

Deutsche
Hörbehinderten
Selbsthilfe e.V.



gemeinnützige Selbsthilfeorganisation für Schwerhörige und Ertaubte
<http://www.hoerbehindertenselbsthilfe.de>

*Selbsthilfe
macht
Schwerhörigkeit
leichter*

Schwer hören ...

HÖREN und VERSTEHEN sind schwer geworden?

Sie fühlen sich in Gesprächen oft isoliert und ausgegrenzt?

Sie können nicht mitreden oder geben falsche Antworten?

Sie befürchten, Ihre Mitmenschen könnten Sie deshalb für dumm halten?

Sie spüren täglich, wie viel Kraft Ihnen die Kommunikation abverlangt?

Sie haben Fragen wie ...

- Wo kann ich andere Hörbehinderte kennen lernen?
- Wie leben andere Betroffene mit ihrer Schwerhörigkeit?
- Welche Kommunikationshilfen gibt es außer Hörgeräten und Zusatztechnik?
- Wo finde ich eine Reha-Einrichtung für Hörgeschädigte?
- Wie bekomme ich eine Reha-Maßnahme für Hörgeschädigte?
- Wo gibt es hörgeschädigtengerechte Seminare und Weiterbildung?

... und Wünsche

- Sie suchen neue Perspektiven, Austausch und Unterstützung?
- Sie wollen wieder selbstständiger und unbeschwerter leben?
- Sie suchen ein zwangloses Gespräch in einer Gruppe Gleichbetroffener?
- Sie möchten raus aus dem Schneckenhaus der Isolation?

... leichter nehmen

... durch mehr:

- Wissen über die tatsächlichen Möglichkeiten und Einsicht in unsere Grenzen.
- Selbstwertgefühl und Vertrauen – auch in schwierigen Kommunikationssituationen.
- Mut und Kompetenz, andere Menschen um Unterstützung zu bitten.
- Anerkennung und Lebensfreude.

... mit uns:

- Wir in der **DHS** sind ein Netzwerk von schwerhörigen und ertaubten Menschen.
- Wir sind bundesweit in zahlreichen engagierten Selbsthilfegruppen vor Ort aktiv.
- Wir tauschen unser Wissen über die Behinderung aus und lernen voneinander.
- Wir arbeiten auf der Basis von langjährigen persönlichen Erfahrungen und veranstalten verschiedene Seminare zu hörbehindertenspezifischen Themen.

... für uns:

- Unsere Mitgliederzeitschrift **FORUM** berichtet umfassend und unterhaltsam zu vielen Themen „rund ums Hören“.
- Unser **DHS-Internet-PORTAL** bietet allen registrierten Mitgliedern eine informative und aktuelle Plattform und die Möglichkeit zum direkten und zeitnahen Austausch.
- Die bunte und lebhaftige Gemeinschaft der **DHS-Mitglieder** ist ein gelungenes Beispiel dafür, dass Schwerhörigkeit nicht Isolation und Verlust von Lebensfreude bedeuten

Werden Sie aktiv und nehmen Sie Ihr Schicksal in die Hand.

**Werden Sie Mitglied in der Deutschen Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. (DHS),
wir freuen uns auf Sie. Wir in der DHS:**

Kompetenz ehrenamtlich – ohne feste Sprechzeiten, aber mit großem Engagement!

Es ist Schwerstarbeit, wissen Sie, als Hörgeschädigter mit jemandem zu reden. Ich versuche dauernd zu hören, was Sie sagen. Man kann sich einfach nicht entspannt unterhalten, wenn man auf der Stuhlkante sitzt, lauert, horcht und dauernd denkt: 'Hab ich das jetzt richtig verstanden?' Das ist alles reine Schinderei, und am Ende denkt man: 'Oh, verflucht, ich möchte jetzt lieber alleine sein und wieder zu Atem kommen...'*

(Von Jones - aus "Schwerhörigkeit - Behinderte Kommunikation" - Bundesjugend im Deutschen Schwerhörigenbund e.V.)

Dieser Kommentar eines Betroffenen beschreibt zutreffend die Alltagssituation vieler hörgeschädigter Menschen: Die Kommunikation wird immer öfter zu einer großen Kraftanstrengung, viele wollen und können sie nicht mehr leisten. Die Folgen sind gravierend:

- im Gespräch mit anderen Menschen will man dabei sein und bleibt doch "außen vor"...
- man hat das Gefühl, ausgegrenzt zu sein...
- Selbstzweifel stellen sich ein...
- man zieht sich aus sozialen Kontakten zurück...
- Einsamkeit und Selbstisolation...

Finden Sie sich in diesen Aussagen wieder? Dann sind Sie vielleicht richtig bei der Deutschen Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. (DHS). Wir bieten Ihnen wertvolle Tipps, wie Sie lernen, mit Ihrer Schwerhörigkeit umzugehen - und dazu eine starke Gemeinschaft von Gleichbetroffenen.

Mit dieser kleinen Broschüre wollen wir Ihnen ein paar Informationen über Schwerhörigkeit und den Umgang damit näher bringen und Beispiele zu unseren Angeboten aufzeigen. Sie können erfahren:

- Wer sind wir?
- Was verstehen wir als unsere Aufgabe?
- Was bieten wir unseren Mitgliedern?
- Was können Sie in unserer Gemeinschaft von Gleichbetroffenen finden?

Die Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V., kurz DHS, ist eine gemeinnützige, bundesweite Selbsthilfeorganisation - von Betroffenen für Betroffene.

Wir schaffen Möglichkeiten für einen vertrauensvollen Austausch mit Menschen, die als Schwerhörige ähnliche Situationen und Probleme erleben. Hörschädigung hat viele Gesichter und Schicksale. Die Lebenserfahrungen aus vielen unterschiedlichen Biographien und der lebendig praktizierte Selbsthilfegedanke vereinen etwas über 300 Mitglieder aus Deutschland, Italien und der Schweiz, die Zahl wächst stetig. Die Mitglieder bekennen sich klar zur aktiven und eigenverantwortlichen Selbsthilfe.

Die DHS dürfen wir Ihnen somit als eine starke Gemeinschaft hörbehinderter Menschen vorstellen, wo die Freude am Austausch und am Ausprobieren der eigenen Möglichkeiten im besten Sinne ansteckend ist. Unverwechselbar ist der persönliche und zum Teil familiäre Umgang miteinander, von daher ist die DHS mehr als ein nur ein Verein. Trotz der zum Teil großen Entfernungen zwischen den einzelnen Selbsthilfegruppen bzw. den Mitgliedern bestehen sehr enge Bindungen.

2010 definierte in der Seminarabschlussrunde ein Teilnehmer auf ganz persönliche Art die DHS:

„Das Adoptionsrecht in der BRD ist eines der komplexesten der Welt. Es gibt einen kleinen Verein, der heißt DHS, und der hebt das einfach aus. Adoptieren im Sinne von Annehmen, jeder wird genommen wie er ist, wie er hört, egal woher er kommt. Vielleicht könnte die DHS demnächst „**Deutsche Heimat für Schlappohren**“ heißen?“

Die Geschichte der DHS - ein kleiner Rückblick

1983 Erste Selbsthilfegruppen

Ein Lichtblick für Schwerhörige war Anfang der 80er Jahre das Reha-Zentrum für Hörgeschädigte in Rendsburg. Betroffene lernten zu erkennen, dass es Wege zum Verstehen gibt und sie daran arbeiten können, mit der Behinderung ein erfülltes Leben zu führen.

Es entstanden an vielen Orten Selbsthilfegruppen und es waren an vielen Orten einzelne Menschen, die aktiv ihr Leben angehen wollten, aber keine SHG finden oder aufbauen konnten. Schnell war klar, dass diese Einzelinitiativen ein Netzwerk brauchten um miteinander im Kontakt bleiben zu können.

Betroffene handeln in eigener Sache! Mit diesem Wahlspruch entstanden schon 1983 an verschiedenen Orten in Deutschland erste Selbsthilfegruppen von ehemaligen Teilnehmern der Rehabilitationen für Hörgeschädigte im Reha-Zentrum Rendsburg.

1987 Interessenvertretung ArGe

Als gemeinsame Plattform für den Kontakt untereinander und als Interessenvertretung nach außen wurde auf Initiative von **Rudolf Rathke** 1987 in Berlin die "Arbeitsgemeinschaft der Hörschädigten-Selbsthilfegruppen" (ArGe) gegründet. Anfangs dienten die jährlichen ArGe-Treffen mehr der Kontaktpflege und dem zwanglosen Informationsaustausch. Rasch wurde den Beteiligten klar, dass sie hier eine Bewegung in Gang gesetzt hatten, die breiten Zuspruch fand und für die sich ein ungeahntes Aufgabenfeld eröffnete.

Die ArGe suchte für ihre Mitglieder verstärkt fachliche Unterstützung für die Selbsthilfearbeit in den Bereichen Kommunikation, Öffentlichkeitsarbeit und Gruppenführung. Mit dem wieder gewonnenen Selbstbewusstsein wagten sich viele Teilnehmer auch an "heiße Eisen" und suchten nun in der Gemeinschaft mit anderen Betroffenen nach Lösungen für ihre psycho-sozialen Probleme als Hörgeschädigte in Familie und Beruf. Dies ist nun seit Jahren unser Arbeitsschwerpunkt beim inzwischen schon traditionellen DHS-HERBSTSEMINAR.

Das besondere an den Treffen und Seminaren der Anfangsjahre war, dass die ArGe die für die damaligen Verhältnisse sehr ungewöhnliche Form der "totalen Kommunikation" praktizierte, d.h. es wurden immer LBG-Dolmetscher, Hellschreiber und Funkanlagen bei den Veranstaltungen eingesetzt. Das Motto war und ist: Jeder soll jeden verstehen. Dass sich diese Praxis heute, fast 25 Jahre später, auf breiter Basis als Standard bei einer hörbehindertengerechten Veranstaltung durchgesetzt hat, geht – und das sagen wir mit einem gewissen Stolz – auch auf unsere "Gründermütter und -väter" zurück.

Mit dem Bekanntheitsgrad der ArGe und ihren erweiterten Angeboten kam der bis dahin lockere Zusammenschluss Gleichgesinnter fast zwangsläufig mit vereinspolitischen Dingen in Berührung, ohne die es leider auch im Bereich der Selbsthilfe nicht mehr geht – vor allem, wenn es um die Beschaffung notwendiger Fördermittel zur Unterstützung unserer Arbeit geht.

1989 BFRH - Vereinsgründung

Um mehr Möglichkeiten auszuschöpfen entstand Ende der 1980er Jahre ein eingetragener Verein, der die Möglichkeiten hatte, Fördergelder zu beantragen und zu erhalten: Der Bundesverband zur Förderung von Rehabilitation, Selbsthilfegruppen und Nachsorge Hörgeschädigter (BFRH), Rendsburg.

Die Form der Zusammenarbeit zwischen BFRH und ArGe erwies sich allerdings als viel komplizierter als ursprünglich gedacht. Schon nach wenigen Jahren, 1997, stimmten die Mitglieder beider Organisationen einer Fusion zu.

1999 DHS - Neugründung

Am 8. Oktober 1999 wurde in Königswinter ein neuer eigenständiger und eigenverantwortlicher Verein aus der Taufe gehoben, der sich in seiner Namensgebung eng an den Selbsthilfegedanken anlehnt. Der Name Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e. V. (DHS) demonstriert deutlich den Schwerpunkt unserer Arbeit – die Selbsthilfe mit und für Hörbehinderte.

Und heute: Eine starke Gemeinschaft

In den letzten Jahren hat sich die Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e. V. zunehmend zu einer bundesweit tätigen und bekannten Selbsthilfeorganisation entwickelt.

Neben den vielfältigen Aktivitäten der regionalen Selbsthilfegruppen vor Ort bietet die DHS für betroffene Schwerhörige und Ertaubte sowie deren Angehörige alljährlich bundesweite Veranstaltungen an, die sich immer größerer Beliebtheit erfreuen. Um die Kosten für diese wichtige Selbsthilfe- und Multiplikatorenarbeit gering zu halten, bemüht sich die DHS in den letzten Jahren verstärkt und erfolgreich um öffentliche Fördermittel. Leitgedanke unserer Angebote ist immer die "Hilfe zur aktiven Selbsthilfe". Die Seminarangebote können unabhängig von einer Mitgliedschaft in Anspruch genommen werden. Wir möchten Ihnen nachfolgend unsere verschiedenen Angebote näher vorstellen.

RUNDER TISCH SHG

"Wenn Du und ich EINEN Dollar austauschen, dann hat jeder von uns EINEN Dollar. Wenn wir aber Ideen austauschen, hast Du ZWEI Ideen - und ich auch."

Keine großen Worte passen auf unseren RUNDEN TISCH SHG besser als diese amerikanische Lebensweisheit von Don Zadra.

Das Angebot richtet sich an aktive Vertreter von Selbsthilfegruppen (SHG), praktische Tipps und Informationen für die organisatorische Arbeit in einer SHG gegenseitig auszutauschen. Beispiele:

- Wie motiviere ich Mitstreiter in der SHG?
- Wie bereite ich eine Veranstaltung vor?
- Wie gestalte ich Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Schwerhörigkeit?
- Was ist bei Anträgen für regionale Förderung durch die Krankenkassen zu beachten?

Im Mittelpunkt steht der ERFAHRUNGSAUSTAUSCH, um das vorhandene Wissen aller Teilnehmer in der Runde zu nutzen und so die Arbeit für Gleichbetroffene zu optimieren.

Der RUNDE TISCH SHG ist grundsätzlich auch offen für Interessierte, die eine neue Gruppe aufbauen wollen und sich hier "am TISCH" praktische Tipps für die ersten Schritte holen wollen.

DHS-SPRECHERSEMINAR

Das DHS SPRECHERSEMINAR ist eine weitere Plattform für den Austausch der Sprecher und Sprecherinnen der örtlichen Selbsthilfegruppen. Sie hat sich inzwischen zu einer lohnenden Fortbildungsveranstaltung auch für "Noch-Nicht-Aktive" entwickelt.

Die Themen eignen sich sowohl für die Aufarbeitung und Weitergabe in einer Selbsthilfegruppe - sind für die Teilnehmer aber auch von allgemeinem Interesse, um sich mit der Hörbehinderung auseinanderzusetzen.

Als Referenten bieten sich verstärkt selbstbetroffene Hörbehinderten-Pädagogen, Psychologen und Sozialtherapeuten an.

DHS HERBSTSEMINAR

Das DHS HERBSTSEMINAR ist jedes Jahr einer der Höhepunkte für die Teilnehmer. Es bietet sachlich-fachliche Themen rund um die Hörschädigung und ihre Folgen. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf den psycho-sozialen Problemen, die die Hörbehinderung mit sich bringen kann.

In der Vergangenheit wurden solche Themen behandelt wie "Angst", "Kränkung", "Einsamkeit" und "Die Freiheit, behindert zu sein".

