

Anwendungsgebiete der Hörtherapie für Erwachsene

I: Bei Hörstörungen

- Tinnitus
- Hörsturz
- Morbus Menière
- Bestimmte Formen von Schwerhörigkeit

Bei allen genannten Erkrankungen, die in den Bereich der Hals- Nasen- Ohrenmedizin fallen, ist eine vorausgehende Untersuchung durch einen HNO-Arzt unbedingt erforderlich. Die Hörtherapie kann hier selten eine Heilung bewirken, aber häufig eine bedeutsame Symptomlinderung. Bei Tinnitus kann manchmal auch eine anfängliche Verstärkung in der Wahrnehmung des Tinnitus eintreten. Dies ist häufig verbunden mit einer Sensibilisierung der Hörfähigkeit.

II: Bei psychische und psychosomatischen Störungen

- Burnout, Midlife-Crisis
- Depressive Episoden
- Angststörungen, Phobien
- Als Ergänzung einer psychodynamischen Psychotherapie oder Psychoanalyse
- Als Selbsterfahrung
- Als "Wellness" für die Psyche: innere Neuorientierung, Auszeit, Erholung
- Schlafstörungen
- Funktionelle Wirbelsäulenleiden
- Als Vitalisierung und Verbesserung der Lebensqualität im Alter

Der Zustand eines "Burnout" kann auch Ausdruck einer depressiven Episode sein. Gegenüber den bewährten Therapieverfahren wie Psychotherapie hat die Hörtherapie den Vorteil, direkt auch auf die körperlichen Symptome einer Depression wie Schlafstörungen einzuwirken.

Der Zyklus der Hörtherapie mit der möglichen Erinnerung an frühe Wahrnehmung erlaubt häufig auch eine innere Neuorientierung. Der Zyklus der Hörtherapie unterstützt die natürliche Fähigkeit des Menschen, sich in Krisen mit Halt gebenden inneren Bildern und Erfahrungen zu verbinden und sich daraus zu regenerieren. Insbesondere die Erkrankungen, die in den Bereich der Psychotherapie fallen, erfordern für den Hörtherapeuten eine Ausbildung/Weiterbildung in Psychotherapie oder einer Therapie mit kreativen Medien wie Kunsttherapie.

Man kann hinterfragen, wieso die Hörtherapie bei Wirbelsäulenleiden helfen kann. Zunächst stützt sich diese Aussage auf eine langjährige Erfahrung. Viele Mütter, die ihre Kinder bei der Hörtherapie begleiten, berichten, wie sich unter dem Hören Verspannungen der Halswirbelsäule, Kopfschmerzen und Nackenverspannungen bessern. Wir erklären diese Wirkungen unter anderem mit einer Beeinflussung der Körperspannung durch die Wechselwirkungen von Hörimpulsen und Gleichgewichtssteuerung im Gehirn.

Ältere Menschen können von der Hörtherapie in mehrfacher Hinsicht einen Gewinn haben. Die eingeschränkte Hörfähigkeit des Alters lässt sich in der Regel nicht aufhalten. Vereinzelt gibt es aber auch auf der Ebene der Hörschwellensensibilität eine substanzielle Verbesserung um 10-20 oder mehr Dezibel. Aber es ist nicht die Regel. Was sich jedoch positiv sehr oft verändert, ist die Fähigkeit, die akustischen Reize zu verarbeiten. Es wird immer wieder berichtet, dass das Gehörte sich harmonischer und sinnzusammenhängender anhört. Dies wirkt sich sogar auf das Tragen von Hörgeräten aus. Weiterhin kann unter der Hörtherapie eine tiefere Entspannung und Regeneration einsetzen. So kommt es zu einer Verbesserung des Vitalgefühls und kognitiver Leistungen wie z.B. Aufmerksamkeit und Gedächtnis. Wird das Gesprächsangebot der Hörtherapie vermehrt genutzt, dann können auch die vielen Geschichten und Erlebnisse, die ein älterer Mensch oft unverarbeitet in sich trägt, ihren Platz im Lebenspuzzle bekommen.

III: Bei somatischen (körperliche) Störungen

- Rehabilitation nach Schlaganfall
- Multiple Sklerose
- Stimmstörungen, Dysphonie

Die Wirkungen der Hörtherapie bei Patienten mit neurologischen Erkrankungen sind vielfältig. Erstens ist eine Verbesserung des Gleichgewichtssinns, von Tiefensensibilität und Tonusregulation möglich. Diese Wirkung wird erfahrungsgemäß vor allem über eine Betonung der tiefen Frequenzen in der Hörtherapie erzielt. Bei Patienten mit Schlaganfall und Lähmung einer Körperseite können Extravibratoren an der gelähmten Körperseite am Handgelenk oder Bein das Empfinden für die gelähmten Extremitäten verstärken und zu einer verbesserten motorischen Koordination und einer Verringerung der Spastik führen.

Auch auf die psychischen Begleitreaktionen einer neurologischen Erkrankung, zum Beispiel eine reaktive depressive Episode, kann die Hörtherapie Einfluss nehmen.

IV: Bei Geburtsvorbereitung schwangerer Frauen

Durch die Anwendung der Hörtherapie in den letzten Monaten der Schwangerschaft kann nach Erfahrungen in einem Krankenhaus in Vesoul die Geburtsdauer verkürzt werden und die nachgeburtliche Entwicklung der Kinder gefördert werden.

V: Besondere Anwendungsgebiete im pädagogischen Bereich

- Fremdsprachenintegration
- Verbesserung von Stimme und Gesang
- Verbesserung von musikalischer Kompetenz

Die Arbeit mit Stimme und Gesang ist eine der Wurzeln der Hörtherapie. Es wurde bereits erwähnt, dass Tomatis in den Anfängen der Hörtherapie bei Sängern mit Stimmstörungen als Ursache Hörstörungen erkannte. So entwickelte er das Elektronische Ohr ursprünglich mit dem Ziel, das Gehör von Sängern zu verbessern.

Allein durch die Vielzahl der möglichen Indikationen wird deutlich, dass die Systemische Hörtherapie fachgerecht nur auf dem Boden einer gründlichen Weiterbildung in der Hörtherapie angewandt werden darf. Weiterhin sollte die Anwendung im Regelfall auf dem Boden der Grundberufe in Medizin, Psychologie, Ergotherapie, Logopädie, Pädagogik, Krankengymnastik, Musik, Sozialpädagogik erfolgen. Der ausgebildete Hörtherapeut*in wendet die Hörtherapie zunächst im Gebiet seines Grundberufs an, kann seine Tätigkeit unter Supervision eines erfahrenen Hörtherapeuten oder durch Weiterbildungen dann ausweiten.