

Inhaltsverzeichnis

Teil I

Theoretischer Teil

Grundlagen, Bestandsaufnahme, Begriffsbestimmungen

1. Einleitung	17
2. Tinnitus – Stand der Forschung	
2.1. Begriffliche Klärung	22
2.2. Hypothesen zur Entstehung des Tinnitus	24
3. Klassifikation des Tinnitus	
3.1. Art des Tinnitus: objektiver und der subjektiver Tinnitus	29
3.2. Ort der Entstehung	32
3.3. Hauptmerkmale	
3.3.1. Lautheit	32
3.3.2. Charakterisierung	33
3.3.3. Tonhöhe	34
3.3.4. Tageszeitlicher Verlauf	35
3.3.5. Lokalisation	35
3.4. Dauer des Symptoms	
3.4.1. Akut	36
3.4.2. Subakut	36
3.4.3. Chronisch	37
3.5. Symptomatologie	
3.5.1. Tinnitus und Hörverlust	37
3.5.2. Tinnitus und Lärm	39
3.5.3. Hyperakusis	40
3.5.4. Recruitment	41
3.5.5. Hörsturz	42
3.5.6. Morbus Menière	43

3.6. Sekundäre Symptomatik	
3.6.1. Kompensierter Tinnitus	43
3.6.2. Dekompensierter Tinnitus	44
3.6.3. Einteilung nach Schweregraden	44
3.6.4. Verstärkende Faktoren	45
4. Psychodynamik des Tinnitus	
4.1. Das Modell der Tinnitusverstärkung	46
4.2. Tinnitus und Leib-Seele-Problematik	51
5. Therapeutische Maßnahmen	
5.1. Möglichkeiten der Schulmedizin und anderer Verfahren	59
5.1.1. Akute Phase	59
5.1.2. Subakute Phase und chronische Phase	64
5.2. Das Modell der Habituation	69
5.3. Die TRT: Tinnitus-Retraining-Therapie	73
5.3.1. Psychologische/psychotherapeutische Verfahren	75
5.3.2. Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Biofeedback, Hypnose, Selbsthypnose)	77
5.3.3. Sensorisch-integrative Verfahren (Feldenkrais-Methode, Alexander-Methode, Tai Chi und Qi Gong, Yoga, Atemtherapie, künstlerische Therapien)	83
5.3.4. Neuro-otologische Verfahren (Tinnitusmasker und Rauschgeräte, Hörtherapie nach ADANO, Klangtherapie)	87
5.4. Die Tinnituskonferenz	92
6. Aufgabenstellung	94
7. Zur Situation der Musik- und Klangtherapie im Rahmen der Tinnitusbehandlung	
7.1. Ein Blick zurück	97
7.2. Zum Angebot der Klang- und Musiktherapie heute	99

7.3. Nicht-dialogische Methoden des Hochtton-Trainings	
7.3.1. Die Tomatis-Hörkur	100
7.3.2. Die KET (Klang-Energie-Therapie)	104
7.3.3. Die SAMONAS Klangtherapie	105
7.4. Andere nicht-dialogische Methoden	
7.4.1. Das Auditory Integration Training (AIT)	106
7.4.2. Die Psychofonie	108
7.4.3. Das Musikalische Wahrnehmungstraining (MW-Training) und das Musical Self Control-Training (MSC-Training)	109
7.4.4. Das Biomentale Tinnitus-Retraining	111
7.4.5. Therapie mit Stimmgabeln	111
7.5. CD-Programme bei Tinnitus	
7.5.1. „Regulationstraining bei Tinnitus“	112
7.5.2. „Tinnitus behandeln“	114
7.5.3. „Selbsthilfe bei Tinnitus“	115
7.6. Dialogische Methoden	
7.6.1. Audio-Kommunikation	116
7.6.2. Tinnitus-Trance	117
7.7. Beurteilung von auditiven Therapien in verschiedenen Untersuchungen	
7.7.1. Beurteilung der akustischen Therapie am Oregon Hearing Research Center	119
7.7.2. Klangtherapie im Vergleich mit anderen Therapien – Studie der Tinnitus-Liga	120
7.7.3. Minimal therapeutische Begleitung (inkl. musikgeförderter Selbstentspannung) und intensiv therapeutische Begleitung (ohne musikalisches Angebot). – Eine vergleichende Studie von Kröner-Herwig und Esser	123
7.7.4. Maskieren mit technischen Mitteln – oder Benutzung eines Walkmans? – Zwei Studien von Al Jassim	127
7.8. Zusammenfassung	130

