

ÁMBITOS DE APLICACIÓN DEL METODO TOMATIS®

www.TerapiaTomatis.com

Idiomas

"Solamente podemos hablar bien en un idioma cuando podemos escucharlo bien, en otras palabras, cuando podemos analizar los sonidos y reconocer el ritmo de la melodía lingüística" - Alfred A. Tomatis

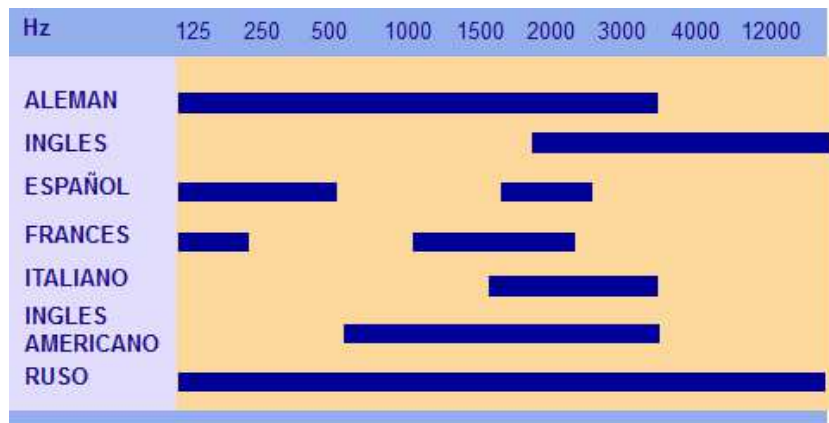
"La voz únicamente reproduce los sonidos que el oído puede escuchar" El Efecto Tomatis.

Cabe preguntar ¿por qué sucede frecuentemente que una persona estudia un idioma, puede leerlo e inclusive escribirlo, pero se le dificulta la comprensión oral y todavía más, conversar de una manera fluida?

El Efecto Tomatis® afirma que la voz solo reproduce los sonidos que puede captar el oído. Nuestros oídos al nacer están abiertos a todas las frecuencias de lenguaje (desde los 125 hasta los 12,000 Hz), lo que nos permitiría en un momento dado aprender cualquier idioma, sin embargo con el tiempo el oído se acostumbra a sincronizar las frecuencias comunes del medio ambiente lingüístico que lo rodea y no percibe los tonos no acostumbrados. Después de tiempo, al introducir otro idioma cuesta trabajo memorizar y pronunciar el nuevo idioma.

Cada idioma se sitúa dentro de un rango determinado de frecuencias sonoras y tiene un patrón de entonación particular. Un oído acostumbrado a un cierto medio lingüístico puede experimentar dificultad en captar con precisión los sonidos de otro idioma. El oído humano teóricamente puede captar un rango amplio de frecuencias (20-16,000 Hz) y discernir una cantidad infinita de ritmos.

Sin embargo, al paso de los años, el oído se habitúa a procesar eficientemente las frecuencias y ritmos utilizados solamente en el idioma materno. Si el oído no capta los sonidos, la voz no los puede reproducir.



Además cada idioma posee un tiempo de auto-control específico (el tiempo requerido por el oído para controlar la emisión vocal). Es por esto que algunos idiomas son más rápidos que otros, por ejemplo: un francés que habla inglés británico debe escuchar y hablar todavía más rápidamente que en su idioma, al mismo tiempo que emite fonemas poco frecuentes en su idioma materno.

Hablar otro idioma es utilizar en otra forma los pequeños músculos del oído y los circuitos nerviosos complejos con que están asociados. En cada paso el proceso de asimilar otro idioma, es el oído el que controla la voz, el que influye sobre el pensamiento y las estructuras del lenguaje. Por esto comunicar involucra el utilizar todo el sistema nervioso.

Escuchamos y hablamos con todo el cuerpo. La armonía del cuerpo que se moviliza por los circuitos nerviosos, permite que a través del oído y el cuerpo se "incorpore" otro idioma. Es el oído el que nos da acceso no sólo a los sonidos y los ritmos de otro idioma, sino también a su "espíritu".

El Método Tomatis® ofrece un sistema de estimulación auditiva especialmente diseñado para facilitar la integración de otros idiomas por medio del Oído Electrónico y cintas especiales del idioma, de manera que educa al oído para percibir correctamente los sonidos de éste, haciéndolos familiares. El programa no elimina la necesidad de estudiar el idioma deseado, pero sí permite escucharlo, reproducirlo e integrarlo de manera más rápida y natural.

