

Claudia Krüger
Herwarthstr. 12-14
50672 Köln
Tel. 0221 272 50 550
Fax 0221 272 50 555

info@ein-klang-raum.de
www.ein-klang-raum.de



EinKlangRaum
Tomatis Institut Köln

Inhaltsverzeichnis

<i>Thema</i>	<i>Seite</i>
Wer oder was ist Tomatis	3
Warum ist das Gehör von derart zentraler Bedeutung?	4
Das Ohr hat drei grundlegende Funktionen zu erfüllen	5
Was passiert, wenn die Funktionen nicht bestmöglich erfüllt werden	6
Für wen ist dieses Hörtraining nach der Tomatis-Methode® geeignet	8
Anwendungsgebiete	10
Wie läuft das Hörtraining ab	11
Klingt das für Sie auch nach Urlaub?	12

Wer oder was ist TOMATIS?

Prof. Dr. med. Alfred Tomatis war ein französischer HNO-Arzt. Er promovierte an der medizinischen Fakultät der Pariser Universität und praktizierte dort viele Jahre lang.

In seinen intensiven und umfangreichen Untersuchungen im Bereich der Audio-Psycho-Phonologie konnte Tomatis nachweisen, dass das Ohr für die Entwicklung des Menschen ausschlaggebend ist. Diesem Sinnesorgan wurde bis zu jener Zeit (und leider zum Teil bis heute) nicht genügend Aufmerksamkeit gewidmet.

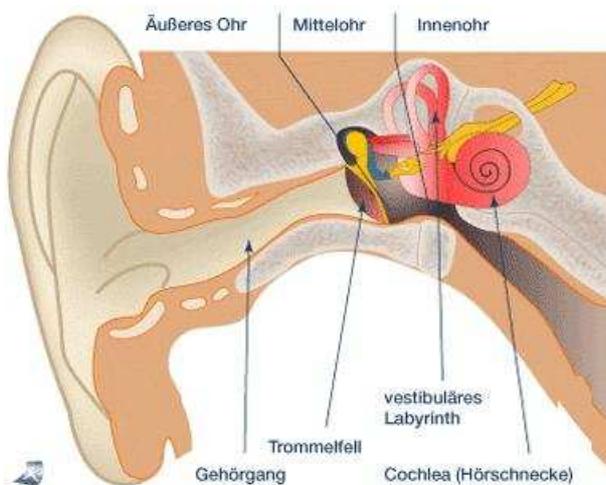
Er erforschte die Zusammenhänge zwischen Hören und Sprechen sowie den wechselseitigen Einfluss von Gehör und psychischem Befinden.

Tomatis gilt als Wegbereiter der Musik- und Klang-Therapie, moderner Sprech- und Gesangspädagogik und als Erforscher pränataler Klangerfahrungen.



Warum ist das Gehör von derart zentraler Bedeutung?

Das Ohr ist das erste Sinnesorgan, das vollständig ausgebildet ist – bereits im 5. Schwangerschaftsmonat! Das ganze Leben lang sorgt es dafür, dass der Mensch in sämtliche Lebensprozesse eingebunden ist. Es erschließt uns die Welt. Es ist unser wichtigstes Wahrnehmungsorgan.



Das Ohr hat zu diesem Zweck drei grundlegende Funktionen zu erfüllen:

1. Es stellt das Gleichgewicht her.
Der Gleichgewichtssinn sorgt z. B. 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.
2. 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 – wussten Sie, dass der Klang der Stimme nur die Variabilität an Klangfarben, Höhen und Tiefen enthält, die das Ohr auch erfassen kann?
3. Es energetisiert das Gehirn.
Über das Ohr aufgenommene Reize sind der Treibstoff fürs Gehirn. Besonders die hohen Frequenzen sorgen für Lebendigkeit...

Was passiert, wenn die Funktionen nicht bestmöglich erfüllt werden?

1. Wenn das Gleichgewicht schwankt, fällt möglicherweise das Treppensteigen schwer oder das Fahrradfahren, stößt man ständig irgendwo an oder es stimmt im übertragenen Sinne nicht so richtig mit der „Work – Life – Balance“, vielleicht ist so jemand träge oder unsportlich oder auch hyperaktiv – eben nicht ausgeglichen...
2. Wer nicht richtig (zu)hört, versteht nicht, was man von ihm will, er hat „zugemacht“ oder reagiert möglicherweise „ungehörig“, er muss oft nachfragen oder kann möglicherweise nicht so gut lesen. Alles ist sooo anstrengend. Man muss eventuell alles zweimal sagen, bis es ankommt, vielleicht sind auch die Diktate nicht gut oder es hapert mit Französisch oder Englisch... vielleicht spricht die Person auch mit „langweiliger“ Stimme oder viel zu schrill...
3. Wenn das Gehirn nicht energetisiert ist, wird man langsamer, vergisst häufiger, zieht sich zurück, das Interesse an der Außenwelt geht zurück... und so weiter...

Tomatis gelang es, diese Zusammenhänge aufzuzeigen. Er entwickelte darüberhinaus eine Methode, mit der man alle Grundfunktionen optimieren und sogar etwaigen Fehlleistungen abhelfen kann.



