

Doris Ginzky

Audio-Psycho-Phonologie

Fallbeispiele aus der Praxis mit Erwachsenen (Teil 5)

Die „unerhörten“ Erkenntnisse des Alfred A. Tomatis über die Wirkung der Hörfähigkeit auf die Befindlichkeit des Menschen, die er im Laufe seiner über dreißigjährigen Forschungsarbeit gewonnen hatte, wurden zunächst in einem Grundsatzartikel dargestellt (Comed 4/2000). Nach weiteren Beiträgen, vornehmlich für den kindlichen Bereich, ist dieser Artikel den Erwachsenen gewidmet. Die Autorin berichtet über Erfahrungen Erwachsener mit der Horchtherapie sowie deren Therapieerfolge.

Wie die sieben folgenden Beispiele zeigen, wird durch die Horchtherapie nicht nur die Kommunikation im weitesten Sinn gestärkt (Stimme, Sprache, Sicherheit im Auftreten u.v.m.), sondern vor allem die Entwicklung der Persönlichkeit unterstützt, indem Blockaden aufgelöst sowie Krankheitsbilder behoben oder zumindest deutlich gemildert werden.

Sensorische Blockaden

Matthias, 37 Jahre alt, war selbst therapeutisch tätig und wollte diese für ihn neue Methode kennenlernen. „Nebenbei“ hoffte er, sein musikalisches Gehör zu entwickeln, da er in einer Band spielte und dabei große Probleme hatte, sich musikalisch einzufügen.

Die Anamnese ergab, daß die Entwicklung von Matthias durch stark belastende Ereignisse geprägt war: Geburt durch Kaiserschnitt, Nabelschnur um den Hals, eine sehr distanzierte und gestreßte Mutter, ein stets abwesender Vater, mehrere Mittelohrentzündungen genau zu der Zeit, als die Eltern sich endgültig trennten, pathologische Herzkloppengeräusche.

Keineswegs ideale Voraussetzungen für ein glückliches Leben.

Die Anamnese zeigte zudem, daß Matthias zwar motorisch (Hände und Füße) „rechts“ lateralisiert¹ war, sensorisch (Augen und Ohren) war er jedoch linksseiter. Dies sowie Schwierigkeiten beim Erkennen unterschiedlicher Tonhöhen zeigte, daß er sich zurückgezogen, einen Sicherheitsabstand zwischen sich und die Welt gebracht hatte.

Matthias hatte sein Leben eingerichtet, seinen Beruf gefunden, hatte eine feste Beziehung. Aber überall tat er sich schwer, hatte Ängste, das Richtige zu tun. Und, er mußte sich überproportional anstrengen, wenn er etwas erreichen wollte.

Therapieblöcke

Beim ersten Block spürte er so etwas wie Muskelkater in seinen Ohren. Dies war ei-

ne Folge des Trainings der Muskeln an den Gehörknöchelchen, das vom Elektronischen Ohr durch die Kipperschaltung² bewirkt wird. Matthias träumte viel, war zunächst lasch und müde, später jedoch kräftiger und fitter. Er fühlte sich wohler in seiner Beziehung und konnte Ärger schneller bemerken und angemessener ausdrücken.

Die Therapieblöcke:

1. Block à 15 Tage hintereinander

täglich je 2 Stunden

2. Block à 8 Tage hintereinander

täglich je 2 Stunden

weitere Blöcke wie der 2., also 8 Tage

je Block 2 Kontrolltests mit Besprechung zwischen den Blöcken 3 bis 5 Wochen Pause.

In der Pause vor dem zweiten Block bemerkte er beim Spielen mit der Band, daß er die anderen besser – nicht lauter, aber differenzierter! – hören konnte.

Während des zweiten Blocks begann sein rechtes Ohr, die Führung zu übernehmen. Haltung, Selbstvertrauen, Kommunikation wurden gestärkt, seine Beziehung intensivierte sich, beide, seine Freundin und er, begannen, sich ein Kind zu wünschen.

Der dritte Block mit viel aktivem Lesen, Nachsprechen und Singen über Mikrofon und Kopfhörer war anstrengend, ließ ihn Trauer um „Nicht Gehabtes“ erleben; aber Matthias stellte mit Erstaunen fest, daß dies alles einen starken energetischen Prozeß in ihm angeregt hatte. Um diesen Entwicklungsvorgang zu unterstützen, schloß er noch einen vierten Block zur Abrundung an.

Fazit:

In der Band spielte er wie befreit, da er sich und die anderen viel besser hörte. Der Kontakt zur Mutter entspannte sich; in seinen therapeutischen Beratungen bemerkte er, daß er viel aufmerksamer und „geöffnet“ zuhören konnte.