Los 10 ámbitos

Trastornos del aprendizaje y el lenguaje

Hay un conjunto de trastornos que se agrupan generalmente bajo el término de trastornos específicos de los aprendizajes. Un número considerable de niños (entre 4 y 6 %) sufren tales trastornos. No pueden explicarse ni por una falta de inteligencia, ni por un medio ambiente socioeconómico desfavorecido ni tampoco por un gran problema psico-afectivo.

Estos trastornos tienen un origen neurobiológico y corresponden al hecho que ciertas zonas del cerebro no se han desarrollado correctamente durante el periodo prenatal.

Estos trastornos corresponden a la dislexia cuando se trata de la lectura, a la disortografía para las correspondencias entre letras y sonidos, o bien a la dispraxia cuando están relacionados con la planificación y la coordinación de los gestos aprendidos. Corresponden igualmente a la disfasia para el lenguaje oral y la discalculia para las capacidades matemáticas.

El Método Tomatis®, como juega con la plasticidad de los circuitos nerviosos implicados en el desciframiento y el análisis de los sonidos, pero también con los de la motricidad, el equilibrio y la coordinación, puede ayudar los niños a desarrollar estrategias de compensación frente a los trastornos del aprendizaje y el lenguaje. Así, si no permite erradicarlas, el Método induce sin embargo al individuo a gestionarlos y superarlos eficazmente.

Trastornos de la atención

La atención es la capacidad de seleccionar y mantener en la conciencia un acontecimiento exterior o un pensamiento. Corresponde a un estado general de alerta y de vigilancia que permite al sistema nervioso ser receptivo a cualquier tipo de información que llegue. Los trastornos afectan a niños o adultos que no pueden mantenerse concentrados durante periodos suficientemente largos en una tarea que hay que llevar a cabo, incluso si esta exige poco esfuerzo intelectual y tiene un carácter rutinario o familiar (por ejemplo, revisar o copiar). Una modalidad particular de la atención es la capacidad de poder compartir su atención entre varias fuentes de información o tareas a efectuar. Esta modalidad atencional, muy costosa a nivel cognitivo, constituye, cuando presenta insuficiencias, una fuente de dificultad o sufrimiento considerable para el niño en edad escolar.

Además de su acción general de estimulación cerebral (se habla de “estimulación cortical”), el Método Tomatis® puede tener una acción muy positiva en la atención selectiva. En efecto, el procedimiento Tomatis® se basa en una báscula electrónica que provoca un contraste sonoro destinado a sorprender constantemente el cerebro para mantenerlo en alerta. El objetivo es ayudarlo a desarrollar mecanismos automáticos de detección del cambio, lo que tiene como consecuencia el refuerzo de la atención selectiva.

Trastornos afectivos y emocionales

Si bien nos damos cuenta de la importancia de movernos para mantener el cuerpo, no siempre nos damos cuenta de la importancia que representa también ocuparse de nuestro cerebro. Cuando lo estimulamos enviándole mensajes sensoriales, nos dinamiza y nos relaja. Como el oído es el canal de paso más importante de los mensajes sensoriales del cuerpo humano, comprendemos sin dificultad su papel. Esta estimulación puede ser deficiente cuando el cerebro desencadena un mecanismo de inhibición o protección. Este mecanismo se puede producirse tras un acontecimiento puntual traumatizante llamado choque emocional. El cerebro tiende también a

protegerse progresivamente cuando el entorno lo agrede. Puede ser el caso de personas enfrentadas a una reorganización del ritmo de vida, el aumento de responsabilidades, a la pérdida de referencias, la presión social...

El Método Tomatis® actúa sobre el sistema límbico (parte media del cerebro) al que el sistema auditivo está conectado. Esta parte es, entre otras cosas, responsable de los mecanismos de la emoción, la memoria y el aprendizaje. Por otra parte, el órgano del oído medio llamado cóclea tiene el papel de carga cortical. Así, por su acción sobre el sistema límbico y el córtex prefrontal, el Método Tomatis® va a intervenir en la regulación de los trastornos de la emoción en relación con la depresión y la ansiedad. Va a tener además una acción eficaz en la regulación del estrés.

Trastornos de la comunicación

Cualquier distorsión de la escucha demasiado arraigada conlleva la pérdida de incluso el deseo de escuchar, lo que a su vez va a generar una disminución del deseo de comunicar, ya sea por resignación ya sea por falta de confianza consecuencia de las dificultades encontradas para poder hacerlo eficazmente.

