

Maria Holl geht einen konsequenten Weg in der Tinnitus-Atemtherapie nach Holl® (TAT) und dem Tinnitus-Atemtraining nach Holl ®, den wir in der modernen psychosomatischen Medizin dringend benötigen:

Ein störungsspezifisches Vorgehen mit dem konsequenten Sammeln von Erfahrungen im Sinne einer angewendeten, praktischen Heilkunde, die sich gleichzeitig in ihren Effekten überprüfen lässt.

Die Tinnituskranken werden es ihr danken!

Häufig werden psychosomatisch erkrankte Patienten mit immer neuen Erkenntnissen konfrontiert, ohne dass es zu einem parallelen Wachstum der praktischen Behandlungsmethoden kommt. Praktikable Anleitungen, wie ihr Leiden gelindert werden kann, fehlen zumeist und über die rein verbalen Psychotherapiemethoden sind psychosomatische Störungen nur eingeschränkt zu erreichen. Hier schließt Maria Holl mit der Tinnitus-Atemtraining eine wichtige Lücke, die bei vielen psychosomatischen Störungen zwischen theoretischer Erkenntnis über die Störung und dem Leiden des Kranken in ohnmächtiger Verzweiflung klafft. Die praktischen Lektionen sind sorgfältig ausgesucht, verständlich, nachvollziehbar, hilfreich und können reproduziert und standardisiert überprüft werden. Die Körperübungen berühren die Themen vieler im präverbalen Bereich gestörter Erkrankungen in unterschiedlichen Feldern.

Selbstwahrnehmung, Atmung, Selbstmassagen, den Körper einbeziehende Imaginationen führen zu der Bearbeitung leib-seelischer Dissonanzen im Sinne der Gewinnung einer wachsenden Selbstkohärenz. Menschen, die sich auf diese Behandlung einlassen, verstehen nicht nur besser, was sie krank macht, sondern entwickeln ebenso, was sie gesund erhält!

**Konrad Oelmann, Ittenbach 2011**