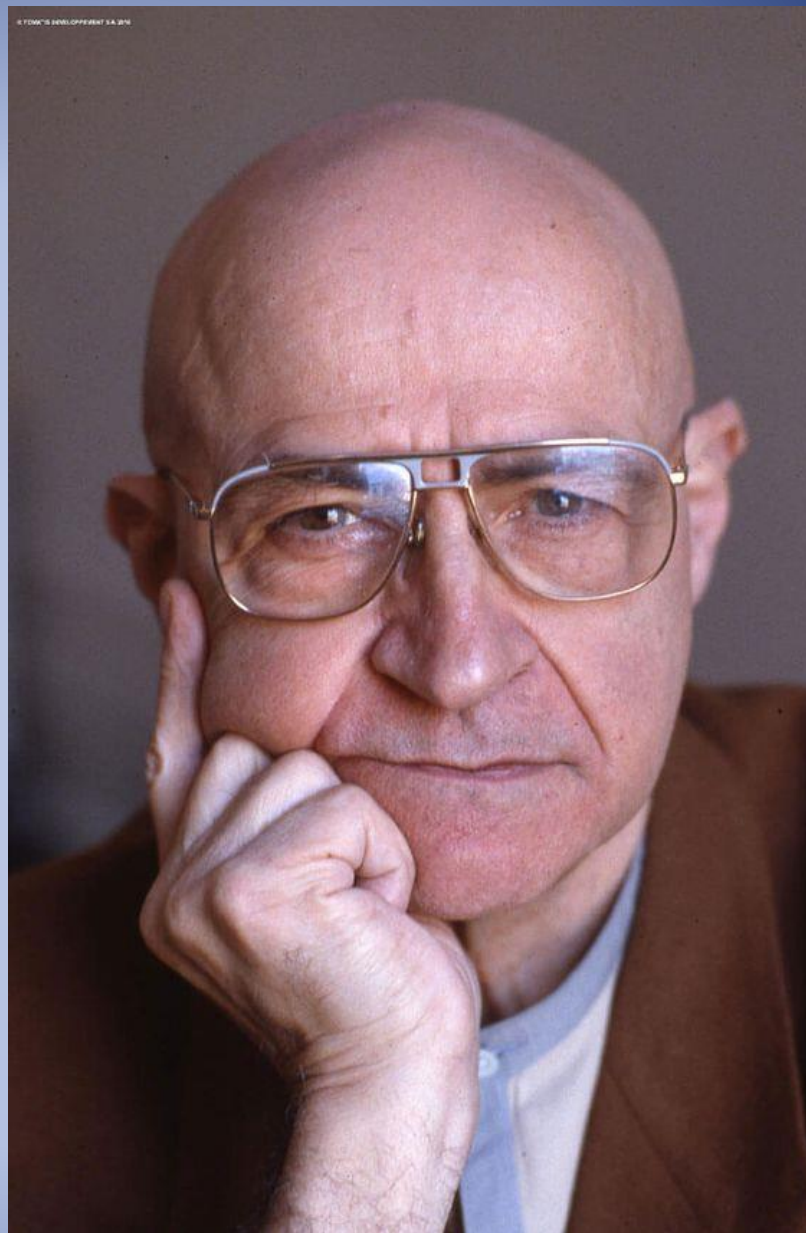


# Terapia metodą prof. A. Tomatisa

stymulacja audio-psycho-lingwistyczna

# Prof. Alfred Tomatis

Profesor medycyny,  
otolaryngolog.  
Prowadził badania  
nad związkiem  
pomiędzy głosem,  
słuchem, mową  
i językiem oraz ich  
wpływem na jakość  
życia człowieka.



# Słuchanie a słyszenie

Tomatis wprowadził rozróżnienie między dwoma procesami: słyszeniem a słuchaniem. Wieloletnie doświadczenia doprowadziły do konkluzji, iż słyszenie jest procesem biernym, zależącym od stanu narządu słuchu, natomiast słuchanie czyli uwaga słuchowa jest procesem aktywnym, polegającym na świadomym odbieraniu bodźców dźwiękowych, wydobywaniu z otoczenia istotnych dźwięków i czerpania w ten sposób informacji o otaczającym świecie.

Tomatis uważał, że dźwięk spełnia nie tylko funkcję informacyjną, lecz również stanowi bardzo istotną stymulację dla kory mózgowej, dlatego stworzył on metodę kształcenia uwagi słuchowej, zwaną także treningiem słuchowym lub metodą stymulacji audio-psycho-lingwistycznej. Metoda ta ma na celu kształtowanie umiejętności aktywnego i świadomego słuchania, co w efekcie poprawia funkcjonowanie w wielu różnorodnych sferach życia.

# Metoda prof. A. Tomatisa

Metoda Tomatisa oddziałuje na plastyczność połączeń nerwowych, odpowiedzialnych za dekodowanie i analizę dźwięków, a także na koordynację słuchowo-wzrokowo-ruchową czyli procesów, od których zależy sprawne nabywanie różnorodnych umiejętności szkolnych. Trening słuchowy ma na celu skrócenie czasu analizy informacji dźwiękowej w wyniku czego znacznie poprawia się pamięć, koncentracja i uwaga, a co za tym idzie -zdolność efektywnego uczenia się.

Dzieci z niedojrzałą uwagą słuchową zapamiętują tylko część tego, co do nich mówimy. Nie pamiętają informacji podawanych w przedszkolu, w okresie szkolnym mają trudności z pisaniem ze słuchu, popełniają wiele błędów, przekręcają wyrazy. Codzienne funkcjonowanie utrudniają im problemy z uwagą i koncentracją. Zaburzeniom tym może towarzyszyć dodatkowo nadwrażliwość na pewne rodzaje dźwięków.

