

METODA TOMATISA

Metodę kształcenia uwagi słuchowej, zwaną także treningiem słuchowym lub metodą stymulacji audio - psycho - lingwistycznej wynalazł francuski otolaryngolog, neurolog i foniatra – prof. Alfred Tomatis.

Podstawowym celem tej metody jest wspieranie koncentracji, jakości uczenia się oraz rozwijanie zdolności językowych i komunikacyjnych, a także zwiększanie kreatywności oraz poprawa zachowań społecznych.

Metoda polega na słuchaniu dźwięków poprzez urządzenie zwane „elektronicznym uchem”, które jest idealnym modelem ludzkiego ucha – „ćwiczny” ono ucho w taki sposób, aby mogło pracować bez zakłóceń. Ćwiczenia te stymulują centralny system nerwowy, a w szczególności korę mózgową, która stanowi centrum myślenia. Stymulacja ucha odbywa się poprzez dźwięki o określonej, zróżnicowanej częstotliwości.

Trening składa się z sesji słuchania oraz pracy z głosem poprzedzonych testem, który pozwala dopasować program sesji do indywidualnych potrzeb. Proces kształcenia uwagi słuchowej monitorowany jest w trakcie trwania treningu.

Terapia polega na słuchaniu odpowiednio przygotowanego materiału dźwiękowego przez specjalne słuchawki, gdzie dźwięki podawane są drogą powietrzną oraz kostną.

Pierwsza sesja obejmuje tzw. pasywną fazę terapii, w czasie której stosowana jest najczęściej muzyka gregoriańska i muzyka Mozarta filtrowana w odpowiedni sposób. Na dalszych etapach terapii wymagany jest aktywny udział pacjenta, np. czytanie.

Objawy mogące sugerować istnienie u danej osoby zaburzeń uwagi słuchowej:

- *zaburzenia koncentracji uwagi,*
- *nadwrażliwość na dźwięki,*
- *błędna interpretacja pytań,*
- *mylenie podobnie brzmiących słów,*
- *konieczność powtarzania poleceń,*
- *monotonny głos,*

- *ubogie słownictwo,*
- *trudności z czytaniem i pisaniem,*
- *niemuzykalność,*
- *słaba koordynacja ruchowa i słabe umiejętności sportowe,*
- *niewyraźne pismo,*
- *mylenie strony lewej i prawej,*
- *męczliwość,*
- *nadaktywność,*
- *tendencje depresyjne,*
- *nadwrażliwość emocjonalna,*
- *brak wiary w siebie,*
- *nieśmiałość, drażliwość, wycofywanie się.*

Najczęstsze zastosowania Metody Tomatisa u dzieci:

- zaburzenia mowy (jąkanie, opóźniony rozwój mowy, wady wymowy),
- zaburzenia głosu (np. chrypki dziecięce będące rezultatem nadużywania głosu przez dziecko),
- dysleksja,
- trudności szkolne,
- zaburzenia koncentracji.

Efekty stosowania metody w przypadku dzieci szkolnych:

- Polepszanie koordynacji ruchowej
- Polepszanie radzenia sobie z emocjami
- Polepszanie radzenia sobie ze stresem
- Zwiększanie koncentracji
- Lepsze zapamiętywanie
- Zmniejszanie liczby popełnianych błędów ortograficznych
- Zwiększanie sprawności komunikowania się
- Skuteczniejsza nauka języków obcych
- Lepsze wykorzystanie posiadanego potencjału