

Die Systemische Hörtherapie



Die Systemische Hörtherapie ist ein auditives Stimulationsverfahren mit zwei wesentlichen Wirkebenen. Einerseits wird der Hörsinn zu einer differenzierten und harmonischen Funktion angeregt. Man lernt, genauer, feiner und aufmerksamer zu hören. Andererseits werden in Gesprächen die Hörerfahrungen aufgearbeitet. So entsteht ein physischer und psychischer Entwicklungs- und Integrationsprozess.

Diagnostik

Vor Therapiebeginn gibt ein spezielles Hörprofil Auskunft über die Fähigkeit der Schallverarbeitung im Ohr und der Wahrnehmung im Gehirn. Im Hörprofil spiegelt sich in einem individuellen Muster unsere Bereitschaft wieder, die Welt der Töne aufzunehmen und darauf zu antworten, zu kommunizieren.

Hörtherapie

Über Kopfhörer werden Musik von Mozart und gregorianische Gesänge gehört. Durch gezielte Klangveränderungen wird ein therapeutischer Effekt angeregt.

Tiefe Frequenzen regen das Körpergefühl und den Muskeltonus an, mittlere Frequenzen vor allem die Sprachwahrnehmung. Sehr hohe Frequenzen stimulieren besonders die emotionale Wahrnehmung. So verfügen wir in der Systemischen Hörtherapie über vielfältige Möglichkeiten, körperliche und psychische Entwicklung zu fördern.



Praxis Systemische Hörtherapie
Dipl. Psych. Franz Müller
Hauptstraße 52
23879 Mölln

Tel: 04542. 82 20 72
Fax: 04542. 9 85 22 87
framuel@framuel.de
Termine nach Vereinbarung



www.systemische-hoertherapie.com

Gestaltung: Heidemarie Ehke, ehke@web.de | Flyer: gedruckt auf Recyclingpapier mit Biopflanzenfarben, klimaneutrale Produktion

Ich höre, also bin ich.

Systemische Hörtherapie für Erwachsene

framuel 
Kommunikationstraining
Hör- und Psychotherapie

Für jeden Tag – Gut gestimmt sein



Kommunikation, Beziehung und Bindung

Die vielfältigen Beziehungserfahrungen unseres Lebens vom heranwachsenden Baby im Bauch seiner Mutter bis zum Erwachsenen lassen Kommunikationsmuster entstehen. Manchmal haben wir das Gefühl, unsere soziale Kompetenz könnte besser sein. Wir leiden an unseren Ängsten, Gefühlen von Einsamkeit und Rückzug, mangelndem Selbstvertrauen oder auch einer unangemessenen Dominanz. Häufig verändern diese Gefühle auch die Bereitschaft, zu hören. Unser Gehör fängt an sich zu verschließen, sich zu verspannen und zu ermüden. Die Hörtherapie regt mit ihren verschiedenen Stimulationsmöglichkeiten die Ohren wieder an, sich zu öffnen. Eine neue Beziehungsqualität von Lebendigkeit und Frische kann entstehen.

Im Beruf – Sich Gehör verschaffen



Gesang und Stimme

Gehör und Stimme sind durch einen Regelkreis miteinander verbunden, der von dem französischen Arzt Dr. Alfred Tomatis entdeckt wurde. Die Stimme enthält die Obertöne nur in dem Umfang, wie sie das Gehör wahrnimmt. Eine Verbesserung des Hörens wirkt sich unmittelbar auf Spannkraft und Timbre der Stimme aus. Bei der Hörtherapie wird dieser Zusammenhang durch Lesen, Sprechen, Summen und Singen in ein Mikrofon direkt trainiert. Die eigene Stimme wird durch einen Klangwandler verändert gehört. So kann sich dauerhaft der stimmliche Ausdruck über die Zeit verändern.

Fremdsprachen

Auch das Sprechen und Lernen einer fremden Sprache kann durch die Hörtherapie gefördert werden. Sprachgefühl und die phonologische Bewusstheit verbessern sich bedeutsam. Studien zeigen, dass eine Sprache so viel schneller gelernt werden kann.

Im Alter – Harmonie und Sinn erfahren



Lebensqualität

Das Altwerden stellt den Menschen vor die verschiedensten Herausforderungen. Die zentrale Aufgabe ist wohl, die eigene Endlichkeit in all ihren Facetten anzunehmen und positiv zu leben. Die Systemische Hörtherapie mag dabei in mehrfacher Hinsicht hilfreich sein. Der Hochtonverlust der Altersschwerhörigkeit lässt sich meist nicht aufhalten. Was sich hingegen oft positiv verändert, ist die Verarbeitung der akustischen Reize: Das Gehörte klingt harmonischer und Sinn zusammenhängender. Dies wirkt sich sogar auf das Tragen von Hörgeräten aus. Es kann eine tiefe Entspannung und Regeneration eintreten. Hiermit setzt eine Stärkung des Vitalgefühls und kognitiver Leistungen ein, wie z.B. Aufmerksamkeit und Gedächtnis. In Gesprächen können die vielen Geschichten und Erlebnisse, die ein älterer Mensch manchmal unverarbeitet in sich trägt, ihren Platz im Lebenspuzzle bekommen.



Literaturtipp

Dirk Bechedorf und Franz Müller
Von der Resonanz zur Bindung
Psychosozialverlag
2. verbesserte Auflage
ISBN 978-3-8379-2616-3

Erkrankungen des Gehörs

Bei Erkrankungen des Gehörs wie Hörsturz, Tinnitus, Schwerhörigkeit und vielem Anderen mehr, werden vielfach die Sinneszellen im Innenohr geschädigt. Mitbeteiligt können auch die Muskeln im Mittelohr sein, die wir nicht bewusst steuern können. Die Hörtherapie kann die Funktionen des Mittelohres und der Sinneszellen trainieren und so ein verbliebenes und bisher ungenutztes Hörpotential aktivieren. Eine neue Vernetzung im Gehirn wird angeregt.

Weitere Anwendungsgebiete

- Psychosomatische Symptome: Schlafstörungen, Rücken- und Halswirbelsäulenschmerzen, chronische Schmerzzustände, Burnout, Depression, Angststörungen
- Neurologische Erkrankungen: wie Rehabilitation nach Schlaganfall, Schädel-Hirn-Traumata oder Multipler Sklerose
- Zustand nach Hörsturz, Schwerhörigkeit, Tinnitus
- Zur Geburtsvorbereitung