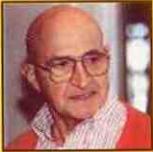


TOMATIS®-Hörtraining – Wirkungsweise und Möglichkeiten



Begründer
der Therapie,
Professor
Alfred Tomatis.

Professor Alfred Tomatis untersuchte die Beziehung zwischen Ohr und Stimme. Er erforschte die Wechselwirkung zwischen Gehör - Psyche - Stimme - Sprache und leitete daraus pädagogische und therapeutische Anwendungsmöglichkeiten ab. Mit Hilfe eines von Tomatis entwickelten Hörsimulators, dem elektronischen Ohr, gelingt eine gezielte Verbesserung des Hörens und Horchens. Die Autorin berichtet von Ihren jahrelangen Erfahrungen und Erfolgen mit dieser Therapie

Das Ohr ist das erste Sinnesorgan, das bei der menschlichen Entwicklung vollständig ausgebildet ist – bereits im 5. Schwangerschaftsmonat. Es wird den kleinen – und später großen – Menschen in sämtliche Lebensprozesse einbinden, es gewährleistet gutes Gleichgewicht und trägt damit zu harmonischen Bewegungsabläufen bei. Somit organisiert es alle anderen Sinne und viele Körperfunktionen.

Da es gleichzeitig (!) Hörorgan ist, sorgt es dafür, dass Kommunikation entsteht und gelingt. Weiterhin bestimmt es die Entwicklung der sprachlichen und stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten.

Das Ohr hat desweiteren energetisierende Funktionen, regt es doch über die aufgenommenen Reize die Gehirntätigkeit an – Interesse an der Welt, Merkfähigkeit, Konzentration et cetera. Das Hören ist also wichtig für das Gleichgewicht, unsere Orientierung in Raum und Zeit sowie für die Verständigung mit anderen Menschen.

Der französische HNO-Arzt und Wissenschaftler Prof. Dr. med. Alfred Tomatis konnte nach Jah-

ren intensiver Forschungsarbeit die Gesetzmäßigkeiten zwischen Gehör, Sprache, Psyche und Gleichgewicht nachweisen. Er hat darüber hinaus eine Methode entwickelt, mit der man etwaigen „Fehlleistungen“ Abhilfe schaffen kann.

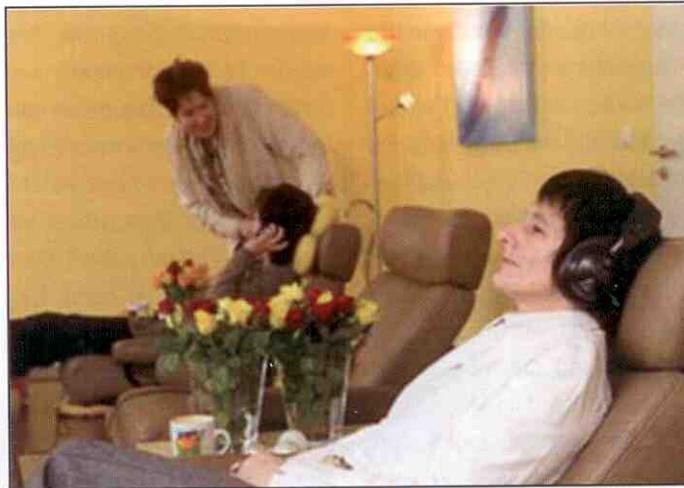
Das Vestibulum (lat. für Gleichgewichtsorgan) spielt außerdem – zusammen mit anderen Gehirnregionen – eine wichtige Rolle bei Koordination und Rhythmusgefühl und nicht zuletzt beim räumlichen Hören. Durch seine direkte Wirkung auf das

men wirksam helfen und das räumliche Hören unterstützen. Es wirkt auf die Grob- und Feinmotorik ein (z.B. bei Störungen des Körperschemas) und fordert die Gesichts- und Mundmuskeln, damit sie sich in der rechten Art und Weise bewegen. Das führt uns zur Sprache und der damit verbundenen Emotionalität.

Sprechen und Hören

Jede tief sitzende Störung des Zuhörens führt dazu, dass der Wunsch nach Kommunikation zurückgeht, sei es, weil der Betroffene resigniert oder weil er das Vertrauen in seine eigene Kommunikationsfähigkeit verloren hat. Die TOMATIS®-Methode wirkt direkt auf das limbische System ein, das auch mit dem Hörzentrum verbunden ist. Diese Strukturen sind unter anderem verantwortlich für die Verarbeitung von Emotionen.

In diesem Zusammenhang ist daran zu erinnern, dass gutes Zuhören nicht gleichbedeutend mit einem guten Gehör ist. Zuhören zeichnet sich durch einen echten Willen zur Kommunikation aus, und gleichzeitig auch durch eine



Hörtraining für Erwachsene im Tomatis-Institut „Ein-Klang-Raum“ in Köln.