Vornehmlich zwei kleine Muskeln im Ohr sind dafür zuständig, dass die eindringenden Schallwellen zu den sich anschließenden Nervenverbindungen und über diese zum Gehirn gelangen. Dort werden sie letztendlich verarbeitet.

Also ist das von Tomatis erarbeitete Training in erster Linie ein Muskeltraining. Mit Hilfe eines speziellen Gerätes (dem „Elektronischen Ohr“) wird speziell aufbereitete Musik dem Ohr so dargeboten, dass die Muskeln optimal gereizt und damit trainiert werden.

Für wen ist dieses Hörtraining nach der Tomatis-Methode® geeignet?

Für fast jeden, der gut am Leben teilhaben möchte:

- also für jeden, der noch lange richtig gut hören/ kommunizieren möchte (Wir Menschen von heute leben länger – somit ist das Hörtraining ein wichtiger Baustein für lebenslanges Hören!)
- für jeden, der mit Ohr und Stimme arbeitet – Lehrer, Musiker, Schauspieler, Dolmetscher, Trainer, Geistliche, Politiker ...
- für jeden, der seine Körperwahrnehmung verbessern möchte – Gleichgewicht, Raumwahrnehmung, Rhythmusgefühl etc. schulen möchte, d.h. für „Ungeübte“ ebenso wie für Sportler, Tänzer, Piloten etc.
- für Schwangere, die ihr Gleichgewicht ja neu einrichten müssen. Das Hörtraining kann somit die gute Zentrierung für eine leichte Geburt unterstützen
- für jeden, bei dem die Lebenslust auf eine arge Probe gestellt ist, weil der Stress zu groß oder die Freude am Tun zu klein geworden sind, wenn also das (innere) Gleichgewicht nicht mehr stimmt...



- für jeden, der seine Fremdsprachenkenntnisse optimieren möchte – mit dieser Methode lassen sich Rhythmus, Sprachmelodie und Aussprache verinnerlichen – da sie über die inneren Ohrmuskeln „einverleibt“ werden
- für Kinder und Jugendliche zur Unterstützung bei Lernschwierigkeiten – vor allem beim Lesen, Schreiben, Konzentration, Aufmerksamkeit etc.
- für viele mit Hörproblemen nach Hörsturz, mit Tinnitus, Schwerhörigkeit. Bei organischen Schädigungen ist ein Hörtraining oft unterstützend. In den meisten Fällen kann das verbliebene Potential viel besser genutzt werden
- für Menschen mit Behinderungen – zur Mobilisierung der Körperwahrnehmung, Motorik und des Gleichgewichts, zur Sprachmotivation und zur Entspannung

Anwendungsgebiete



- Auditive Wahrnehmungs- und Verarbeitungsstörungen
z.B. zentrale Fehlhörigkeit
- Probleme in der Grob- und Feinmotorik, Haltungfehler, Tonusregulationsstörungen und zentrale Gleichgewichtsstörungen
- Konzentrationsschwierigkeiten, Ablenkbarkeit, herabgesetzte Lern- und Merkfähigkeit
- Teilleistungsstörungen (z. B. Legasthenie - Lese/Rechtschreibschwäche, Dyskalkulie - Rechenschwäche)
- Kommunikations- und Verhaltensprobleme
- Sprach- und Stimmprobleme
- allgemeine Erschöpfungszustände (Schlafstörungen, Nervosität, Burnout)
- Tinnitus und gewisse Formen der Schwerhörigkeit
- Unterstützung in der Rehabilitation, z.B. nach Schlaganfall

Wie läuft das Hörtraining ab?

Nach einem ausführlichen Vorgespräch und einem Hörwahrnehmungstest (1-1,5h) wird für Sie ein individuelles Programm erstellt. Sie kommen dann über einen bestimmten Zeitraum jeweils für zwei Stunden ins Tomatis-Institut®, um speziell aufbereitete Musik, meist von Mozart oder Gregorianische Gesänge, über Kopfhörer zu hören. Dabei können Sie einfach ausruhen, schlafen oder malen oder puzzeln..., jedoch nicht lesen oder schreiben!

Später beziehen wir auch Ihre Stimme mit in das Training ein.

Mit einem Tomatis-Hörtraining kann die Wahrnehmungsleistung des Ohres entscheidend verbessert werden. Sobald das Gefühl für das Gleichgewicht sicherer und das Hören differenzierter und präziser werden, stellt sich auch ein stabileres Selbstbewusstsein ein. Das spiegelt sich u.a. in einer besseren Konzentrations- und Lernfähigkeit wider. Bewegungsabläufe werden harmonischer, die Haltung sicherer. Stress wird abgebaut.

Kommunikationsfähigkeit und kreatives Potential können sich endlich voll entfalten.

Klingt das für Sie auch nach Urlaub?

(Mein TOMATIS-Hörtraining war für mich die beste Auszeit überhaupt!)



Mit dem Hörtraining nach der Tomatis-Methode® kann die Ordnung im Menschen neu erstellt werden.

Und Sie wissen doch, wenn Sie bei sich etwas verändern, verändert sich auch das Umfeld – unweigerlich!

Schauen Sie auf unsere Internetseite www.ein-klang-raum.de und lesen Sie, welche Erfahrungen unsere Klienten gemacht haben.