Hör- und Kommunikationsseminar

Das Gemeinschaftsseminar der Deutschen Tinnitus-Liga e.V. mit der DHS erfreut sich immer größer werdender Beliebtheit. Inhalt der Veranstaltung sind das Erkennen und Erlernen bestimmter Taktiken für eine erleichterte Kommunikation im Alltag. Es hat sich gut in den Angeboten etabliert und wird zweimal im Jahr in einer der Reha-Kliniken für Hörbehinderte durchgeführt.

LBG-Rhetorik-Workshop

Mit den Händen sprechen können, wer möchte das nicht. Das Erlernen der **Lautsprachbegleitenden Gebärdensprache** mit praktischen Übungen ist ein hoch geschätztes Angebot. Die DHS bietet ihren Mitgliedern weitere Leistungen an.

Nomen est omen - unsere Mitgliederzeitschrift **FORUM** heißt nicht nur so, es ist auch ein Forum für Austausch von Wichtigem und Lehrreichem, von Witzigem und Nützlichem, von Brandheißem und Gerne-Erinnertem, kurz: von uns - über uns - an uns. An FORUM arbeiten viele. Viele Mitglieder halten Augen und Ohren (!) offen für Dinge, die um sie herum passieren und die sie für berichtenswert halten. Und sie greifen selbst zur FEDER und erzählen Geschichten und berichten über Erfahrungen.

Im FORUM werden Termine und Veranstaltungen angekündigt, und für die, die nicht dabei sein konnten, gibt es eine "Nachlese" und Bilder ...

Über FORUM bleiben wir untereinander in Kontakt von Nord bis Süd - von West bis Ost: 2 x im Jahr - knallgelb - randvoll auf fast 100 Seiten.

Zwischen den FORUM-Ausgaben versenden wir zweimal im Jahr an die Mitglieder die Kurzinformatik TICKER mit aktuellen Nachrichten aus dem Vorstand.

Das **DHS-Internet-PORTAL** ist die Online-Kommunikationsplattform der Deutschen Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. exklusiv für Mitglieder. Das PORTAL mit seinen verschiedenen Foren und Funktionen steht unter dem Motto „von den DHS-Mitgliedern für die DHS-Mitglieder“. Zugangsvoraussetzung ist die Mitgliedschaft in der DHS.

Was bietet das PORTAL?

- Austausch zu unseren alltäglichen Erfahrungen rund um die Hörbehinderung
- zeitnahe Informationen und Unterstützung zu aktuellen Fragen
- immer wieder spannende Diskussionen
- persönliche Direktnachrichten an die Mitglieder im PORTAL
- gegenseitiges Kennenlernen und spaßiges Online-Klönen
- sogar Spiele – unsere letzten Highlights: Adventskalender, WM-Tippspiel, Foto-Wettbewerb

Das PORTAL wird moderiert von einem Administrator und einem Moderatorenteam.

Viel Wert legen wir auf aktive Öffentlichkeitsarbeit. Ein Schwerpunkt ist die Präsenz auf der **REHACARE** in Düsseldorf. Am „Themenpark für Menschen mit Hörschädigungen“ unter dem Dach der Deutschen Gesellschaft für Hörgeschädigte - Selbsthilfe und Fachverbände e.V. - beteiligen wir uns schon seit einigen Jahren.

Wo immer sich Gelegenheit bietet, sind wir mit Informationsständen bei zentralen Veranstaltungen vertreten.

All die Aktionen werden komplett in ehrenamtlicher Arbeit organisiert und durchgeführt. Die Vereinsarbeit ist in 25 Jahren professioneller geworden ist, im Vorstand sitzen selbstbetroffene engagierte Leute, die nie den Kontakt zur Basis (Einzelmitglieder und SHGn) verloren haben. Die Wohnorte der fünf Vorstandsmitglieder sind in ganz Deutschland verteilt, was die Arbeit aufgrund der Kommunikationsbehinderung erschwert. Telefonieren ist nicht möglich, und viele Absprachen müssen schriftlich erfolgen.

Wertvolle Unterstützung erfahren sie durch aktive Mitglieder, die bei der Gestaltung des FORUMs, der Webseite und des DHS-Online-PORTALs mit großem Eifer mithelfen.

Wenn Sie noch mehr Informationen über die DHS wünschen, laden wir Sie zu einem visuellen Besuch im Internet unter www.hoerbehindertenselbsthilfe.de ein.

Viele gute Gründe für die DHS

Einige unserer Mitglieder verkünden auf der Webseite, warum sie gern in der DHS Mitglied sind:



Ich bin hier, weil ich mich über jedes Thema rund ums Ohr austauschen kann und wertvolle Tipps erhalte, und weil ich von den Erfahrungen anderer Schlappohren profitieren kann. Ich bin hier, weil ich mich mit meiner Schwerhörigkeit angenommen und verstanden fühle.

Sabine, 47 Jahre

Ich bin in der DHS, weil es hier und besonders auch im PORTAL noch Schlappöhrchen gibt, die sich um andere kümmern, und man so aufgefangen wird, wenn es einem mal schlecht geht – eben so wie es in einer richtigen Gruppe oder Familie sein sollte, und... ... weil man an verschiedenen Seminaren teilhaben und so etwas für sich persönlich dazu gewinnen kann an Erfahrungen, Erkenntnissen und Fähigkeiten. ... Hier muss ich keine Angst vor Zurückweisung haben, nur weil ich nicht perfekt bin. Ich bin in der DHS, weil ich mich geborgen fühle und mich auch mal fallen lassen darf.

Barbara, 50 Jahre

Ich bin hier, weil es in dieser Schlappohrenfamily menschlich und verständnisvoll zugeht, ... weil mir eure Informationen zum Umgang mit der Hörbehinderung das Leben leichter machen, ... weil mir Artikel im FORUM, der Austausch im PORTAL und Kontakte zu euch Mut machen, ... weil Engagement in der Schlappohrenszenen wissend macht.

Antje, 47 Jahre

Ich bin in der DHS, weil ich Informationen zum Thema Schwerhörigkeit gesucht habe. Gefunden habe ich eine Gemeinschaft von liebenswerten Menschen, welche meine Probleme und Nöte weit besser verstehen als manche Angehörige, die mich Jahrzehnte kennen. Danke!

Frank, 52 Jahre

Ich bin in die DHS eingetreten, weil dadurch meine Seminarteilnahme günstiger wurde. Von der ersten Minute an war ich überwältigt von der selbstverständlichen Aufnahme und der Zugewandtheit. Dieses sofortige „wir gehören zusammen“ und "du bist eine von uns". Klar, dass ich in der DHS geblieben bin.

Almuth, 54 Jahre

Auf den folgenden Seiten können Sie in ausgewählten Berichten von unseren Seminarangeboten nachlesen, veröffentlicht in unserer Mitgliederzeitschrift FORUM.

2011 - RUNDER TISCH SHG - der trotzdem eckig war ...

Rosa aus S.

Nach acht Jahren in der Funktion eines Gruppensprechers war bei mir langsam die Luft raus, ich brauchte neue Impulse, um weiterhin für und mit unserer Kontaktgruppe für Schwerhörige gute Arbeit leisten zu können. Da kam für mich das Angebot der DHS gerade zum richtigen Zeitpunkt. Am Donnerstag, 19. Mai 2011, begrüßten sich vor dem Hotel „Allgäuer Tor“ in Bad Grönenbach eine Schar hörgeschädigter Menschen – alte Hasen und Frischlinge, die zum ersten Mal an so einem Seminar teilnehmen wollten. Namensschilder erleichterten das schnelle Kennenlernen. Die Einen begrüßten sich noch etwas zaghaft, die Anderen sichtlich erfreut über das Wiedersehen.

Schon beim Abendessen wurden wir mit einem sehr guten Menü verwöhnt. Kleine Tischrunden ermöglichten auch mir eine gute Kommunikation, das behutsame „Abtasten“ der übrigen Teilnehmer funktionierte prima.

Am Freitag, nach kurzer Vorstellungsrunde und Küsschen für Jochen Müller, dem Psychologen des Hauses, der den meisten bereits bekannt war, fanden lebhafte Gespräche am „Runden Tisch SHG“ statt. Hierbei konnten sich alle gleichberechtigt einbringen. Jeder durfte Fragen zu bestimmten Problemen stellen, und die Runde versuchte diese zu beantworten, je nach deren Erfahrungen. Egal ob es nun um Gruppenfinanzierung oder um Jahrespläne ging. Wie soll gute Kritik aussehen? Wie lenkt man als Gruppensprecher Gespräche in die richtige Richtung bei allzu privaten Dingen? Was kann man tun, wenn kein Nachfolger in Sicht zu sein scheint? Welche taktischen Möglichkeiten hat die Führungskraft, wenn alle Arbeit an ihr hängen bleibt? Wie schafft man eine Überforderung bei diesem Ehrenamt zu vermeiden?

Die Schwierigkeiten stellen sich von Leiter zu Leiter, von Gruppe zu Gruppe ganz verschieden heraus. Es gibt kein Patentrezept, wie man eine SHG führen muss. Aber es tut gut zu wissen, das wir als Gruppensprecher ja gar nicht perfekt sein können, auch nicht alle sein brauchen.

Einige Teilnehmer wollten sich nähere Informationen aus dem „Fachkreis“ holen, da sie beabsichtigen in nächster Zeit eine Gruppe neu an ihrem Wohnort zu gründen, bzw. die bestehende Gruppe zu übernehmen. Hoffentlich wurden sie nicht abgeschreckt von dem bürokratischem Kleinkram, über den diskutiert wurde, sondern konnten doch zufrieden nach Hause gehen in der Gewissheit, da gibt es eine Runde Hörgeschädigter, die sie jederzeit um Hilfe bitten dürfen.

Das hätte ich mir in der Anfangszeit auch oft gewünscht. Wichtig schien dabei allen, sich zuerst in einem allgemein zugänglichen Ort zu treffen. Die nötige Technik für eine gute Kommunikation darf nicht vernachlässigt werden. Möglichst frühzeitig versucht man optimalerweise mehrere Mitglieder in Arbeiten mit einzubinden, damit nicht alles an der/dem Leiter (in) hängen bleibt. Es soll schon ein Geben und Nehmen entstehen, auch der Gruppensprecher muss von den Treffen gestärkt nach Hause gehen dürfen.

Zwei Teilnehmer hatten vor einem Jahr eine Gruppe neu gegründet, und wir wollten wissen, wie es ihnen so geht bei ihrer Gruppenarbeit. Auch sie haben von ihren Erfahrungen berichtet.

Soll man nun ein eingetragener Verein sein oder lieber „nur“ eine SHG bleiben? Wo liegen die Vor- bzw. Nachteile für die jeweilige Rechtsform? In einer SHG sollten alle gleich sein, aber ohne Sprecher nach Außen klappt das nicht, jemand muss die Vermittlerrolle übernehmen. Intern müssen die Gruppenmitglieder ausloten, welche Ansprüche sie an die

Gruppe haben: Mehr Öffentlichkeitsarbeit um über Schwerhörigkeit aufzuklären, oder reicht ihnen der gegenseitige Gesprächsaustausch? Jede Gruppe soll seine individuellen Schwerpunkte festlegen. Ideal wäre, wenn bei jedem Gruppentreffen eine andere Person die Führung übernehmen würde, diese sollte nur anregen und lenken, die Arbeit soll von den einzelnen Mitgliedern selber kommen. Ist dies nicht oder nicht mehr der Fall, sollte jeder Gruppensprecher überdenken, was sein jeweiliges Wunschziel sei: Was der Sprecher eigentlich will und was die Gruppe erreichen möchte – geht das noch zusammen, oder trift die Ziele zu weit auseinander? Was soll passieren, dass die Mitglieder gerne wiederkommen? Zwischendurch mal einen Rückblick machen, eine positive Runde, was sollten wir ändern und warum?

Ein tolles Beispiel für gute Öffentlichkeitsarbeit kam von einer Teilnehmerin: Sie berichtet, dass sich die Gruppe in regelmäßigen Abständen in einem Café trifft und mit der mobilen Funanlage untereinander kommuniziert. Das erregt die Neugierde des guthörenden Umfelds: Warum spricht da einer ins Mikrofon, ohne Lautsprecher? Das bietet eine gute Möglichkeit den Guthörenden praktisch vorzuführen, wie für uns Schwerhörige gute Kommunikation aussehen soll.

Auch die Zusammenarbeit mit den Behindertenbeauftragten muss intensiv gepflegt werden. Es muss uns gelingen, unsere Bedürfnisse klar zu definieren und dann durchzusetzen. Auch wir Schwerhörigen haben wie die Gehörlosen einen berechtigten Anspruch auf barrierefreie Kommunikation. Es ist **unsere** Aufgabe dafür zu sorgen, dass unsere Forderungen nach mehr guten induktiven Höranlagen auch bekannt gemacht werden, wer, außer uns Betroffenen, sollte dies sonst tun? Es gilt aber auch die Akustiker zu überzeugen, wie wichtig für jeden Einzelnen die Aktivierung der T-Spule am Hörgerät ist.

Rainer Schertler aus Darmstadt hat anschließend ein super Referat über **Moderation und Gesprächsführung** vorgetragen. Wie soll man Gruppengespräche optimal leiten, das „Richtige in die Hand nehmen und begleiten“, ohne dass es einen Verlierer geben darf? Richtiges Coaching scheint das Zauberwort. Eine praktische Anleitung dafür wäre wünschenswert.

Den Abschluss dieses informativreichen Tages übernahm Dr. Oliver Rien mit einer kurzen Begrüßungsrunde. Er erkundigte sich über unsere Vorstellungen und Erwartungen zum SPRECHERSEMINAR mit dem Thema: **„Erst wenn du dir selber geholfen hast, kannst du anderen helfen“**.

Den Abend ließ zumindest ich im Schwimmbad Revue passieren. Kaum zu glauben welche Gedanken dabei in meinem Kopf ihre Runden gedreht haben!

SPRECHERSEMINAR der DHS 2011

in der HELIOS Klinik „Am Stiftsberg“ Bad Grönenbach

„Erst wenn du dir selber geholfen hast, kannst du anderen helfen“

Rosa aus S.

Dr. Oliver Rien informierte uns als erstes, dass er mit dem Begriff „Helfen“ nicht so ganz einverstanden ist. Er möchte diese Arbeit mehr als „unterstützen“ bezeichnen. Na gut, so unterstützte uns Oliver eben bei unserem **Lebenslangen Lernen**. Erst, wenn sich jeder mit sich selber auseinandersetzt und eine **angemessene Resignation zulassen kann**; nur, wer sich nicht frustrieren lässt von Dingen, die er nicht ändern kann, der wird er es schaffen seine Erfahrungen, ohne zu bewerten, weitergeben zu können... Dazu muss man hauptsächlich sich selber lieben lernen, dann erst ist man in der Lage andere zu begleiten.

„Ich bin nicht da, bin mich suchen gegangen.

Wenn ich wieder da bin bevor ich zurück komme, sagt mir - ich soll – auf mich warten.“

Ein wunderbarer, beeindruckender Satz, der sehr treffend die Hauptaussage von diesem Seminar wiedergibt.

