

## *Tomatis-metoden – anekdoter eller studier?*

**Jesper Jerkert** tittar på en metod som påstås kunna lindra autism och mycket annat med ljud.

I FLORAN AV BEHANDLINGSMETODER mot autism, ADHD, koncentrationssvårigheter och liknande är det lätt att lägga märke till Tomatis-metoden, eftersom den är så speciell. Metoden är uppkallad efter den franske läkaren Alfred Tomatis (1920–2001) och går ut på att patienten ska lyssna på ljud – Mozart, gregoriansk sång och talljud – som först genomgått hemlig signalbehandling. Lyssnandet ska pågå ca 1–2 timmar per dag under två veckor, varefter en period på några veckor utan lyssning vidtar. Därefter kan en ny lyssningsperiod sättas in.

Lyssningen kräver särskild utrustning som kan hyras från Tomatis-centra. Man kan inte använda sina egna hörlurar, utan måste använda Tomatis-hörlurar som dels har vanliga hörtelefoner som för ljudet luftvägen till öronen, dels har ett hårt parti uppe på hjässan som leder ljudet

genom skallbenet. Ljudet genom skallbenet kan förmodas nå örat (och i sista hand hjärnan) något tidigare än det luftburna ljudet (vi talar om en bråkdel av en millisekund), på grund av att ljud färdas snabbare i fasta material än i luft. Varför denna tidsskillnad skulle vara viktig har jag inte fått klart för mig.

Signalbehandlingen som ljudet utsätts för är som sagt hemlig, och påstås av anhängarna vara mycket komplicerad och därför svår eller omöjlig att efterlikna med icke-Tomatis-utrustning. Som principiella skäl för hemlighållandet anges dels upphovsrättsskäl – att man vill kunna tjäna pengar på den metod man tagit fram –, dels att man inte lättvindigt bör sprida kännedom om metoder som kan ha medicinska effekter. När jag frågat varför man använder just Mozart och gregoriansk sång har jag inte fått något bättre svar än att man testat dessa och funnit att de fungerar bra.

Tomatis-behandling kostar ca 5000 kr per lyssningsperiod om två veckor (20 timmars lyssning utspritt på två veckor), plus en startkostnad. Man rekommenderas i regel tre lyssningsperioder, vilket ger en totalkostnad på över 17 000 kr. Kostnaden får patienten stå för, såvida inte kommun, landsting eller arbetsgivare betalar.

I Sverige finns för närvarande sju Tomatis-centra. Metoden lanserades i vårt land i slutet

**Man rekommenderas i regel tre lyssningsperioder, vilket ger en totalkostnad på över 17 000 kr.**

av 1990-talet av Maria Lundqvist, som är VD för Tomatis Nordiska AB. Hon hade vid denna tid en son med koncentrations- och inlärningssvårigheter, och använder gärna berättelsen om sonen som framgångssaga för metoden. Alfred Tomatis själv var dock inte i första hand inriktad på barn, och verksamheten har snabbt breddats i Sverige, så att man nu behandlar både barn och vuxna, bland annat långtidssjukskrivna. Här är några områden som Tomatis påstås påverka:

- förbättrad inläring/studieförmåga, både i allmänhet och när det gäller främmande språk i synnerhet
- utveckling av lyhördhet, kommunikationsförmåga, beteende och social förmåga
- utveckling av minne och koncentration
- förbättrad balans mellan somatiska och psykiska funktioner
- utvecklade kreativitet och ökad energi
- förbättrad stresshantering och rehabilitering
- utveckling av röst och sång

Hur ska man förklara att lyssning på speciella ljud skulle kunna ha så många och allmänna effekter? Tomatis-anhängarnas teori är att lyssnandet hjälper hjärnan att fungera bättre och att sortera sinnesintryck. Att lyssnandet ska ses som ett slags hjärnträning framhålls gång på gång av anhängarna. Hjärnan tränas i att inte överreagera, och i att agera adekvat på inkommande information, påstås det.

En skeptisk ”förklaring” kunde istället vara att Tomatis inte har några specifika effekter. Kanske är lyssnandet behagligt och skänker lugn och kraft, men det behöver inte



*Alfred Tomatis demonstrerar sin  
apparatur.*

röra sig om någon specifik effekt knuten just till Tomatis-metoden, utan kan röra sig om en allmän nedvarvning med musik eller musikliknande ljud. Det faktum att många patienter själva betalat för behandlingen kan också påverka viljan att se positiva resultat. När överaktiva barn påstås bli bättre av Tomatis-

behandling kan det ju också vara svårt att veta vilka förändringar som helt enkelt beror på att barnet växer och utvecklas på naturlig väg, vilket kanske skulle ha skett oavsett om de lyssnat på Tomatis-ljud eller ej.

Man borde kunna avgöra huruvida Tomatis-anhängarna eller skeptikerna har rätt. Med tanke på att metoden funnits ganska länge i många länder, skulle man kanske tro att god forskning redan utförts. Så är det dock inte. Några få studier har rapporterats i internationella vetenskapliga tidskrifter, men dessa är i regel mindre pilotstudier av begränsat värde. När man frågar anhängarna om vilka belägg de vill anföra pekar de helst på enskilda anekdoter och på omfattande enkätstudier, där personer som genomgått behandlingen bedömt sig själva före och efter. (När barn behandlats är det föräldrar eller lärare som bedömt eventuella förändringar.)

Det finns minst två problem med sådana enkätstudier. Dels har Tomatis-anhängarna mest använt egenkonstru-

erade, icke validerade enkäter, dvs. man har inte genom noggranna tester försäkrat sig om att enkäterna verkligen mäter det man vill mäta på ett pålitligt sätt. Ett ännu viktigare problem är att det i enkätstudier utan användning av någon jämförelse- eller kontrollgrupp är svårt att skilja mellan effekter som kommer *av sig självt*, effekter som kommer av att man *gör något alls* (placeboeffekter) och effekter som kommer av att man använder just *Tomatis-metoden*. För att metoden ska kunna rekommenderas vill man ju att effekterna ska vara knutna till just Tomatis-metoden.

Det vore därför önskvärt att Tomatis-metoden genomgick mer tillförlitlig utvärdering än den som anhängarna själva framhåller. Metoden har funnits i Sverige i över 10 år, och närmare 2000 personer har fått den. Vissa kommuner och landsting, liksom somliga företag, betalar för Tomatis-behandling. Metodens anspråk är så stora och de påstådda effekterna så vittförgrenade att det vore i mångas intresse, inte minst Tomatis-anhängarna själva, att metoden utvärderas ordentligt. Det kräver dock en del pengar och medverkan från kunniga forskare. Tills vidare framstår metoden som lite för otrolig för att vara värd en rekommendation från någon som står utanför Tomatis-anhängarnas egen skara. ✍

Artikeln bygger på en intervju som artikelförfattaren gjort med Fredrik Moëll, civ.ing. och vice VD för Tomatis Nordiska AB, och på material som Moëll då förevisade. Denna artikel har i en något kortare version tidigare publicerats i *Vetenskap & Historia* nr 2, 2010.