

Alleen horen is niet genoeg



Tomatis luistertherapie

Verbeter je luistervermogen om (weer) optimaal te kunnen communiceren en functioneren

len Breukers is als logopedist werkzaam geweest in het Speciaal Basis Onderwijs. In 2003 kwam zij via bij- en nascholing in aanraking met de Samonas-versie van luistertherapie.

Van haar toenmalige directeur mocht zij de benodigde materialen aanschaffen en de therapie op school toepassen.

De resultaten waren boven verwachting. Leerkrachten waren verrast dat kinderen die niet mee konden komen (omdat ze zich bijvoorbeeld niet konden concentreren) weer 'taakgericht' werden. Het inspireerde haar om zich verder te verdiepen in de methode.

In dit artikel laat len Breukers ons kennismaken met de Tomatis luistertherapie. Een therapievorm die weinig belastend is voor de cliënt en grotendeels vanuit huis kan worden gedaan.

len is sinds december 2012 gecertificeerd Tomatis luistertherapeut en startte haar praktijk voor logopedie en Tomatis en Samonas luistertherapie in mei 2011. De afgelopen 10 jaar heeft zij met deze breedwerkende methode goede resultaten bereikt.

De grondlegger van de Tomatis luistertherapie is prof. dr. Alfred Tomatis, een Franse KNO-arts.

Hoe werkt de Tomatis luistertherapie?

De Tomatis therapie werkt met speciaal bewerkte muziek. De muziek bestaat met name uit klassieke muziek en natuurgeluiden. Met een speciale koptelefoon wordt hiernaar geluisterd.

De genezende werking zit vooral in de hoge tonen (16.000 – 20.000 Hz). Onderzoek heeft uitgewezen dat deze tonen de hersenen zodanig stimuleren dat de concentratie en het leervermogen verbeterd worden, men alerter reageert en meer energie krijgt.

Ook beperkingen op het gebied van taal, spraak, zelfvertrouwen, controle over emoties, (hyperactief) gedrag en contact maken, alsmede motivatie, fijne en/of grove motoriek, structuur kunnen aanbrengen, kunnen organiseren en het kunnen omgaan met harde geluiden, worden dankzij de regulerende werking van de muziek aangepakt.

Het gehoororgaan waar het evenwichtsorgaan deel van uitmaakt, is verbonden met veel zenuwen. Hierdoor heeft de methode een breed effect. Er is een verregaande samenhang tussen het gehoor, de hersenen, de spraak, de taal, de stem en de psyche.

Dr. Alfred Tomatis heeft dit op basis van jarenlange ervaring in zijn praktijk vastgesteld. Hij kwam tot het inzicht dat bovengenoemde problematiek vaak wordt veroorzaakt doordat bepaalde frequenties niet meer (goed) gehoord worden. De luisterfunctie is dan verstoord. De door hem ontwikkelde bewerkingsmethodiek (vooral op basis van klassieke muziek) bleek te kunnen herstellen dat alle frequenties weer correct waargenomen worden – via het oor en de zenuwen die hiermee verbonden zijn,

Het inzicht van dr. Alfred Tomatis

Hij ontdekte dat een verandering in de hoor- of luistervaardigheden van de mens, automatisch veranderingen in de stem, lichaam en psyche tot gevolg heeft. Zijn ontdekkingen werden in 1957 wetenschappelijk geaccepteerd door de Wetenschappelijke Academie van Parijs en vastgelegd in 3 z.g. 'Tomatis-wetten':

1. Een stem bevat slechts die frequenties, die het oor waarneemt.
2. Geeft men het oor de mogelijkheid om niet of niet correct waargenomen frequenties weer goed te horen, dan verschijnen deze frequenties ook weer in de stem, direct en onbewust.
3. De over een bepaalde periode voortdurende herhaalde akoestische stimulatie brengt een blijvende verandering van het gehoor en de stem tot stand.

Uit zijn onderzoeken blijkt verder dat:

1. Elke verandering van de stem nauw samenhangt met een psychische gedragsverandering.
2. Er een samenhang tussen stem en stemming bestaat.
3. De stem fungeert als spiegel van alle psychologische processen.
4. Slecht luisterende mensen zich steeds meer terugtrekken, levenszin verliezen, eerder vermoeid raken en concentratieproblemen hebben.
5. Beweging, ritme en (lichaams)houding altijd met het gehoor- en evenwichtsorgaan zijn verbonden.
6. Het gehoor- en evenwichtsorgaan het vegetatieve zenuwstelsel beïnvloedt en op de ademhaling, hart, bloedvaten en het spijsverteringssysteem werkt.
7. Een goed luisterend oor een voorwaarde is voor persoonlijke groei.