8. Begriffsbestimmungen: Musiktherapie, Klangtherapie, Hörtherapie, Methoden der Hörgeschädigtenpädagogik	
8.1. Künstlerische Therapie als Heil-Kunst	133
8.2. Die Materialien der Musik-, Klang- und Hörtherapie	134
8.3. Zum Begriff der Musiktherapie	137
8.3.1. Pädagogische Musiktherapie	138
8.3.2. Musiktherapie als psychotherapeutisches Verfahren	139
8.3.3. Musik in der somatogenen Medizin und „MusikMedizin“	140
8.4. Formen der Musiktherapie	
8.4.1. Aktive Musiktherapie	141
8.4.2. Rezeptive Musiktherapie	143
8.5. Zum Begriff der Klangtherapie	144
8.6. Formen der Klangtherapie	
8.6.1. Aktive Klangtherapie	147
8.6.2. Rezeptive Klangtherapie	147
8.7. Die Ziele von Musik- und Klangtherapie	148
8.8. Zum Begriff der Hörtherapie	149
8.9. Methoden der Hörgeschädigtenpädagogik	
8.9.1. Hörtraining	151
8.9.2. Hörerziehung (unisensorische Hörerziehung, multisensorische Hörerziehung)	152
8.9.3. Rhythmisch-musikalische Erziehung in der Hörgeschädigtenpädagogik	154

Teil II

Praktischer Teil

Möglichkeiten einer Tinnituszentrierten Musiktherapie. Ziele, Inhalte und Vorgehensweisen. Umfragen und Umfrage-Ergebnisse

9. Die Tinnituszentrierte Musiktherapie TIM

9.1. Die Bedeutung der emotionalen Bewertung bei der auditiven Wahrnehmung	159
--	-----

9.2. Die Ziele der Tinnituszentrierten Musiktherapie TIM	168
9.3. Die Rahmenbedingungen	172
9.4. Die begleitenden Untersuchungen und Befragungen	
9.4.1. Patienten aus dem Akut-Bereich - allgemeine Daten	175
9.4.2. Patienten aus dem subakuten und chronischen Bereich - allgemeine Daten	179
9.5. Das Konzept der Tinnituszentrierten Musiktherapie TIM	180
9.5.1. Die TIM in der Akut-Phase	183
9.5.2. Die TIM in der subakuten und chronischen Phase	184
10. Die Hörberatung – Ziele und Inhalte	
10.1. Informationsaustausch/ Aufklärung zum Tinnitus	186
10.2. Aufklärung über Hörschäden	187
10.2.1. Umfrage: Art der Fehlhörigkeit (Akut-Bereich)	188
10.2.2. Umfrage: Subjektives Hörempfinden (Akut-Bereich)	190
10.2.3. Auswertung der Audiogramme (Akut-Bereich)	190
10.3. Abklärung und Aufklärung über Zusammenhänge zwischen Hörschäden und Stimme	198
10.4. Möglichkeiten der auditiven Defokussierung bei Schlafstörungen	199
10.5. Aufklärung über eigenes Hörverhalten und Hörkonsum	200
10.5.1. Umfrage: Wieviel Stunden hören Sie durchschnittlich täglich Musik? (Hörverhalten I, Akut-Bereich)	202
10.5.2. Korrelation zwischen Hörverhalten I und Tinnitusbelastung (Akut-Bereich)	203
10.5.3. Umfrage: Hören Sie eher im Hintergrund?, eher bewußt? oder beides? (Hörverhalten II, Akut-Bereich)	205
10.6. Aufklärung über Lärm/Hörhygiene	207
10.6.1. Umfrage: Lärmbelastung (Akut-Bereich)	208
10.6.2. Korrelation zwischen Lärmbelastung und Tinnitusbelastung (Akut-Bereich)	209

