Von Burnout bis Asperger Syndrom

Das Tomatis-Team in Papenburg hilft Erwachsenen und Kindern

Erschöpft, ausgebrannt, leer. Wer einen oder sogar mehrere Menschen mit körperlichen, geistigen und/oder seelischen Einschränkungen betreut, wird oft über seine Grenzen beansprucht. Das kennen Eltern nur zu gut, die sich um ein Kind mit besonderen Anforderungen kümmern. Das erleben Erwachsene, die ihre betagten Eltern bzw. Angehörige pflegen.

Mit der vom französischen HNO-Professor Alfred Tomatis entwickelten Methode erreicht die lizenzierte Tomatis-Trainerin Claudia Krüger bei Betroffenen eine effektive und vor allem anhaltende Regeneration. Dabei handelt es sich um eine ›Hörkur‹, die bei Erschöpfungs- bzw. Burnout-Syndrom genauso eingesetzt wird wie bei Gleichgewichtsstörungen, Konzentrationsproblemen, Lernschwierigkeiten, Rechtschreibschwächen und Dyskalkulie. Selbst bei Autismus-Spektrum-Störungen, also »tiefgreifenden Entwicklungsstörungen, die unter anderem durch ein reduziertes Interesse an sozialen Kontakten sowie einem reduzierten Verständnis sozialer Situationen gekennzeichnet sind«[1] und häufig mit Sprech- und Sprachschwierigkeiten einhergehen, kann das Tomatis-Hörtraining hilfreich sein.

In Claudia Krügers Tomatis-Institut nach Papenburg kommen Erwachsene und auch Kinder mit unterschiedlichen Problemen. Bei ihr buchen immer häufiger Eltern für sich und ihre Kinder gemeinsam ein Hörtraining. Die oft betreuungsintensiven oder beeinträchtigten Kinder erhalten hier in kleinen Gruppen von maximal vier Kindern unter fachlicher Anleitung ihr entspanntes Hörtraining.

Währenddessen haben die Eltern die Möglichkeit, sich ebenfalls bei der Hörkur zu entspannen. Oft lassen sich bereits nach kurzer Zeit positive Veränderungen bei den Einzelnen und auch im Familiensystem wahrnehmen. »Die Eltern sind häufig selber ganz erstaunt, wie sich Kinder in ihrem Verhalten verändern und wie sich das Miteinander positiv wandelt«, erzählt die Tomatis-Trainerin.

Ausgewählte Klänge dynamisieren Körper und Geist

»Hintergrund ist der, dass bei der Tomatis-Methode über eine sehr komplexe Technik Musik individuell für den Hörer so verändert wird, dass die kleinsten Muskeln unseres Körpers – der Hammermuskel und der Steigbügelmuskel – im Ohr geschult werden«, erläutert Claudia Krüger. »Die Grundlage dafür hat Professor Tomatis mit besonderen Kopfhörern und dem Hörsimulator, dem elektronischen Ohr, geschaffen.«

Tiefere und höhere Töne wechseln unerwartet, was u.a. durch die Lautstärke der Musik gesteuert wird. Dadurch kommt laut Norman Doidge, Forscher an der Universität von To-

ANZEIGE

Der PARAVAN PR 25 Elektrorollstuhl

So flexibel wie kein anderer...

Das jüngste Mitglied der PARAVAN PR Elektrorollstuhlserie kann den Sitz bequem bis zum Boden herunterfahren. Damit können Gegenstände auf dem Boden einfacher erreicht werden und Kinder können dadurch mit anderen spielen und auf einer Höhe sein. Einzigartig ist auch die Funktion, den Sitz horizontal komplett nach vorne zu fahren, wodurch ein Umsitzen erleichtert wird. Darüber hinaus ist der PR 25 standardmäßig mit einer leicht zu bedienenden Joystick Steuerung ausgestattet und mit einem individuell anpassbaren und mitwachsenden Sitzsystem.

PARAVAN
MOBILITÄT FÜR DEIN LEBEN

Für weitere Informationen einfach den QR-Code scannen

+49 (0) 73 88 / 99 95-612 · info@paravan.de

www.paravan.de

© Foto: Jürgen Krüger

© Foto: Tomatis-Institut Papenburg

oben: Nichts tun, nur Musik hören und ein bisschen spielen – Kinder werden beim Hörtraining immer von uns begleitet, die Eltern erholen sich in ihrem eigenen Raum.
linsk: …so schön ist Papenburg
rechts Eltern und Kinder nehmen grundsätzlich gemeinsam am Hörtraining teil.

ronto, »ein Gefühl für Neues in das Hörerlebnis – und Neuigkeiten haben einen starken Einfluss auf die Plastizität des Gehirns.«[2] Neue sensorische Erfahrungen wecken Gehirnbereiche, die maßgeblich an Munterkeit, Wachsamkeit und anhaltender Aufmerksamkeit beteiligt sind. Die Überraschung durch die vielfältigen Variationen der Klänge »ist der Schlüssel zu Änderungen des Gehirns.«[3] Der Vorgang energetisiert, dynamisiert und begünstigt regulierende Mechanismen, was eine erhebliche Rolle für Gedächtnis, Konzentration und Lernfähigkeit spielt.