Czy zdarzyło się Państwu mówić do swojego dziecka i mieć wrażenie, że ono nie słyszy?

Czy po kilkukrotnym powtórzeniu pytania lub polecenia nie męczyły Państwa wątpliwości, czy jego słuch jest prawidłowy?

Aby skoncentrować się na jednej rzeczy, nasz umysł uczy się pomijać zbędne informacje. Przy prawidłowo funkcjonującej uwadze słuchowej nagły, ważny dźwięk powinien automatycznie uruchomić uwagę dziecka, jednak nie zawsze tak się dzieje.

Nieprawidłowo funkcjonująca uwaga słuchowa objawia się trudnościami ze skoncentrowaniem się w szumie, nieprawidłowym selekcjonowaniem docierających do nas informacji, błędnym odbieraniem komunikatów.

# Objawy zaburzeń uwagi słuchowej

- związane z odbieraniem bodźców z zewnątrz: nadwrażliwość na dźwięki, zaburzenia koncentracji, mylenie podobnie brzmiących słów, błędna interpretacja pytań i poleceń, konieczność częstego powtarzania poleceń i nieumiejętność spełniania poleceń wieloczęłonowych;



- związane ze słuchową kontrolą własnych wypowiedzi: zaburzone cechy prozodyczne mowy, monotonne wypowiedzi, zaburzenia płynności i wyrazistości wypowiedzi, ubogi zasób słów, mylenie liter lub odwracanie ich kolejności, problemy z głoskowaniem, długi proces nabywania umiejętności czytania wyrazami, płynnego i wyrazistego, problemy z czytaniem na głos, słabe rozumienie tekstu czytanego, nieumiejętność czystego śpiewania;

- związane z funkcjami motorycznymi: brak poczucia rytmu, niewyraźne pismo, mylenie strony prawej i lewej, problemy z organizacją i strukturą ruchu, mieszana dominacja;
- związane z poziomem energii: trudności z porannym wstawaniem, męczliwość, poczucie przytłoczenia, uleganie przygnębieniu, bierność lub nadaktywność;
- związane z funkcjonowaniem społecznym: mała tolerancja na frustrację, brak wiary w siebie, nieśmiałość, tendencja do wycofywania się, drażliwość, niedojrzałość, brak motywacji do nauki i pracy, negatywne nastawienie do nauki i pracy.

# Efekty uzyskiwane po terapii metodą Tomatisa

- lepszy kontakt wzrokowy w rozmowie,
- lepsze rozumienie poleceń i przekazywanych treści,
- potrzeba kontaktu werbalnego,
- większa gotowość do podejmowania nowych rodzajów działania,
- większa aktywność i zainteresowanie pracą na lekcjach i innych zajęciach,
- lepsza koncentracja i mniejsza męczliwość,

- większa pewność siebie i otwarcie się na kontakt z innymi,
- mniej nieadekwatnych reakcji emocjonalnych,
- lepsza koordynacja i precyzja ruchów w obrębie dużej motoryki,
- lepsza orientacja w przestrzeni,
- lepsza kontrola nad emocjami,
- lepsza samoocena i zwiększenie pewności siebie,
- polepszenie wymowy i płynności wypowiedzi,
- większa efektywność nauki języków obcych,

# Procedura badania uwagi słuchowej

- Trening uwagi słuchowej poprzedzony jest badaniem – diagnoza uwagi słuchowej zewnętrznej (przewodnictwo powietrzne), diagnoza uwagi słuchowej wewnętrznej (przewodnictwo kostne), badanie dyskryminacji wysokości dźwięków, badanie lateralizacji (lewo-, czy prawouszna)
- Podczas testu przeprowadzany jest również wywiad z rodzicami dotyczący przebiegu ciąży, rozwoju dziecka w pierwszym roku życia i latach następnych.

# Organizacja zajęć

Metoda Tomatisa polega na słuchaniu dźwięków poprzez urządzenie nazwane „elektronicznym uchem”. Zmusza ono ludzkie ucho do efektywnego, aktywnego słuchania, dzięki zastosowaniu muzyki o zróżnicowanej częstotliwości. Specjalne słuchawki, podają dźwięk drogą powietrzną oraz kostną, co powoduje intensywną stymulację kory mózgowej oraz eliminację nadwrażliwości słuchowych, przyczyniając się do poprawy procesów uczenia się i eliminowania stresu. Cały trening składa się z codziennych godzinnych lub półtoragodzinnych sesji. Podczas trwania sesji można rysować, grać w gry planszowe i logiczne, bawić się lub odpoczywać. Każdy trening słuchowy prowadzony jest etapami, pomiędzy którymi konieczna jest przerwa -mająca na celu integrację pozytywnych zmian w obszarze uwagi słuchowej. Przebieg terapii jest monitorowany i dostosowany do indywidualnych potrzeb pacjenta.

# Przykładowy program terapii

Faza I – 11dni\*

2-6 tygodni przerwy

Faza II – 12dni\* (możliwość powtórzenia fazy w przypadku niezadawalających efektów)

2-6tygodni przerwy

Faza III – 6 dni\*

2-6 tygodni przerwy

Faza aktywna – 12 dni\*

\*czas trwania dla sesji półtoragodzinnych, czas terapii dopasowywany jest indywidualnie do potrzeb uczestnika

# Bibliografia:

1. Materiały zamieszczone na stronie [www.tomatis.com](http://www.tomatis.com),
2. Materiały za strony stowarzyszenia Mamy głos [www.mamyglos.org](http://www.mamyglos.org) ,
3. Skrypt ze szkolenia.

opracowała  
Elżbieta Wysocka