

METODA TOMATISA

Pisząc niniejszą publikację mam na celu zapoznanie koleżanek i kolegów nauczycieli oraz rodziców naszych uczniów z terapią metodą Tomatisa.

Dzięki projektowi Ministerstwa Edukacji i Nauki, który został współfinansowany ze środków Unii Europejskiej, do dwustu placówek w całej Polsce trafił kosztowny sprzęt (wartości ponad 200 tys.zł.) do terapii metodą Tomatisa. Adresatem owego projektu były głównie szkoły specjalne i z oddziałami integracyjnymi.

Warunkiem otrzymania sprzętu przez wybrane szkoły było odbycie przez przedstawiciela szkolenia. Prowadzone ono było przez Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie, który wspólnie z firmą Young Digital Poland oraz Ogólnopolską Fundacją Edukacji Komputerowej wdraża metodę Tomatisa w ramach umowy z Ministerstwem Edukacji i Nauki. Szkolenie odbyłam na przełomie listopada i grudnia 2005 roku. Instalacja sprzętu w naszej placówce miała miejsce w styczniu 2006 roku.

Zanim omówię efekty terapii, chciałabym się podzielić uwagami teoretycznymi o metodzie Tomatisa.

1. Na czym polega metoda Tomatisa

Twórcą tej metody był profesor Alfred Tomatis (1920 – 2001) francuski otolaryngolog. Prowadził badania nad funkcją narządu słuchu. Szczególnie interesowała go zależność między sposobem słyszenia a jakością głosu. Po latach badań, Tomatis odkrył, że przy pomocy odpowiedniego treningu słuchowego można skutecznie eliminować nie tylko zaburzenia głosu, ale także inne zaburzenia, zarówno w sferze somatycznej, jak emocjonalnej i językowej, jeśli zaburzenia te są spowodowane zaburzeniami słuchania (czyli tzw. uwagi słuchowej) oraz zaburzeniami lateralizacji słuchowej. Należy przypomnieć różnice między „słuchaniem” a „słyszeniem”.

Słyszenie – to proces fizjologiczny, bierny, zależny od stanu obwodowej części narządu słuchu

Słuchanie – to proces psychiczny, aktywny, to umiejętność świadomego odbierania bodźców słuchowych (analiza, selekcja) zależna w głównej mierze od funkcjonowania ośrodkowych struktur układu słuchowego oraz przepływu informacji między różnymi ośrodkami w mózgu

Tak więc zaburzenia uwagi słuchowej (słuchania) to przede wszystkim zaburzenia analizy i percepcji dźwięku przy zachowanej jego recepcji, czyli przy zachowanym jego słyszeniu.

Uwaga słuchowa kształtuje się przez całe życie i może podlegać treningowi.

Metoda Tomatisa jest właśnie metodą takiego treningu słuchowego, przy pomocy którego eliminujemy zaburzenia uwagi słuchowej i lateralizacji słuchowej. W metodzie tej stymuluje się pewne ośrodki mózgu wykorzystując „elektroniczne ucho”- urządzenie dające możliwość wielorakiego przetwarzania dźwięku, odpowiednio do potrzeb programu terapeutycznego zaplanowanego w oparciu o diagnozę.

Metoda Tomatisa znana w świecie od czterdziestu lat w Polsce jest stosowana od 1998 roku.

2. Kto może skorzystać z terapii metodą Tomatisa

Metoda Tomatisa stosowana jest w pracy z dziećmi wykazującymi:

- zaburzenia głosu,
- zaburzenia mowy,
- dysleksję,
- autyzm,
- zespół ADHD,
- problemy szkolne,
- zaburzenia emocjonalne wynikające ze stresu.

Metodę wykorzystuje się również u dorosłych w walce ze stresem i w nauce języków obcych. Przeciwwskazaniem do stosowania terapii jest epilepsja, intensywne farmakoterapie lekami psychotropowymi, choroby psychiczne, nie zdiagnozowane uporczywe bóle głowy, depresja. We wszystkich wątpliwych przypadkach decyzja należy do lekarza prowadzącego i do rodziców.

3. Przyczyny zaburzeń uwagi słuchowej

Podstawą do zakwalifikowania dziecka na terapię metodą Tomatisa jest występowanie u niego zaburzenia uwagi słuchowej potwierdzonej wynikami badań.

Do najczęstszych przyczyn zaburzeń uwagi słuchowej należą:

- powikłania w okresie ciąży i w okresie okołoporodowym,
- opóźnienie rozwoju mowy,
- nawracające zapalenie uszu,
- adopcja, wczesne oddzielenie od matki,
- wszelkie traumatyczne przeżycia, urazy emocjonalne na każdym etapie rozwoju.

