



Safe and Sound Protocol (SSP)



Qu'est ce que le SSP ?

Développé par le Dr Stephen Porges, le SSP est une intervention auditive de cinq jours conçue pour réduire le stress et la sensibilité auditive tout en améliorant l'engagement social et la résilience. Sur la base de la théorie polyvagale du Dr. Porges, en calmant l'état physiologique et émotionnel, la porte est ouverte pour une meilleure communication et un traitement plus efficace.



Dr Porges

Le SSP est une thérapie basée sur la recherche qui montre des résultats significatifs en seulement cinq jours dans les domaines suivants:

- ✓ Difficultés sociales et émotionnelles
- ✓ Sensibilités auditives
- ✓ Défis liés à l'anxiété et aux traumatismes
- ✓ Inattention
- ✓ Facteurs de stress ayant un impact sur l'engagement social
- ✓



L'état émotionnel et physiologique est essentiel à la façon dont nous abordons la tâche à accomplir. Ainsi, lorsqu'une personne dispose d'un meilleur contrôle de l'état, non seulement il peut être plus engagé socialement, mais il est également plus ouvert à la thérapie. Une meilleure régulation de l'état améliore les résultats thérapeutiques.

Cette intervention non invasive implique d'écouter de la musique qui a été traitée spécifiquement pour régler le système nerveux (état de régulation) afin d'introduire un sentiment de sécurité et la capacité de s'engager socialement. Cela permet au client de mieux interpréter non seulement la parole humaine, mais surtout le sens émotionnel du langage. Une fois que les interactions interpersonnelles s'améliorent, on observe souvent des comportements sociaux spontanés et une capacité accrue à apprendre, à s'autoréguler et à s'engager.

COMMENT LA THERAPIE AGIT



Le SSP utilise le système auditif comme portail vers le système complexe du nerf vague, qui contrôle notre état physiologique. Une fois que l'état physiologique est régulé, nous pouvons accélérer ou améliorer la thérapie qui vient ensuite.

Basé sur la théorie polyvagale du Dr Porges, le programme est issu de près de quatre décennies de recherche sur la relation entre le système nerveux autonome et les processus socio-émotionnels. Il est conçu pour stimuler la régulation du système nerveux en exerçant et en défiant systématiquement le système auditif avec de la musique spécifiquement traitée.

La musique travaille les voies auditives en se concentrant sur l'ensemble des fréquences de la parole humaine. À mesure que le client apprend à traiter ces fréquences liées à la parole, il améliore le fonctionnement de deux nerfs crâniens importants pour promouvoir le comportement social en général. Le nerf crânien VII (nerf facial) aide les clients à se concentrer sur la voix humaine et à éliminer les fréquences non pertinentes. Le nerf crânien X (nerf vague) permet une régulation auto-calmante et autonome.

Une fois l'intervention terminée avec succès, les individus seront mieux à même de se concentrer sur l'école, la thérapie et la vie quotidienne et de vivre un état émotionnel et physiologique apaisé. Ceci est basé sur des études qui suggèrent que les compétences telles que l'attention, la régulation de l'état et la capacité à s'engager socialement seront améliorées.





SSP et état socio-émotionnel

La capacité à recruter les muscles de l'oreille moyenne pour se contracter et atténuer les sons de notre environnement (arrière plan) est diminuée par les situations de peur, durant des poussées de fièvre, ou d'état physiologique ou de stress physiologique.



Aussi la thérapie veille à

- calmer l'état physiologique et émotionnel par un environnement sonore contrôlé et un traitement de la musique non invasive à l'oreille d'une personne présentant une hypersensibilité auditive
- pour renforcer les muscles de l'oreille moyenne et optimiser les fréquences du langage.

SSP et facilitation du langage

L'espèce humaine optimise les sons des fréquences de 500hz à 4000hz. Les muscles de l'oreille moyenne en sont la clé.

Le muscle stapédien joue un rôle important pour atténuer les fréquences basses. L'influence de la tension que met le muscle stapédien sur le tympan joue un rôle prédominant dans la capacité à traiter les fréquences du langage.

Un muscle stapédien qui est inactif relâche la tension de la membrane tympanique et les fréquences basses de l'environnement, au lieu d'être atténuées par les structures de l'oreille moyenne, sont transmises au cortex auditif par le nerf auditif de l'oreille interne. De fait les informations qui parviennent au cortex sont dominées par les sons à fréquence basse et le langage humain est masqué.

Un muscle stapédien actif va jouer son rôle de régulateur des fréquences basses en créant une tension du tympan et de fait atténuant les fréquences basses et améliorant le traitement des sons liés au langage. Les muscles de l'oreille moyenne ont un rôle de filtre des fréquences basses (sons environnants) et favorise la perception du langage.

Le Safe and Sound Protocol (SSP) a été développé pour réhabiliter la fonctions des muscles de l'oreille moyenne : en procurant une séquence de stimuli acoustiques désignés pour améliorer la régulation de ces muscles.

Recherche

Pour davantage connaître la recherche derrière cette thérapie intensive, nous vous invitons à aller visiter le site :

<https://integratedlistening.com/research/#SSP>

Malheureusement, les travaux de recherche sont tous en anglais.