

Porträts



Irene Schulz

Hören ist ein passiver Vorgang, das Zuhören oder das Horchen hingegen ist eine aktive Handlung. Die akustische Wahrnehmungsfähigkeit beeinflusst unser tägliches Leben ganz entscheidend. Wir müssen Tausende von Signalen aufnehmen, filtern und verarbeiten. Je leichter wir diese Aufgabe erledigen, desto mehr Energie bleibt uns für andere Dinge. Aufgrund dieser Erkenntnisse leite ich seit 1993 das Zentrum für Horchtraining nach der Methode von Prof. A. Tomatis. Über die damit erzielten Resultate bei Kindern und Erwachsenen gebe ich Ihnen gerne persönlich Auskunft.



Prof. Alfred Tomatis

Professor Tomatis, dessen Vater Sänger war, wurde 1920 in Nizza geboren. Sein Medizinstudium absolvierte er in Paris und spezialisierte sich dann auf Hals-Nasen-Ohrenerkrankungen. Bei seinen Forschungen konnte Tomatis drei Grundgesetze formulieren, die an der Académie des Sciences in Paris hinterlegt sind. Sehr bald merkte er, dass die akustische Stimulation des Ohrs nicht nur die Stimme und die Phonation veränderte, sondern auch Auswirkungen auf den Gesamtzustand des Menschen hatte. Daraus entwickelte er die heute weit verbreitete A. Tomatis-Methode.

Methode

In einem ersten Aufnahmegespräch ermittelt Irene Schulz, welche Erwartungen ein Klient hat und ob ein Horchtraining überhaupt die richtige Massnahme für ihn ist.

Der Horchtest klärt dann ab, wie die Frequenzen im Verhältnis zueinander wahrgenommen werden. Beim Horchtest wird die auditive Wahrnehmung getestet, die Aufschluss gibt über unser Kommunikationsverhalten, die Fähigkeit analytisch und bewusst zu hören, sowie über das Gleichgewicht und die Klang- und Sprachdifferenzierung.

Danach wird das eigentliche **Horchprogramm individuell auf die spezifischen Bedürfnisse jeder Person** eingestellt.

Das Training gliedert sich in drei Blöcke mit aktiven und passiven Phasen.

- **In der passiven Phase** werden den Klienten über das «Elektronische Ohr» und spezielle Kopfhörer Mozartmusik oder gesprochene Texte eingespielt. Die Klangeinspielung wird ständig moduliert, was ein Training der Muskeln im Mittelohr bewirkt, also eine Art «Mikrobodybuilding».
- **Die aktive Phase** hängt sehr vom Klienten und seinen Bedürfnissen ab. Musiker arbeiten häufig an ihrem Instrument, andere sprechen Texte nach, lesen oder machen Stimmübungen.

Tests belegen eine deutliche Verbesserung des Horch- und Zuhörvermögens nach dem Horchtraining nach A. Tomatis.



Irene Schulz
Tomatis
Zentrum für Horchtraining
Zürich

Falkenstrasse 26
CH-8008 Zürich
Telefon +41 44 252 74 81
info@atomatis.ch
www.atomatis.ch

Trifolium Design

Probleme beim Zuhören?

Steigern Sie Ihre
Lebensqualität mit uns.

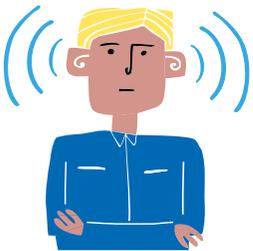


Irene Schulz
Tomatis
Zentrum für Horchtraining
Zürich



Kommunikation

Die akustisch wahrnehmbare Kommunikation ist für uns alle von zentraler Bedeutung: **Wir wollen verstehen – und wir wollen verstanden werden.** Viele Menschen können andere bei einem gesteigerten Lärmpegel (z.B. Bar, Restaurant) aber nur schwer oder gar nicht verstehen. Ihnen kann das Zentrum für Horchtraining in Zürich eine **hörbar bessere Lebensqualität** bieten.



