

Tout oreilles?

A l'origine de nombreux problèmes d'apprentissage, tant chez l'enfant que chez l'adulte on trouve souvent un dysfonctionnement de l'oreille. Il est néanmoins possible d'améliorer la fonction auditive par des exercices ciblés d'écoute et d'élocution. *Rédaction: Christina Bösiger. Photos: Thierry Bösiger.*

«C'est l'oreille qui pénètre l'obscurité, et non les yeux», disent les Masai, un peuple d'Afrique de l'Est. Cette phrase est à double sens: quand il fait sombre, que nous avançons à tâtons dans l'obscurité, nous percevons davantage d'informations par l'ouïe que par la vue. Fermez les yeux quelques instants et plongez dans l'univers des sons. Qu'entendez-vous? Le gazouillis des oiseaux? Le bruit de la rue toute proche? Vos enfants qui jouent? Un bruit sourd dans votre oreille? N'est-ce pas passionnant de filtrer son environnement sonore? Contrairement à l'audition, l'écoute est une action volontaire qui suit des lois psychologiques. L'audition est une attitude passive, un phénomène purement physiologique; l'écoute, par contre, exige de nous une participation active.

46

Que se passe-t-il lorsque la perception des sons n'est pas adéquate? Lorsqu'un enfant entend, mais ne comprend pas ce qu'on lui dit? Ou s'il fait la sourde oreille, s'il ne veut ou ne peut pas vraiment écouter?

La connaissance commence avec l'écoute

La communication se compose de 50% d'écoute. L'art d'écouter ne peut se transmettre aux enfants par le biais de quelques formules. L'exemple donné par les parents et les enseignants a aussi son importance. Et pourtant, le nombre de personnes qui n'écoutent que distraitemment, parmi lesquelles on retrouve également des parents et des enseignants, ne cesse d'augmenter. La difficulté à filtrer une voix d'un environnement sonore est souvent sous-estimée: le niveau sonore, plus ou moins gênant, est pratiquement omniprésent, à l'école, au jardin d'enfants, au lieu de travail et même chez soi. Tous parlent en même temps, à quoi s'ajoutent la radio, la télévision, la chaîne stéréo, le lave-linge, le mixeur. A l'extérieur, ce sont les voitures, les trains, les avions, les tondeuses à gazon et les bétonneuses sur les chantiers qui sont source de bruit! Nous sommes tous submergés par le bruit et par diverses formes d'excitation sensorielle à l'origine du stress.

Il n'est donc pas étonnant que nous soyons si souvent inattentifs.

Il ne nous est donné que trop rarement d'apprécier consciemment le silence. Certains d'entre nous le craignent même et laissent constamment le téléviseur enclenché afin de ne pas se sentir seul. Le silence n'est cependant pas le contraire du son, mais le point de départ d'une écoute soutenue. Tous les exercices et activités musicales en rapport avec le silence et le son, y compris la musique et le chant, nous apprennent à écouter plus attentivement. On a observé que les enfants prêts à écouter font preuve de davantage de motivation, de concentration et apprennent plus rapidement. Ainsi, on ne soulignera jamais assez la valeur et l'importance de la pratique active de la musique et du chant.

Le bruit gêne le développement du langage

Dans le jargon professionnel, l'audition passive est appelée perception acoustique et l'écoute active perception auditive. La



Pendant les séances d'écoute passive, les enfants peuvent jouer ensemble et se détendre.



Dans une deuxième phase, les enfants apprennent à s'écouter et à contrôler leur voix à l'aide de l'«Oreille Electronique».

perception acoustique en constitue la base. Mais ce n'est qu'avec l'aide de la perception auditive complexe que l'enfant peut acquérir le langage.

On peut se représenter le langage comme un bureau de poste: les informations qui arrivent doivent être triées rapidement afin de pouvoir être lues et assimilées. Inversement, les informations à transmettre doivent être emballées et adressées correctement afin d'arriver à destination. L'ensemble du système de gestion et de coordination doit donc être mis en place dans les trois à cinq premières années pour assurer plus tard un fonctionnement optimal, même dans le cadre

«Écouter signifie être à l'écoute, se rendre compte; accepter celui qui l'on écoute, le croire, le respecter.»

bruyant d'une classe enfantine ou primaire. Au-delà de cette période, il sera difficile de parvenir au même résultat. Malheureusement, il arrive souvent que les parents ne s'aperçoivent que leur enfant a des problèmes de compréhension et de la peine à s'exprimer que lors du test à l'entrée en primaire.

Les conséquences de cette prise de conscience tardive sont incalculables, car tout ce que l'on doit apprendre est transmis, dans une proportion d'au moins 70%,

par le langage. Ce qui explique que chez un enfant qui a de la peine à s'exprimer, des difficultés peuvent surgir dans presque toutes les matières scolaires. Fondamentalement, le fait d'encourager l'écoute et le langage dès le plus jeune âge contribue à l'acquisition des connaissances chez l'enfant.

