

Metodę kształcenia uwagi słuchowej, zwaną także treningiem słuchowym lub metodą stymulacji audio-psycho-lingwistycznej (SAPL) wynalazł 40 lat temu francuski otolaryngolog, neurolog i foniatra - prof. Alfred Tomatis. Podstawowym celem tej metody jest wspieranie funkcji słuchowej, dzięki czemu następuje poprawa koncentracji, jakości uczenia się oraz rozwijanie zdolności językowych i komunikacyjnych, a także zwiększanie kreatywności oraz poprawa zachowań społecznych.

Badania przeprowadzone przez prof. Tomatisa dowodzą, iż dźwięki o wysokiej częstotliwości pobudzają nasz umysł, natomiast te o niskiej częstotliwości mają skutek wręcz odwrotny. Podczas słuchania dźwięków o różnej częstotliwości wykorzystanych w terapii wpływamy na usprawnienie czynnego słuchania. Prof. Tomatisa położył szczególny nacisk na wykorzystanie dźwięków wysokich określanymi mianem "pobudzających". Zauważył on, że gdy mózg jest dobrze "naładowany", to łatwiej jest się skoncentrować, zapamiętywać i uczyć. Celem terapii jest pobudzenie mózgu za pomocą wysokich dźwięków, odpowiednio przefiltrowanych zawartych w muzyce Mozarta oraz chorałach gregoriańskich.

Trening polega na słuchaniu odpowiednio dobranego materiału dźwiękowego przez urządzenie nazywane "elektronicznym uchem", które jest idealnym modelem ludzkiego ucha - "ćwiczy" ono ucho w taki sposób, aby mogło pracować bez zakłóceń. Ćwiczenia te stymulują centralny system nerwowy, a w szczególności korę mózgową, która stanowi centrum procesów myślenia. Stymulacja odbywa się poprzez dźwięki o określonej, wysokiej częstotliwości; dźwięki te są odpowiednio filtrowane. Podczas treningu, który składa się z kilku faz, indywidualnie dobrany materiał dźwiękowy dociera do pacjenta drogą powietrzną i kostną. Podczas trwania sesji można rozmawiać, grać w gry planszowe i logiczne, bawić się lub spać. Cały trening składa się z kilku faz od bardzo intensywnego pobudzania dźwiękowego inicjującego terapię do aktywnego udziału pacjenta.

### **DLA KOGO?**

- Pacjentów cierpiących na schorzenia neurologiczne
- Dzieci autystycznych
- Dzieci i młodzieży z problemami szkolnymi (m.in. dysleksja)
- Wszystkich, którzy chcieliby usprawnić pracę mózgu
- Osób uczących się języków obcych
- Osób żyjących w ciągłym stresie
- Kobiet w ciąży

## Tomatis

Wpisany przez Joanna  
sobota, 17 września 2011 14:00

---

Moja córka skorzystała z tej metody i skutki jej były wręcz szokiem dla mnie (matki). Wiki nie umiała czytać (znała wszystkie litery lecz ich złożenie było wielką trudnością i abstrakcją), po pierwszym etapie ( są trzy etapy w.w.metody) zaczęła czytać krótkie wyrazy ( mama, tata, dom itd.) , po skończeniu trzeciego etapu już wyrazy nie sprawiały jej problemu -umie czytać:) Nie mogłam uwierzyć jak szybko jej to przychodziło. 2 lata uczyła się czytać i nie było żadnych efektów,a tu zaraz po rozpoczęciu Tomatisa taka poprawa. Jadąc samochodem Wiki mówi „mamo tam pisze platforma,, nie mogłam wtedy ruszyć z tych świateł, łzy same płynęły ze szczęścia. Wielu ludzi do tej pory podchodzi sceptycznie do terapii muzyką ( co muzyka może mieć wspólnego z myśleniem czy też czytaniem). Zapewniam ,że ma wielki wpływ na nasz umysł !!!