Auf der Suche nach uns selbst vertraute Oliver uns erst mal Fr. Kohlberg, eine Physiotherapeutin der Klinik, an. Trotz freien Samstag nahm sich Fr. Kohlberg Zeit um uns eine Stunde lang in die Qi-Gong –Welt einzuführen, ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle an Fr. Kohlberg. Also suchten wir schön brav **unsere Mitte** und lernten mit **Wolken schieben** frei zu atmen, um so besser zu uns selber zu finden.

Eine entspannende Abwechslung um wieder aufnahmefähig zu sein für die hochgeistigen Ausführungen von Oliver zu unserem eigenen Ich, zu unserer Identität.

Welche Beweggründe liegen derzeit in unserer Sprecherarbeit, bzw. welche sollten dies sein?

Die Suche und das Erkennen der eigenen Identität wurden ausführlich erörtert. Wie können wir die nötige Rollendistanz erhalten, wie lernen wir Einschränkungen richtig zu akzeptieren? Richtige Kritik und Toleranz sind uns nur möglich, wenn wir es schaffen uns selber zu lieben, das (selbst-**bewusst**-sein) erreichen und erhalten. Wir dürfen ruhig öfter mal auf die positiven Dinge blicken, die wir schon erreicht haben und sollten diese Taten nicht nur von den negativen überdecken lassen. Zu-**frieden**-heit ausstrahlen, sich wohl fühlen, bedeutet Selbstvertrauen. Augen sind der Spiegel der Seele - gute, positive Gedanken zeigen sich also in unseren Augen.

Wie kann ich Ressourcen für die Gruppe aktivieren?

Als Gruppensprecher können wir nur begleiten, die Arbeit muss der Hörgeschädigte immer selber leisten. Das sind die wichtigsten Gedanken die bei mir zusammenfassend von diesem Referat hängen geblieben sind.

Ganz fasziniert hatte ich schon den lieben langen Tag auf diejenigen geguckt, die sich scheinbar so mühelos mit Gebärden unterhielten. Das wollte ich auch ein wenig lernen. Da wurde mir der *Teekessel* im DHS-PORTAL erklärt, dass eine Gebärde für drei verschiedene Begriffe angewandt werden kann – oh Gott, doch nicht so einfach!

Weitergeübt haben wir dann auf dem Weg ins Wald Café zu einer geselligen Runde. Aber dabei zeigte sich doch, bei so einem Pulk Schwerhöriger auf einen Haufen und so ganz zwanglos durcheinander gequasselt musste ich passen. Diese Geräuschkulisse hat nicht nur mir viel abverlangt. Zurück im Hotel haben wir im Kaminzimmer diesen Abend noch in kleiner Runde ruhig ausklingen lassen. Rainer und Christl wurden weiter in Beschlag genommen uns Gebärden zu zeigen. Das bekam auch die nette Barbedienung mit und verabschiedete sich von uns ganz kokett mit LSG „Gute Nacht“, wie schön, das haben wir beklatscht.

Um Olivers Lehren etwas zu festigen, erhielten wir am Sonntag auflockernde Gruppenaufgaben. Zuerst hieß es, uns selber einen Liebesbrief zu schreiben – mit der rosaroten Brille. Diese Aufgabe war gar nicht so einfach, von uns hat sich noch nie jemand selber einen Liebesbrief geschrieben! Darüber mussten alle Teilnehmer ordentlich nachdenken.

Zum Zweiten sollte schriftlich festhalten, wem wir verzeihen (nur so können wir unsere guten Gedanken frei werden lassen) und warum. Jeder für sich alleine. Na das fiel mir nicht gar so schwer und mit Freude habe ich die dritte Aufgabe erledigt: *schreibe einen Liebesbrief an dein Gegenüber*. Da brauchte ich gar nicht so lange überlegen, deren positiven Seiten strahlten mir gerade entgegen.

Aber auch alle anderen Teilnehmer, (einschließlich Oliver) hätten von mir ein „Liebesbriefel“ verdient. Die übliche Feedback Runde hat dies ehrlich bestätigt.

Hör- und Kommunikationsseminar in Bad Berleburg 2011

Barbara aus P.

Dreizehn hörgeschädigte Frauen aus ganz Deutschland machten sich Ende April auf, um an diesem Seminar in der Baumrainklinik teilzunehmen. Nur ein fast normal hörender Ehemann traute sich mit dabei zu sein.

Jedes dieser Seminare ist auch für die Referentin, Frau Erika Classen spannend. Denn vorher kann nicht abgeschätzt werden, mit welchen Erwartungen und welche Erfahrungen die Teilnehmer aus den beiden Selbsthilfeverbänden DTL und DHS anreisen werden. Eine Runde bestehend fast ausschließlich aus Frauen gab es so noch nie. Allesamt waren dazu noch Hörgeräteträgerinnen. Drei der Teilnehmerinnen befanden sich gerade in der erstmaligen Versorgung mit Hörgeräten und somit dominierte auch dieses Thema das ganze Wochenende. Von der Baumrainklinik wurde uns der Audiotherapeut, Herr Peter Dieler zur Seite gestellt. Somit hatten wir zwei sehr erfahrene hörgeschädigte Betroffene als kompetente Ansprechpartner zur Verfügung.

Die Kennenlern-Runde brach schnell das Eis und ein vertrautes Du machte es allen leichter. Obwohl $\frac{3}{4}$ der Teilnehmer mit dem Zug kamen, konnten Fahrgemeinschaften organisiert werden. Das Hotel lag etwas außerhalb, war aber nur mit uns Teilnehmern voll belegt und wir konnten uns dort auch abends noch in geselliger Runde wohlfühlen. Schnell entstand ein Gemeinschaftsgefühl. Das Seminarthema ist so vielfältig, dass ein Wochenende gar nicht ausreicht, um über alles reden zu können. Bedarf nach weiteren solcher Seminar-möglichkeiten bestand bei vielen. Besondere Rehabilitationen für Hörgeschädigte werden zu wenig beantragt bzw. bewilligt. Nach Schätzung von Peter Dieler müssten 400.000 Hörgeschädigte jedes Jahr eine Reha in einer speziellen Klinik absolvieren. In Deutschland gibt es fünf solcher Einrichtungen. Das Reha-Zentrum für Hörgeschädigte in Rendsburg war der Ursprung für die anderen Facheinrichtungen. Leider wird eine Reha erst gewährt, wenn der Mensch an den Folgen seiner Hörschädigung bereits richtig krank geworden ist. Erschöpfung, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Verspannungen, belastenden Tinnitus, Depressionen und vieles mehr beklagen Hörgeschädigte. Warum alles so schwer für uns Betroffene ist und wir nicht einfach schwerhörig sondern in unserer Kommunikation behindert sind, soll das Seminar aufdecken.

Kommunikation - was ist das eigentlich? Kommunikation ist mehr als nur das gesprochene Wort. Alle Sinne sind dabei beteiligt, sowohl beim Senden als auch beim Empfangen der Informationen. Die Sprache verbindet uns Menschen als soziale Wesen, lässt uns Teilhaben am sozialen Leben. Wenn das Sprachverständnis durch die Hörschädigung gestört ist, bedeutet dies weit mehr für den Betroffenen als nur Hörverlust. Er wird von den Menschen getrennt, er wird in seiner Kommunikation behindert. Das betrifft alle Lebensbereiche, besonders schwerwiegend ist es im Beruf und in der Familie. Es fehlt an genauer Aufklärung warum das so ist.

Hören und Verstehen – was bedeutet das? Wenn zwei normal Hörende mit einander reden und einer sagt zum anderen: „Das habe ich nicht verstanden“. Geht man immer davon aus, dass der Sinn der Worte nicht verstanden wurde. Das Gesagte nicht zu begreifen war, sprich nicht kapiert / verstanden wurde.

Wenn ein Hörgeschädigter einem normal Hörenden bei einem Gespräch sagt: „Das habe ich nicht verstanden“. Denkt der Hörgeschädigte an die Akustik und dass er die Schallinformation nicht erfassen konnte. Die Information ist vielleicht gar nicht bis zum Gehirn vorgegangen und hängt in der Verarbeitungsleitung fest. Der Hörgeschädigte konnte sich noch gar nicht mit dem Sinn der Worte befassen, denn er hat die Information akustisch noch nicht voll verstanden. Der normal Hörende geht natürlich wie beim anderen normal Hörenden davon aus, dass er den Sinn des Gesagten nicht verstanden / kapiert hat. Dabei war

der Hörgeschädigte soweit noch gar nicht gekommen. Hören ist nicht gleich akustisch verstehen und verstehen nicht gleich begreifen. In beiden Fällen wurde das Gleiche gesagt, aber jeder meinte etwas gänzlich anderes – je aus seiner eigenen Betrachtungsweise heraus. Es gibt viele solcher Unterschiede bei der Wahrnehmung und das führt immer wieder zu Missverständnissen und auch zu Schwierigkeiten im Miteinander. Oft fühlt sich ein Hörgeschädigter dann ausgegrenzt, bewusst unverstanden und zieht sich zurück.

Aber selbst wenn ein Hörgeschädigter mit bester Technik glaubt, alles verstehen zu können, was gesagt wurde, bleiben Unsicherheiten auf beiden Seiten. Hör- und Kommunikationstaktik muss trainiert werden. Das müsste bei jeder Hörgeräteversorgung ein fester Bestandteil sein. Ein Dialogbeispiel dazu von Peter Dieler in einer Runde mit hörgeschädigten Jugendlichen:

Auf die Frage von Peter, wo denn das Praktikum absolviert wird, antwortete die Betreffende: „In einem Sofa-Geschäft“. „Du machst ein Praktikum in einem Sofa-Geschäft?“, fragte Peter zurück um sich abzusichern. „Ja, in einem Sofa-Geschäft“. Peter fragt irritiert nach, indem er das gehörte nochmals wiederholt: „Warum machst du ein Praktikum in einem Sofa-Geschäft?“ Die Antwort verwirrte: „Weil ich Tiere mag!“ ??? Die Aufklärung des Dialogs: Die Jugendliche möchte in einem Zoo-Fachgeschäft ein Praktikum machen, weil sie Tiere mag. Sofa-Geschäft und Zoo-Fachgeschäft haben das gleiche Mundbild und hören sich für Hörgeschädigte auch gleich an. Es ist also nicht immer einfach für uns Hörgeschädigte und was wir verstehen, muss nicht immer das sein, was der andere auch gesagt hat.

Das Hauptthema war jedoch die Hörgeräteversorgung an diesem Wochenende. Über Technik müsste viel mehr aufgeklärt werden und HNO-Ärzte und Akustiker mehr informieren, auch wenn sie das nicht bezahlt bekommen. Deshalb ist der Kontakt zu anderen Betroffenen wichtig und besonders zu Selbsthilfegruppen vor Ort und zu den Hörgeschädigten-Verbänden, die diese Seminare immer wieder anbieten. Die nächste Möglichkeit besteht im August 2011, wo das Seminar im Saarland stattfinden wird.

HERBSTSEMINAR 2009

Brief an die Arbeitskollegen

Doris aus T.

An meiner Arbeitsstelle herrscht kein gutes Betriebsklima, und meine Kollegen zeigen für meine Hörbehinderung wenig Verständnis. Um mehr Akzeptanz in Sachen Schwerhörigkeit zu erreichen, habe ich vor einiger Zeit anlässlich einer Abteilungsversammlung eine Präsentation gehalten, in der ich mit wenigen Bildern anschaulich dargestellt habe, wie Schwerhörige wirklich hören – dass sie, anders als Normalhörende sich das vorstellen, nicht nur leiser hören, sondern dass tatsächlich ganze Teile fehlen.

Dies hatte eine gute Resonanz, und einige Kollegen sprachen mich hinterher an, dass sie mich nun etwas besser verstehen könnten.

Daran anknüpfend habe ich nach dem HERBSTSEMINAR einen Bericht an die Kollegen gemailt, in dem ich über den Teilbereich „Kränkungen am Arbeitsplatz“ berichtete (siehe unten). Mit dieser Aktion habe ich versucht, eine klein wenig Menschlichkeit in unseren „Raubtierkäfig“ zu bringen. Doch die Reaktion war diesmal eher enttäuschend: Nur ein Kollege sprach mich an und meinte, dass er einen solchen Bericht gut finden würde. Er freute sich auch, dass er diese Erfahrungen an seine schwerhörige Mutter weitergeben könne.

Meine Vorgesetzte meinte allerdings, sie fände einen solchen Bericht nicht gut. Es gäbe noch mehr Behinderungen oder Krankheiten in der Abteilung, und es wäre nicht gut, diese so herauszuposaunen: „Wenn das jeder so ausführlich macht ...“.

Obwohl ich eine solche Reaktion traurig finde, denke ich, dass es ein richtiger Weg ist, offen mit der Behinderung umzugehen. Schade, wenn manche lieber die Augen davor verschließen möchten (aber vielleicht oder hoffentlich ist meine Abteilung ja im Bezug auf das Betriebsklima nicht repräsentativ).

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

am vergangenen Wochenende habe ich an einem Seminar der Deutschen Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. (DHS) zum Thema „Umgang mit Kränkung“ teilgenommen. Einer der vielen Teilbereiche betraf die „Kränkung am Arbeitsplatz“, und wer Lust und Interesse hat, kann sich mit diesem – kurz gehaltenen – Bericht informieren.

Schwerhörige haben gerade bei der Kommunikation und insbesondere bei der Kommunikation am Arbeitsplatz besondere Bedürfnisse, die von den gut hörenden Kollegen oftmals vergessen oder zu wenig beachtet werden. Ein Übergehen dieser Bedürfnisse erschwert den Schwerhörigen nicht nur die Arbeit, sondern auch das soziale Miteinander und wird deshalb häufig von diesen als Kränkung empfunden, obwohl dies ganz sicher in den allermeisten Fällen von den Kollegen gar nicht so gemeint ist.

Gleich zu Anfang, als wir in der Vorstellungsrunde unsere Erwartungen an das Seminar verglichen, stellte sich heraus, dass die meisten Teilnehmer, die sich in Arbeit befinden, doch sehr ähnliche Probleme am Arbeitsplatz haben und dort auch ähnlich reagieren – dass sie nämlich viele Situationen als Kränkung bewerten, weil sie auf Dauer „dünnhäutig“ und empfindlich geworden sind. Natürlich gibt es auch im privaten Bereich viele als kränkend empfundene Situationen, und natürlich gibt es auch viele kränkende Ereignisse, die nichts mit der Hörsituation zu tun haben – für euch möchte ich jedoch die Gelegenheiten beleuchten, die durch die Hörbehinderung hervorgerufen werden.

Es scheint relativ unabhängig, in welchem Hörstatus (mittel- oder hochgradig schwerhörig, an Taubheit grenzend oder ertaubt – mit oder ohne Hörgerät oder mit Implantat) sich der Betroffene befindet – auf die immer wiederkehrende Missachtung der Bedürfnisse reagieren wir alle ähnlich. Dabei arbeiteten wir heraus, dass wir oftmals allzu leichtfertig voraussetzen, dass die gut hörenden Kollegen unsere unsichtbare Behinderung immer im Auge haben. Das ist aber eben nicht der Fall, und wir müssen immer wieder daran erinnern, welche Notwendigkeiten erforderlich sind, um mit uns zu kommunizieren. Und genau dies ist einer der Punkte, die wir als Kränkung empfinden – und einer der Punkte, die die Seminarleiterin versuchte zu relativieren: „Ihr überfordert eure gut hörenden Kollegen, wenn ihr voraussetzt, dass sie immer an eure Behinderung denken“.