Op basis van deze inzichten heeft hij de Tomatis luistertherapie ontwikkeld.





Luistertherapie volgens Tomatis of Samonas?

Ien Breukers past in haar praktijk beide methoden toe. De Samonas luistertherapie is van de Tomatis luistertherapie afgeleid. De Samonas therapie gebruikt zij vooral bij kinderen. Door een andere bewerking is de luistertijd aanzienlijk korter dan bij de Tomatismethode. Er wordt gedurende een maand elke dag 1 of 2 maal geluisterd. De luistertijd ligt tussen de 2 tot 15 minuten. Bij Tomatis is de standaard luistertijd 80 minuten per dag gedurende 14 dagen. Bij Samonas wordt tijdens het luisteren de optimale luistertijd 'ingeregeld'. Dit heeft als consequentie dat een intensieve observatie van de ouders noodzakelijk is. Bij beide methoden wordt met een basismodule gestart. Indien nodig zijn er een of meerdere vervolgmodes.

Hoe werkt luistertherapie in de praktijk?

Om een goed inzicht te hebben of luistertherapie geschikt is voor het oplossen van de problematiek van de client, start Ien altijd met een uitgebreide vrijblijvende intake. Indien ze doorgaan, wordt op basis van het verkregen beeld bepaald welke muziek ingezet gaat worden. In overleg wordt gekozen voor de Tomatis- of de Samonasmethode.

De methode zoals Ien deze toepast maakt dat de therapie vanuit huis kan worden gevolgd.

Wat zijn de resultaten van luistertherapie in de praktijk?

Luistertherapie heeft in de praktijk veel voor Ien's cliënten betekend.

Enkele voorbeelden:

Concentratie

Jongen van 7 jaar kon zich na de Samonas-therapie langer concentreren (bij voorlezen, tekenen en spelen), was rustiger, sprak veel duidelijker en zijn fijne motoriek (tekening inkleuren) was verbeterd.

Tinnitus

Vrouw van 51 jaar werd behandeld met de Tomatismethode vanwege tinnitus en overgevoeligheid voor geluid. Met als resultaat dat het piepen in het dagelijks leven veel meer naar de achtergrond is geschoven. Ook waren haar concentratie en algemeen energieniveau duidelijk verbeterd. Dit voelde voor haar echt als een fysieke verandering (niet als gevolg van 'anders denken'). Ze was meer aanwezig in het hier en nu. De overgevoeligheid was in een oor verbeterd, in het andere

oor niet. Ze was zich echter meer bewust van haar grenzen en handelde daar ook naar.

Ballontrauma

Jongen van 10 jaar werd behandeld met de Tomatismethode vanwege een angst voor harde, onverwachte geluiden. Toen hij 2 jaar was heeft hij een ballontrauma opgelopen. Na afloop van de therapie kan hij beter tegen harde geluiden, hij schrikt minder. Hij zegt zelf dat de geluiden anders binnenkomen, het voelt beter.

Autisme

Jonge vrouw van 20 jaar met klassiek autisme werd behandeld met de Tomatismethode. Anderhalf jaar voor aanvang van de therapie leefde ze erg in haar eigen wereldje, kon wel (oog)contact maken met ouders, zus en een enkele begeleider maar op anderen reageerde ze vrijwel niet. Ook sprak ze vrijwel niet. Daarnaast was zij erg passief. Haar dagelijkse routines werden geregeld door ouders/zus/begeleider en zijzelf nam vrijwel geen initiatief. Ook maakte zij weinig keuzes. Doordat ze weinig contact maakte en door haar passiviteit was ze erg afhankelijk van haar laptop, waar ze graag filmpjes op keek.

Zij deed tijdens en na de therapie dingen die ze wel kon, maar nooit uit zichzelf deed. Zoals lego, woordpuzzels en verfwerkjes. Hiermee kon ze zich prima voor langere tijd vermaken en werd minder afhankelijk van haar laptop. Zij was meer relaxed in een groep mensen en keek hen meer aan.

Ook begon zij meer initiatief te nemen: ze legt nu consequent zelf haar kleding neer voor de volgende dag en kiest zelf wat ze op haar boterham wil.

Haar spreken is een klein beetje vooruitgegaan. Ze zegt bijvoorbeeld iets vaker woorden die passend zijn in een situatie en ze spreekt iets duidelijker.

Meer weten?

Op de website tomatis-en-samonas-therapie.nl staat uitgebreide informatie over de therapie, de achtergronden, het onderzoek, len's werkwijze, ervaringen van cliënten, etc.

Ien Breukers

is logopedist en luistertherapie therapeut.
contact@tomatis-en-samonas-therapie.nl

