POPPPiDM

Powiatowy Ośrodek Poradnictwa Psychologiczno-Pedagogicznego i Doradztwa Metodycznego w Polkowicach

TERAPIA METODĄ TOMATISA

TRENING UWAGI SŁUCHOWEJ STYMULACJA AUDIO-PSYCHO-FONOLOGICZNA

Alfred Tomatis, profesor medycyny, otolaryngolog, prowadził badania nad związkiem pomiędzy słuchem, głosem, mową i językiem oraz ich wpływem na jakość życia człowieka. 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-fonologicznej. Metoda ta, ma na celu kształtowanie umiejętności **aktywnego i świadomego słuchania, co w efekcie poprawia funkcjonowanie w wielu różnorodnych sferach życia**.

OBSZARY ZASTOSOWANIA METODY TOMATISA

TRUDNOŚCI SZKOLNE

młodszy wiek szkolny
- trudności grafomotoryczne (rysowanie, malowanie, wycinanie, itp),
- trudności z analizą i syntezą słuchową głosek, sylab, wyrazów,
- trudności w nabywaniu podstawowych umiejętności czytania i pisania,
- trudności z wykonywaniem zadań związanych z orientacją przestrzenną, (np. zaburzenia lateralizacji, pomyłki prawo- lewo),
- konieczność wielokrotnego powtarzania poleceń.

starszy wiek szkolny
- trudności w czytaniu ze zrozumieniem,
- problemy związane z komunikowaniem się pisemnym, rozplanowaniem notatki,
- ograniczenia umiejętności poczucia rytmu oraz **sekwencyjności (np. nieumiejętność zapamiętania tabliczki mnożenia)**
- wolniejsze tempo pracy na lekcji,
- trudności matematyczne,
- nieadekwatne oceny w szkole w porównaniu z wysiłkiem włożonym na naukę w domu.



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.

TRUDNOŚCI KOMUNIKACYJNE I LOGOPEDYCZNE

Zakłócenia uwagi słuchowej w istotny sposób przyczyniają się do problemów komunikacyjnych zarówno w postaci trudności logopedycznych jaki i niechęci do komunikowania się przez dziecko w obawie przed niezrozumieniem. Dlatego sprawne przetwarzanie sygnałów dźwiękowych, w tym częstotliwości specyficznych dla dźwięków mowy, jest niezbędne do osiągnięcia sukcesu w terapii logopedycznej oraz w tworzeniu się kompetencji językowych adekwatnych do wieku rozwojowego. Czynnikiem, który ma istotny wpływ na umiejętność kontroli własnego głosu oraz na zdolności komunikacyjne jest także lateralizacja słuchowa. Dzięki Metodzie Tomatisa możemy tak dobierać materiał dźwiękowy by uwrażliwiać ucho na dźwięki mowy i kształtować prawidłową lateralizację słuchową. Kolejne etapy terapii z zastosowaniem fazy aktywnej - pracy z głosem i mikrofonem, w istotny sposób wspierają pokonywanie trudności logopedycznych i przede wszystkim zachęcają do mówienia.

TRUDNOŚCI Z KONCENTRACJĄ UWAGI I NADWRAŻLIWOŚCI SŁUCHOWE

Często w wyniku infekcji uszu lub przewlekłych stanów zapalnych górnych dróg oddechowych dochodzi do nieprawidłowości w odbiorze i przetwarzaniu bodźców dźwiękowych, określanych mianem nadwrażliwości słuchowych., które przyczyniają się do problemów w funkcjonowaniu w pomieszczeniach o dużym natężeniu bodźców dźwiękowych. W takiej sytuacji trudno skupić się na istotnych bodźcach słuchowych i ignorować dźwięki zakłócające. Pojawiają się trudności z koncentracją uwagi i zapamiętywaniem informacji, zaś dźwięki o określonej częstotliwości mogą rodzić poczucie lęku i zagubienia. Metoda Tomatisa® może mieć bardzo pozytywny wpływ na selektywność uwagi z racji ogólnego oddziaływania na pobudzenie mózgowe w postaci doładowania korowego. Efekt Tomatisa® bazujący na elektronicznym bramkowaniu dźwięków powoduje kontrast dźwiękowy, którego zadaniem jest utrzymanie mózgu w stanie pobudzenia. Celem tego działania jest wsparcie rozwoju automatycznych mechanizmów wykrywania zmian, co w efekcie powinno wzmocnić podzielność uwagi i umiejętność ignorowania sygnałów zakłócających.

TRUDNOŚCI MOTORYCZNE - KOORDYNACJA RUCHOWA

Odbieranie dźwięków nie jest jedyną funkcją ucha, ma ono również istotną rolę w utrzymywaniu równowagi i koordynacji ruchowej. Odpowiada za to organ w uchu wewnętrznym o nazwie „przedsionek". Zakłócenia w funkcjonowaniu tego organu powodują, że ruchy podczas biegania, pływania lub innych aktywności wydają się być niezgrabne, dziecko często potyka się, nie „zauważając" przeszkód wokół niego. W nauce szkolnej pojawiają się trudności z zadaniami wymagającymi stosowania relacji przestrzennych i określania kierunków. Ponadto znacznie obniżone są umiejętności grafomotoryczne. Metoda Tomatisa poprzez możliwość stosowania muzyki o różnej częstotliwości ma bardzo duży wpływ na stymulację układu przedsionkowego, powodując poprawę napięcia mięśniowego i funkcjonowania psychomotorycznego.