Ein weiterer Punkt war die Tatsache, dass wir natürlicherweise häufiger Informationen nicht mitbekommen (mit den entsprechenden, nachteiligen Folgen auf der Arbeit). Auch fühlen wir uns gekränkt, wenn wir bei Gesagtem, bei dem wir um Wiederholung bitten, die Antwort erhalten „War nicht so wichtig“. Wir fühlen uns unsicher, da wir nie sicher sein können, alles verstanden zu haben, oder wir fühlen uns sogar entmündigt, denn jeder normal Hörende entscheidet selbst, was wichtig und was unwichtig ist. Auch wir wollen alles mitbekommen, und auch wir wollen selbst entscheiden, welche Informationen relevant sind und welche nicht.

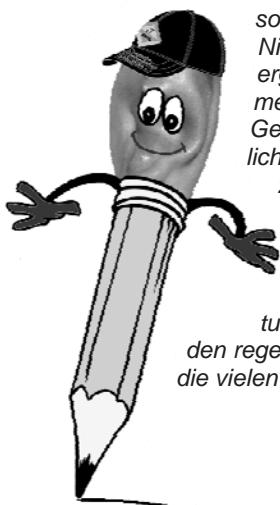
Sehr häufig sind auch Situationen, in denen wir uns aus der Gemeinschaft ausgeschlossen fühlen, weil wir nicht alles mitbekommen. Gerade die Bemerkungen „am Rande“, kurz eingeworfene Äußerungen in Gruppenbesprechungen, Konferenzen oder auch beim Mittagstisch, über die die anderen lachen, können wir nicht oder nicht ausreichend hören – und schon fühlen wir uns im wahrsten Sinne des Wortes ausgegrenzt. Auch dieses sind von den gut Hörenden nicht registrierte, regelmäßige Vorkommnisse, die wir auf Dauer als sehr kränkend empfinden.

Im Laufe des Seminars lernten wir verschiedene Techniken, die uns nach und nach in die Lage versetzen sollen, Situationen richtig zu gewichten und zu bewerten, jedoch wurde uns auch bewusst, wie wichtig immer wieder die Einbeziehung der Kollegen in unsere Probleme ist. Nur der ständige, wert- und vor allem vorwurfsfreie Dialog über die Hörbehinderung versetzt die gut Hörenden in die Lage, die Probleme der schlecht Hörenden zu verstehen und die erforderlichen Verhaltensweisen möglichst häufig zu beachten. Und dies wird dann auch dazu führen, dass wir Betroffene uns mit unserer Behinderung besser akzeptiert fühlen und Situationen, die doch mal nicht so ganz rund laufen, nicht mehr so ernst nehmen. Wenn der Zeitpunkt gekommen ist, dass wir im Bedarfsfall sagen können: „Kannst du das bitte noch einmal wiederholen“, „Hab ich wieder nicht mitgekriegt, kannst du mich bitte anschauen“ oder „Nimmst du bitte die Hände vom Mund“ und dies mit einem Augenzwinkern und Lächeln tun können – dann haben wir es gelernt, die unbeabsichtigten Situationen nicht mehr als Kränkung zu verstehen – so wie sie ja auch nicht als Kränkung beabsichtigt waren.

Als weiteren Aspekt mussten wir zur Kenntnis nehmen, dass auch unser eigenes Verhalten oftmals von den Kollegen als kränkend empfunden wird – sei es, weil wir zu laut sprechen oder sei es, weil wir ungehalten sind, weil wir unsere Bedürfnisse wiederholt einfordern oder erbitten müssen. Es wurde jedoch schnell klar, dass wir nicht erwarten dürfen, dass jeder normal Hörende ständig an unsere Behinderung denkt – eben weil sie unsichtbar ist – und vielleicht auch, weil wir durch erhöhten Einsatz von Aufmerksamkeit doch noch allerhand mitbekommen. Und natürlich müssen wir auch anerkennen, dass ein Hörbehinderter mit seinen Bedürfnissen für normal Hörende eben manchmal wirklich anstrengend sein kann – bzw. die besonderen Verhaltensweisen, die sich daraus ergeben. Dies anzuerkennen, ist für uns Betroffene nicht ganz einfach – aber normalerweise sollte das in einem guten Arbeitsumfeld und -klima eigentlich keine Rolle spielen.

Ich würde mich freuen, wenn ihr mich ansprecht, falls ihr Fragen zu Hörbehinderungen im Allgemeinen und meiner Hörsituation im Besondern habt. Gerne wüsste ich auch von euch, wie ihr mit meiner Situation umgeht oder ob ihr Verbesserungsvorschläge für unsere Kommunikation habt. Je mehr wir – zumindest in dieser Beziehung – von- und übereinander wissen, desto besser wird die Kommunikation klappen.

Übrigens: Solche Treffen von Schlappohren, wie wir uns selbst nennen, bringen trotz eines großen Arbeitspensums großen Spaß und bei aller teilweise sogar schmerzhaften Arbeit mit einem Thema auch Entspannung: Niemand muss als erstes da sein, um einen Platz ganz vorne zu ergattern um zu hören, denn niemand braucht sich darum zu kümmern, wo er sitzt. Alle Plätze sind bestens mit Technik ausgerüstet, Gebärd- oder Schreibdolmetscher sorgen für ergänzende Deutlichkeit und überall ist so gleich gut zu hören oder eben zu lesen und zu sehen. Niemand hat ein schlechtes Gewissen, wenn man zum 5. Male „Wie bitte?“ fragt – zur Not wird gebärdet oder geschrieben. Niemand nimmt übel, wenn der Nachbar schreit (auch wenn es stört), denn wir wissen, warum das so ist. Ein respektvoller, freundlicher, ja liebevoller Umgang miteinander tut hier so richtig gut, so dass viele nicht nur wegen der Themen zu den regelmäßigen Seminaren der DHS kommen, sondern einfach nur, um die vielen Schlappohr-Freunde wieder zu treffen.



Liebe Grüße eure Kollegin Doris
48 Stunden nach dem DHS-HERBSTSEMINAR 2010:

Im OSTEN geht die SONNE auf – und es wird hell und warm.

Anne aus P.

Alles ist wieder da!!

Die letzten 10 Tage in der erst kleinen und dann größeren Schlappohren-Familie haben Spuren hinterlassen bei mir – ganz wunderbare!

Lag es an der vielen Bewegung in der klaren Luft des Elbsandsteingebirges..., an der grandiosen Natur und der guten Wanderkameradschaft..., am leckeren Bier..., dem vielen Lachen..., an echter Freude und herzlicher Umarmung beim Wiedersehen in Herrnhut..., an Jochen's Gedanken(anstößen) und heilsamen Provokationen..., am offenen Austausch untereinander – eines fügte sich zum anderen und ich bin (wieder) angekommen in meiner Schlappohren-Heimat.

Im Rückblick sehe ich deutlich, wie sehr mich in den letzten drei Jahren äußere Einflüsse im Griff hatten...: meine Krankheit, die schwere Entscheidung gegen mein so gerne ausgefülltes Ehrenamt und das CI mit allen Folgen. Da waren viele Enttäuschungen... Ängste..., und mit neuen Perspektiven tat ich mich schwer. In den Diskussionen im Herrnhuter Seminar und wohlthuenden Gesprächen „nebenher“ sind mir die „Zwiebelschalen“ (*DANKE, Jürgen!!*) bewusst geworden, die mich von meinem Wesentlichen entfernten..., und wohl manchmal auch einsamer machten, als mir bewusst war.

Über eine bessere Gesundheit, die mich schon wieder hier und dort rumkraxeln und Neues ausprobieren lässt, darf ich mich glücklicherweise schon eine Weile freuen – seit den Tagen in Sachsen wissen Herz und Bauch nun auch endlich wieder, wo sie hingehören: mitten in die DHS („*Deutsche Heimat für Schwerhörige*“ – *DANKE, Peter für diese tolle Wortschöpfung*). Danke...

Ein Schlappohr hat eine Vision

Jochen Müller

Wer an schlappe Ohren denkt, der kann einem Leben mit Kommunikations- und Beziehungsproblemen in der hörenden Welt nur wenig Positives abgewinnen. Was ja auch nur allzu verständlich ist.

Einer unsichtbaren Behinderung wird allgemein nur wenig Beachtung und Rücksichtnahme entgegengebracht, das Wissen darüber ist eher gering. Stattdessen wird dem Verhalten und den Reaktionen des Betroffenen, die ja letztlich eine direkte bzw. indirekte Folge der Hörbehinderung sind, eine erheblich höhere Aufmerksamkeit entgegengebracht – und infolgedessen einer Bewertung unterzogen, die wenig Respekt, Verständnis und Wertschätzung beinhaltet.

Ich denke, ich schreibe hier nichts Neues. Aber wie jede Medaille zwei Seiten hat, gibt es auch eine positive Seite, die nach meinen Erfahrungen in der Verbands- und Seminararbeit von Vielen nicht gesehen, wahrgenommen oder geschätzt wird: die Schlappohren-Kultur. Wow, ein neuer Begriff! Gefällt mir, euch auch? Was ist darunter zu verstehen?

Ich denke an Dagmar auf dem HERBSTSEMINAR. Sie ist hörend, mit unserem sympathischen Frank liiert, die auf eine entsprechende Frage sagte: "Diese Herzlichkeit und Wertschätzung untereinander, die Offenheit, Ehrlichkeit und Zuwendung dem anderen gegenüber erlebe ich in der hörenden Gesellschaft so gut wie gar nicht."

Ich kann dies nur bestätigen, da ich, noch beträchtlich jünger, als Leiter einer Schwerhörigen-Jugendgruppe in Essen mich zunehmend darüber wunderte, dass immer mehr Hörende in unsere Gruppe kamen und Mitglied wurden. Nach ihren Beweggründen gefragt, kam

die Antwort: »Ihr habt eine ganz besondere Art zu kommunizieren, ihr schaut aufmerksam, ihr hört mit den Augen und mit dem Herzen zu, dies ist ein äußerst seltenes Erlebnis in der hörenden Welt, und deshalb kommen wir nur zu gern!« Und dies ist nur ein Beispiel von vielen.

Wie nannte auf dem Seminar in der Abschlussrunde Peter die DHS: "Deutsche Heimat der Schlappohren". Und genau so habe ich meinen fast lebenslangen Kontakt mit hörbehinderten Menschen auf meine Art erlebt und genossen – als Karibikurlaub, als ein zwischenmenschliches Paradies. Mir jedenfalls wurde dadurch eine Persönlichkeitsentwicklung ermöglicht, die mir als nichtbehinderter Mensch verwehrt gewesen wäre. Sicherlich kann mensch darüber spekulieren, ich bin davon absolut überzeugt. In mir entwickelte sich eine tiefe, unendliche Dankbarkeit, und aus dieser wiederum meine Vision.

Meine Vision ist:

- eine Stätte der Begegnung, Erholung und Bildung für hörbehinderte Menschen
- ein KommZen – Kommunikations-Zentrum, eine Kommunikationsbrücke zur Menschlichkeit
- eine Oase in der hörenden Wüste

Ja, es stimmt, es wird ein großes Projekt. Ich möchte einen Ort schaffen, wo die Schlappohren-Kultur einen festen, für alle er-reich- und er-leb-baren Platz hat. Wer sich genau informieren möchte, den lade ich zu einem Besuch auf meiner Homepage ein: www.kommunikationsbruecke.de. Dort findest du auch detaillierte Beschreibungen zu den jeweiligen Begriffen.

Die Homepage ist der erste Schritt, mit dem ich möglichst viele Schlappohren erreichen möchte. Daraus soll eine Bewegung entstehen, die mit ihrer Energie zur Verwirklichung dieser Vision einen erheblichen Beitrag leisten wird. Mittlerweile habe ich sehr viele Rückmeldungen erhalten, von herzlicher Zustimmung bis freudiger Euphorie, von aufmunternder Unterstützung bis zum Mitpacken-Wollen. Bist du auch dabei?

Demnächst wird in der Homepage eine aktuelle Seite eingefügt werden, die fortlaufend ergänzt wird, u.a. über den Stand der Entwicklung bis zur Verwirklichung der Vision.

Ich bin jetzt 58 Jahre alt, spätestens wenn ich siebzig bin, wird das Projekt stehen. So einfach ist das.

Bericht von der REHACARE 2010 in Düsseldorf

Barbara aus P.

Wie schon im letzten Jahr wurde der DHS abermals die Kostenübernahme für unsere Teilnahme an dieser wichtigen Messe durch die Krankenkassen verwehrt. Eigentlich sind dies sehr ungünstige Bedingungen, weil damit ein eigener Stand auf der Messe nicht zu finanzieren ist. Im letzten Jahr hatten wir einen Gemeinschaftsstand Dank der Unterstützung des Reha-Zentrums Rendsburg.

In diesem Jahr konnten wir abermals auf Hilfe aus Rendsburg bauen. Die Deutsche Gesellschaft der Hörgeschädigten - Selbsthilfe und Fachverbände (DG) ließ uns an ihrem Stand unsere „Zelte“ aufschlagen. Dafür sind wir natürlich sehr dankbar und durch die tatkräftige Unterstützung einiger unserer Mitglieder wurde somit auch in diesem Jahr wieder die Teilnahme der DHS gesichert.

Allen voran müssen wir uns besonders bei Uschi und Iris bedanken. Uschi hatte sich bereit erklärt, die Organisation für die Teilnahme von Bettina zu übernehmen. Weil die Kostenzusage fehlte, war praktisch nichts vorbereitet worden, aber Uschi hat einen tollen Job

gemacht, und vor Ort auch zusammen mit Iris alles für uns vorbereitet. Auch Dank der vielen fleißigen Helferlein können wir auf einen sehr erfolgreichen Messeeinsatz zurückblicken. Kein anderer Stand im Themenbereich der Deutschen Gesellschaft hatte so viele Standbetreuer wie wir. Bei den anderen Ständen waren nur ein bis zu drei Aktive, die die Messtage über Dauerdienst hatten. Wir aber hatten 15 (!!!) freiwillige Helfer, und die meisten sind auch bereit gewesen, einen weiten Weg nach Düsseldorf anzutreten.

Standdienst für die DHS haben gemacht: Uschi, Iris, Ines, Regina, Jürgen, Peter, Margret, Tina, Steffi, Irmgard, Hubertus, Doris, Monika, Karl und ich. Somit sind wir durch unsere starke Einsatzbereitschaft aufgefallen und dieses WIR-Gefühl machte uns auch am Stand für die Besucher stark. Alle Beteiligten konnten nach diesen tollen Erlebnissen befriedigt nach Hause zurückkehren. Wer wissen möchte, was genau am Stand los war, kann dies in unserem PORTAL nachlesen. Aber für alle, die keinen Internetanschluss haben oder sich nicht im PORTAL registrieren möchten, einen kurzen Einblick zum Messealltag.