Un entraînement destiné à l'oreille

Lorsqu'un enfant a de la peine à lire et à écrire, on l'envoie chez un spécialiste pour corriger sa dyslexie. S'il entend mal, son médecin de famille l'enverra chez un oto-rhino-laryngologue (ORL). Pour corriger le zézaïement et le bégaiement, l'enfant ira faire des exercices chez un orthophoniste. Alfred A. Tomatis (1920-2001), un oto-rhino-laryngologiste français, a découvert que ces troubles, et d'autres encore, pouvaient avoir leur origine dans une faculté d'écoute mal élaborée. Pendant plusieurs décennies, il a étudié l'interaction entre l'ouïe, le psychisme, la voix et le langage. En 1947, il a fait une découverte révolutionnaire: la voix ne contient que les fréquences que l'oreille entend. Il fut le premier à reconnaître que l'oreille n'était pas seulement la porte sur le monde extérieur, mais également la clé de l'accès aux sphères profondes de notre âme, celles-ci prenant forme dans le sein maternel. Il a démontré que le fœtus entendait déjà au cinquième mois de grossesse et que, par conséquent, les troubles intervenant lors de cette période pouvaient constituer la source de troubles psychiques et d'affections psychosomatiques. C'est sur la base de ces

Mieux vaut prévenir que ne plus pouvoir guérir

Celui qui est conscient de la valeur de son ouïe veillera à en prendre soin et à la protéger. Car toute personne ayant subi des troubles de l'ouïe en souffre jusqu'à la fin de ses jours. En cas de diminution de l'acuité auditive, il n'y a pas que le plaisir de l'écoute qui s'amenuise, la communication devient plus difficile et finalement même impossible. Les signaux sonores de notre environnement quotidien deviennent muets, de même que le gazouillis des oiseaux. Le monde devient sourd et vide, seul peut-être un tintement d'oreille fait encore office de coulisse sonore. Malheureusement, on ne peut pas réparer les lésions auditives de l'oreille interne. Mais il existe des mesures de prévention à un prix abordable. Vous trouverez plus d'informations dans le feuillet d'information «Musique et troubles de l'ouïe (n° de commande 84001.F) et sur le disque compact «Audio Demo 3 – Le plaisir d'écouter» avec documentation complémentaire (n° de commande 86905.F et 99051.F). Ces deux publications peuvent être commandées gratuitement auprès de la SUVA, case postale, 6002 Lucerne ou sur www.suva.ch.

47

Pédagogie de l'écoute en Suisse

Adresses et informations sur www.a-p-p.ch (Association professionnelle suisse d'A.P.P. selon A. Tomatis)



En écoutant de la musique, l'enfant peut mieux se concentrer et se plonger dans une activité.



L'«Oreille Electronique», un appareil d'entraînement à l'écoute, permet de filtrer le programme personnalisé de l'enfant.



Pendant que l'enfant suit sa thérapie, sa mère, ou son père, peut également écouter de la musique ou s'occuper de manière créative.



Avec la méthode Tomatis, même les petits enfants peuvent apprendre à écouter attentivement.

48

connaissances que le professeur Alfred A. Tomatis a fondé la pédagogie de l'écoute, aussi appelée audio-psycho-phonologie (APP). Plus de 150 centres travaillent aujourd'hui dans le monde entier selon cette méthode. Alfred Tomatis a conçu l'«Oreille Electronique» afin d'améliorer la faculté d'écoute. Ce système électro-acoustique complexe, connecté à un magnétophone ou à un lecteur de CD et à un casque spécifique, agit sur les muscles de l'oreille moyenne. A l'écoute de sons, ceux-ci se contractent et se détendent, et sont ainsi soumis à un véritable entraînement. Pendant les sessions d'entraînement, le patient écoute à l'aide d'un casque un programme personnalisé se composant de musique de Mozart, de chants grégoriens et, si possible, de la voix maternelle. Suivant le problème du patient, le support sonore est filtré de manière à faire ressortir des gammes de fréquences déterminées et à ce que l'oreille réapprenne à écouter. Ce sont surtout les fréquences aiguës qui ont un effet dynamisant sur le cerveau humain: dans l'oreille interne, il existe en effet davantage de cellules sensorielles capables de les percevoir. C'est pourquoi ce sont surtout les fréquences aiguës que l'on fait écouter lors des séances de phonologie audio-vocale. Le résultat en est un mélange sonore assez strident à écouter. Ce qui, au début des séances, peut paraître quelque peu étrange, mais peut avoir un effet réparateur sur l'oreille, sur le cerveau et sur tout le système neurovégétatif.

Les effets ne tardent pas à se faire sentir, tant physiquement que mentalement. Les résultats sont étonnants, particulièrement pour les difficultés d'apprentissage (p. ex. la dyslexie), les troubles du langage, de l'équilibre, la dépression et les angoisses, les affections psychosomatiques, les troubles du sommeil, la migraine et l'autisme. Il existe une seule contre-indication: le traitement peut être assez onéreux, seules quelques caisses maladie prenant en charge les coûts de la thérapie dans le cadre de l'assurance complémentaire pour la médecine alternative.

«On ne rencontre que rarement quelqu'un qui sache écouter. Quelqu'un qui sait écouter est plus important qu'un morceau de pain.»

