

La Técnica Tomatis, el camino al arco iris

La Técnica Tomatis abre la percepción a un mundo de posibilidades que cada uno aplica a los campos que necesita. El músico, a la música; el autista, a su apertura a los estímulos; el que tiene dificultades de lenguaje, a superarlas; el que quiere aprender inglés u otro idioma, notará más facilidad, pero en todos los casos sin excepción mejorará la escucha, la atención, el lenguaje, la voz, la música, y la comunicación.

Debemos esta terapia al doctor Alfred Angelo Tomatis, fallecido el 25 de diciembre de 2001 después de 50 años de trabajo. En 1957, sus principios fueron reconocidos por la Academia de Medicina y la de Ciencias de París. Su trayectoria estuvo marcada por el escepticismo que despertaban sus teorías, como cuando defendía que el feto escucha e integra lo escuchado en el útero, cosa que actualmente está comprobado a través de nuevas tecnologías. Luego llegaría el reconocimiento por los extraordinarios resultados que obtuvo en dificultades de audición, atención, lenguaje, voz, música, idiomas, comunicación y tantos otros campos abarcados en el concepto de la escucha, utilizando la voz materna filtrada como el niño la escucha en el útero a través de la columna vertebral que transporta la voz de la madre y del líquido amniótico que le baña en sus cadencias.

La diferencia primordial entre oír y escuchar es que para lo segundo es necesario que intervenga la atención, el interés, la conciencia y para ello el organismo ha de estar entrenado, cuantas más experiencias de armonización del sistema nervioso se acumulen, más posibilidades tendremos de escuchar con la totalidad de nuestro potencial.

El doctor Alfred Tomatis, que también había cursado estudios de física, nos dejó dos auténticas joyas para el desarrollo de la escucha y la atención: el *'Test de escucha*, que nos permite detectar la armonía o desarmonía existente en el sistema nervioso y, por tanto, en la escucha de la persona; y el oído electrónico, que nos permite armonizar



Alfred Angelo Tomatis.

el sistema nervioso hasta donde es posible en cada persona y con ello mejorar y en muchas ocasiones rehabilitar la escucha.

La vida de las personas que no teníamos la posibilidad de escuchar correctamente y comenzamos a hacerlo gracias a la Técnica Tomatis, ha experimentado un cambio que incide en la calidad de la percepción, como si del arco iris sólo hubiéramos visto una parte y, a partir del tratamiento de reeducación de la escucha, descubriésemos todos los colores que nuestras experiencias previas nos habían negado, ampliando nuestra relación con el mundo debido a la mejora en el equilibrio, la coordinación, el lenguaje, la música, la voz, la concentración, la memoria, la creatividad, la ansiedad... y con ello la autoestima y la confianza en nosotros mismos.

Los terapeutas que hemos rastreado sus enseñanzas en España, Francia, Bélgica e Inglaterra y hemos buceado en sus libros, nos hemos encontrado ante una fascinante obra que cuanto más se penetra más apasionante se vuelve. Actualmente existen terapeutas de Técnica Tomatis por todo el mundo, como puede comprobarse en la web www.tomatis.com

Parte práctica

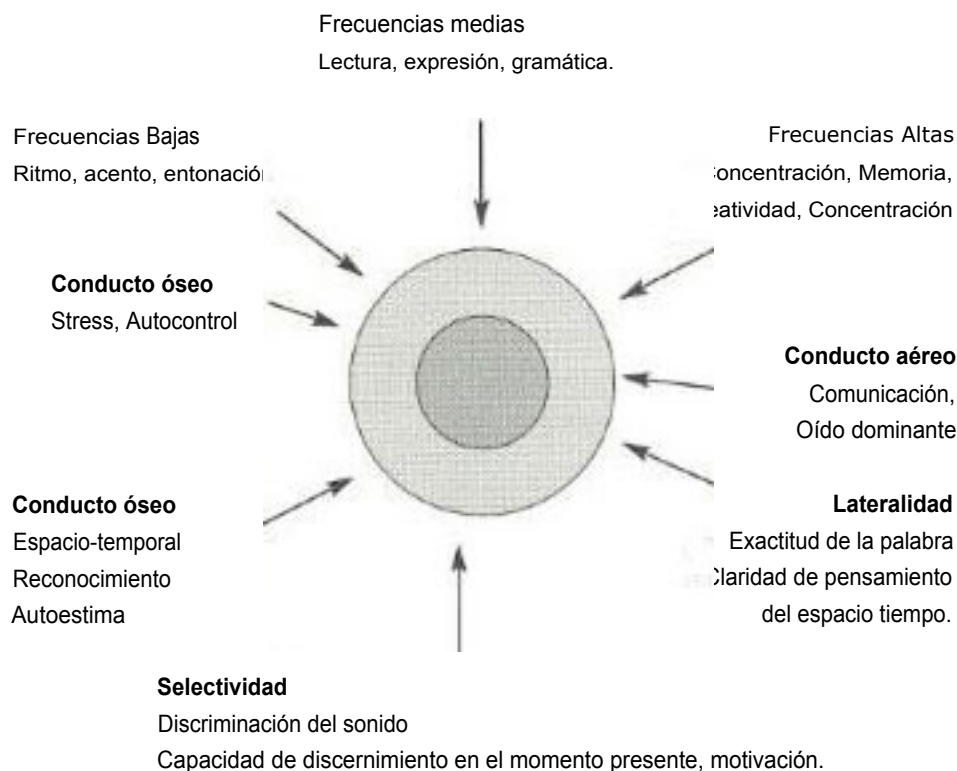
¿Qué hacemos exactamente cuando comenzamos la Reeducción de la Escucha?