Das Gleichgewicht

Das Ohr ist nicht nur ein Sinnesorgan, das Töne aufnimmt. Es hat durch sein Gleichgewichtsorgan auch eine motorische Funktion – es regelt die Körperhaltung und die Bewegung im Raum auf grob- und feinmotorischer Ebene und die Herausbildung des Körper-

Vestibulum hilft das TOMATIS®-Hörtraining dem Körper, seinen Muskeltonus zu regulieren und eine aufrechte Haltung einzunehmen. Gleichzeitig wirkt es Störungen der Lateralisation, das heißt der seitlichen Ausrichtung des Hörens, entgegen. Also kann die TOMATIS®-Methode bei Rhythmus- und Koordinationsproble-



Die TOMATIS Therapeutin stellt das elektronische Ohr individuell ein.

Wahrnehmungs- und Interpretationsfähigkeit der empfangenen Botschaften. Die Qualität unseres Zuhörens hängt also davon ab, wie wir von unserem Gehör Gebrauch machen.

Manche Menschen sehen sich außerstande, ihre Stimme als

Dysphasie, zum Beispiel nach einem Schlaganfall oder ähnlichen Erkrankungen. Dysphasie kann von Mensch zu Mensch sehr unterschiedliche Formen annehmen und sich auf das Verstehen wie auf das Sprechen gleichzeitig auswirken.

Das Gehirn braucht Training!

Es leuchtet unmittelbar ein, dass Bewegung wichtig ist, um den Körper fit zu halten. Aber auch unser Gehirn braucht Training! Durch sensorische Infor-

Tatsächlich wirken hochfrequente Töne stimulierend auf ein umfassendes Nervensystem, genannt „netzartige Struktur“, das das Gesamtniveau der Gehirnaktivität reguliert. Dieser Teil des Gehirns ist maßgebend an Munterkeit, Wachsamkeit und anhaltender Aufmerksamkeit beteiligt. Darum üben diese Klänge eine dynamisierende Wirkung aus und begünstigen diese Mechanismen. Das ist wichtig, denn sie spielen eine beträchtliche Rolle bei der Gehirnrindenaktivität und bei der Effizienz vieler mit Gedächtnis, Konzentration und Lernen verknüpfter Prozesse.

Diese Stimulation kann jedoch beeinträchtigt sein, wenn das Gehirn einen Sperr- oder Schutzmechanismus auslöst, beispielsweise als Folge eines einzelnen traumatischen Ereignisses oder eines emotionalen Schocks. Außerdem hat das Gehirn die Tendenz, sich nach und nach zu schützen, wenn die äußere Umgebung als belastend oder aggressiv wahrgenommen wird. Das ist häufig der Fall bei Personen, die etwa ihren gesamten Lebensrhythmus umstellen oder viel Verantwortung übernehmen



Zu Beginn der Behandlung braucht der junge Patient noch viel Unterstützung.



Hier sieht man wie gut ihm bereits der erste Hörblock getan hat.

echtes Kommunikationsmittel einzusetzen, weil sie keine Kontrolle haben über Aussprache, Tonfall, Rhythmus und Lautstärke. Wenn diese Kontrolle fehlt, wird die Stimme von Gesprächspartnern als aggressiv, kühl oder ausdruckslos wahrgenommen.

Eine Besonderheit bildet dabei die Sprechstörung oder auch

Das TOMATIS®-Hörtraining, kombiniert mit einem logopädischen Laut-Training, kann sehr positive Effekte auf bestimmte Arten von Dysphasie haben, vor allem auf die expressive Form. Die TOMATIS®-Methode hat ihre Qualität darüber hinaus bei Menschen mit Autismus und verwandten Erkrankungen (z.B. Asperger Syndrom) gezeigt.

mationen wird unser Gehirn stimuliert und ist dadurch in der Lage, uns energetisch aufzuladen und zu entspannen. Da das Ohr der Hauptkanal des Körpers für die Übermittlung sensorischer Informationen ist, liegt es auf der Hand, dass dem Hören auch hier eine Schlüsselrolle zukommt.

müssen, oder bei Menschen, die orientierungslos oder sozial belastet sind.

Die dynamisierende Wirkung der TOMATIS®-Methode wird durch einen Entspannungseffekt auf der Körperebene noch verdoppelt, was sich auch positiv auf die Stress- und Angstregulierung auswirkt.

Überlastung, Stress, Burn-out

Im Laufe der letzten Jahrzehnte ist Stress mit zur größten Belastung unserer Zivilisation geworden. Das Problem ist dabei nicht die bloße Existenz von Stress, sondern eher das Überschreiten einer gewissen Schwelle, ab der es für unsere mentale und psychische Balance gefährlich wird.