Des résultats en dormant

Parmi les clients les plus reconnaissants du Centre Tomatis se trouvent les parents d'enfants qui ont de la peine à se concentrer, qui se fatiguent rapidement, qui sont nerveux ou se laissent facilement distraire, qui ont une posture molle ou crispée, dont la tolérance à la frustration est limitée, ainsi que les enfants dyslexiques et dysorthographiques. Marco (12 ans), par exem-

ple, chez qui on a diagnostiqué une dyslexie en deuxième primaire. Il n'aimait ni lire ni écrire. «Pour lui, la grammaire c'était du chinois!», soupire sa mère. «Des années de thérapie n'ont pas changé grand chose». Il est évident que ces échecs continuels ont entamé la confiance en soi de Marco. L'école ne lui a apporté pratiquement aucun soutien. Ce n'est que le jour où Marco et sa mère ont découvert la pédagogie de l'écoute que bien des choses ont évolué favorablement. «Au début, ce mélange sonore m'a passablement irrité», raconte Marco. «Moi, je préfère écouter du HipHop. Et je n'aime pas particulièrement Mozart. D'autant plus quand le son est si étrange. Le chant grégorien, c'est encore bien pire. Mais avec le temps, je m'y suis habitué. Une fois, je me suis même endormi avec le casque sur les oreilles.» Ce qui va dans le sens de l'inventeur de la pédagogie de l'écoute: la thérapie a de bons résultats, même en dormant. Au terme de la première phase du traitement, Marco pouvait déjà mieux se concentrer et a même commencé à lire des livres. La deuxième phase s'achevant, il a commencé à faire des progrès en français. La mère de Marco, qui elle-même est devenue plus calme, raconte: «Marco est désormais plus équilibré et plus content. Ainsi, l'atmosphère familiale est plus détendue et toute la famille profite de cette nouvelle qualité de vie.»

Quand l'oreille réapprend à écouter

Madame Schiftan, à qui s'adresse la méthode Tomatis?

La méthode Tomatis s'adresse tant aux enfants qu'aux adultes. On y a recours en cas de retard du développement, de problèmes d'apprentissage et difficultés scolaires, de troubles du langage et de l'écriture, de problèmes de communication, d'angoisses et d'état d'épuisement, de problèmes de mémoire, de concentration et de motivation. Ainsi qu'en cas de troubles moteurs ou de l'équilibre. Cette méthode contribue en outre à l'amélioration de l'articulation, à l'apprentissage et à la maîtrise de langues étrangères ou à une amélioration de l'écoute. C'est ainsi que des musiciens et des comédiens ont recours avec succès aux séances de formation auditive.

Comment se déroulent les séances d'A.P.P.?

On procède d'abord à un test d'écoute Tomatis et à un entretien approfondi. Après cela, nous établissons un programme individuel. Celui-ci se divise

en une première phase où le patient écoute pendant plusieurs jours consécutifs un support musical en partie filtré, modifié selon le programme individualisé, ou la voix maternelle. Pendant cette phase passive, le patient est décontracté, joue, dessine ou fait de la peinture. Après une pause de plusieurs semaines suit une phase active pendant laquelle des exercices d'élocution, de langage, de chant et de lecture sont au programme. Ceux-ci sont effectués devant un microphone relié à l'«Oreille Electronique» afin d'entraîner et de contrôler son oreille et sa voix. Le nombre de séances nécessaires dépend du développement personnel et des difficultés individuelles. Par ailleurs, les enfants de moins de quatorze ans sont toujours accompagnés de l'un ou des deux parents. Ce qui permet à ces derniers de comprendre et de suivre l'effet de la méthode sur leur enfant. La dynamique personnelle est ainsi harmonisée et le dialogue familial encouragé.

La thérapie selon Tomatis est-elle remboursée par les caisses maladie? L'assurance de base ne rembourse rien. Certaines caisses maladie participent cependant aux coûts dans le cadre de l'assurance complémentaire pour la médecine alternative. Il est donc vivement conseillé de se renseigner auprès de sa caisse maladie.



Portrait

Maja Schiftan est psychologue FSP, thérapeute A.P.P. et présidente de l'association professionnelle suisse «Audio-psycho-phonologie» selon A. Tomatis.

Le plaisir de sauter pour toute la famille



Diamètre: 150 cm

Mini-AirTramp
Sans parties métalliques

Je commande: ____ Mini-AirTramp

Coloris:

- rouge
- rouge-noir
- noir

(Tapis de fond toujours noir)

Sauter fait du bien – fait plaisir – donne de l'entrain

Pour plus d'informations, cliquez www.huepfkissen.ch.
Offre spéciale Kidy: Fr. 550.-, pompe incl., frais de port en sus: Fr. 18.-,
délai de livraison: env. 5 semaines

Nom: _____ Prénom: _____
Rue/n°: _____ NPA/localité: _____
Tél.: _____ Adresse e-mail: _____

Hüpfkissen GmbH, Gwattstrasse 89a, 3645 Thoune. Fax: 033 336 20 31, tél. 033 336 20 38