4. Objawy zaburzeń uwagi słuchowej

Warto też wiedzieć, jakie są objawy zaburzenia uwagi słuchowej. Można je podzielić na kilka grup:

1. objawy związane ze słuchaniem receptywnym, czyli ze słuchaniem tego, co dociera z zewnątrz:

- nadwrażliwość na dźwięki,
- zaburzenia koncentracji,
- mylenie podobnie brzmiących słów,
- błędna interpretacja pytań i poleceń,
- konieczność częstego powtarzania poleceń i nieumiejętność spełniania poleceń złożonych;

2. objawy związane ze słuchaniem ekspresyjnym, dotyczącym w głównej mierze słuchowej kontroli własnych wypowiedzi:

- monotonne wypowiedzi,
- problemy z płynnością i wyrazistością wypowiedzi,
- ubogie słownictwo, nadużywanie stereotypów,
- mylenie liter lub odwracanie ich kolejności,
- słabe rozumienie tekstu czytanego,
- problemy z czytaniem na głos,
- problemy z glosowaniem,
- nieumiejętność czystego śpiewania;

3. objawy zaburzeń uwagi słuchowej i lateralizacji słuchowej w obrębie funkcji motorycznych:

- brak poczucia rytmu,
- niewyraźne pismo,
- mylenie strony prawej i lewej,
- problemy z organizacją i strukturą ruchu,
- mieszana lateralizacja;

4. objawy w zakresie poziomu energii:

- trudność z porannym wstawaniem,
- męczliwość,
- poczucie przytłoczenia,
- uleganie przygnębieniu,
- bierność lub nadaktywność;

5. objawy w zakresie postaw społecznych:

- mała tolerancja na frustrację,
- brak wiary w siebie, nieśmiałość,
- tendencja do wycofywania się,
- drażliwość,
- niedojrzałość,
- brak motywacji do nauki i pracy;

Wyżej wymienione przykłady obrazują jak nasze funkcjonowanie zależy od tego jak słyszymy. Ale też jak ważne funkcje spełnia narząd słuchu, należy tu wymienić:

- odbiór i percepcja bodźców akustycznych,
- regulacja równowagi ciała przez ocenę siły ciężkości,
- dynamizacja aktywności mózgu.

Stosując terapię metodą Tomatisa możemy eliminować zaburzenia w zakresie wszystkich funkcji narządu słuchu pod warunkiem, że nie występują ograniczenia w postaci organicznych uszkodzeń mózgu i narządu słuchu.

5. Kwalifikacja dzieci do terapii

Badania diagnostyczne kwalifikujące dzieci do terapii obejmują: wywiad, test uwagi słuchowej, test lateralizacji słuchowej oraz inne testy i diagnozy zależnie od potrzeb (test lateralizacji ręki, nogi, oka; badanie audiometryczne słuchu, opinia logopedyczna, opinia pedagogiczna i inne). Terapię można stosować wyłącznie za zgodą rodziców.

Do przeprowadzenia testu uwagi słuchowej i lateralizacji słuchowej służy odpowiednio skalibrowany audiometr. :

Przy jego pomocy bada się:

- uwagę słuchową zewnętrzną (drogą powietrzną; osobno ucho lewe i prawe),
- uwagę słuchową wewnętrzną (drogą kostną),
- umiejętność lokalizacji dźwięku (drogą powietrzną jak i kostną),
- umiejętność dyskryminacji wysokości dźwięków.

Wyniki badań nanosi się na siatkę diagramu pokazującego zależność między natężeniem i częstotliwością dźwięku. W ten sposób wykreśla się krzywe powietrzne i kostne dla ucha prawego i lewego, zaznaczając częstotliwości, w których wystąpiły błędy lokalizacji i dyskryminacji, czyli różnicowania wysokości dźwięku.

Diagnoza i programowanie terapii oparte są na interpretacji otrzymanych diagramów.

6. Działanie „elektronicznego ucha”

Omawiana terapia to trening słuchowy, poprzez który działamy na narząd słuchu modyfikując trwale sposób słyszenia, a tym samym pobudzamy różne obszary kory mózgowej, przygotowując mózg do nowego rodzaju aktywności.

Trening słuchowy polega na systematycznym odsłuchiwaniu zaplanowanego stosownie do diagnozy programu muzycznego. Na płytach CD znajduje się odpowiedni materiał dźwiękowy, zawierający głównie muzykę instrumentalną zaczerpniętą z utworów Mozarta i muzykę wokalną z chorałów gregoriańskich. W większości jest to materiał wstępnie przetworzony, najczęściej wstępnie przefiltrowany, wzbogacony w pewne pasma częstotliwości lub skondensowany. Dalszej obróbki materiału muzycznego dokonujemy korzystając z „elektronicznego ucha” zgodnie z potrzebami terapii.

Urządzenie nazwane „elektronicznym uchem” jest połączone ze wzmacniaczem, odtwarzaczem CD i rozgałęziaczem posiadającym trzy listwy, do których można podłączyć dwanaście par słuchawek. Są to specjalne słuchawki, przez które można podawać dźwięk tylko drogą powietrzną lub tylko drogą kostną albo oboma jednocześnie, zmieniając przy tym dowolnie natężenie dźwięku na którejś z tych dróg lub dowolnym uchu.

„Elektroniczne ucho” jest sprzężone z komputerem. Program komputerowy pozwala ustawić parametry stosownie do potrzeb terapii wynikających z diagnozy. Można tu manipulować takimi funkcjami, jak: bramkowanie, wyprzedzanie, opóźnianie, balans i filtrowanie.

