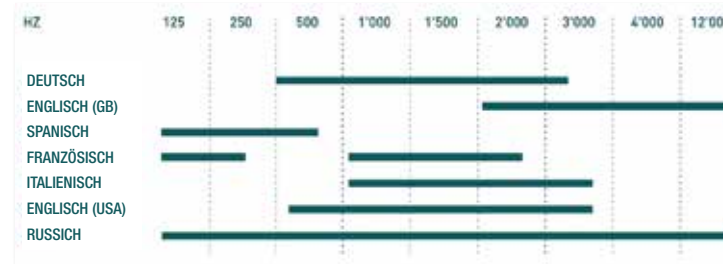




Der Patient hört speziell bearbeitete oder regulierte Musik über das «elektronische Ohr» (Mozart, Gregorianik, gelegentlich Mutterstimme). Dies entspricht dem, was ein Fötus von 4,5 Monaten und darüber im Mutterleib hört. Wirkt beruhigend und aufbauend.



Stimuliert die Fähigkeit, ein grosses Frequenzspektrum im Hertzbereich zu hören. Unterstützt definitiv beim Erlernen von Sprachen: Französisch bewegt sich zwischen 1000 und 2000 Hz, Russisch zwischen 125 und 12'000 Hz und Englisch zwischen 2000 und 12'000 Hz.

DAS LEBEN IM OHR

Aktives Zuhören ist eine Schlüsselkomponente für Wohlergehen. Antworten aus der Musik, um diese Fähigkeit voll zu nutzen und sich dem Leben zu öffnen. KRISTIN AUBORT

Einige Monate nach Beginn seines Hörchtrainings hört Antonio über sein Headset entspannt Mozart nach der Tomatis-Methode. Er ist etwas über 40, arbeitslos und stolz auf sich. Am Vortag hatte er es – ganz entgegen alter Gewohnheiten – auf der Basis eines neu gefundenen Selbstbewusstseins gewagt, für ein Einstellungsgepräch vorstellig zu werden und nicht im letzten Moment abzusagen. Nach einem Unfall musste Antonio seinen Beruf wechseln und eine neue Ausbildung beginnen. Seither hat er jedes Vertrauen in sich selbst verloren. Er schläft schlecht und wird von Ängsten

geplagt, in der Überzeugung, dass er von allen für unfähig gehalten wird.

WENN EMOTIONEN DEN TON ABSCHNEIDEN

«Das Leben, emotionale Verletzungen und Spannungen können dazu führen, dass wir uns verschliessen. Das Ohr hat dann nicht mehr die Möglichkeit, alle Töne aufzunehmen und legt einen Schleier auf das, was die betroffene Person im Aussen hört. Diese falschen Eindrücke bewirken in der Folge, dass der Betroffene Negativsituationen antizipiert, sich in die Defensive begibt, sich isoliert... Gelegentlich geht dies bis zum Burn-out», sagt Christine Mégret,

diplomierte Audio-Psycho-Phonologie und Leiterin des Hörzentrums in Payerne.

Abhilfe schafft da die Audio-Psycho-Phonologie – besser bekannt als Tomatis-Methode. Sie zielt darauf ab, die betroffene Person einem aktiven «Hörchen» zuzuführen, um so den Moment mit neuer Lebensenergie leben zu können. So wird das Ohr letztlich dazu angeleitet, Hören neu zu erlernen.

«Menschen, die sich schlechte Hörgewohnheiten angeeignet haben, geraten bei externen Aggressionen unter Stress und reagieren unangemessen. Das Hörchtraining ermöglicht eine Relati-

vierung des Geschehens und in der Folge eine Reduzierung der Ängste», erklärt die Spezialistin. Die Rolle des Ohrs beschränkt sich daher nicht allein auf das Hören. Sie geht weit darüber hinaus, wie Alfred Tomatis, Gründer der Audio-Psycho-Phonologie, HNO (Otorhinolaryngologie)-Arzt und französischer Phoniatrie¹-Spezialist. «Das Ohr ist ein echter Orchesterleiter. Es fängt nicht nur einfache Töne auf. Es sorgt für das Gleichgewicht, den Energieausgleich und den sprachlichen Ausdruck. Ausserdem hat es auch eine psychologische Funktion», unterstreicht Yolande Boulot, Mitarbeiterin im Hörzentrum von La Chaux-de-Fonds.