Gleich am ersten Tag hatte Regina einen starken Auftritt, weil sie mutig eine Messe-Reporterin ansprach und über die DHS sowie über die üblichen Probleme von uns Schlapphörchen berichtete. Frau Nadine Lormis vom REHACARE-Onlineportal war so begeistert davon, dass sie einen Bericht (den könnt ihr hier auch nachlesen) über uns veröffentlicht hat. Dabei dachte Regina, sie könne das gar nicht: Standdienst – wie geht das? Da sieht man wieder. Manchmal muss man sich einfach nur trauen und schon läuft alles wie von selbst. Wir sind alle Botschafter in eigener Sache und auch Fachleute für unsere Belange. Darüber zu reden fällt aufgeklärten Schlapphörchen sicher leicht. Also traut euch, es gibt überall dazu Gelegenheiten, andere Menschen für unsere Kommunikationsbehinderung zu sensibilisieren.

Wer waren nun die Besucher bei uns am Stand und worüber wollten sie sich informieren? Allen voran waren in diesem Jahr hauptsächlich mehrere Klassen von Schülern verschiedener Berufsrichtungen und Schulen unterwegs. Besonders stark vertreten waren die Teilnehmer von der Altenpflege, Heilerziehungspflege und Logopäden. Es machte wirklich Spaß, all diesen Menschen über unsere üblichen Probleme zu informieren. Praktische Tipps im Umgang mit Hörgeschädigten wurden dankbar angenommen. Teils konnten typische Situationen mit zwei Standdienstlern vorgespielt werden. Dabei erkannten viele die kleinen Fallstricke, die normalerweise zu Missverständnissen und Irritationen führen. Diese gezeigten Verhaltensregeln kommen hoffentlich bald anderen Betroffenen zugute.

Der Renner auf der Messe war bei dieser Besuchergruppe aber besonders das Fingeralphabet. Es lässt sich schnell lernen und kann super auch als „Geheimsprache“ eingesetzt werden. Natürlich sollte es uns eigentlich bei der Kommunikation unterstützen, aber den Schülern war es erst mal wichtiger „geheime Zeichen“ untereinander nutzen zu können. Es bietet sich aber auch als Gehirn-Jogging bei älteren Menschen an, weil man damit auch verschiedene Spielchen durchführen kann. Außerdem können einfache Zeichen (Gebärden) im Notfall helfen, wenn eine Kommunikation nicht mehr möglich ist. Dass jeder Mensch bereits ein gewisses Repertoire an Gebärden durch die nonverbale Kommunikation hat, konnte auch schnell abgeklärt werden. Manche waren sehr erstaunt, dass sie gebärden können, ohne sich dessen bewusst gewesen zu sein. Eine Schulleiterin bat uns, doch einmal in den Unterricht zu kommen und die Schüler über unsere Probleme mit einer Schwerhörigkeit bei Kontakten zu Normalhörenden aufzuklären, damit Schüler sich besser auf ihren Berufsalltag vorbereiten können. Das ist natürlich auch ein Appell an andere Mitglieder vor Ort die Schulen zu kontaktieren, ob dort Interesse besteht, sich über die Probleme mit der Hörbehinderung zu informieren.

Natürlich waren viele Schwerhörige und/oder deren Angehörige bei uns am Stand. Viele Flyer der DHS und Info-Materialien gingen über den Standtisch. Auch Gehörlose waren neugierig zu erfahren, wer und was wir eigentlich sind. Weil beobachtet wurde, wie wir uns untereinander auch mit Gebärden helfen. In der nächsten Ausgabe der Gehörlosenzeitung

Den Mitgliedsantrag bitte GUT LESERLICH weiterleiten an Karola Bittner

E-Mail: Karola.Bittner@Hoerbehindertenselbsthilfe.de
Per Post: Halbendorfer Str. 214a, 02943 Boxberg/Klitten

Auf die DHS wurde ich aufmerksam durch: _____

Neue Beiträge, die auf der Mitgliederversammlung am 23.09.2012 beschlossen wurden:

<input type="radio"/> Als Einzelperson – Jahresbeitrag 30,00 €	<input type="radio"/> Als Selbsthilfegruppe – Jahresbeitrag 60,00 €
<input type="radio"/> Als Ehepaar – Jahresbeitrag 46,00 €	<input type="radio"/> Als Firma/jur. Person – Jahresbeitrag 60,00 €
<input type="radio"/> Als Mitglied der DTL – Jahresbeitrag 18,00 €	Mitgliedschaft in der DHS gewünscht ab _____
<input type="radio"/> Ehepaar mit Nachweis DTL – Jahresbeitrag 22,00 € (bitte Nachweis beifügen)	

Name	Vorname(n)
Selbsthilfegruppe	Ansprechpartner
Straße/Nr.	Ort
Geburtsdatum	Bundesland
Tel./St/BT	Fax
E-Mail	Website

<input type="radio"/> Zahlung durch Überweisung Bank: Bank für Sozialwirtschaft BLZ: 251 205 10 Konto: 7 485 700	<input type="radio"/> Zahlung im Lastschriftverfahren
<input type="radio"/> Ich wünsche eine Veröffentlichung (Zutreffendes bitte ankreuzen) <input type="radio"/> Meiner E-Mail-Adresse im FORUM <input type="radio"/> Meiner Kontakt- und E-Mail-Adresse auf der Homepage der DHS <input type="radio"/> Ich wünsche Informationen zur Anmeldung im DHS-Online-Portal	Kontoinhaber
	Bankinstitut
	BLZ
	Kontonummer
	Ich ermächtige die Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. für meine Mitgliedschaft in der DHS die jeweiligen Beiträge bei Fälligkeit im Banklastschriftverfahren einzuziehen.
	Datum: _____ Unterschrift: _____

Die Mitgliedsbeiträge sind steuerlich absetzbar. Die Beitragszahlung erfolgt entsprechend der Satzung zum 01. März des jeweiligen Jahres. Weist mein/unser Konto nicht die erforderliche Deckung auf, besteht seitens des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Die gemachten Angaben zu meiner Person können von der DHS intern im Rahmen der Mitgliederverwaltung gespeichert und verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte ohne meine schriftliche Einwilligung erfolgt nicht. Mir ist bewusst, dass die DHS nicht haftbar ist für etwaige Folgen die sich aus einer Veröffentlichung ergeben.

Datum: _____	Unterschrift: _____
--------------	---------------------

wird ebenfalls ein Bericht über die DHS und unsere Teilnahme an der REHACARE zu lesen sein. Für eine Betroffene, die selbst ganz frisch eine SHG gegründet hat, war der Besuch bei uns am Stand ein Glücksfall und sehr hilfreich für ihre zukünftige Selbsthilfearbeit. Wir freuen uns daher auf viele neue Mitglieder, die unsere Runde mit ihren Beiträgen bereichern werden. Natürlich waren auch noch andere Menschen neugierig auf Informationen von uns. Es sind zahlreiche Gespräche geführt worden und unser Stand war insgesamt sehr sehr gut besucht. Fast jeder Besucher ließ sich auf ein Gespräch mit uns ein. Wir haben damit einen ungemein wichtigen Beitrag geleistet und über Hörschädigung und die Folgen aufmerksam gemacht – weiter so!

Warum ist es für uns so ein besonders Gefühl dabei gewesen zu sein? Klar, wir haben uns alle mal wieder gesehen – LIVE – und das ist ein sehr schönes Gefühl. Das WIR-Gefühl war bei uns besonders stark, wir hatten ein weiteres „Familien-Treffen“ auf der Messe und freuen uns schon auf die Teilnahme im nächsten Jahr.

Der gekürzte Kommentar im PORTAL von unserem Cheffe Dieter soll diesen Beitrag abschließen: „Klasse Leute – Klasse Verein – Tolle Leistung – Danke, so macht Vereinsarbeit richtig Spaß.“

LBG-Seminar 2010 in Rendsburg

Warum eigentlich Gebärden lernen – als schwerhöriger Mensch?

Livia aus M.

Ich glaube, es war der Film „Gottes vergessene Kinder“, durch den ich Gebärden erstmals wirklich als Sprache wahrgenommen habe. Die Schauspielerin Marlee Matlin vermochte mit ihren Händen, ihrer Mimik, ja mit ihrem ganzen Körper so vieles auszudrücken, es lag Spannung in der Luft, Gefühle, Emotionen. Ihr Filmpartner kommt mir in der Erinnerung dagegen hölzern und steif vor. Ich bin trotzdem lange Zeit nicht auf die Idee gekommen, Gebärden zu lernen. Mit wem und wo hätte ich sie schließlich einsetzen sollen? Als Schwerhörige habe ich nicht automatisch Kontakt mit Gebärdensprechern...

Von natürlichen Gebärden...

In meiner Reha in Bad Grönenbach vor fünf Jahren hatte ich in einem kleinen Schnupperkurs das Fingeralphabet kennen gelernt sowie ein paar natürliche Gebärden, die jeder von uns verwendet. Wir verziehen doch automatisch das Gesicht, wenn uns etwas nicht gefällt. „Daumen rauf“ oder „Daumen nach unten“ kann auch jeder richtig interpretieren. Die Übungen damals hatten richtig Spaß gemacht, und ich sagte mir: „Livia, du bewegst deine Hände sowieso beim Reden, da könntest du eigentlich auch sinnvolle Gebärden daraus machen.“

In der Reha konnte ich außerdem gut die lebhaften Unterhaltungen der Gehörlosen beobachten. Ich machte die ersten zaghaften Versuche, Gebärden einzusetzen. „Guten Morgen“ und „Danke“ zu gebärden, ist keine große Sache, und ein Lächeln versteht auch jeder ☺.

...und Ratespielen

Ich besuchte also mit meinem Partner Gebärdenkurse an der Volkshochschule, dann verwendeten wir zuhause eine zeitlang Gebärden und Fingeralphabet. Irgendwann bewegte nur noch mein Freund ab und zu die Hände, und auch nur dann, wenn ich gerade das Hörgerät nicht trug. Er erfindet heutzutage sogar eigene Gebärden und ich versuche zu erraten, was er mir mitteilen will. So war das natürlich nicht geplant. Eigentlich sollen die Gebärden für uns Schwerhörige die Worte begleiten und das Verstehen erleichtern – wir zwei hatten allerdings ein neues Ratespiel daraus gemacht. Ein Wiederholungskurs lag da nahe...

Durch Zufall stieß ich letztes Jahr im Internetportal der DHS auf eine Gruppe, die mit möglichst vielen Bestellungen einen Rabatt für „Das große Wörterbuch der deutschen Ge-

bärdensprache“ erzielen wollte. Dabei habe ich mitgemacht, inzwischen ist das Wörterbuch an meinem Laptop installiert, und mein Partner und ich können jederzeit nachschauen wie eine Gebärde aussieht.

Wiederum im PORTAL gab es Ende 2009 eine kleine Diskussion zum LBG Rhetorikworkshop 2010 in Rendsburg. LBG sind Lautsprache Begleitende Gebärden, man bedient sich der Gebärden aus der Deutschen Gebärdensprache (DGS), aber ohne deren Grammatik. Ich hatte gleich Lust, mich anzumelden. Die Entfernung schreckte mich zunächst zwar ab, aber dann siegte die Neugier: ich wollte „Rendsburg“ kennen lernen, sowie einige Leute, die ich bisher nur vom DHS-PORTAL kannte.

Schlappohren im Schnee

Ende Februar erlebte ich Rendsburg im Schnee und den Nord-Ostsee-Kanal mit kleinen Eisschollen. Wir 15 Teilnehmer/innen waren im Reha-Campus untergebracht und wurden bestens gepflegt. Im Lauf der Woche lernten wir hier neben Ines Reimann, Kursleiter Lorenz Lange sowie Olaf Biemann vom Rehzentrum für Hörgeschädigte kennen.

Ich erinnere mich noch bestens, wie mich Alheidis am Hamburger Bahnhof fragte, ob ich auch ein „Schlappohr“ wäre, das hatte mir so gut gefallen. Wegen des Schnees war es zu Bahnverspätungen gekommen und eine kleine Teilnehmergruppe hatte sich schon in Hamburg auf einem Bahnsteig gefunden. Ich erkannte Sabine und Matthias von ihren Fotos im DHS-PORTAL. Später lernte ich auch noch Meike und Christa kennen, die ich ebenfalls schon „online“ gesehen hatte. Unter den Teilnehmern gab es also einige eifrige UserInnen – und für Neulinge veranstaltete Ines einen Info-Abend, an dem das DHS-PORTAL vorgestellt wurde. Wer wollte, konnte sich danach gleich anmelden und „einloggen“.

Von den Buchstaben zum Wort

Kursleiter Lorenz Lange erklärte und übte mit uns während der LBG-Woche Fingeralphabet und Gebärden zu Themen wie Wochentage, Jahreszeiten, Zahlen, Essen und Trinken, Modalverben und verschiedenes mehr. Manches kannte ich schon von meinen ersten Kursen, manches war mir wiederum neu – weil norddeutsch. Ich fand es schön, dass Lorenz immer wieder auf Varianten hinwies, wie es sie etwa in Bayern gibt oder wie sie in der Vergangenheit hergeleitet wurden – z.B. bei der Milch von den melkenden Händen zur Melkmaschine. Ich hatte gleich das Gefühl, dass ich mit den Erklärungen und Eselsbrücken die Handstellungen viel besser begreifen konnte als vorher. Einige der Teilnehmer waren schon sehr geübt im Buchstabieren wie auch im Verstehen von buchstabierten Wörtern. Ich selbst merkte meine fehlende Praxis, hatte Schwierigkeiten die Finger in die richtige Position zu bringen. Die gebärdeten Fragen im Übungsteil erkannte ich nur mit äußerster Konzentration. Da half es leider auch nicht immer, dass Lorenz dann extra g a n z b e s o n d e r s l a n g s a m gebärdete. Denn das sah wiederum so komisch aus, dass ich vor lachen gar nichts mehr verstand. Es wurde im Übrigen viel gelacht im Kurs. Für mich war das entspanntes Lernen pur.

Vielleicht muss man es mit dem Lesen vergleichen. Als meine Nichte in der ersten Klasse war, hat sie als Leseanfängerin noch die einzelnen Buchstaben gelesen, ganz langsam. Nach diesem ersten Stadium kommt man von den Buchstaben zum Wort. Irgendwann liest man keine Buchstaben mehr, sondern erfasst mit einem Blick die Wörter und den ganzen Satz.

Als Schwerhörige hören wir ja auch nicht alles. Wir verstehen vieles überhaupt nur durch die richtige Verknüpfung, die unser Köpfchen aus dem gehörten Material macht. In der Gebärdensprache ist das Buchstabieren vor allem für Wörter vorbehalten, die nicht verstanden werden, und die man vielleicht auch nicht ableiten kann, abstrakte Begriffe und Eigennamen zum Beispiel. Das lässt sich bequem nutzen, wenn ich als Schwerhörige ein Wort eben partout nicht verstanden habe.