TRUDNOŚCI EMOCJONALNE - OBNIŻENIE NASTROJU,STRES

Nieprawidłowo ukształtowane nawyki słuchowe i zakłócenia uwagi słuchowej negatywnie wpływają na nasze samopoczucie. Nadwrażliwości słuchowe nie tylko utrudniają koncentrację ale mogą powodować poczucie niepokoju i lęku, które wywołują szereg nieadekwatnych zachowań dziecka czy osoby dorosłej w postaci: wycofywania się z różnorodnych relacji rówieśniczych, widocznej labilności emocjonalnej a także napadów złości i agresji. Ucho jest bardzo ważnym kanałem przekazu informacji i bodźców ze środowiska zewnętrznego. Brak odpowiedniego pobudzania -doładowania kory mózgowej -powoduje że nasze samopoczucie jest gorsze, łatwiej ulegamy obniżeniu nastroju, trudniej radzimy sobie ze stresem. Metoda Tomatisa dzięki zastosowaniu specjalnie skonstruowanych słuchawek zmniejsza nadwrażliwości słuchowe a słuchanie w trakcie terapii, dźwięków bogatych w wysokie tony harmoniczne stymuluje korę mózgową, obniżając tym samym poziom lęku, co w efekcie znacznie poprawia samopoczucie i funkcjonowanie społeczne. Dynamizujące działanie Metody Tomatisa® wzmocnione jest efektem rozluźniającym na płaszczyźnie cielesnej, co ma pozytywny wpływ na zniwelowanie poziomu stresu i niepokoju.

PRZYSWAJANIE JĘZYKÓW OBCYCH

Każdy język ma swój własny kod, który dziecko przyswaja wraz z rozwojem mowy, jednak kod ten może stać się hamulcem w nauce innego języka gdyż nie zawiera on elementów akustycznych charakterystycznych dla wybranego języka obcego. Rozwiązania zastosowane w Metodzie Tomatisa pozwalają na przetwarzanie dźwięków w sposób odpowiadający parametrom akustycznym danego języka. W praktyce oznacza to, że ucho ludzkie adaptuje się i wyczula na rytm i melodię języka obcego. Dzięki temu nauka języka staje się bardziej efektywna i znacznie łatwiejsza niż prowadzona metodami tradycyjnymi. Zastosowanie elektronicznego ucha pozwala przygotować i uwrażliwić odbiorcę na częstotliwości, które są charakterystyczne tylko dla wybranego języka a nie występują w mowie ojczystej. Dlatego w wymowie uzyskujemy właściwy akcent i znacznie poprawia się umiejętność zapamiętywania i wypowiadania obcojęzycznych wyrazów.

Test uwagi słuchowej diagnozuje zakłócenia i nieprawidłowości w kilku podstawowych obszarach.

I SFERA KOORDYNACJI RUCHOWEJ odpowiedzialna między innymi za:
- umiejętności zakresu Integracji Sensorycznej,
- poczucie równowagi i schematu ciała,
- umiejętności grafomotoryczne,
- poczuciu rytmu i sekwencyjności,
- zdolności praktyczne i matematyczne.

II SFERA KOMUNIKACYJNA I JĘZYKOWA odpowiedzialna między innymi za:
- rozwój mowy i zdolności komunikacyjnych,
- umiejętności kontroli własnego głosu,
- analizę i syntezę słuchową głosek, sylab, wyrazów,
- zapamiętywanie, rozumienie, czytanie,
- koncentrację.

III SFERA AKTYWNOŚCI TWÓRCZEJ odpowiedzialna między innymi za:
- bogactwo pomysłów,
- wyobraźnię,
- otwartość i chęć komunikacji,
- podatność na stres i obniżenie nastroju,
- zdolność do syntetycznego myślenia,
- zdolności językowe.



Organizacja zajęć

Metoda ta 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 eliminacje nadwrażliwości słuchowych, przyczyniając się do poprawy procesów uczenia się i eliminowania stresu. Cały trening składa się codziennych dwugodzinnych sesji podzielonych na 30 minutowe seanse Podczas trwania sesji można rozmawiać, 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.

Wariant podstawowy Metody Tomatisa:
Etap I – 30 godz. ćwiczeń rozłożonych na okres 15 dni, po dwie godziny dziennie.
Etap II – 15 godz. ćwiczeń odbywających się po 1-2 miesięcznej przerwie. Ta faza koncentruje się na aktywnej pracy z mikrofonem, tak aby pacjent miał okazję słuchać własnego głosu i pod kontrolą terapeuty pracować nad eliminowaniem zakłóceń uwagi słuchowej.
Ilość godzin i etapów terapii jest dostosowana do indywidualnych potrzeb pacjenta, uwzględnia jego wielospecjalistyczną diagnozę zgodnie z zasadami audiopsychofonologii - metody Tomatisa.

Diagnozę i terapię nadzorują certyfikowani specjaliści metody Tomatisa:
mgr Halina Furmann
mgr Anna Szczepańska

Jeżeli są Państwo zainteresowani terapią konieczne jest złożenie wniosku o przyjęcie w sekretariacie poradni.

Czytaj więcej o metodzie Tomatisa - http://www.tomatis.com/