



## FÜHLEN SIE DIE TOMATIS®-METHODE

Schall besteht aus Schwingungen. Wenn Schall sich durch die Luft fortpflanzt, dann nennen wir das „Luftleitung“. **Aber noch besser wird Schall über die Knochen des Körpers übertragen: Dies wird „Knochenleitung“ genannt.**

Wenn Sie sprechen und sich dabei die Ohren zuhalten, hören Sie sich trotzdem sehr gut, denn der Schall pflanzt sich hauptsächlich durch die Schädelknochen fort. Sprechen Sie lauter, dann fühlen Sie sogar, wie Ihr ganzer Körper vibriert.

Beim TOMATIS®-Hörtraining hören Sie darum auch Musik über einen Kopfhörer, der für Luft- und Knochenleitung ausgerüstet ist. Der Schall wird über die Lautsprecher an den Ohren und über einen Vibrator am obersten Schädelknochen ins Innenohr übertragen. Aufgrund dieser speziellen Anordnung erreicht die akustische Nachricht das Gehörorgan zuerst über die Schädelknochen. Somit kann sich das Gehör darauf vorbereiten, dann den Schall über die Luftleitung zu empfangen. **Diese duale Schallübertragung auf zwei Wegen erzieht das Gehirn dazu, die eintreffende Klangnachricht korrekt zu analysieren.**

## IHRE TOMATIS®-ANWENDER UND TOMATIS®-THERAPEUTEN

Die Homepage [www.tomatis.com](http://www.tomatis.com) enthält eine Liste aller zertifizierten TOMATIS®-Anwender und TOMATIS®-Therapeuten, die von Tomatis Développement S.A. zur Nutzung der TOMATIS®-Marken und der TOMATIS®-Methode lizenziert wurden. **Diese haben eine spezielle Ausbildung absolviert und besuchen laufend Fortbildungskurse. Sie verwenden nur speziell kalibrierte, professionelle Geräte und sind vertraglich an strikte Anwendungsstandards und ethische Richtlinien gebunden.**



Um eine Ihrem Anforderungsprofil entsprechende TOMATIS®-Anwenderin oder einen -Anwender zu finden, können Sie sich dort auch genau über die jeweiligen therapeutischen und pädagogischen Spezialgebiete informieren.



**TOMATIS DEVELOPPEMENT S.A.** 76 avenue de la Liberté L-1930 Luxembourg Tel : + 352 26 27 20 [info@tomatis.com](mailto:info@tomatis.com) | [www.tomatis.com](http://www.tomatis.com)

Die Tomatis®-Methode ist ein pädagogisches Training, das weder als medizinische Behandlungsform noch als medizinische Diagnostik betrachtet werden kann. Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich zu Ihrer Information.

© "Tomatis", "Tomatis" + Logo und "TalksUp" sind registrierte Markenzeichen der Firma Tomatis Développement S.A. Ihre Verwendung oder Modifikation ist streng untersagt (außer explizit schriftlich erlaubt). - © Copyright - Alle Rechte vorbehalten 2009-2015.

## DIE TOMATIS®-METHODE, EINE NEURO-SENSORISCHE AKUSTISCHE STIMULATION



## VIELE MENSCHEN KÖNNEN GUT HÖREN, ABER SCHLECHT ZUHÖREN

Lesen Sie konzentriert diese Broschüre? Ja? Dann werden Sie die Geräusche um sich herum kaum wahrnehmen. Obwohl Sie diese perfekt hören können, schenken Sie ihnen keine Aufmerksamkeit. Das kommt daher, dass Sie die Fähigkeit besitzen, irrelevante Geräusche zu ignorieren und sich nur auf relevante zu konzentrieren. Dies mag sehr simpel erscheinen und ist dennoch **eine höchst anspruchsvolle kognitive Funktion, die auch die Fähigkeit zur Kontrolle der eigenen Emotionen mit einschließt.**

**Wenn man sensorische Nachrichten, die das Ohr empfängt, nicht korrekt analysieren kann, ist die Zuhörfunktion gestört.** Dies ist z.B. dann der Fall, wenn Sie sich nicht richtig auf die Stimme Ihres Gesprächspartners konzentrieren können, obwohl Sie sie gut hören. Diese Fehlfunktion kann sowohl **physiologische als auch psychische** Ursachen haben.

Die TOMATIS®-Methode ist eine pädagogische Technik zur Verbesserung des Zuhörens - nicht des Hörens.

## DAS OHR STIMULIERT DAS GEHIRN

Wussten Sie, dass Ihr Gehirn für seine einwandfreie Funktion vor allem Stimulation benötigt? Und dass über 80% dieser Stimulation vom Ohr stammen? **Ob Sie wach sind oder schlafen, ständig beliefert das Ohr Ihr Gehirn mit sensorischen Informationen.** Schon vom vierten Schwangerschaftsmonat an ist das Ohr das erste voll funktionierende Organ des Fötus. Darüber hinaus **empfängt das Ohr nicht nur Klänge, sondern es beeinflusst auch das Gleichgewicht, den Rhythmus und die Koordination Ihres Körpers.** Versuchen Sie einmal, während des Gehens ein Ohr abzudecken - Sie werden einen beträchtlichen Gleichgewichtsverlust feststellen.

