

## **Defokussierung**

Moderne Tinnitus-therapie, die auf der Fähigkeit des Gehirns beruht Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden und Unwichtiges nicht in das Bewußtsein gelangen zu lassen. Die Tinnitus-Retraining Therapie nutzt auch das Prinzip der Defokussierung, allerdings mit hohem Aufwand.