DORIS GINZKY

absolvierte ihre Ausbildung zur Audio-Psycho-Phonologin bei Dr. Alfred Tomatis in Paris und eröffnete 1992 das Horschstudio für Audio-Psycho-Phonologie in München. Sie ist Heilpraktikerin und unterstützt die Horchtherapie mit Bachblüten. Ihr Ziel ist dabei, eventuell auftauchende schmerzhaft Erinnerungen besser aushalten zu können, bis diese ihren „Biß“ verloren haben.

Mangel an Selbstbewußtsein

Heike, 29 Jahre alt, kam, weil sie ihre Sprache sowie ihre gesamte eigene Entwicklung voranbringen wollte, außerdem reagierte sie, vor allem nachts, auf Geräusche äußerst empfindlich. Sie war stark links lateralisiert (Hand, Fuß, Auge), nur beim Ohr lag die Führung auf der rechten Seite. In der elterlichen Familie fühlte sie sich nicht angenommen und – obwohl sie auf den ersten Blick keineswegs so wirkte – zeigten die ergänzenden Tests, daß ihr Selbstbewußtsein eher gering war.

Schon während des ersten Therapieblocks (mit der Simulation „Hören wie im Mutterleib“ unter Verwendung der Mutterstimme) fand Heike zunehmend zu sich selbst. So begann sie z.B. ihre Stimme zu akzeptieren.

Und dann, zu Beginn des zweiten Blocks, rückte sie mit der großen Neugier heraus:

Binnen drei Wochen hatte sie der Heirat mit ihrem Freund, mit dem sie bereits seit acht(!) Jahren zusammenlebte, nicht nur zugestimmt, sondern sie hatte alle Vorbereitungen selbst getroffen. Nun saß sie vor mir, selbstbewußt und endlich ohne Angst vor der Bindung. Es war eine schöne Hochzeit und sogar in ziemlich großem Kreise.

Der zweite Block brachte eine Entspannung im Verhältnis zu den Eltern. Interessante und kritische Gespräche wurden möglich. Körperliche Beschwerden konnte Heike gelassener wahrnehmen. Der dritte Block festigte all dies noch mehr: Die Ehe „werde immer schöner“, mit den Eltern laufe es „perfekt“, sie habe ein Gefühl wie „total befreit“.

Isolation durch Schwerhörigkeit

Elfriede, mitte fünfzig, war seit ihrer Kindheit schwerhörig, fühlte sich deshalb oft ausgegrenzt und kam zu mir mit dem Wunsch, damit besser fertigzuwerden.

Der Baumtest:

Der in der Audio-Psycho-Phonologie verwendete Baumtest wurde ursprünglich von René Stora entwickelt, später von Dr. Alfred A. Tomatis erweitert.

Die Bäume geben sowohl Hinweise darauf, wie sich jemand nach außen zeigt, wie er sich innerlich fühlt als auch auf „mitgebrachte“ Voraussetzungen und Anlagen sowie auf ungelebte Träume.

Die Horchkurven zeigten einen deutlichen Hörverlust, vor allem in den mittleren Frequenzen und damit im Bereich der Sprache. Die Bäume des psycho-diagnostischen Baumtests wiesen indes auf einen großen Ideenreichtum, aber auch auf Traurigkeit und den Wunsch nach Lebendigkeit hin.

Von Beginn der Therapie an reagierte Elfriede mit intensiven Träumen. Gleichzeitig erzählte sie mir von ihrer Angst vor ihren eigenen Aggressionen. In den Träumen ging es immer um Verletzungen oder zumindest Verletzungsgefahr, aber stets kam es zum „guten Ende“, d.h. Elfriede konnte

durch ihre Träume die alten Ängste abbauen.

Zwischen dem zweiten und dritten Block kam es zu einer starken Ausleitung: Mundgeruch, Hämorrhoiden, Oxydation an den Stellen, wo sie Ringe trug. Und wieder Träume, in denen Mutter, Schwester und Tochter eine Rolle spielten.

In Elfriedes Wirbelsäule arbeitete und knackte es, was sie als sehr wohltuend empfand. Ihr Rückgrat stärkte sich, körperlich und im übertragenen Sinn! Bei einem Streit mit ihrem Mann und ihrer Tochter fühlte sie sich viel sicherer.

Die Träume wurden immer deutlicher, bis sie sich nach dem vierten Block eingestehen konnte, daß ihr Mann sie schon seit Jahren betrogen hatte. Vorher hatte sie „weggehört“ und „weggesehen“. Durch die Therapie ist es ihr möglich geworden, sich mit dieser Tatsache auseinanderzusetzen und doch ihre Selbstachtung zu behalten.