Wenn Ihre Fähigkeit zuzuhören beeinträchtigt ist, dann arbeitet Ihr auditives System nicht (mehr) effektiv. Und das kann weitreichende Auswirkungen auf Ihre persönliche Entwicklung und Ihr Wohlbefinden haben. Die TOMATIS®-Methode setzt bei der Übertragung und Verarbeitung akustischer Informationen an. Somit hilft sie Ihnen, Ihr Gehirn effektiv zu stimulieren und Probleme beim Zuhören zu minimieren.

## LASSEN SIE SICH VON DER TOMATIS®-METHODE ÜBERRASCHEN

Sie wissen es jetzt schon: Wenn Ihr Zuhörvermögen gestört ist, beachtet Ihr Gehirn die vom Ohr empfangenen akustischen Informationen nicht richtig. Deswegen muss immer wieder neue Aufmerksamkeit im Gehirn erzeugt werden. Am besten nützt man dazu seine Sensitivität für plötzlich auftretende akustische Veränderungen: Während Sie z.B. kaum den Nachbarhund beachten, wenn er zum hundertsten Mal bellt, so würden Sie vermutlich sofort aufspringen, wenn er plötzlich miaut!

Aus diesem Grunde wird beim TOMATIS®-Hörtraining **Musik mit plötzlichen Kontrasten in Klangfarbe und Intensität verwendet.** Diese Veränderungen sind nicht vorhersehbar. So wird für das Gehirn sanft und schmerzlos ein Überraschungseffekt erzeugt, dem es in einer unbewussten Reaktion seine Aufmerksamkeit schenkt. Im Verlauf dieser sich wiederholenden, nicht vorhersehbaren akustischen Kontrasteffekte wird das Gehirn Schritt für Schritt dazu erzogen, sich auf das aufmerksame Zuhören zu konditionieren.

Gleichzeitig wird darüber die auditive Verarbeitung hoher Töne gefördert. **Denn diese hochfrequenten Töne aktivieren die meisten Hörsinneszellen** und haben deswegen einen stark stimulierenden Effekt für unser Gehirn.



## ANWENDUNGSGEBIETE

Die TOMATIS®-Methode eignet sich für Kinder und Erwachsene jeden Alters. Sie unterstützt viele andere Therapien und pädagogische Maßnahmen. Sie soll also keineswegs die therapeutische oder pädagogische Arbeit ersetzen. Im Gegenteil, sie kann ihre Wirkung ungemein verstärken, vor allem in den folgenden Bereichen:

### LERN- UND SPRACHPROBLEME

Sie entstehen, wenn akustische Signale nicht richtig dekodiert und ausgewertet werden oder/und motorische Fähigkeiten, das Gleichgewicht und die Körperkoordination nicht ausgereift sind. Die TOMATIS®-Methode nutzt die Plastizität des Gehirns, greift in die neuronalen Schaltprozesse ein und kann somit Kindern und Erwachsenen helfen, **Kompensationsstrategien zu entwickeln**, um mit Lern- und Sprachproblemen zurechtzukommen.

### AUFMERKSAMKEITSSTÖRUNGEN

Die TOMATIS®-Methode nutzt akustische Kontraste, um das Gehirn durch wiederkehrende Überraschungseffekte ständig wach zu halten. Es lernt neue von bekannten Reizen, wichtige von unwichtigen Impulsen zu unterscheiden. Ziel ist es, **dem Gehirn zur Entwicklung automatisierter Mechanismen zu verhelfen**, um Konzentration und fokussierte Aufmerksamkeit zu ermöglichen.

### AFFEKTIVE UND EMOTIONALE STÖRUNGEN

Unser Gehirn neigt naturgemäß dazu, sich zu schützen, z.B. wenn die äußere Umgebung als aggressiv wahrgenommen wird oder etwa nach einem emotionalen Schock. **Dieser Schutz wirkt wie ein Filter, der die Aufnahme und Auswertung der sensorischen Informationen stört.** Durch ihre indirekte Wirkung auf das limbische System und den präfrontalen Cortex trägt die TOMATIS®-Methode dazu bei, emotionale Störungen wie Angst und Depression zu regulieren.

### MOTORISCHE STÖRUNGEN

Aufgrund ihrer direkten Wirkung auf das Gleichgewichtsorgan ermöglicht die TOMATIS®-Methode die **Regulation des Muskeltonus und der aufrechten Haltung, aber auch von Lateralitätsstörungen.** Darüber hinaus spielt das Gleichgewichtsorgan zusammen mit mehreren Gehirnregionen eine wichtige Rolle bei der **Koordination und Rhythmik von Körperprozessen.** Deswegen kann die TOMATIS®-Methode auch effektiv Störungen dieser Bereiche beeinflussen.