En primer lugar, hacemos un *Test de escucha*, que no es lo mismo que un *Test de audición*, se valoran diferentes aspectos de la persona

Las tres funciones principales del oído

- Función de escucha. Esta función es la que hace recibir la información sonora. Si hay una imperfección en la función del oído, o bien esta función está contaminada por el *stress*, no se puede tener una escucha correcta. Se produce entonces una dificultad en la comunicación y por tanto en el aprendizaje.
- Función de equilibrio. El oído actúa sobre el equilibrio. Si hay daño o está alterada esta función, se produce un desequilibrio entre el oído derecho e izquierdo, esto hace que a veces no se pueda mantener la imagen corporal correctamente produciéndose mareos o acúfenos.

Función energética. Es la función de efecto dinamo o de recarga energética. Si la energía es baja, no se pueden enviar de



forma suficiente estímulos sonoros al cerebro. Se produce, entonces cansancio, falta de concentración y memoria. Apatía y pesimismo.

Dependiendo de la información que obtenemos de la persona a la que le hemos realizado el *Test de escucha*, elaboramos una programación en el oído electrónico, un invento del doctor Tomatis que le da al oído la posibilidad de escuchar las frecuencias que por sus experiencias de vida esta persona había cerrado. El *Test de escucha* lo repetiremos dos veces más en la primera fase que dura 60 sesiones de media hora, normalmente por día se realizan tres sesiones de media hora. Una vez que hemos finalizado esta primera fase de 60 sesiones, dejamos un mes de descanso para que el sistema nervioso pueda integrar esta información, luego repetimos el *Test* y programamos otras 30 sesiones de media hora a razón de tres sesiones por día, es decir una hora y media cada día, hay casos donde con dos fases, una de 60 sesiones y otra de 30, es suficiente para reeducar el oído, en otros casos es necesario repetir una tercera fase de 30 sesiones, en patologías más graves como el autismo, lesión cerebral o tartamudez es posible que se necesiten más fases, esto depende de cada persona pero lo habitual son dos o tres fases. Durante las sesiones escucharemos música de Mozart, canto gregoriano y, dependiendo de los casos, la voz de la madre filtrada como la escucharnos en el seno materno.

Los principios del Profesor Alfred A. Tomatis

La interdependencia entre la audición y la fonación está identificada con el nombre de Efecto Tomatis (Academia de las ciencias y Academia de Medicina de París 1957 y 1960 respectivamente).

1. La voz no contiene lo que el oído no oye.
2. Si le damos al oído la oportunidad de oír correctamente, mejoramos instantáneamente e inconscientemente la emisión vocal.
3. Es posible transformar la fonación a través de una estimulación auditiva sostenida por cierto tiempo.

Este descubrimiento de Alfred Tomatis entre la facultad de percibir los sonidos y la de emitirlos vocalmente, abre un amplio campo de trabajo y de desarrollo a todos los profesionales de la comunicación y a todos los que desean cambiar su forma de comunicar.

La voz y la música

Recordemos que al principio de sus investigaciones Tomatis descubrió y enunció la siguiente ley: "La voz no contiene más que aquello que el oído es capaz de analizar". De ello se deduce que una mala escucha provocará problemas en la voz y podrá dificultar el acceso a un instrumento de música.