Sie suchte nicht mehr nach Harmonie, sondern nach Klarheit. Als ihr Mann sich nicht zwischen Frau und Freundin entscheiden konnte, zog Elfriede schnell die Konsequenz und verließ ihren Mann.

Nach so vielen Jahrzehnten der Schwerhörigkeit haben sich die Horchkurven von Elfriede nicht mehr entscheidend verändert.

Aber dennoch:

Die eingetretene persönliche Entwicklung hilft ihr sehr; sie läßt sich nicht mehr ausgrenzen. Sie wehrt sich. Endlich!

Hörsturz

Ein besonders bemerkenswertes Beispiel ist Anne, eine Frau Mitte vierzig, die kam, um besser zu hören, wieder singen zu können, standfester zu werden, ins Gleichgewicht zu kommen. Sie hatte zwei Hörstürze hinter sich und war deshalb besorgt. Die Horchkurven zeugten von großer Unsicherheit in der Wahrnehmung und es wunderte mich, daß sie sich problemlos ohne Hörgerät verständigen konnte.

Sie hatte eine starke Behinderung infolge einer Kinderlähmung, die für sie aber schon so Teil ihres Lebens geworden war, daß sie nur auf meine beharrliche Nachfrage näher darauf einging. Es sollte sich jedoch zeigen, daß genau in diesem Bereich die erstaunlichsten Verbesserungen eintreten würden, womit Anne am wenigsten gerechnet hatte.

Bereits während des ersten Therapieblocks stellten sich bei Anne die gegensätzlichsten Wahrnehmungen ein. Ihre Träume erschreckten sie, aber auch bei ihr trugen die Träume viel zur Verarbeitung ihrer Situation sowie deren Akzeptanz bei.

Ab dem zweiten Block legte Anne zuhause öfter als früher ihr Stützkorsett ab und benutzte nicht nur da, sondern sogar bei der Arbeit den Rollstuhl anstatt ihrer Stöcke. Damit war sie beweglicher und kam schneller voran. Sie mußte jetzt niemandem mehr beweisen, daß sie doch beinahe gar nicht behindert war. Im selben Maß, in dem sie den Schmerz über ihr Behindertsein an sich heranließ, stärkten sich mit ihrem Selbstbewußtsein auch ihre Muskeln (vorwiegend im Rücken), so daß sie schließlich ihr Stützkorsett abschneiden (kürzen) und - wegen der gestärkten Muskeln! - weiten lassen konnte.

Anne schaffte es, ihre Aufmerksamkeit nicht mehr ausschließlich auf die Entwicklung der Horchkurve zu richten, als sie begriff, daß es ihr insgesamt besser ging. Ihre körperliche Stärkung hatte eine große seelische Stärkung zur Folge, wodurch sie viel von ihrer Traurigkeit und von ihren Zweifeln loszulassen vermochte.

Motorik

Kamilla, 36 Jahre alt, antwortete auf die Frage nach ihrem Anliegen zunächst ausweichend. Sie sorgte sich um ihre Motorik und ihre Aussprache. Erst nach langem Gespräch vertraute sie mir an, daß sie an Multipler Sklerose leide und Angst habe, ihren Arbeitsplatz zu verlieren, wenn ihre Krankheit dort bekannt würde.

Kamilla hatte verständliche Wünsche:

Sie wollte sich wieder freier fühlen, wollte singen können und sich trauen zu reden, ohne Angst davor, aggressiv zu werden. Es fiel ihr schwer, über sich und ihre Familie zu sprechen. Ihre Arbeitssituation sowie ihr Privatleben bereiteten ihr Kummer. Sie fühlte sich nicht wohl, nicht anerkannt, dafür aber oft ausgenutzt. Eine Beziehung war kurz vor Therapiebeginn zu Ende gegangen.

Kamilla hatte einen weiten Anfahrtsweg, dennoch hielt sie die Therapie konsequent durch, insbesondere ermutigt dadurch, weil Schübe ihrer Krankheit tatsächlich ausblieben.

Das Bedrohliche an der Multiplen Sklerose ist, daß die Myelinscheiden, also die Isolationsschicht um die Nerven, unerwartet und schubweise zerstört werden. Das wirkt bei der betroffenen Nervenbahn wie ein Kurzschluß. Plötzlich, ohne Vorankündigung tritt ein Ausfall an vorher nicht bestimmbarer Stelle mit entsprechender funktionaler Störung ein.

Wie in einzelnen Fällen bei Klienten beobachtet, wird bei der Horchtherapie die Neubahnung von Nerven durch die Stimulation mit hohen Frequenzen unterstützt (z.B. nach Schlaganfall oder bei Schädeltrauma durch Verkehrsunfall); möglicherweise vermag sie sogar die Schädigung der Myelinscheiden bei Multipler Sklerose aufzuhalten, indem sie den Allgemeinzustand

einschließlich Immunlage entscheidend stärkt.