Von der Rendsburg-Reha über das Schlappohren-PORTAL in die DHS

Volker aus M.

Ich war zu spät gekommen, als Lorenz in der 241. Reha-Maßnahme in Rendsburg erklärte, welche Angebote das Internet für Hörgeschädigte bereithält. Schade, denn dafür hatte ich mich besonders interessiert. Ich bekam noch gerade mit, wie er in einem "Schnupperbereich" eines Internetforums einen Beitrag einstellte und uns ermunterte, dort unbefangen alles auszuprobieren. Ich konnte gerade noch die Zugangsdaten aufschreiben. Da ich andere Internetforen bereits kannte, hatte ich wenig Scheu, es abends auszuprobieren.

Zunächst war ich maßlos enttäuscht, als ich nach mehreren Klicks bemerkte, dass ich meinen Informationshunger nicht decken konnte. So konnte man keine bereits eingestellten Beiträge lesen. Es gab nur wenige Threads, in denen überhaupt Beiträge standen. Ob das Lorenz den anderen erläutert hatte? Ich war ratlos, was es mit diesem PORTAL auf sich hatte.

Aber ich fand dann doch noch den "Türöffner": In einem Thread begrüßten zahlreiche Moderatoren uns Neulinge und versuchten einen Dialog in Gang zu bringen. In einer aus anderen Foren unbekanntenen Herzlichkeit und sehr persönlichen Ansprache wurden wir ermuntert, uns vorzustellen und zu fragen.

Also machte ich es Conny einfach nach, stellte mich vor und fragte, wie und wo man sich informieren kann. Meine Unsicherheit über den Stellenwert und die besonderen Vorzüge und Eigenschaften des DHS-PORTALS habe ich dann in Fragen verpackt: Warum kann man die Beiträge nicht lesen? Seid ihr nur hier Mitglied? Wo informiert ihr euch außer in der DHS und in Taubenschlag.de?

Ich habe dann in einer beeindruckend großen Anzahl von Rückmeldungen erfahren, dass im Schlappohren-PORTAL die Diskretion sehr ernst genommen wird, und zwar nicht wie sonst üblich mit Hilfe von anonymen Profilnamen, hinter denen man sich und manchen rüden Affront "verstecken" kann, sondern, in dem man nur Vereinsmitgliedern erlaubt, die Beiträge der anderen zu lesen. Daher war ich mit meinen Klicks nicht weit gekommen.

Beeindruckt hat mich dabei die Schnelligkeit, die unübersehbare Bemühtheit und Freundlichkeit, mit der die Moderatoren im weiteren Verlauf reagiert haben.

Da ich im Alltagsleben bei Fremden eher zurückhaltend reagiere und beobachtend abwarte, bevor ich mich öffne, verspürte ich auch ein leichtes Gefühl des "Überrumpeltseins". Ich fühlte mich fast zu schnell auf- und angenommen. Ich mag es doch behutsamer, aber da war es schon zu spät. Ich erlag schon derselben wohligen Vertrautheit, der ich mich gerade in Rendsburg hingeeben hatte.

Es war sehr rasch offensichtlich, dass es sich hier beim Schlappohrenforum wohl um ein höchst intimes, kleines, lebendiges PORTAL handelt, das den "Rendsburger Geist", wie ich ihn so positiv erfahren habe, verinnerlicht hat und zu bewahren versucht.

Jedenfalls habe ich das Gefühl gehabt, dass ich einer Plattform beitrete, - das stand dann spontan fest - in dem nicht nur Menschen sind, die dieselben Probleme wie ich haben, sondern dass es auch Menschen sind, die mit Empathie und Sympathie auf alle Mitglieder zugehen und auch keine Angst vor Offenheit haben.

Da meine Neugier aber nun beträchtlich angewachsen war, wollte ich gar nicht mehr länger den für mich unergiebigem Schnupperbereich nutzen. Ich habe noch während meiner Reha in Rendsburg den Mitgliedsantrag für die DHS unterschrieben und abgeschickt, die Freischaltung für die vollständige Nutzung aller Bereiche im DHS-PORTAL erfolgte zeitnah.

Als ich längst wieder zu Hause war, habe ich dann bemerkt, dass die Moderatoren schon

sehr fleißig waren und den Schnupperbereich für nachfolgende Tester aufgewertet hatten. Eine Übersicht über die anonymisierten Überschriften der Threads wurde inzwischen von Ines zusammengestellt, so dass jeder Tester erkennen und ahnen kann, was über unser gemeinsames Handicap so geschrieben wird, und welche Tiefe und Qualität dahinter stecken könnte.

Vielleicht ist inzwischen auch eine Erläuterung vorangestellt worden, die die Ziele des PORTALS und die Unterschiede zu anderen Internet-Plattformen für Hörgeschädigte beschreibt. Ich hatte es von Lorenz nicht erfahren, weil ich zu spät kam! Aber wie auch immer: Es ist nie zu spät, Mitglied im Schlappohrenforum zu werden. Das habe ich noch geschafft und das ist gut so!

Brief eines Schwerhörigen an Angehörige, Freunde und Arbeitskollegen

Lothar aus K.

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

den meisten ist ja bestimmt schon aufgefallen, dass ich euch mitunter sehr schlecht und/oder sogar falsch verstehe, manchmal überhaupt nichts höre. Auf den Punkt gebracht, das liegt ganz einfach daran: Ich bin hochgradig schwerhörig!

Schwerhörigkeit ist eine Behinderung, mit der ich leben und auskommen muss, weil sie nicht zu reparieren ist. Das musste ich in den 6 Wochen meiner Rehabilitationsmaßnahme in einer Klinik für Hörbehinderte erneut erfahren. Ich habe in der Klinik aber auch gelernt, dass ich mir das Leben, als an Taubheit grenzend Schwerhöriger, mit ein paar „Tricks“ erleichtern kann.

Und dabei könnt ihr mir, liebe Kolleginnen und Kollegen, ein wenig helfen. Sicherlich hat die/der eine oder andere schon einmal „merkwürdige“ Verhaltensweisen bei mir erlebt:

Ich sitze am Computer und arbeite, du kommst zur Tür hinein und sagst „Guten Morgen, Lothar“. Aber ich reagiere nicht. Ich bin auf meine Arbeit konzentriert und nicht in der Lage eine weitere Geräuschquelle zu identifizieren, geschweige denn darauf zu reagieren.

Wir sitzen in geselliger Runde, ihr unterhaltet euch „kreuz und quer“, meistens mehrere gleichzeitig z.B. über Arbeit und Hobby, der Kollegenplausch in der Frühstückspause, oder das „lebhaftes Durcheinander“ beim „Langen Tisch“. Manchmal nicke ich noch freundlich, obwohl ich nur einige Brocken verstanden habe (...glaube ich jedenfalls). Aber in Wirklichkeit habe ich mich bereits aus den Gesprächen „ausgeklinkt“, weil ich in dem allgemeinen Stimmengewirr keine Chance mehr habe euch zu verstehen. Nur in Ruhe, und ohne jegliche Nebengeräusche, kann ich ein „nettes Gespräch unter vier Augen“ (Ohren) führen.

Bei Veranstaltungen habe ich auch so meine Probleme den Vorträgen zu folgen, die aber durch meine Mikro-Anlage meistens gelöst werden können. Allerdings nach den Vorträgen, wenn die allgemeine Unterhaltung einsetzt und der Lärmpegel schnell ansteigt, verstehe ich nichts mehr. Die Lautstärke nervt mich so sehr, dass ich lieber nach Hause gehe, obwohl ich gerne bis zum Schluss bleiben würde.

Ich sitze in meinem Büro bei geöffneter Tür an meinem Schreibtisch. Du gehst auf dem Flur vorbei und grüßt mich, aber ich habe nichts gehört bzw. verstanden, weil der Drucker läuft, am Nachbarschreibtisch gerade gesprochen oder telefoniert wird, und so dein Gruß „im Rauschen“ unterging.

Du rufst mir von weitem etwas zu und ich reagiere nicht, dann sei bitte nicht verärgert, denn auch hier habe ich dich einfach nicht gehört. Es ist dann keine Bequemlichkeit, Desinteresse oder Sturheit von mir.

Dieses sind nur einige Beispiele, die sich beliebig ergänzen lassen. Auf beiden Ohren kann ich hohe Töne nicht mehr oder nur ganz schwach und vor allem auf meinem linken Ohr nur verzerrt hören. In den Bereichen, wo ich schwach höre, kann das Hörgerät einspringen und versuchen genau diese Töne zu verstärken, so dass ich sie für mich nahezu normal empfinde. Töne, die ich gar nicht höre, kann auch das modernste Hörgerät nicht mehr herbeizaubern. **Die Folge ist:**

- Die Töne werden von mir anders oder gar nicht empfunden.
- Einzelne Töne und somit auch Wörter werden verzerrt. (z.B. die Wortpaare Baum / kaum, Pfahl / kahl, Geist / Geiz, Glut / Blut, zwei / drei usw. klingen für mich nahezu gleich).
- Wörter werden verstümmelt, weil ich Teile (Frequenzen) davon einfach nicht höre.
- Ganze Sätze verstehe ich folglich nur in Bruchteilen. Ihr hört als Guthörende: „Frage und Antwort sind die Pfeiler der Kommunikation“, während ich als Schwerhöriger verstehe: „rage un An wor in i eiler er ommuni ation“.

Wenn ich Euch trotzdem einigermaßen verstehe, dann liegt das daran, dass ich aus den Bruchstücken und in Kenntnis des Gesprächsthemas, den Inhalt „zusammenbasteln“ kann.

Das geschieht dann wie folgt:

- Simultan bilde (übersetze) ich dann aus den gehörten Fragmenten vollständige Wörter und Sätze.
- Danach findet eine „Prüfeschleife“ statt, wo ich orientiert am Thema und Gesprächsverlauf teste, ob das von mir Gehörte in meiner „Übersetzung“ einen Sinn ergibt.

Erst nach dieser Aufbereitung kann ich jetzt das Aufgenommene, wie auch jeder Guthörende, verarbeiten, d.h. bewerten, speichern und gegebenenfalls antworten.

Dieser Prozess kann aber auch schon mal schief gehen:

- Ich verstehe falsch und gebe eine unpassende Antwort.
- Ihr „lacht“ oder stutzt über meine unpassende Antwort, und ich weiß nicht warum.
- Ihr lacht über einen Witz, und ich fand daran gar nichts komisch.
- Du sagst: „Das haben wir doch gestern schon besprochen!“, aber ich habe das gestern völlig falsch eingeordnet.
- Du sagst: „Das habe ich dir doch vorhin schon gesagt!“, aber ich habe das einfach nicht gehört.

Hierbei wird deutlich, dass es für mich zwischen Hören und Verstehen einen riesengroßen Unterschied gibt. Daher hänge ich zwangsläufig in Gesprächen immer etwas hinterher. Das liegt also im Allgemeinen nicht daran, dass ich begriffsstutzig bin, sondern ist es eher eine Folge der zusätzlichen Schritte, die in meinem Kopf nur für den Vorgang „Hören“ zu durchlaufen sind. Ein Normalhörender hört in einem einzigen Schritt und kann danach sofort mit der „Verarbeitung“ beginnen

Während meiner Reha-Maßnahme habe ich ein griffiges Beispiel gehört: Ein Simultandolmetscher, der in einer Kabine einen Vortrag übersetzt, wird nach einer halben Stunde abgelöst, weil er erschöpft ist und eine Pause braucht. Er muss nur übersetzen, muss also nicht einmal den Inhalt verstehen. Ich muss übersetzen und verstehen! Deshalb bringt mich auch eine ausgelassene Feier im großen Kreise oftmals bereits nach einer Stunde an den Rand der Erschöpfung. Aus dem gleichen Grund muss ich mitunter auch bei dienstli-

chen Besprechungen oder Veranstaltungen eine „Auszeit“ nehmen. Das alles ist nun einmal so und nicht zu ändern. Deshalb brauche ich eure Hilfe und vor allem euer Verständnis.

- Habt Geduld mit mir, wenn ich um Wiederholung des Gesagten bitte.
- „Schreit“ mich nicht an, denn die verzerrte Stimme kann ich erst recht nicht verstehen. Sprecht mich ganz einfach klar und deutlich möglichst auf meinem rechten, „besseren“ Ohr an.
- Es hilft mir auch, wenn ihr mich beim Sprechen anseht. Die Mundbewegungen sind für mich zusätzliche Bausteine bei der Zusammensetzung des „Wort-Satz-Puzzles“.
- Nehmt mir nicht übel, wenn ich bei einer Feier frühzeitig nach Hause gehe, oder erst gar nicht erscheine. Denn ich verstehe kaum etwas, das Hören wird zur Schwerstarbeit, mein Kopf dröhnt, ich fühle mich „wie im falschen Film“. Ihr amüsiert euch köstlich, was ich ja auch gern möchte, aber ich durchlebe Qualen.

Und übrigens: Meine letzte Reha-Maßnahme war für mich auch deswegen eine ganz besondere Erfahrung, weil ich feststellen konnte, dass es mir am Schicksal anderer Patienten gemessen, noch relativ gut geht. Mein Restgehör bringt mir immerhin noch soviel, dass ich mir das Nichtgehörte meistens einigermaßen zusammenreimen kann. Nach dem, was ich hier in der Klinik gesehen und erlebt habe, weiß ich diese „Resthörfähigkeit“ ganz besonders zu schätzen.

Herzlichen Dank für euer Verständnis

Lothar

Tipps zum Umgang mit Hörgeräteträgern

- Moderne Hörgeräte gleichen Hörverluste zwar weitgehend aus, können aber einmal zerstörte Hörsinneszellen nicht wieder zum Leben erwecken.
- Das neue Hören verlangt eine Eingewöhnung. Umgebungsgeräusche werden ebenso verstärkt wie die das zu führende Gespräch.
- Die Bedingungen für eine reibungslose Kommunikation mit Hörgeräteträgern sind nicht anders als bei Schwerhörigen.
- Hörgeräteträger brauchen Ihre besondere Unterstützung, wenn sie die Geräte erst seit kurzem tragen.



Die Problematik der Hörbehinderung

Eva aus M.

Eine **intakte** Hörfähigkeit ermöglicht:

- Wahrnehmen von akustischen Informationen
- Zwischenmenschliche Verständigung mittels Lautsprache
- Herstellen und Vertiefen zwischenmenschlicher Beziehungen („Gehör als soziales Kontaktorgan“)
- Aufnehmen von Wissen und Informationen
- Alarmfunktion
- Orientierungsfunktion

Das Ohr verhilft zum **Hören, Sprachverstehen** und registriert als **Gleichgewichtsorgan** Bewegung im Raum und Körperlage.