Una cualidad que invariablemente destaca en los músicos es que perciben mejor las frecuencias agudas que las graves. Los *Tests de escucha* presentan una curva más o menos ascendente entre los 125 y 4.000 Hz. o incluso 6.000 Hz. para recaer ligeramente en la zona más aguda.

Por otra parte, es esencial la lateralización auditiva porque usar el oído derecho como oído rector favorece la eficacia del control audiovocal y permite óptimos resultados en el análisis fino del sonido y sus cualidades.

De este campo de aplicación de la Terapia de la Escucha se pueden beneficiar especialmente aquellas personas que deseen optimizar sus dones naturales.

A los artistas del canto y los músicos les permitirá un mejor control audiovocal y mejorar el ritmo y el timbre.

A los artistas del teatro y de la danza verán como su psicomotricidad y su expresión corporal se ve favorecida.

Todas las personas del mundo de las relaciones humanas o aquellas cuyas profesiones necesiten de un buen uso de la palabra y de la comunicación oral.

A través de la Terapia de la Escucha se mejora:

- La calidad del timbre y el ritmo y la afinación así como la postura y la respiración.

Campos de aplicación

| | | |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| Música | Pedagogía | Trastornos de la conducta |
| Dificultades de escucha | Falta de atención | Hiperactividad |
| Música- ritmo-tono | Psicomotricidad, Deporte | Síndrome de Down |
| Voz y oído musical | Dificultades de aprendizaje | Autismo |
| | Concentración | Disfasia |
| Comunicación | Memoria | Parálisis cerebral |
| Comunicación-expresión | Lenguaje | Energía |
| Conversación | | Stress |
| Autoconfianza | Idiomas | Dinamización de personas mayores |
| | Integración de idiomas | |
| | | Relajación |
| | | Preparación al parto |

- La vocalización y el control vocal.
- La toma de conciencia corporal en el diálogo con un instrumento.
- El potencial creativo.

La integración de idiomas

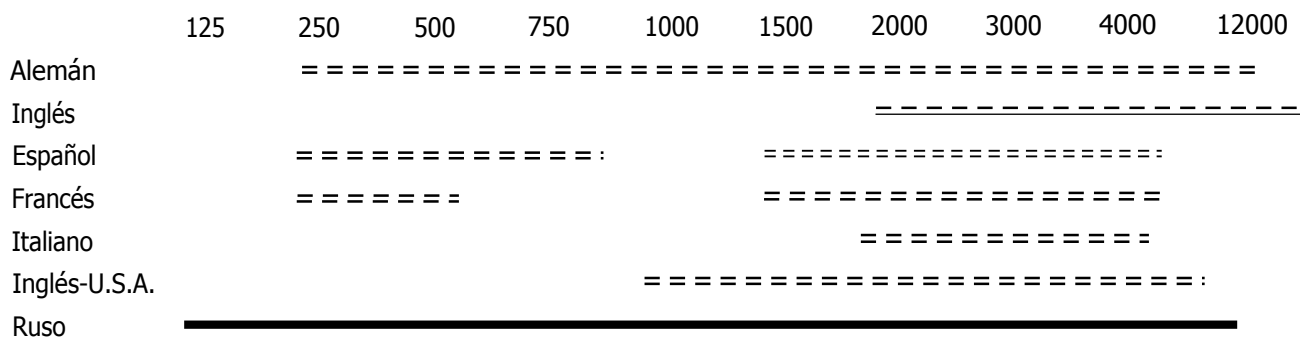
Los recién nacidos tienen una plasticidad auditiva extraordinaria. Poseen un reflejo innato de adaptación que desgraciadamente no va a impedir a sus oídos que se vayan centrando progresivamente en las características de su lengua materna.

Para comprender los mecanismos de integración de una lengua viva tenemos que tener en cuenta que cada lengua está sumergida en una atmósfera emocional dominante. Tomemos como ejemplo el inglés. Esta lengua se expresa en frecuencias altas, se habla con la punta de los labios, dispone de un sistema semántico fino y sutil que economiza la expresión corporal.

El profesor Tomatis estudió intensamente las lenguas y descubrió algunas características que ayudan a definirlas:

A) Las bandas pasantes

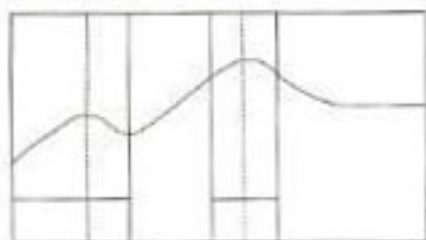
La audición cubre un espectro sonoro amplio. Sin embargo todas las frecuencias no se perciben con la misma sensibilidad. En cada lengua existen zonas preferenciales que llamamos bandas pasantes que privilegian algunos tramos sonoros en detrimento de otros.