Zuhören

Wer Mühe hat, konzentriert zuzuhören, fühlt sich oft ausgegrenzt – in Job, Familie und Freizeit. **Dieses Handicap muss man nicht hinnehmen.** Denn mit den richtigen Trainingseinheiten nach der Methode des renommierten HNO-Professors Alfred A. Tomatis **lässt sich das Ohr fit machen.** Im Zentrum für Horchtraining können sich Betroffene beraten und helfen lassen.



Stress, Erschöpfung, Überreizung

Unser Wohlbefinden und unsere Stressresistenz haben viel mit dem Vagus Nerv zu tun. Er erstreckt sich vom Gehirn bis in den Bauchraum und versorgt alle Organe, u.a. auch das Mittelohr. Wenn nun das Mittelohr durch ein Horchtraining trainiert und reguliert wird, stärkt das automatisch den Vagus Nerv. Er reagiert sehr sensibel auf die Vorgänge im Mittelohr. **Ein starker Vagusnerv macht uns stressresistenter und führt zu grösserem Wohlbefinden.**



Schwindel

Das Ohr ist auch verantwortlich für das Gleichgewicht und die aufrechte Haltung des Menschen. Denn das Gleichgewichtsorgan (Vorhof) ist ein Teil des Innenohrs und hat jeden Muskel des Körpers unter Kontrolle. Das Zentrum für Horchtraining kann auch bei **Gleichgewichtsstörungen/Schwindel gute Resultate** erreichen.



Lernen / Legasthenie

Legastheniker können sich kaum merken, wie ein Buchstabe oder Laut aussieht und klingt. Meistens arbeiten Ohr und Auge nicht richtig zusammen, was aber für den Lese- und Schreibprozess extrem wichtig wäre. Darum ist die Sprachverarbeitung problematisch und anstrengend. Das Tomatis-Horchtraining korrigiert die auditive Wahrnehmung, so dass die **Laute und Buchstaben wieder klar, korrekt und schnell genug aufgenommen und verarbeitet** werden können.



Sprechen

Unser Gehör ist eng mit der Sprache und dem Sprechen verbunden. Wir sprechen so, wie wir hören. Prof. Tomatis fand heraus, dass die Stimme nur die Töne enthält, die das Ohr hört. Wenn wir also **unser Ohr trainieren und optimieren, hat das automatisch auch positive Auswirkungen auf unsere Stimme und unsere Sprache.** Anders gesagt: Wenn wir das Zuhören optimieren, verändern sich die Deutlichkeit, der Sprachrhythmus und der Klang der Stimme in gleicher Weise.



Konzentration

Sogar bei Konzentrations- und Gedächtnisstörungen kann eine bedarfsgerechte Behandlung im Zentrum für Horchtraining hilfreich sein. Denn beim Horchtraining lernt man automatisch, **sich auf akustische Reize zu konzentrieren und sich nicht ablenken zu lassen.** Die einzelnen Schritte werden selbstverständlich individuell festgelegt.



Tinnitus

Tinnitus hat oft mehrere Ursachen und muss individuell betrachtet werden. Es gibt noch kein bewährtes Heilmittel. Beim Horchtraining wird das Gehör optimiert und gestärkt. Es wird widerstandsfähiger, flexibler und kann das Ohrgeräusch besser ausblenden bzw. in den Hintergrund drängen. **Das bedeutet eine grosse Erleichterung.**



ADS / ADHS

Bei ADS/ADHS liegt eine neurohormonale Dysbalance vor. Die Verarbeitung akustischer und visueller Reize ist dann sehr schwierig. Im Grunde laufen diese Menschen ständig am Limit, da ihr vegetatives Nervensystem konstant überreizt ist. Mit einem Tomatis-Horchtraining können wir entscheidend dazu beitragen, dass die akustische Reizüberflutung korrigiert und somit die Verarbeitung des Gehörten viel **einfacher wird. Damit verbessert sich die Konzentration,** was im Alltag (Schule, Beruf, Privatleben) von entscheidender Bedeutung ist.