STIMULATION DES OHRS FÜR DIE BEHANDLUNG

Die Forschungen von Alfred Tomatis erstreckten sich auf die Pädagogik, die Psychologie, die Linguistik und die Philosophie. Ende der 40er Jahre entdeckte er bei der Behandlung von Sängern mit Stimmproblemen zum ersten Mal eine Verbindung zwischen Ohr und Stimme. «Unsere Stimme und die Art und Weise, in der wir die Worte aussprechen und uns ausdrücken, ist abhängig von den Tönen, die wir wahrnehmen», erläutern die beiden Spezialistinnen. Der Arzt entwickelte daraufhin ein Gerät, mit dessen Hilfe das Ohr neu geschult werden kann, experimentierte mit verschiedenen Musiken und stellt fest, dass vor allem Mozart einen positiven Einfluss auf den Menschen zeitigt. Die Schwingungen von Musik, die durch ein

elektronisches Ohr gefiltert wurde, werden abwechselnd als tiefe- und als hohe Tonfrequenzen weitergegeben, um die Hörfähigkeit zu stimulieren. Dank dieser Ohrgymnastik wird die Hörkurve bearbeitet.

GROSSE ANWENDUNGSBEREICHE

«Die fröhliche und regelmässige Musik Mozarts belebt, basierend auf einem erhöhten Herzrhythmus. Um herunterzukommen bieten sich gregorianische Choräle an, die auf einem beruhigenden Herzrhythmus gründen», erklärt Yolande Boulot und fügt hinzu: «Musik wertet nicht und setzt keine grossen verbalen Erklärungen von Problemsituationen voraus. Die Tomatis-Methode erlaubt ganz zwanglos, sich sanft der Therapie hinzugeben.» Dabei sind die Anwendungsmöglich-

keiten riesig: Störungen der auditiven Wahrnehmung, Lernschwierigkeiten, ADHS², Dyslexie, Dysphasie, Dysorthographie, Verhaltensstörungen, Entwicklungsstörungen, Stimme, Gesang und Musik, Erlernen von Sprachen, Gleichgewicht und Körperkoordination und nicht zu vergessen die wohltuende Wirkung der Mutterstimme auf das Baby im Mutterleib³...

«Eines meiner Kinder hatte Schwierigkeiten in der Schule. Mit Hilfe der Tomatis-Methode konnte es seine Fähigkeiten optimal nutzen und ist inzwischen ein ausgezeichneter Schüler! Wird ein Kind behandelt, können Mutter oder Vater in einem anderen Raum Musik hören. Das verändert viel in der Familie und es lässt sich beobachten, dass es zu dynamischen Kommunikationsprozessen kommt. Wenn es einem Teil des Systems besser geht, geht es auch dem Rest besser!» freut sich Christine Mégret. ■

➔ Mehr zur Tomatis-Methode und den Hörzentren in der Schweiz: www.a-p-p.ch.

➔ Interessant zu lesen

«Die Kunst zu hören: Ein Praxisbuch zur Tomatis-Methode», von Paul Mau-dale, 2002. «Das Ohr und das Leben: Erforschung der seelischen Klangwelt», A. Tomatis, 2003.

➔ IN DER PRAXIS

Zunächst wird über einen Hörchtest die Hörkurve ermittelt. Darauf folgt ein intensives Gespräch. Auf dieser Grundlage wird ein persönliches Programm entwickelt. «Die klinische Auswertung des Tests liefert ausserdem Daten über den Energieverlust, Gedächtnisstörungen, ein sich Verschliessen...», sagt Christine Mégret. «Im Rahmen des empfohlenen Programms nimmt die aktive Arbeit viel Raum ein und wir bieten eine ganze Palette audio-vokaler Übungen an, um Ohr und Stimme zu trainieren und zu kontrollieren», erklärt Yolande Boulot. Die Audio-Psycho-Phonologie wird übrigens von einigen Zusatzkassen übernommen.