Schwerhörigkeit hat nach wie vor in unserer Gesellschaft ein negatives Image. Bei der **unsichtbaren Behinderung** durch eine mehr oder weniger stark ausgeprägte Hörschädigung verkennt man häufig die daraus entstehenden Barrieren in allen Lebensbereichen, besonders hinsichtlich sozialer Kontakte. Anders wie bei Körperbehinderten (Rollstuhlfahrern) oder Sehbehinderten (Blinden) ist die Behinderung nicht auf den ersten Blick zu erkennen. Sie wird erst bemerkt, wenn in der Kommunikation Verständnisprobleme auftreten. Betroffene wollen es oft nicht wahrhaben und versuchen mit großer Anstrengung ihre Behinderung zu verdrängen und zu leugnen. Der Angehörige oder Arbeitskollege merkt es zwar, aber schweigt vielleicht aus Höflichkeit. Somit wird der Umgang mit dieser Behinderung noch schwieriger.

In der BRD leben ca. 15 Mio. Betroffene, von denen bisher nur ca. 3 Mio. mit Hörgeräten versorgt sind.

Etwa 80.000 sind **gehörlos**, früher fälschlich als „taubstumm“ bezeichnet. Nach Geburt oder in früher Kindheit zeigt sich bei ihnen bereits vor dem Spracherwerb der Hörverlust so gravierend, dass auch mit Hörgeräten kein Sprachverstehen übers Ohr möglich ist, so dass die eigene Stimme weder gehört noch kontrolliert werden kann. Deshalb klingt ihre Aussprache für Hörende oft undeutlich, monoton oder schwer verständlich. In der Regel verständigen sie sich in „Deutscher Gebärdensprache“, früher „Zeichensprache“ benannt. Von der Grammatik her hat diese eine völlig andere Struktur als unsere Laut- und Schriftsprache, ist aber als vollwertige Sprache anerkannt.

Bei **Schwerhörigkeit** (leicht bis hochgradig) ermöglichen Hörgeräte mehr oder weniger ein Sprachverstehen über das Gehör.

Bei **Ertaubung** konnte Lautsprache noch über das Hörvermögen erlernt werden, bevor der vollständige Hörverlust einsetzte.

Folgende Faktoren gelten als mögliche Ursachen von Hörminderung:

- Verstopfung des äußeren Gehörgangs durch Ohrenschmalz (vom Arzt leicht zu beheben)
- Infektionskrankheiten (Hirnhaut-, Mittelohrentzündung, Scharlach, Masern, Röteln, Windpocken, Mumps...)
- Erbkrankheit, Tumore, Schlaganfall,
- Unfall zB. mit Schädelverletzungen, Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen
- Gehörschäden durch Medikamente (Krebsmittel, bestimmte Antibiotika, Entwässerungsmittel, Impfstoffe)

- Hörsturz, Morbus Meniere (Drehschwindel), Tinnitus
- Altersbegleitende Schwerhörigkeit
- Hörschaden durch Lärm (Knalltrauma, laute Disco und Kopfhöreremusik, berufsbedingte Lärmbelastung zB. Bohrmaschine, Motorsäge, Presslufthammer)
- Viruserkrankung der Mutter während der Schwangerschaft

Hörschädigung betrifft Menschen jeden Alters, denn heutzutage sind wir permanent einem Dauerstress durch Lärm ausgesetzt.

Besonders bei Jugendlichen (6% unter 20 Jahren hören bereits schlecht) nimmt die lärmbedingte Innenohrschwerhörigkeit zu.

Guthörende Menschen vermögen nicht nachzuempfinden, welchen Verständigungsproblemen und Kommunikationsgrenzen Betroffene in Gesprächssituationen ausgesetzt sind.

Nirgendwo fühlt sich ein Mensch, der nicht gut hören kann, einsamer als unter vielen fröhlichen Menschen, die sich entspannt und angeregt unterhalten, denn er ist nicht in der Lage, sich daran beteiligen zu können, so sehr er sich auch bemüht.

Lautsprache vom Mund des Gesprächspartners abzusehen bedeutet viel Konzentrations- und Kombiniertfähigkeit, da Mundbilder oft mehrdeutig sind und nur zu ca. 30 % erfasst werden können: vergleichbar damit, einer Fernsehendung ohne Ton zu folgen.

Die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben ist fast unmöglich (Theater, Kino, Kirche, öffentliche Veranstaltungen). Beim Fernsehen sind die Hörgeschädigten benachteiligt, es ist ein zäher Kampf um 100%ige Untertitelung Sendungen aller Art.

Die Betroffenen bemerken selbst ihre Informationsdefizite, zum Teil auch berufliche Disqualifikation und mangelndes Selbstwertgefühl – sie verzeichnen einen hohen Verlust an Lebensqualität und zwischenmenschlichen Kontakten.

Aber auch der Verlust der Alarm- und Orientierungsfunktion macht den Hörbehinderten zu schaffen.

Es besteht die Gefahr der völligen Vereinsamung und Selbstisolation.

Im Umgang mit Hörbehinderten zeigen Guthörende folgende Verhaltensweisen:

- Hilflosigkeit
- Berührungängste, Vorurteile
- Ungeduld (kaum Bereitschaft zur Wiederholung des Gesagten)
- Auslachen bei Missverständnissen
- Verärgerung über die vermeintliche Begriffsstutzigkeit
- Falsche Einschätzung und Bewertung des Betroffenen bei Fehlreaktionen, zB. als arrogant, misstrauisch, dumm...

ABER: Sie als Guthörende können dem Betroffenen bei der Kommunikation helfen. Was kann Hörbehinderten das Leben erleichtern? Der Umgang mit schwerhörigen Menschen ist gar nicht so schwer.

- Beim Sprechen unbedingt anschauen, Blickkontakt ist wichtig beim Absehen.
- Deutliche Sprechweise mit gut sichtbaren Mundbewegungen, jedoch nicht übertrieben langsamer und überbetont sprechen, das ist schwierig für die Konzentration.
- Geeignetes Sprechtempo finden (weder zu schnell, noch zu langsam) und normale Lautstärke benutzen (nicht schreien)
- Bart erschwert das Absehen.

- Nicht aus einer Richtung ansprechen, wo der Hörbehinderte nicht sehen kann – kein Richtungshören möglich! Nicht von hinten ansprechen!
- Störende Nebengeräusche vermeiden (Fernseher, Musik, Straßenlärm...)
- Gute Beleuchtung (nicht zu dunkel, kein Blendlicht)
- Angemessene Sitzordnung (kreisförmig)
- Gesprächsthema möglichst zu Beginn bekannt geben
- Geduld zur Wiederholung des Gesagten
- Bereitschaft zum Aufschreiben von wichtigen Informationen
- Körpersprache einsetzen: Gesichtsausdruck, Handgesten...
- Nicht lachen, wenn etwas falsch verstanden wird. Bitte niemals sagen: „War nicht so wichtig...“, wenn der Hörbehinderte nachfragt !

Ich bin NUR schwerhörig.

Bitte schau mich an, wenn du mit mir redest, ich möchte dir so gerne zuhören.

Bitte rede langsam und deutlich, denn ich möchte jedes deiner Worte verstehen.

Bitte sei nicht ungeduldig, wenn ich schon wieder nachfrage, denn dann habe ich dich immer noch nicht verstanden.

Bitte schau nicht weg, wenn ich nicht begriffen habe, weil ich dann wieder nicht richtig hören konnte.

Bitte lade mich ein, wenn du wieder etwas Feiern möchtest, auch wenn ich beim letzten Mal schon nach einer Stunde gegangen bin.

Bitte wiederhole mir den Witz, über den alle außer mir lachen, denn ich würde auch gerne Spaß haben.

Bitte winke nicht ab, wenn ich das Gesagte nicht verstehe, denn ich bin genauso interessiert wie du.

Bitte besuche mich so oft du kannst, denn ich habe immer noch das gleiche Interesse an dir.

Bitte, wenn du kommst, dann komme allein, denn ein Gespräch nur mit einer Person ist sehr entspannend für mich.

Bitte frage manchmal nach mir, denn ich bin oft sehr einsam.

Ich habe mich isoliert, weil ich mit dem Geräuschpegel nicht mehr zurechtkomme.

Ich bin allein, weil ich durch den Lärm schnell genervt bin.

Ich gehe nicht mehr ins Theater, weil ich dort nichts verstehen kann.

Ich meide Konzerte, weil die Musik für mich unerträglich geworden ist.

Ich höre keine Vorträge mehr, weil ich mir den Text mühsam zusammenreimen muss. Ich meide Veranstaltungen, weil ich durch den Krach keine einzelne Unterhaltung führen kann.

Aber glaube mir, ich bin immer noch die Gleiche, meine Interessen sind geblieben und ich bin sehr neugierig, was um mich herum passiert. Es ist nur alles viel schwieriger geworden und ich muss mich viel mehr anstrengen um teilzuhaben.

Bitte hilf mir, damit es etwas leichter für mich wird.

Margot aus H.

Der Umgang mit schwerhörigen Menschen ist gar nicht so schwer.

Schauen Sie selbst:

Mit etwas gutem Willen auf beiden Seiten geht es ganz leicht.

Der / die Schwerhörige wendet **Kommunikationstaktiken** an, wenn er mit anderen Leuten spricht.

- Er / sie sieht vom Mund ab
- Er / sie kombiniert sich den Inhalt der Sätze zusammen.
- Er / sie achtet immer auf Mimik und Gestik (Körpersprache) des Gegenüber

Und hier können Sie ihm / ihr helfen. Sprechen Sie mit ihm / ihr so, dass er / sie durch die Verbindung von **Hören, Absehen, Kombinieren** und **Beobachten** Ihre Mitteilung verstehen kann.

Sie finden nachfolgend einige Kommunikationshilfen grafisch dargestellt. Sie sollten diese Regeln beim Gespräch beachten.

	<p>NICHT SO!</p>			<p>Sondern SO!</p>	
<p>Rufen Sie Schwerhörige nicht von hinten an. Ihr Gesicht ist nicht zu sehen.</p>	<p>Wenn Sie zu ihm/ihr sprechen, drehen Sie Ihr Gesicht nicht weg. Der/die Schwerhöre braucht Ihr Mundbild.</p>	<p>Benutzen Sie "Körpersprache" (Berühren der Schulter) und sprechen Sie erst, wenn er/sie Ihr Gesicht sieht.</p>	<p>Geben Sie ihm/ihr IMMER die Möglichkeit von Ihrem Mund abzusehen.</p>		
	<p>NICHT SO!</p>			<p>Sondern SO!</p>	
<p>Schreien Sie nicht, wenn Sie mit Schwerhörigen sprechen. Das macht diese unsicher!</p>	<p>Sprechen Sie nicht mit Zigarette im Mund. Der/die Schwerhörige kann Ihnen nicht vom Mund absehen.</p>	<p>Sprechen Sie in gewohnter Lautstärke, in normalem Sprechtempo, eventuell etwas deutlicher.</p>	<p>SO können Schwerhörige gut und in Ruhe von Ihren Lippen absehen.</p>		
<h3>Vor allen Dingen</h3>					
	<p>NICHT SO!</p> <p>Lassen Sie Schwerhörige nicht allein daneben stehen.</p>	<p>Sondern SO!</p> <p>Ziehen Sie Schwerhörige in Ihre Gesprächsrunde mit ein. Zeigen Sie ihnen, dass sie daZUgehÖREN dürfen.</p>			

Eine Entscheidung „Für“ oder „Wider“???

CI mit NF2

Ines aus N.

Es war einmal... - SPRECHERSEMINAR der DHS in Bad Grönenbach vor über 10 Jahren – Wiedersehen mit liebgewonnen „Schlappohren“. R. kannte ich als an Taubheit grenzend schwerhörige Person. Wie oft nervte mich ihr Pfeifton aus dem Hörgerät, den sie selber nicht wahrnahm. Nun kam sie zum Seminar als frisch mit einer Hörprothese -Versorgte und beeindruckte mich maßlos.

- „Leg deinen Löffel bitte leise auf die Untertasse.“
- „Ich kann die Vögel zwitschern hören.“
- „Mach nicht so nen Krach mit dem Papier!“ (Ups – wie öffnet man geräuschlos eine Tüte Gummibärchen ?)

Das alles frisch nach der Erstanpassung. Oooh, ich war regelrecht neidisch ob des neuen Hörens.

Nicht hören konnte ich schon immer gut – nicht verstehen konnte ich immer besser... Doch leider waren die Aussagen meiner Ärzte bis dato, dass ich wegen meiner NF2-Erkrankung für ein CI nicht in Frage komme. NF2 bedeutet gutartige Tumoren (Akustikus Neurinome) unter anderem an den Hörnerven, die durch ihr Wachstum den Nerv beschädigen und zur Ertaubung führen. Nerv einmal kaputt, irreparabel kaputt...

Mit den Jahren wuchs der Kreis der CI-Versorgten in meinem Bekanntenkreis. Mit großer Hochachtung verfolgte ich deren Hörerfolge, interessierte mich für deren Lernprozess mit dem „neuen Hören“ – freute mich mit den Leuten, blieb aber auch immer ein Stück weit neidisch und traurig.

Ich bin gut hörend aufgewachsen. Im 30. Lebensjahr wurde nach einigen Hörstürzen und einigen klinischen Umwegen NF2 diagnostiziert. Rechts ertaubte ich und wurde in F. operiert. Links wurde ich 1997 mit Gammaknife behandelt, eine damals und bis heute unter NF2-Betroffenen strittige Methode. Auch diese Entscheidung bereute ich nicht, war eine gehörerhaltende OP doch nahezu ausgeschlossen. Viele Jahre konnte ich mit meinem einem Hörgerät noch gut im Alltag bestehen. Im Grunde genommen wurde ich schleichend taub und konnte von der Fähigkeit des Mundabsehens und des Kombinierens der gesprochenen Worte profitieren. Den Kräfteinsatz für die Kommunikation können nur Betroffene in ähnlicher Situation ermessen.