Nach den ersten vier Blöcken kam Kamilla jährlich einmal wieder, um den Zustand zu halten, zu festigen, zu stabilisieren.

Und tatsächlich:

Im Laufe von drei Jahren ist es zu keinem Schub, zu keiner Verschlechterung ihrer Krankheit gekommen!

Tinnitus

Frederik, 34 Jahre alt, war beunruhigt durch seine Ohrgeräusche (Tinnitus). Als Kind hatte er gestottert. Durch die Biographie von Gérard Dépardieu⁴ war er auf die Arbeiten und Bücher von Tomatis aufmerksam geworden.

Frederik berichtete beim Erstgespräch, daß der Tinnitus erstmals nach einer heftigen Auseinandersetzung mit seiner Freundin aufgetreten sei.

Vor dem Hintergrund seiner schwierigen Kindheit mit einer übervorsichtigen Mutter, um deren Zuwendung er sich sehr bemüht hatte, war der Tinnitus offenbar als Alarmzeichen für Verlustängste zu verstehen.

Während der drei Therapieblöcke zeigten sich eine Reihe körperlicher Beschwerden:

Blasenreizung, Übelkeit, empfindlicher Magen, Kreislaufstörungen, Schnupfen, belegter Hals. Nach deren Abklingen spürte Frederik mehr innere Klarheit und konnte auch seine Umwelt direkter wahrnehmen und angemessen auf Probleme reagieren.

Durch die Therapie stärkte sich sein Selbstbewußtsein, er wurde gelassener, zeitweise war der Tinnitus verschwunden, vor allem zu Zeiten, in denen Frederik sich souverän fühlte. Schließlich verschwand der Tinnitus ganz.

Nach zwei Jahren meldete Frederik sich noch einmal an:

Nach der Trennung von seiner damaligen Freundin war er eine neue Beziehung eingegangen. Streß im Beruf und das Scheitern der neuen Beziehung hatten einen leichten Hörsturz mit erneutem Tinnitus zur Folge gehabt.

Trotz anhaltender beruflicher Belastung halfen ihm zwei weitere Therapieblöcke Abstand zu gewinnen. Auch diesmal zog sich der Tinnitus wieder zurück.

Mangel an Konzentration und Motivation

Patrick, 27 Jahre, wollte lernen, seine innere Trägheit zu überwinden sowie Motivation und Konzentration zu stärken.

Die Bäume, die er beim Baumtest während der Anamnese zeichnete, bestätigten, daß er so gut wie kein Selbstwertgefühl besaß. Sein „gestyltes Outfit“ war reine Fassade, die ihm den nötigen Rückhalt bot, seinen Beruf als Verkäufer einigermaßen erfolgreich auszuüben.

Schon bald nach Therapiebeginn wurde Patrick von Freunden auf positive Veränderungen in seinem Verhalten angesprochen. Auch er fand mehr zu sich, wurde authentischer.

Als ich mit ihm den Baumtest nach dem zweiten Block wiederholte, zeigte sich ein völlig neues Bild:

Anfangs hatte er die Bäume nur etwa fünf Zentimeter hoch gezeichnet, jetzt nahmen sie das ganze Blatt ein.

Dies stand sinnbildlich für seine Veränderung:

Auch er nahm jetzt seinen Platz ein, war präsent, was sich überdies auch darin zeigte, daß er zur „Rechtsohrigkeit“ gefunden hatte.

In einer etwas längeren Pause bis zum dritten Block wechselte Patrick seinen Arbeitsplatz und entwickelte ein Konzept für seine private und berufliche Zukunft. Der dritte und ein vierter Block mit viel aktiver Arbeit halfen ihm, sich und seinen Weg endgültig zu finden. Schließlich gelang es ihm auch, sich nahestehenden Menschen liebevoller zuzuwenden zu können.



Literaturhinweise:

- 1 Nähere Ausführungen zur Lateralität (Seitigkeit) finden Sie im Grundsatzartikel „Das Leben erhörchen“ in Heft 04/00
- 2 Siehe Grundsatzartikel in Heft 4/00
- 3 Auf die Zusammenhänge zwischen Wirbelsäule und Horchtherapie wird in einem eigenen späteren Beitrag eingegangen.
- 4 Dépardieu hat in seiner Jugend gepoltert und hätte ohne die Therapie bei Tomatis niemals Schauspieler werden können.

Anschrift der Autorin:

Doris Ginzky
Josephsburgstr. 6
D-81673 München