

Mutter-Vater-Kind-Urlaub in Papenburg

Tomatis-Institut unterstützt Geist, Körper und Seele

Die Corona-Welle ist wie ein Tsunami über uns gefegt. Ob Jung oder Alt, ob Single, Paar oder Familie – aktuell wird unser Leben mit zusätzlichem Stress befeuert: Sorge vor Ansteckung, fehlende Kontakte, Homeoffice, Homeschooling, Existenzangst ... Das hat Folgen für Erwachsene und Kinder. Ganz besonders, wenn Eltern ein Kind mit Entwicklungsstörungen ununterbrochen betreuen müssen.

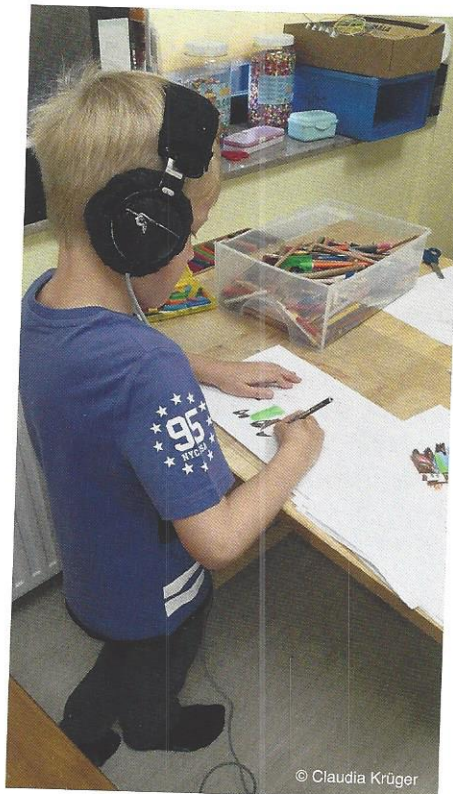
Sabine Keller aus Bonn spürte, dass sie mit ihrem in Corona-Zeiten immer unruhiger werdenden 11-jährigen Sohn Lennox aus den eigenen vier Wänden raus musste. Der Junge – sprachverzögert und motorisch verlangsamt – litt sehr unter den Corona-Einschränkungen und Lockdowns. Er vermisste seine Freunde, seine Großeltern, zog sich einerseits immer mehr in sich zurück und war andererseits sehr aggressiv. Das Leben wurde für die Familie zur Strapaze.

„Förderunterricht fiel aus. Therapiestunden wurden abgesagt“, erzählt die Mutter. „Mein Mann brauchte Ruhe im Homeoffice, und ich hatte kaum Zeit für meine Arbeit und mich. Wir gingen uns alle nur noch auf die Nerven“, sagt Keller. Durch eine Bekannte erfuhr sie von einem Hörurlaub, der Hilfe und zugleich Erholung versprach. „Ich buchte kurzerhand eine zwölf tägige Hör-Kur im Tomatis-Institut in Papenburg für mich und Lennox, um auch meinem Mann mehr Ruhe im Homeoffice zu bieten“, so Keller.

Hörkur hilft in Corona-Zeiten

Diese Hörkur, die auf der Methode des französischen HNO-Professors Alfred Tomatis basiert, wird bei Erschöpfung und Burnout genauso eingesetzt wie bei Hördefiziten, Konzentrationsproblemen, Rechtschreibschwächen, Dyskalkulie und sogar bei Autismus-Spektrum-Störungen.

Nach Hörtests hörten beide täglich zwei Stunden im Papenburger Tomatis-Institut individuell für sie aufbereitete Musik über besondere Kopfhörer. Lennox, der die Mozart-Klänge sichtlich als angenehm empfand, hatte währenddessen Spaß, in einem kindgerechten Zimmer mit einer pädagogischen Betreuerin zu spielen. Er blühte wieder richtig auf.



© Claudia Krüger

Seine Mutter genoss im Ruheraum Musik, Entspannung und Zeit für sich. „Anfänglich musste ich mich an die Musik gewöhnen. Töne und Lautstärken variierten. Mal hörte ich auf dem linken Ohr, mal mehr auf dem rechten. Ungewohnt, aber nicht unangenehm“, so Keller. „Schon am zweiten Tag freute ich mich auf die Zeit im gemütlichen Relax-Sessel. Keiner, der was von mir wollte. Mein Kind in professioneller Obhut. Welche Wohltat?“

Erholsam und effektiv

Nach kurzer Zeit haben die Zwei aufgetankt. Das erklärt Claudia Krüger (www.tomatis-papenburg.de) so: „Das Gehör spielt bei vielen Prozessen im Körper eine Rolle – auch bei der Stressbewältigung. Die Ohren sind mit dem Vagus-Nerv verbunden, der als Selbstheilungsnerv gilt und Körper sowie Psyche in Balance bringt. Wenn wir Reize, die wir über die Ohren aufnehmen, nicht filtern können, werden oft selbst banale Alltagssituationen zum Problem“, so die lizenzierte Tomatis-Trainerin. Bei der Tomatis-Methode wird über eine komplexe Technik Musik individuell für den Hörer so verändert, dass die kleinsten Muskeln unseres Körpers – der Hammermuskel und der Steigbügelmuskel – im Ohr geschult werden. Dafür

hat Professor Tomatis den Hörsimulator, das elektronische Ohr, und besondere Kopfhörer geschaffen.“

Tiefere und höhere Töne wechseln unerwartet, was durch variable Lautstärke der Musik gesteuert wird. Dadurch kommt laut Norman Doidge, Forscher der Universität Toronto, „ein Gefühl für Neues in das Hörerlebnis [...]“¹ Neue sensorische Erfahrungen wecken Gehirnereiche, die an Munterkeit, Wachsamkeit und anhaltender Aufmerksamkeit beteiligt sind. Die Überraschung durch die Variationen der Klänge „ist der Schlüssel zu Änderungen des Gehirns.“² Der Vorgang energetisiert, dynamisiert und begünstigt Gedächtnis, Konzentration und Lernfähigkeit.

„Am letzten Tag wollte Lennox wissen, wann wir wiederkommen. Er war wie ausgewechselt, so dass wir den zweiten Hörblock für die Osterferien planen – mit meinem Mann“, freut sich Sabine Keller.

Das Hörtraining kann dank mobiler Technik auch zu Hause stattfinden. Hörtests erfolgen im Institut, Gespräche mit Claudia Krüger telefonisch.

Nähere Informationen:
www.tomatis-papenburg.de

1) und 2) Norman Doidge, Wie das Gehirn heilt – Neueste Erkenntnisse aus der Neurowissenschaft, Frankfurt 2015, S. 361



© Claudia Krüger