Upraszczając zagadnienie, wyżej wymienione funkcje wpływają na lepsze przewodzenie dźwięków drogą powietrzną, służą mikrogimnastyce mięśni ucha środkowego, pozwalają pracować nad lateralizacją słuchową, czyli nad stosownym do wyników badań wzmacnianiem prawouszności.

7. Jak przebiega terapia

Terapia metodą Tomatisa może być długotrwała. Gdy zaburzenia uwagi słuchowej występują we wszystkich badanych sferach (somatycznej, językowej i emocjonalnej), a do tego są problemy z lateralizacją oraz lokalizacją i dyskryminacją dźwięków wówczas terapia może trwać cały rok. Warunek jest taki, że każda sesja treningu słuchowego przyniesie zadawalające rezultaty, co sprawdzamy w kolejnych badaniach.

Każda sesja treningu trwa 10 dni (tj. 2 tygodnie, wyłączając sobotę i niedzielę). W ciągu tych 10 dni dziecko korzysta codziennie z „elektronicznego ucha” przez co najmniej 90 minut do 2 godzin. Po pierwszej sesji jest miesięczna przerwa, a po następnej 3-6 miesięcy. Taka organizacja treningu słuchowego potrzebna jest do tego, by mózg mógł się przestawić i uznać nową sytuację za coś stałego. Przerwy w terapii są potrzebne na stabilizację uruchomionych dla mózgu możliwości.

Większość sesji treningu słuchowego to pasywna faza terapii, podczas której dzieci mogą spać, rysować, malować, układać klocki lub puzzle, ale nie mogą pisać, liczyć, czytać.

W tej fazie może uczestniczyć kilkoro dzieci (jeśli można zastosować ten sam program), w fazie aktywnej pracujemy indywidualnie z dzieckiem. Aktywną fazą terapii jest dopiero końcowy etap usuwania zaburzeń uwagi słuchowej w strefie językowej. Dzieci w tej fazie terapii powtarzają (głoski, sylaby, wyrazy, zdania), czytają, odpowiadają na pytania. Podczas sesji zarówno dzieci, jak i terapeuta porozumiewają się mówiąc do mikrofonu, a słyszą się przez słuchawki, czemu towarzyszy odpowiedni materiał muzyczny w tle.

8. Efekty terapii

W naszej placówce z terapii metodą Tomatisa skorzystało do tej pory 26 uczniów.

Potwierdzone wynikami badań objawy zaburzeń uwagi słuchowej u tych dzieci były zróżnicowane i wielorakie. Były to m.in.: zaburzenia koncentracji uwagi, obniżony poziom koordynacji w obrębie małej i dużej motoryki, niedojrzałość i niestabilność emocjonalna, niski poziom motywacji i wiary w siebie, nadpobudliwość psychoruchowa, niski poziom aktywności ruchowej, problemy z czytaniem i pisaniami, problemy z analizą i syntezą słuchową wyrazów, dyslalia, alalia ekspresywna.

U większości dzieci poddanych terapii po każdej sesji następowała wyraźna poprawa wyników badań, zwłaszcza w zakresie tych parametrów, których poprawę zakładał zastosowany w danej sesji program. Oczywiście, stopień poprawy u poszczególnych dzieci był różny. U niektórych, aby osiągnąć lepsze rezultaty terapii, musiałam powtórzyć program.

Poprawa, widoczna w wynikach badań, nie wpływała na diametralną zmianę kondycji psychofizycznej dziecka. Metoda Tomatisa służy do eliminowania problemów wynikających z zaburzonej uwagi słuchowej. I choć zaburzenia te są istotnym czynnikiem zakłócającym procesy poznawcze, to przecież nie jedynym. Nasi uczniowie borykają się z wieloma problemami i zaburzona uwaga słuchowa jest tylko jednym z wielu. Na pewno skorygowanie tego jednego zaburzenia znaczy już bardzo wiele.

Do najczęściej zaobserwowanych pozytywnych zmian u uczniów poddanych terapii należą:

- lepsza koncentracja i mniejsza męczliwość,
- większa pewność siebie,
- otwarcie na kontakt z innymi,
- lepsza orientacja w przestrzeni,
- lepsza koordynacja i precyzja ruchów w obrębie dużej motoryki,
- lepszy kontakt wzrokowy w rozmowie,
- lepsze rozumienie poleceń i przekazywanych treści,
- potrzeba kontaktu werbalnego,
- mniej nieadekwatnych reakcji emocjonalnych.

Terapię metodą Tomatisa należy też traktować jako metodę wspomagającą. Otwiera ona nowe możliwości, lecz w pełnym ich wykorzystaniu muszą pomóc dziecku specjaliści: logopeda, pedagog, psycholog. Ich praca z dzieckiem po przebytej terapii jest znacznie skuteczniejsza.

Moje spostrzeżenia dotyczące efektów terapii i wyniki badań pozwalają sądzić, że metoda Tomatisa skutecznie może pomóc w procesie rewalidacji naszych uczniów.

Opracowała: Beata Cichocka

-

1