No hay que olvidar que tener una buena escucha no implica necesariamente tener una buena audición. La escucha se caracteriza a la vez por una real intención de comunicar así como por una calidad de percepción e interpretación del mensaje sonoro recibido. La escucha se evalúa pues por la calidad de aprovechamiento de nuestra audición y no por su nivel de sensibilidad.

Aunque la expresión "problemas de comunicación" posee indudablemente un carácter muy general y que las dificultades de comunicación pueden tener causas muy diversas y variadas, eso no impide que una proporción considerable de estas últimas encuentra su origen en distorsiones probadas de la función de la escucha. Las dificultades de comunicación pueden adoptar formas muy diferentes. Por ejemplo, pueden manifestarse por una incapacidad en aceptar recibir los sonidos que nos rodean sin que ello represente para nosotros una agresión: el claxon de un coche, una puerta que se cierra, el ambiente sonoro elevado en un restaurante, pero también ciertas voces, como la de un compañero de trabajo, un pariente, un amigo... Para ciertos, será imposible utilizar su voz como una verdadera herramienta de comunicación, por falta de dominio de sus diferentes componentes prosódicos: entonaciones, inflexiones, ritmo, intensidad. El interlocutor que recibe la voz la percibirá entonces como agresiva, fría, o desprovista de cualquier poder de expresión.

Es precisamente trabajando sobre la recepción y la emisión del sonido que el Método Tomatis® actúa eficazmente en la comunicación.

Trastornos psicomotores

Se trata de dificultades relativas a un retraso en la ejecución de gestos que no necesitan ser aprendidos culturalmente por una educación explícita, contrariamente a aquellos relativos a la dispraxia (como por ejemplo comer con cubiertos), y que generalmente llegan naturalmente con el tiempo (por ejemplo: andar, correr, saltar, marcar el ritmo con el pie o los dedos).

Estos trastornos implican pues la realización de gestos que tienen un carácter global a nivel corporal. Por ejemplo, los niños que presentan tales dificultades no conseguirán coordinar los brazos ni las piernas cuando nadan, correrán de cualquier manera, les costará mantenerse en equilibrio sobre un pie o bajar escaleras. Los trastornos de adquisición de las coordinaciones se asocian regularmente, aunque sea en distinto grado, a una dislexia.

El oído no es solo un órgano sensorial que capta los sonidos. Tiene igualmente una función motriz gracias a un órgano interno llamado vestíbulo. El papel del vestíbulo es dirigir los mecanismos del equilibrio. Debido a su acción directa sobre el vestíbulo, el Método Tomatis® actúa directamente sobre la regulación del tono muscular y por lo tanto de la verticalidad, pero también sobre los trastornos de la lateralidad. Por otro lado, en asociación con varias otras partes del cerebro, el sistema vestibular desempeña un importante papel sobre los mecanismos de la coordinación y el ritmo. Por consiguiente, el Método Tomatis® puede revelarse eficaz en los trastornos del ritmo y la coordinación.

Por último, en asociación con el córtex cerebral, el vestíbulo está muy involucrado en la capacidad de navegación espacial y la formación del esquema corporal. Por eso el campo de acción del Método Tomatis® abarca también los trastornos de la espacialización y del esquema corporal.

Trastorno generalizado del desarrollo (TGD)

Son trastornos serios y precoces, caracterizados por retrasos y alteraciones del desarrollo de las capacidades de interacciones sociales, cognitivas y de la comunicación.

Los circuitos nerviosos que conectan el oído al cerebro contienen neuronas particulares (a la vez motores y sensoriales) llamadas "neuronas espejo" que desempeñan un importante papel en la construcción de la cognición social, es decir el conjunto de procesos que permiten atribuir a alguien intenciones, ideas e incluso comprender su estado emocional.

Actuando sobre estos circuitos nerviosos, es por lo tanto la capacidad de comunicar y la calidad de nuestras competencias relacionales que el Método Tomatis® se propone mejorar. El Método Tomatis® ha mostrado su eficacia para ayudar a personas que sufren trastornos del autismo y comportamientos asociados (ex: síndrome de Asperger...). Numerosos enfoques son posibles para ayudar a las personas que presentan tales trastornos. El Método no es de ninguna manera exclusivo.

