de 683 femmes enceintes qui ont reçu les soins de préparation traditionnelle à l'accouchement. 53 d'entre elles ont suivi en plus de courtes séances d'écoute TOMATIS. Les résultats montrent une baisse de l'anxiété pour les femmes ayant suivi des séances d'écoute TOMATIS tandis que pour le groupe contrôle l'anxiété a augmenté. Une autre étude réalisée par le département gynécologique de l'hôpital de Vesoul sur 170 femmes enceintes a permis de constater une baisse de la durée de l'accouchement de 1h08 (3h30 à 2h22).</p>	N	683	53
	Hamilton test (test auto-administré de mesure de l'anxiété)	4.4 / 4.7	5.7 / 4.0



## TROUBLES DE L'APPRENTISSAGE ET DU COMPORTEMENT

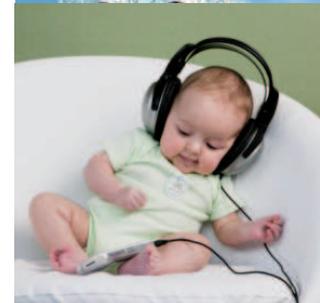
Méta-Analyse de Gilmor	Domaine	N	Progression moyenne (%)
<p>La Méta-Analyse de Gilmor est basée sur l'étude de 225 enfants confrontés à des difficultés d'apprentissage et de communication.</p> <p>Cette analyse montre que les séances d'écoute TOMATIS ont un impact significatif dans les domaines suivants : le langage, le développement psychomoteur et cognitif, le comportement social et personnel.</p>	Linguistique	225	41
	Psychomoteur	153	32
	Comportement personnel et social	225	31
	Cognitif	152	30
	Audition	77	4

Etude Wilson (Hôpital universitaire de North Shore - University de Cornell, New-York)	Test	TOMATIS / Contrôle (% Change)
<p>Wilson a étudié 26 enfants souffrant de trouble du langage. 18 enfants ont reçu des séances d'écoute TOMATIS et 8 ont été assignés au groupe contrôle. Les résultats montrent des progrès pour le groupe TOMATIS dans les domaines suivants : communication, ouverture auditive et capacité de reproduction du son.</p>	N	18 / 8
	WIG Communication Score (test designed for the study)	22 / 12
	Evaluation des parents	34 / 27
	Evaluation des enseignants	
	Language Domain (non specified test)	86 / -9, s
Reproduction du son	38 / 3	
Ouverture auditive		



Etude 1 et 2 Brickwall house Institut (East Sussex—England)	Test	TOMATIS / Contrôle (% Change)
<p>Brickwall a étudié le cas de 47 enfants dyslexiques sujets ayant un retard de lecture de 4/5 ans. 24 de ces enfants ont suivi des séances d'écoute TOMATIS. Les 23 autres enfants ont été assignés au groupe contrôle.</p> <p>Les résultats montrent une différence significative en faveur du groupe TOMATIS, dans la capacité de lecture et d'expression.</p>	N	12 / 12 ou 24 /24 selon le test
	Receptive Vocabulary (BPVS)	19 / 4,s
	WRAT Reading (raw scores) - Lecture	51,s / 19, s
	WRAT Spelling (Raw scores) - expression	53 / 20,s
	Verbal Fluency (raw scores)	52 / 39,s
	Neal Reading (accuracy)	21 / 11
	Neale Reading (comprehension)	19 / 7

Etude Centre TOMATIS Nordiska (Suède)	Domaine	Pre. (%)	Post.(%)	Diff. (%)
<p>Le centre TOMATIS de Suède a évalué l'impact de sessions d'écoute TOMATIS sur 56 personnes. Il a été constaté des progrès important tant sur les niveaux d'attention et d'énergie que sur les performances moteur et la capacité d'adaptation.</p>	N = 56			
	Attention	59	39	20
	Capacités moteurs	37	25	12
	Expression	38	28	10
	Energie	47	36	11
	Comportement et capacité d'adaptation	46	34	12





**Centre TOMATIS**  
rue Fontaine aux Corbeaux, 3  
B-1435 Héவில்lers (Mont-Saint-Guibert)  
010/65.11.13  
0476/4000.74  
info@tomatis-bw.be  
www.tomatis-bw.be

