

A cosa serve

Questo intervento secondo programmi specifici per ogni persona mira ad equilibrare le capacità di ascolto e di comunicazione sia con se stessi che con gli altri per favorire il benessere.

Il PAS (Psycho-Audio-Sound) può servire per:

Dinamizzazione. Attraverso i suoni acuti viene fornita ricarica cerebrale che rende più creativi.

Comunicazione. Un orecchio allenato e aperto al mondo esterno migliora la capacità di ascolto e di comunicazione

Età avanzata Le sollecitazioni sonore e musicali hanno come obiettivo quello di rendere l'orecchio più tonico che di conseguenza rende più attive le persone anziane.

Preparazione alla nascita Un programma speciale denominato "Musica per nascere" pensato come percorso musicale di accompagnamento durante la gravidanza aiuta la comunicazione sonora tra madre e figlio e riduce le ansie e le paure della mamma.

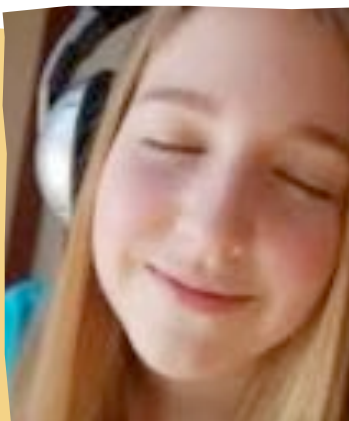
Stati depressivi La musica di Mozart con le sue vibrazioni e le sue frequenze acute particolarmente attivate dal metodo, favoriscono la riduzione dei sintomi depressivi quali il senso di stanchezza, l'apatia e il disinteresse, il pensiero negativo e migliora il benessere psico-fisico.

Stati ansiosi Ansia e tensioni, stati di stress con reazioni psicosomatiche come insonnia e facile affaticamento, possono essere adeguatamente contenuti da un training specifico il cui programma è denominato ReAT (RelaxAudioTraining) e pubblicato nel libro di G. Maiolo "BASTA STRESS" ed. Erickson (Trento)

Attacchi di panico Stati acuti e particolari come gli Attacchi di panico possono essere contenuti e ridotta la sintomatologia con un programma specifico di PAS.

L'Aggressività e Iperattività In età evolutiva possono essere manifestazioni di disagio. Uno o più cicli di ascolto possono migliorare il comportamento iperattivo e ridurre gli atteggiamenti aggressivi.

Concentrazione e Attenzione Un programma di ascolti che favorisce la concentrazione e stimola i meccanismi attentivi migliorando l'apprendimento scolastico e l'attività lavorativa.



PsychoAudioSound

Un metodo originale per il benessere



Da Mozart il benessere
Da A. Tomatis il metodo
PsychoAudioSound
per star bene

Studio di Psicologia e Psicoterapia

Bolzano - Via L. da Vinci, 17 tel./fax 0471 971335

Puegnago d/G - Via Merler, 9 tel/fax 0365 651827

www.officinabenessere.net email info@giuseppemaiolo.it

Phone 347 2224200 (Maiolo) - 3472425347 (Franchini)



Studio di Psicologia e Psicoterapia

Da Mozart il benessere

Orecchio e Psiche

La musica di **Mozart** non solo è universalmente conosciuta ma ampiamente studiata per i suoi numerosi e benefici effetti confermati da numerosi studi scientifici.

Le ricerche hanno dimostrato che essa agisce sul comportamento umano a vari livelli. In

particolare influenza **la vita neurovegetativa e la motricità stimola gestualità e la creatività, migliora la vigilanza** (attenzione e

concentrazione) e **la memoria**.



Wolfgang A. Mozart, nato a Salisburgo nel 1756 e morto a Vienna nel 1791 a soli 35 anni, si è rilevato il compositore più ricco di contenuti musicali e al contempo significativi sul piano emotivo-affettivo.

Grazie a condizioni familiari e sociali favorevoli, Mozart ha cominciato a comporre la sua musica molto giovane (3 anni e mezzo) e ha scritto più di 600 opere.

In esse è stato in grado di riprodurre non solo i propri ritmi fisiologici di bambino, ma anche **la gioia, la giocosità, la curiosità, la varietà e la vitalità** che caratterizzano questa fase della vita. Analizzando la base ritmica soggiacente alle sue composizioni si è notato, ad esempio, che essa batte ogni mezzo secondo, determinando una modulazione di 120 pulsazioni al minuto.

Ci ha messo così a disposizione le ricchezze della sua musica apprezzata universalmente e compresa da tutti senza distinzione di cultura.



Ideato da Alfred Tomatis, medico francese di ampia fama internazionale, il metodo chiamato Audio-psico-fonologia è un intervento di stimolazione uditiva che intende migliorare le funzioni sia dell'orecchio che influenzare il sistema neurovegetativo e la psiche.

Nel suo libro **L'orecchio e la vita**, l'orecchio umano ha la capacità di svolgere una quantità di importanti funzioni:

- Percepire i suoni
- elaborarli senza distorcerli
- distinguere gli alti dai bassi
- percepire l'origine spaziale dei suoni
- porre attenzione ai messaggi sonori
- trasmettere energia al cervello
- integrare e coordinare le informazioni provenienti dai movimenti muscolari
- mantenere l'equilibrio e il rapporto con la gravità
- stimolare l'equilibrio neurovegetativo
- controllare la fonazione
- controllare l'abilità musicale

L'osservazione attenta e più di 50 anni di ricerca rigorosa, hanno permesso a Tomatis di

dire che un orecchio che **funziona bene** è un orecchio che **ascolta bene**.

Un **buon orecchio** consente sia una voce di **buona qualità e tonalità**, che una **buona capacità di comunicazione e relazione**, un efficiente **equilibrio psico-fisico**.

Questo permette di sostenere che tra orecchio e psiche vi è una stretta relazione, un rapporto significativo e importante.

Migliorare l'ascolto vuol dire migliorare la comunicazione e la relazione con se stessi e con gli altri, ma anche arricchire la propria vita di armonia.



IL METODO PAS

L'intervento oggi si applica sia a livello ambulatoriale che a domicilio con un particolare Kit di strumenti.

Il PAS si realizza con modalità diverse. A partire un Test d'Ascolto viene fatta una programmazione specifica e organizzato un ciclo di ascolti giornalieri (21 o 28 giorni consecutivi) di musica filtrata delle frequenze basse e potenziata nelle acute.

Il ciclo classico prevede l'ascolto passivo di materiale registrato di musica varia ma in particolare di Mozart e Canti Gregoriani.