»Klänge sprechen das gesamte Gehirn an, sodass das Training selbst dann funktioniert, wenn Teile des Gehirns nicht intakt sind. Zirka 75 Prozent des Gehirns stehen mit dem Ohr in Verbindung. Somit wird alles mit Klang ›durchflutet‹ und angeregt, was anzuregen ist. Verstärkt wird die belebende Wirkung durch einen Entspannungseffekt auf der Körperebene, was sich positiv auf die Bewältigung von Stress und Angst auswirkt. Die Ohren sind durch Nerven mit dem Vagus-Nerv verbunden. Er ist daran beteiligt, die Tätigkeit fast aller inneren Organe zu regulieren. Er gilt als Selbstheilungsnerv, der Körper und Psyche in Balance bringt«, erklärt Claudia Krüger.

Ganzheitliche Therapie rund ums Gehör – Hörtests als Basis für individuelle Hörkuren

Anders als beim Hören über die Stereoanlage zu Hause oder im Auto wird Musik nach qualitativen Hörtests auf den jeweiligen Hörgast abgestimmt. Dazu führt Claudia Krüger in ihrem Institut in Papenburg – und in regelmäßigen Abständen auch in Köln – qualitative Hörtests durch. Diese Hörtests zeigen nicht nur, ob man gut hört. Sie geben sehr genau Aufschluss darüber, auf welcher Seite gehört wird, ob hohe von tiefen Tönen unterschieden werden können, welche Frequenzen auf welche Art ausgeblendet werden oder warum jemand »ohne Filter« viel zu viel wahrnimmt.

»Über die Ohren werden viele Reize aufgenommen, die die gesamte Wahrnehmung beeinflussen. Wenn unser Gehör Reize nicht sinnvoll filtern kann, werden manchmal selbst banale Alltagssituationen zu unüberwindbaren Hürden«, so die Tomatis-Trainerin. »Das gilt für Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen und Asperger Syndrom genauso wie für Erwachsene, die kraftlos und erschöpft sind oder auch schon unter stressbedingten physischen Folgeerscheinungen leiden.«

Mutter-Kind-Kur nach der Tomatis-Methode

Nach den Hörtests hat sich Sabrina Raasch (Name geändert) aus Rheda-Wiedenbrück im vergangenen Jahr entschieden, mit ihrem 9-jährigen Sohn Finn in den Herbstferien nach Papenburg ins Institut zu kommen. Die Mutter am Limit, der Junge anstrengend. »Er ist ständig in Bewegung, spricht wenig und sehr laut, die Lehrer rufen oft zu Hause an, weil andere Kinder Angst vor ihm haben. Besuche beim Kinderarzt und auch beim HNO-Arzt haben nichts ergeben«, beschrieb Sabrina Raasch im Vorgespräch die Situation. Beide haben sich dann auf ein zehntägiges Hörtraining eingelassen und aus der Aktion einen angenehmen Erholungsurlaub im schönen Emsland mit Nähe zur Nordsee gemacht. Zwei weitere 10-tägige Hörblöcke folgen in den Oster- und Sommerferien, denn das Hörtraining erfolgt in der Regel in drei Trainingsphasen.

Sabrina Raasch betonte bereits während der Hörzeit immer wieder, wie froh sie war, endlich einmal völlig ›raus‹ zu sein. »Die zwei Stunden Hörkur haben mir sehr geholfen, wieder ins Fühlen zu kommen und meine eigenen verschütteten Bedürfnisse wahrzunehmen«, erzählt sie später. Sie hat in der Zeit schon Ziele und Maßnahmen für erste Schritte entwickelt. Zu Hause soll einiges umorganisiert werden. Sie wird auf jeden Fall zunächst mehr Hilfe einfordern und ihrem Sohn damit mehr Eigenständigkeit ermöglichen. »In den begleitenden Gesprächen mit Claudia Krüger habe ich mich sehr ernst genommen gefühlt. Abgesehen davon, dass wir schon innerhalb kurzer Zeit positive Veränderungen in meinen Hörkurven feststellen konnten, hat mir die motivierende und wertschätzende Art von Frau Krüger sehr gut getan. Es gab nie Vorwürfe, dass ich vielleicht etwas falsch gemacht habe, und gemeinsam haben wir für mich persönlich passende Alltags-

Wer nicht gut hört, kann viele Defizite haben

Das Ohr hat drei grundlegende Funktionen:

Es stellt das Gleichgewicht her. Der Gleichgewichtssinn sorgt zum Beispiel dafür, dass wir uns ›gegen‹ die Schwerkraft aufrecht halten können. Er ist unabdingbar für die räumliche Wahrnehmung und sorgt für die sichere Bewegung des Körpers.

Es dient als Kommunikationsorgan. Gelungene Kommunikation beginnt mit dem richtigen Zuhören. Dazu müssen alle Frequenzen optimal wahrgenommen und verarbeitet werden. Will man antworten, bedient man sich seiner Stimme. Der Klang der Stimme enthält nur die Klangfarben, Höhen und Tiefen, die das Ohr erfassen kann.

Es energetisiert das Gehirn. Über das Ohr aufgenommene Reize sind der Treibstoff fürs Gehirn. Besonders die hohen Frequenzen sorgen für Lebendigkeit.