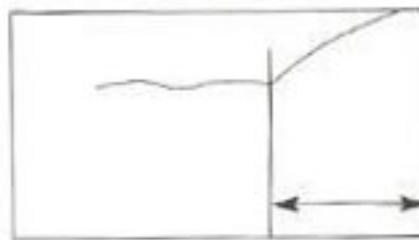
B) Las curvas envolventes

Cuando hablamos producimos una serie de sonidos. El estudio detallado de los elementos de la palabra por medio de aparatos de análisis sofisticados permite visualizar las diferentes frecuencias utilizadas lo que permite determinar la inclinación de la curva de una lengua.

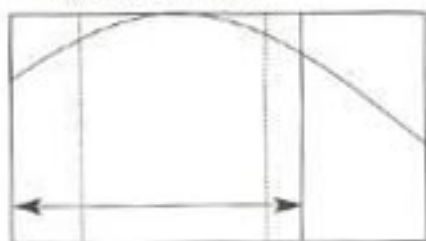
Lengua francesa



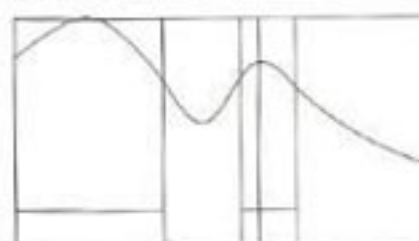
Lengua inglesa



Lengua alemana



Lengua española



El tiempo de latencia, es el tiempo que necesita el oído de un determinado hablante, para ponerse a la escucha. Es neurológico pero varía según las etnias y según la edad.

| | | | |
|--------------|------------------|---------|-----------------|
| Ruso | 175 milisegundos | Francés | 50 milisegundos |
| Alemán | 125 milisegundos | Inglés | 5 milisegundos |
| I. Americano | 75 milisegundos | Español | 5 milisegundos |
| Italiano | 75 milisegundos | | |

Por consiguiente integrar una lengua a través de la terapia de la escucha equivale a familiarizar el oído con la banda pasante de dicha lengua. Se consigue una forma de escuchar que se adapta a la curva envolvente que caracteriza esa lengua y además se consigue adaptar el oído al ritmo de la lengua.



Conseguido esto, los avances son rápidos y, lo que es más importante, duraderos.

Los niños

Un niño que cierra su oído por cualquier razón, va a tener grandes dificultades de aprendizaje, especialmente en la adquisición de la lecto-escritura.

Constatamos enseguida:

1. Un retiro social y un problema en la comunicación.
2. Un retraso en el lenguaje
3. Una dificultad del aprendizaje de la lectura y de la escritura. Confusiones de letras inversiones, lentitud... típicas de la dislexia.
4. Dificultades con la lateralidad, el espacio, el tiempo y la psicomotricidad.
5. Un comportamiento agitado o inapropiado, como en el caso de la hiperactividad, ésta o la dislexia por poner dos ejemplos típicos, son sólo la punta del iceberg donde hay un problema relacionado con la escucha y la comunicación.

¿Cómo les ayuda el entrenamiento de la escucha?

A través de un entrenamiento intensivo de la escucha, el niño se va abrir a un análisis más completo de los sonidos lo que le permitirá una descodificación mejor del lenguaje, una mejor expresión vocal, la discriminación fina de la sucesión de sonidos, permitirá una escritura y lectura más fluida, lo cual favorecerá el acceso a la confianza en sí mismo.

Los adolescentes

Es frecuente que un niño presente dificultades en la escucha que consiga compensar gracias a sus esfuerzos y a costa de su entorno, durante el periodo de primaria y secundaria.

Pero la lentitud y la falta de concentración provocada por los esfuerzos intensos, afecta a la decodificación del lenguaje y va a provocar una ralentización en las otras adquisiciones: encontramos en el adolescente que está en esta situación, dificultades de expresión,

lagunas masivas en ortografía, y algunas veces una espiral provocada por los problemas escolares que les lleva a la desmotivación y al descorazonamiento o también al contrario, a la agresividad y a los comportamientos inadaptados.

Permitirá detectar las perturbaciones de la función de escucha y establecer un programa de sesiones de escucha adaptadas a la situación concreta de cada persona.