11. Die Hörtherapie – Ziele und Inhalte	211
11.1. Das Vorgehen in der Hörtherapie	218
11.1.1. Übungen mit Geräuschen	220
11.1.2. Übungen mit Klängen	222
11.1.3. Übungen mit Melodien und Musikstücken	224
11.2. Veränderungen durch die Hörtherapie	
11.2.1. Umfrage: Bleibende Nachwirkung – residual inhibition (Akut-Bereich)	225
11.2.2. Umfrage: Förderung der subjektiven auditiven Wahrnehmung (subakuter/chronischer Bereich)	226
11.2.3. Umfrage: Habituation und Defokussierung (Akut-Bereich, subakuter/chronischer Bereich)	228
11.2.4. Umfrage: Kontakt zum Organ Ohr (Akut-Bereich)	229
11.2.5. Sonstige Angaben (Akut-Bereich)	230
11.3. Umfrage-Ergebnisse: Veränderung nach 55 bis 90 Minuten TIM	231
12. Die musikunterstützte Tiefenentspannung – Ziele und Inhalte	
12.1. Entspannung – Tiefenentspannung	232
12.1.1. Umfrage zu Entspannungstechniken (Akut-Bereich)	232
12.2. Das Vorgehen in der musikunterstützten Tiefenentspannung	240
12.2.1. Umfrage: Welche Musik hören Sie am liebsten? (Hörverhalten III, Akut-Bereich)	243
12.2.2. Umfrage: Welche Instrumente hören Sie am liebsten? (Hörverhalten IV, Akut-Bereich)	243
12.3. Veränderungen durch die musikunterstützte Tiefenentspannung	
12.3.1. Umfrage: Entspannungswirkung (Akut-Bereich/ subakuter und chronischer Bereich)	249
12.3.2. Umfrage: Schlafstörungen/Erschöpfung und Ermüdung (subakuter/chronischer Bereich)	252
12.3.3. Umfrage: Streßbewältigung (subakuter/chronischer Bereich)	253
12.3.4. Umfrage: Musikgenuß (subakuter/chronischer Bereich)	254
12.4. Kontraindikationen	256

13. Sensorisch-integrative Musiktherapie – Ziele und Inhalte	257
13.1. Die Bedeutung des Vibrationssinns	258
13.2. Die mechano-kutane Schallvermittlung in der Musik- und Klangtherapie	260
13.2.1. Das therapeutische Monochord	263
13.3. Das Vorgehen in der sensorisch-integrativen Musiktherapie	265
13.4. Übungen aus der sensorisch-integrativen Musiktherapie	
13.4.1. Aero-kutane Schallvermittlung	270
13.4.2. Kutane Schallvermittlung	272
13.4.3. Mechano-kutane Schallvermittlung	273
13.5. Veränderungen durch die sensorisch-integrative Musiktherapie	
13.5.1. Beobachtungen zur Tiefenentspannung (Akut-Bereich)	276
13.5.2. Umfrage: Eigenwahrnehmung (subakuter/chronischer Bereich)	276
13.6. Kontraindikationen	278
14. Das individuelle Hörtraining in 3 Stufen	280
14.1. Die Bedeutung der Wiederholung im Hörtraining	281
14.2. Die Zusammenstellung des Hörtrainings	282
14.2.1. 1. Stufe: Passives Hören – Entspannen	283
14.2.2. 2. Stufe: Aktives Hören – Fördern der Hörfähigkeit	284
14.2.3. 3. Stufe: Aktives Hören – Habituation fördern	285
15. Weitere Ergebnisse aus dem Akut-Bereich	
15.1. Bewältigungsstrategien vor und nach der Akut-Therapie	289
15.2. Tinnitus-Erleben nach der Akut-Therapie	292
16. Weitere Ergebnisse aus dem subakuten und chronischen Bereich	
16.1. Tinnitus-Profil vor und nach der TIM	296
16.2. Lebensqualität vor und nach der TIM	298
17. Zusammenfassung	305

18. Anhang	
Daten, Protokolle, Tests, Audiogramme von 18 subakuten und chronischen Patienten	314
19. Literaturverzeichnis	350