### TIEFGREIFENDE ENTWICKLUNGSSTÖRUNGEN

Die neuronalen Schaltungen, die das Ohr mit dem Gehirn verbinden, enthalten sogenannte Spiegelneuronen. Diese speziellen Neuronen sind für die soziale Wahrnehmung besonders wichtig. Mit ihrer Hilfe erlernt man, **einer Person Absichten und Ideen zuzumessen und ihren Gefühlszustand zu erfassen.** Die TOMATIS®-Methode wirkt auf diese Neuronen und kann darüber die Qualität unserer zwischenmenschlichen Fähigkeiten verbessern.

### PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG UND WOHLBEFINDEN

Hochfrequente Klänge stimulieren u.a. ein großes Nervennetz, die „Formatio reticularis“, das die Gesamtaktivität des Gehirns kontrolliert. Beim TOMATIS®-Hörtraining werden **hohe Frequenzen immer wieder besonders betont, weil sie das Gehirn stimulieren und gleichzeitig den Körper entspannen.** Beides wirkt sich sehr positiv auf die persönliche Entwicklung und das Wohlbefinden aus.

### VERBESSERUNG DER STIMME UND DER MUSIKALITÄT

Das Grundprinzip der TOMATIS®-Methode besagt, dass **jede Veränderung des Hörens auch eine Wirkung auf die Wiedergabequalität hat**, egal ob eine Nachricht gesprochen, gesungen oder Klang durch ein Musikinstrument erzeugt wird. Trainiert man das Hören, trainiert man also gleichzeitig die Stimme bzw. das Instrumentenspiel.

### GEBURTSPREPARATION

Der Fötus kann die Stimme der Mutter wahrnehmen. Damit eine positive **primäre akustisch-emotionale Bindung begründet wird, sollte die Stimme** vom Kind als angenehm wahrgenommen werden. Diese Momente werden die weitere Entwicklung des Kindes entscheidend prägen. Das Schwangerschaftsprogramm der TOMATIS®-Methode begleitet die Mütter vor allem im letzten Drittel der Schwangerschaft, indem sie durch Stimulation über die Knochenleitung und durch Stressreduktion für Entspannung in Körper, Gehirn und Geist von Mutter und Baby sorgt.

### INTEGRATION VON FREMDSPRACHEN

Die TOMATIS®-Methode ermöglicht es jedem, der eine Fremdsprache erlernen will, **sich ihren Rhythmus und ihr Klangspektrum anzueignen. Das Ohr wird darauf konditioniert, sich effizient daran anzupassen und so die Sprache korrekt zu analysieren und wiederzugeben.** Das Training erlaubt dem Ohr, die neuen Rhythmen zu hören, und dem Gehirn, die neue Sprache zu integrieren.



## DAS HÖRTRAINING

### DAS ERSTGESPRÄCH

Zu Beginn findet ein ausführliches Gespräch in einem TOMATIS®-Institut statt. **Im Zuge dieser Sitzung werden speziell auf Ihr Problem zugeschnittene psychopädagogische Tests durchgeführt, gewöhnlich auch ein TOMATIS®-Hörtest.** Damit kann Ihr Zuhörpotential festgestellt werden.



### DIE HÖRSITZUNGEN

Mittels speziell entwickelter Geräte hören Sie ein von Ihrem TOMATIS®-Anwender/Ihrer TOMATIS®-Anwenderin ausgewähltes Programm. **Die Hörsitzungen können entweder in einem TOMATIS®-Institut oder mittels eines mobilen TalksUp®-Geräts zuhause erfolgen.** Zur Stimulierung von Ohr und Gehirn müssen diese Hörsitzungen über einen gewissen Zeitraum hinweg täglich wiederholt werden. Dann folgt eine Ruheperiode, eine sogenannte Integrationsphase, um eine nachhaltige Wirkung sicherzustellen. Die Dauer und Anzahl der Hörsitzungen hängt von der Problematik ab. **Üblicherweise dauert die tägliche Hörsitzung zwei Stunden. Die gesamte Trainingsdauer beträgt 60 bis 90 Stunden.**

Der/die TOMATIS®-Anwender/in kann auch aktive Hörsitzungen vorschlagen, wenn er/sie dafür ausgebildet wurde. Diese Aktivsitzungen umfassen Lese-, Wiederholungs- und Ausdrucksübungen, wobei die Stimme mit den spezifischen TOMATIS®-Parametern modifiziert wiedergegeben wird. Man hört also seine Stimme in Echtzeit korrigiert, wodurch diese unbewusst moduliert wird. Diese Übungen sind optional und werden erst nach Abschluss eines passiven Hörtrainings angeboten.

### DIE ABSCHLUSSBESPRECHUNG

Nach Ende der Hörsitzungen erfolgt eine Abschlussbeurteilung. Dabei wird der erzielte Fortschritt festgestellt und entschieden, ob weitere Hörsitzungen notwendig sind. **Die mit der TOMATIS®-Methode erzielten Ergebnisse sind grundsätzlich dauerhaft.** Deswegen ist es meist nicht nötig, das Hörtraining über die normale Dauer hinaus auszudehnen. Nur bei speziellen Problematiken kann eine Programmverlängerung angezeigt sein.