Durch das besondere Hörtraining nach TOMATIS® wird eine dauerhafte regulierende und harmonisierende Wirkung sowohl auf die physischen Spannungen als auch auf die Energieressourcen erzielt. Somit wird es möglich, die erforderlichen Strategien zur emotionalen und geistigen Kontrolle zu entwickeln, um in jeder schwierigen Situation ruhiger zu bleiben.

Das Hörtraining – wie funktioniert es

Zu Beginn steht das Erstgespräch (SAPP – Staturerhebung Audio-Psycho-Phonologie). Es beinhaltet den TOMATIS®-Hörtest, weitere Tests und vor allem ein ausführliches Gespräch – somit dauert das Ganze circa 1,5 Stunden. Ziel ist es, herauszufinden, was das TOMATIS®-Hörtraining für die jeweilige Person leisten kann.

Dann geht es los: Die Klienten kommen ins TOMATIS®-Institut

und hören über besondere Kopfhörer Musik, meist von Mozart oder Gregorianische Gesänge. Dabei können sie ausruhen, schlafen, malen, puzzeln oder ähnliches tun.

Mithilfe eines Gerätes, das „Das Elektrische Ohr“ genannt wird, kann die dargebotene Musik so verändert werden, dass die kleinsten Muskeln unseres Körpers – der Hammermuskel und der Steigbügelmuskel im Ohr – geschult werden. Das ist fast wie

arge Probe gestellt ist, weil der Stress zu groß oder die Freude am täglichen Tun zu klein geworden ist.

Sie kann jedoch ebenso Menschen nach schweren Traumata – etwa im Wachkoma, nach Schlaganfall oder anderen Verletzungen des Gehirns oder des Nervensystems – unterstützen, ihre Wahrnehmung und folglich ihre Kommunikation zu verbessern.

So gibt es – und das ist in diesem Umfang bisher einzigartig –

viduell. Ganz wichtig dabei sind die Angehörigen oder Begleitpersonen. Auch sie nehmen am Training teil, um so ihr Hören zu üben, die Vorgänge bei den Patienten besser zu verstehen und um zu entspannen.

Und die Effekte können sich sehen lassen – von besserer Konzentrationsfähigkeit über gestärktes Selbstbewusstsein bis hin zu besser ausgeprägten Sprachfähigkeiten und deutlich höherer Stressresistenz.

*In jedem Menschen steckt
ein ungeahntes Potential an verborgenen,
„schlummernden“ Fähigkeiten.
Es gilt, sie freizusetzen.
„Ich behandle die Menschen nicht.
Ich wecke sie auf!“
(Alfred Tomatis)*

im Fitness-Studio – nur mit Musik anstelle von Gewichten. Die sogenannte Klangwippe im Elektrischen Ohr liefert die Musik abwechselnd in der Hörqualität, die der Hörer kennt, und dann in einer, die er nicht kennt, sodass sich die Muskeln darauf einstellen müssen.

Grundsätzlich ist das Hörtraining nach TOMATIS® für alle Menschen geeignet, die ihre Lebensqualität verbessern möchten, für jene,

- die noch möglichst lang hören beziehungsweise kommunizieren möchten,
- die mit Ohr und Stimme arbeiten oder
- ihre Körperwahrnehmung verbessern wollen.

Und nicht zuletzt ist die Methode ebenso hilfreich für Menschen, bei denen die Lebenslust auf eine

in der Landesnervenklinik Sigmund Freud in Graz seit nunmehr 10 Jahren ausgezeichnete Erfahrungen bei der Behandlung von Patienten mit mehreren schweren neurologischen Ausfallserscheinungen, wie Halbseitenlähmungen, Sprachstörungen sowie anderen neuropsychologischen Symptomen.

Klänge sprechen das gesamte Gehirn an – somit funktioniert das Training auch, wenn Teile des Gehirns nicht intakt sind.

Selbstverständlich ist die Methode nur einer von vielen möglichen Ansätzen, Menschen mit diesen Krankheitsbildern zu helfen. Sie sollte hier als flankierende Maßnahme zu anderen Therapieformen eingesetzt werden.

Wie oft und wie lange die Hörtrainings bei einem Patienten angewendet werden, ist sehr indi-

Das Hörtraining findet normalerweise in einem TOMATIS®-Institut statt. Unter Umständen (z.B. bei stark eingeschränkter Mobilität) kann es inzwischen dank neuer technischer Möglichkeiten auch bei den Patienten zu Hause durchgeführt werden.

Nähere Informationen zum TOMATIS®-Hörtraining finden Sie unter www.tomatis.com sowie www.tomatis.de. Dort finden Sie auch lizenzierte und geprüfte Therapeuten in Ihrer Nähe.

kontakt

**Claudia
Krüger
Tomatis-
Therapeutin
Ein-Klang-Raum
Herwarthstraße 12-14
50672 Köln
☎ 0221/27250550
☎ 0221/27250555
www.ein-klang-raum.de**