Desarrollo personal y bienestar Si bien somos conscientes de la importancia de movernos para conservarnos en buena forma física, no lo somos siempre tanto de que tenemos también que mantener nuestro cerebro en forma. Es estimulándolo mediante el envío de mensajes sensoriales que el cerebro nos infunde dinamismo y nos relaja. Como el oído es el canal de paso de los mensajes sensoriales del cuerpo humano, comprendemos fácilmente su papel.

Esta estimulación puede ser insuficiente cuando el cerebro activa un mecanismo de protección. Este mecanismo puede ocurrir tras un acontecimiento puntual traumatizante llamado choque emocional. El cerebro tiene asimismo tendencia a protegerse progresivamente cuando el medio ambiente externo lo agrede. Puede ser el caso de personas que se enfrentan a una reorganización del ritmo de vida, a un incremento de responsabilidades, a la pérdida de puntos de referencia, a la presión social.

El oído humano desempeña una función de "carga cortical". Tiene por lo tanto necesidad de ser estimulada para dar energía al cerebro y el cuerpo. El sonido es necesario para nuestra realización personal. Cuanto más rico es en armónicos elevados, más su efecto es eficaz. Así es, los sonidos ricos en armónicos elevados estimulan una vasta red nerviosa, llamada "formación reticulada" que controla el nivel de actividad global de la actividad cerebral. La acción estimulante del Método Tomatis® se ve reforzada con un efecto relajante a nivel corporal, lo que va a comportar una acción positiva en la regulación de la ansiedad y el estrés.

Mejora de la voz y musicalidad Un de los ámbitos históricos del Método Tomatis® está en relación con la mejora de la musicalidad y la voz hablada o cantada. Así es, gracias a una acción directa sobre el mecanismo cerebral que liga percepción y acción, el principio fundamental del Método Tomatis® es que toda modificación de los mecanismos relacionados con la recepción y el análisis de un mensaje sonoro tendrá consecuencias sobre el modo de reproducir este mensaje, ya sea de manera hablada, cantada o mediante un instrumento musical.

Por otra parte, una emisión vocal de calidad no exige solamente una buena escucha del mensaje sonoro que viene del exterior, sino también y sobre todo una buena autoescucha, es decir la capacidad de utilizar la propia voz como la fuente sonora a analizar y controlar con exactitud, en intensidad y calidad. Esta auto-escucha puede

llevarse a cabo siempre y cuando la vibración sonora percibida sea correctamente regulada por conducción ósea, que es la vía de transmisión del sonido, por todos los huesos del cuerpo y en particular por el cráneo.

Preparación al parto

Ha quedado bien probado que mientras la madre espera al bebé va a transmitirle toda la paleta de sus estados afectivos y emocionales tanto positivos como negativos. Es la razón por la cual es importante que, durante este periodo excepcional por lo que se refiere a la comunicación, la futura mamá se encuentre en las mejores condiciones posibles de relajación y serenidad. Por otra parte, el feto percibe la voz materna. Esta voz constituye una especie de sustancia sonora afectiva primordial y capital para el desarrollo tanto físico como psíquico del niño. Es por lo tanto primordial que el niño la perciba placenteramente.

Aprendizaje de idiomas

Durante su desarrollo, el niño va a tener que seleccionar los elementos sonoros compatibles con su entorno lingüístico, y marginar al mismo tiempo aquellos que están ausentes de las estructuras fonéticas que percibe en su entorno habitual: va a haber codificación lingüística por ajuste a las estructuras sonoras de su propia lengua. Pero esta codificación, como es específica a cada lengua, va a constituir rápidamente un freno al aprendizaje de otro idioma puesto que una lengua extranjera no será conforme a los patrones sonoros de la lengua materna interiorizados desde la tierna infancia. Así pues, una lengua es antes que nada una música, es decir, un conjunto de ritmos y sonidos específicos. Estos ritmos y sonidos constituyen la base sonora fundamental sobre la cual todas las demás adquisiciones (léxicas, sintácticas, semánticas) van a superponerse.

El objetivo del Método Tomatis® es dar a cualquier persona que desea aprender una lengua extranjera, la posibilidad de apropiarse verdaderamente de estos ritmos y sonidos permitiendo a la oreja adaptarse eficazmente a ellos, con el fin de poder analizarlos y reproducirlos. Este trabajo consiste pues en desembarazarse de las costumbres rítmicas y sonoras de la propia lengua, las cuales ejercen una acción a menudo negativa en la lengua que se quiere aprender.