Los adultos

La audición, como la vista, es un don fisiológico. Pero la calidad de la escucha, como la calidad de la mirada, se construye poco a poco y a la medida de nuestra historia personal; es el resultado de nuestras experiencias sonoras relacionales.

Transformar nuestra forma de escuchar, gracias al trabajo del estimulador electrónico en el oído, es transformar la relación con uno mismo y con los demás, es contactar con los componentes del desarrollo personal.

- El equilibrio interior, la confianza en uno mismo.
El deseo y la capacidad de comunicar.
- La calidad de la expresión en la elocución.
La motivación, el dinamismo, la creatividad.

Los seniors

Después de una vida profesional activa, las estimulaciones sensoriales del tiempo del retiro no son siempre suficientes para disfrutar de un buen potencial de atención concentración y dinamismo. El oído electrónico permitirá estimular la función de escucha y reencontrar una dinámica de abertura y creatividad.

Recordemos que la estimulación auditiva no trabaja en ningún caso sobre las partes auditivas que son terreno médico, aunque es evidente que al estimular la escucha, se le saca el mayor partido al oído.

La preparación al parto. El método de estimulación auditiva de las mujeres embarazadas

- Las dinamiza y relaja.
- Les ayuda a mejorar el descanso en el sueño.
Disminuye sensiblemente su nivel de ansiedad.
- Crea una visión más serena del parto, con lo que se logran mejores partos, menos dolor y expulsiones más fáciles.
Restablece progresivamente el bienestar y la confianza.
- Mejora la comunicación madre-hijo.

En los estudios que se están llevando a cabo en los centros donde se aplica el método de estimulación auditiva en embarazadas, los resultados son sorprendentes.

- Disminución del número de cesáreas.
- Disminución de episiotomías.
- Aumento de la serenidad durante el parto.

Los bebés a los que se ha podido hacer un seguimiento después del nacimiento:

- Comen bien, duermen bien y están relajados.
- Ofrecen un desarrollo psicomotor más maduro y acelerado.
- En ellos el lenguaje aparece antes y es evidente el deseo de comunicación.
- Su actitud es tranquila y apacible.

María Cruz Domínguez, fundadora del Centro de Audición y Lenguaje "El Ángel" de Madrid (www.wangeltomatis.com), es maestra en Audición y Lenguaje y musicoterapeuta.

Para contactar con Terapeutas que realizan la Técnica Tomatis en distintos puntos de España se puede hacer a través de la Asociación de Alumnos de Tomatis: www.al-tomtomatis.com

Bibliografía en español

- ALFRED TOMATIS. *El oído y el lenguaje*. Ediciones Mariñez Roca, S.A., Barcelona, 1969. Derechos exclusivos edición castellana, Hogar del libro, S.A. 1990.
- ALFRED TOMATIS con la colaboración de Loïc SELLIN. *El fracaso escolar*. Edición La Campana.
- ALFRED TOMATIS. *Nueve meses en el Paraíso*.
- A. A. TOMATIS. *Educación y dislexia*. Editorial Cepe. 1979

Bibliografía en francés

- ALFRED TOMATIS. *L'oreille et le langage*. Editions du Seuil, Paris.
- A. A. Tomatis. *Education et Dyslexie*. Les Editions ESE Paris.
- ALFRED TOMATIS con la colaboración de Loïc SELLIN. *Les troubles scolaires*.

- DOCTEUR ALFRED TOMATIS. *Pourquoi Mozart?* Diffusion Hachette. Editions Robert Laffont, S. A. Paris 1991.
- A. A. TOMATIS. *De la communication intra-utérine au langage humain. La liberation d'Oedipe*. Collection S.E. Science de L'Education.
- DR. ALFRED TOMATIS. *L'Oreille et la Voix*. Éditions Robert Laffont, S.A., Paris, 1987
- L'oreille et la vie*. 1977.
- Écouter l'Univers*. 1996.
- Vers recoute humaine 1, 2*. Éditeur ESE 1989.
- ALFRED TOMATIS avec la collaboration de Loïc SELLIN. *Neuf mois au Paradis*. Ergo Press. 1989.
- ALFRED TOMATIS. *Vertiges*. Ergo Press. 1989.
- A. A. TOMATIS. *La nuit utérine*. Éditions Stock. 1993.
- MM. MADURO, LALLEMENT ET TOMATIS. *La surdité professionnelle*. Congrès de la Société française d'oto-rhino-laryngologie, Paris. Librairie Arnette, 1952.