Für mein sieben Jahre altes analoges Hörgerät war verdienter Ruhestand angesagt, es wurde Zeit, sich nach einem neuen Gerät umzuschauen. So kam ich zu Akustiker B. Der fragte mich: „Warum ein Hörgerät? Haben Sie schon mal über ein CI nachgedacht?“ „Ups – ich denke, CI kommt für NF2-Betroffene nicht in Frage?...“ „WER sagt das? Haben Sie schon mal eine Voruntersuchung und den Promontorialtest (*) durchführen lassen?“

() Der Promontorialtest ist eine Methode zur Untersuchung der Reizweiterleitung vom Innenohr über den Hörnerv zum Stammhirn. Dabei wird eine Nadelelektrode durch das Trommelfell in das Mittelohr eingeführt und durch elektrische Impulsströme ein Höreindruck ausgelöst.*

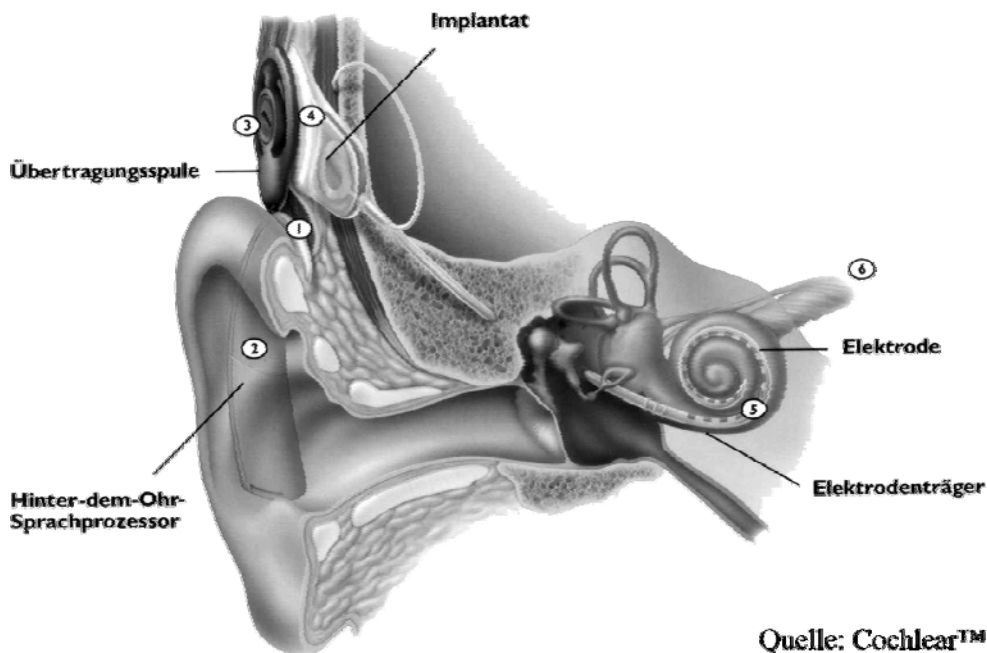
Jetzt begann für mich eine Zeit des Grübelns, des Selbststudiums, des Erfahrungsaustauschs – vor allem mit NF2 betroffenen CI-Versorgten, der Suche nach einer geeigneten CI-Klinik. Es gingen einige Monate ins Land. Inzwischen hatte mein Hörgerät den Geist aufgegeben, und ich musste mich entscheiden: Für ein neues Hörgerät oder für ein CI. Grundvoraussetzung waren Voruntersuchungen, ob ich für ein Implantat denn überhaupt in Frage käme.

Also machte ich mich auf den Weg zur professionellen Beratung, dem sich verschiedene anatomische Untersuchungen anschlossen: Computer-Tomographie, Kernspin-Tomographie, Hör- und Gleichgewichtstests, Promontorialtest und ein abschließendes Gespräch mit dem verantwortlichen Professor. Dieser teilte mir mit, dass ich für ein CI geeignet sei – allerdings nur links. Rechts war ich unwiederbringlich ertaubt, der Hörnerv leitet keine Reize mehr zum Stammhirn.

Die Entscheidungsphase war eine schwierige Zeit. Ich war mir bewusst, dass die Entscheidung einmal getroffen nicht rückgängig zu machen geht. Ich riskierte den Verlust des mit Hörgerät möglichen Restgehörs. Sollte die CI-Operation erfolglos verlaufen, dann wäre ich vollständig taub – und das bis ans Ende meines Lebens. Dazu kam das reale Problem, dass NF2 regelmäßige Kontrollen des Tumorwachstums per MRT erfordern. Das Akustikus Neurinom (AN) könnte rezidivieren und wäre beim MRT nur noch als Schatten sichtbar. Die große Angst einer Facialis-Parese als Operationsrisiko beschäftigte mich enorm – mehr noch als der Verlust des Gehörs.

Der Familienrat tagte – das Urteil wurde gefällt – PRO CI. Anfang Juni 2011 wurde ich im CI-Zentrum der Uniklinik D. implantiert.

In den letzten Tagen vor der Erstanpassung wurde ich dann zunehmend kribbelig und neugierig auf den spannenden Moment, wo der Sprachprozessor angeschaltet werden sollte.



Quelle: Cochlear™

Bingo – ich höre etwas. WAS da bei mir ankam, war für den ersten Moment etwas erschreckend –Töne wie aus dem Mickymaus-Land registrierte mein Gehirn. Na schön, ich war darauf vorbereitet, dass nun eine anstrengende Zeit des „Neuen Hören-Lernens“ bevorstand. Beschränkten sich die unmittelbar ersten Eindrücke auf das Verstehen meines Gegenübers, machte ich mich beim Verlassen des Technikerraums sofort auf die Suche nach weiteren Höreindrücken. Er war zwar nicht bewusst, doch der Gang auf die Toilette war unausweichlich ob der gerade geschafften und ziemlich anstrengenden Erstanpassung. Und siehe da... (Ach sooooo hört sich das an... ☺.) Beim Verlassen des Gebäudes wollte

ich nicht glauben, dass die unbekanntenen und unzähligen Geräusche von den Vögeln, von den Fahrzeugen kamen... Ich war schon ziemlich happy...

Die Anpassung am nächsten Tag brachte enorme Verbesserung – ich konnte ohne Abzusehen erste einzelne Worte verstehen. Das Thema war bekannt durch beigelegte Bildkärtchen, die ich zu Hilfe nehmen konnte. Ein-, zwei- und dreisilbige Worte vermochte ich rasch zu unterscheiden. Während der Fahrt mit dem Omnibus konnte ich doch wahrlich Fragmente der Durchsage verstehen. Auch die Gruppentherapie bestärkte meinen Optimismus, dass die Herausforderung zu meistern ist ...

Nach fünf Tagen Reha kam ich wieder nach Hause. Im Hausflur nahm ich ein undefinierbares Geräusch wahr. Mein Mann meinte, das wäre das Ticken der Uhr. Aha! Zwei Wochen später saß ich bei meiner Tante im Wohnzimmer – und ich konnte die Uhr ticken hören. Welch ein Wahnsinn, wann hatte ich zuletzt mit dem Hörgerät die Uhr ticken gehört???

Welcher Hörgeschädigte kennt nicht den Horror im Wartezimmer einer Arztpraxis, wenn man aufgerufen wird? Eine Zahnentzündung machte den Besuch beim Zahnarzt notwendig. Ich verstand schon im Wartezimmer den Aufruf meines Namens. Die Ärztin fragte mich dann sofort (und war auch während der Behandlung mit Mundschutz begeistert), ob ich ein neues Hörgerät hätte. Sie wusste nix von meinem CI.

Vier Wochen nach der Erstanpassung nahm ich an einer anstrengenden mehrtägigen Arbeitsberatung teil, der ich angespannt, aber doch auch mit Neugier entgegen sah. Kollektive Hörtechnik (FM-Anlage) war vorhanden. Meine Vorstandskollegen bescheinigten mir, dass ich viel besser verstehen würde als mit dem Hörgerät noch vor wenigen Wochen. Boah!!! Bewusst achtete ich bei der Kommunikation darauf, und siehe da, ich fragte in der Tat viel weniger nach.

Sprache konnte ich ziemlich rasch verstehen, am Anfang natürlich nur mithilfe des Absehens.

- Für das Fernsehen steht mir meine private FM-Anlage zur Verfügung. Um mein Hörtraining zu unterstützen, verzichte ich in letzter Zeit immer häufiger auf die Einblendung der Untertitel – und kann verstehen.
- Ich trainiere das Neue Hören mit Hilfe von Hörbüchern – mit Erfolg.
- Ich beginne wieder zu telefonieren – muss allerdings dazu sagen, nur mit mir bekannten Personen, die meine Kommunikationstaktik kennen. Ich gebe das Thema vor und weiß in etwa, welche Antworten zu erwarten sind. Lange und ausgiebige Gespräche sind im Moment noch tabu – ich bin optimistisch, dass das noch besser wird.
- Mir unbekanntes Geräusche hinterfrage ich. Es ist dennoch ein anderes Hören als mit dem Hörgerät. Zum Beispiel hat unser Nachbar einen Hund, der tagsüber gern mal bellt. Am Anfang war es für mich sehr schwer definierbar, die Töne kommen bis heute nicht wirklich als Hundegebell an, aber wenn ich das Geräusch vernehme, sagt mir mein Gehirn: Das kann nur der Hund sein...

Inzwischen lebe ich ein Jahr mit meiner Hörprothese und bin erstaunt über die Erfolge. In der ca. aller acht Wochen stattfindenden 2tägigen Reha wird der Sprachprozessor neu eingestellt, beim letzten Mal verzichtete ich darauf, weil ich das Gefühl hatte, die Einstellungen seien für mich optimal.

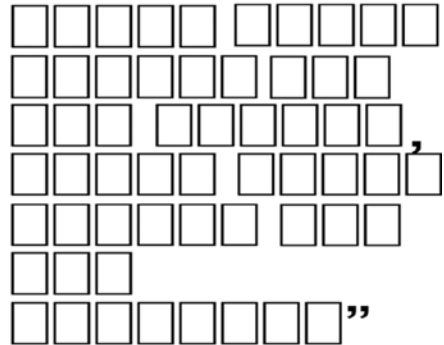
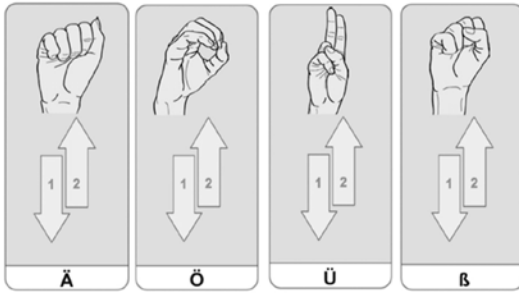
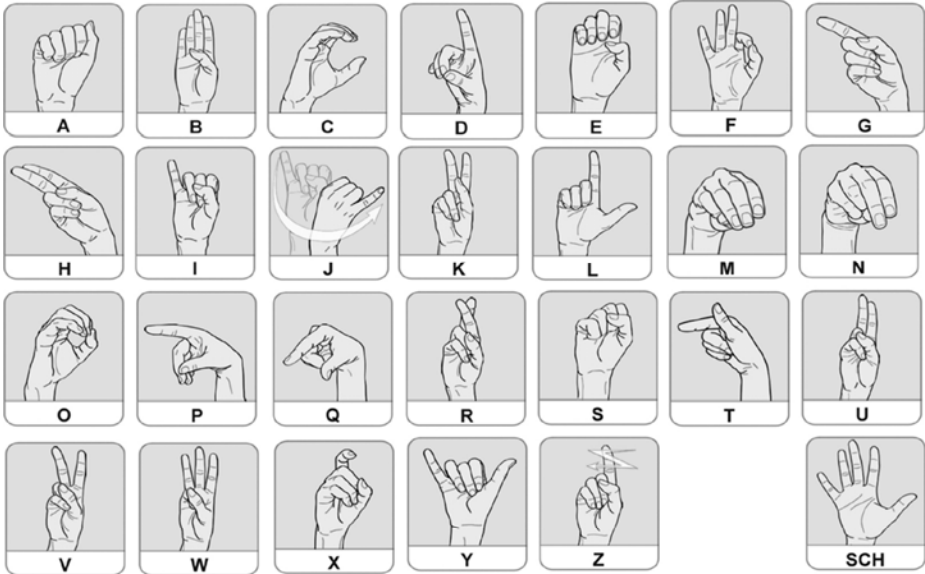
Ein Traum hat sich bis jetzt nicht erfüllt: das Hören von Musik. Diese Herausforderung möchte ich gemeinsam mit den Therapeuten des CI-Zentrums in den kommenden Monaten in Angriff nehmen. Entweder wir schaffen das, oder ich muss nach einer anderen Lösung suchen, um Musik wieder genießen zu können. Die Fachleute meinen, es ist einfacher, sich

die Musik neu zu erschließen, als alte „Ohrwürmer“ wiedererkennen zu können. Schauen wir mal, ich gebe der weiteren Entwicklung eine Chance und habe gelernt, mich in Geduld zu üben.

Mich fasziniert bis heute schwer, welche Leistungen mein Gehirn vermag. Das Gehirn muss die Sprache, die Geräusche etc. neu einsortieren und "codieren". Die Experten gehen von einem Zeitraum zwischen ein und zwei Jahren aus – CI-Bekannte sagen, dass auch danach der Lernprozess weitergeht.

Insgesamt bin ich sehr zufrieden mit meiner Entscheidung PRO CI. Von vielen Außenstehenden wird mir bescheinigt, dass ich besser verstehe als vorher mit dem Hörgerät. Ich bin mir bewusst, dass die Zeit des Hörens für mich begrenzt sein kann – wegen meiner Grunderkrankung mit NF2. Jedoch warum heute schon grübeln, was wäre wenn??? Ich lass es auf mich zukommen, genieße jeden Tag mit wieder entdeckten und wieder gelernten Lauten und bin glücklich und dankbar für jedes bewusst wahrgenommene Geräusch.





Immanuel Kant



Kontakt:

Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e. V. (DHS)

Geschäftsstelle:

c/o Dieter Schaal
Lauterburgstr. 28
96486 Lautertal

Telefon / Fax: 09561 59323

E-Mail: DHS@hoerbehindertenselbsthilfe.de

Internet: www.hoerbehindertenselbsthilfe.de

Vorstand:

Dieter Schaal	(Vorsitzender)	96486 Lautertal
Ines Reimann	(Stellvertretende Vorsitzende)	02906 Niesky
Helmar Bucher	(Stellvertretender Vorsitzender)	78652 Deißlingen
Karola Bittner	(Finanzwart)	02943 Boxberg / OL
Ursula Kartäusch	(Schriftführerin)	50259 Pulheim

Impressum

Herausgeber:
Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. (DHS)

Redaktion:
Ines Reimann (V.i.S.d.P.)

2. Auflage (2012)

Geschäftsstelle:
Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. (DHS)
c/o Dieter Schaal
Lauterburgstraße 28, 96486 Lautertal
Telefon / Fax: 09561 59323
E-Mail: DHS@hoerbehindertenselbsthilfe.de
Internet: <http://www.hoerbehindertenselbsthilfe.de>

Unser persönliches Engagement ist ehrenamtlich. Der Verein ist auf Freunde und Förderer angewiesen, die unsere Arbeit unterstützen. Die Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. ist vom Finanzamt Coburg mit dem letzten Bescheid vom 19.08.2011 als gemeinnützig im Sinne der §§ 51 ff. AO anerkannt (St.Nr. 212/107/60382). Ihre Spenden und Mitgliedsbeiträge sind daher im Rahmen der gesetzlichen Regelungen steuerlich anrechnungsfähig.

Bank und Spendenkonto:
Bank für Sozialwirtschaft
BLZ 251 205 10, Konto 7 485 700
IBAN: DE45 2512 0510 0007 4857 00,
BIC : BFSWDE33HAN

Druck:
MERKUR Druck- und Kopierzentrum GmbH
Salomonstraße 20, 04103 Leipzig
Telefon: 0341 215856-0

Nachdruck
Die Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. (DHS) behält sich ausdrücklich das ausschließende Recht der Verbreitung, Übersetzung und jeglicher Wiedergabe auch von Teilen dieser Zeitschrift durch Nachdruck, Fotokopien, Mikrofilm, EDV-Einspeicherung, Funk- und Fernsehaufzeichnung vor. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

Schwer hören ...



... leichter nehmen