



Auswirkungen einer hochgradigen Hörbeeinträchtigung im Alltag

von Dr. Oliver Rien, Diplom-Psychologe

Eine hochgradige Schwerhörigkeit hat nicht nur starke Auswirkungen auf den Betroffenen, sondern auch auf dessen Umfeld. Neben einer guten technischen Versorgung ist es daher wichtig, die Lebenssituation eines Menschen zu kennen, um diesen besser verstehen und unterstützen zu können. Dr. Oliver Rien, Diplom-Psychologe und selbst hochgradig hörbeeinträchtigt, hat wichtige Punkte hierzu zusammengefasst und schildert hilfreiche Lösungsansätze.

Mittlerweile ist der technische Fortschritt bezüglich der Hörsystemversorgung und der begleitenden technischen Hilfsmittel wie Übertragungsanlagen und auch das Cochlea-Implantat so weit fortgeschritten, dass für viele hörbeeinträchtigte Menschen die technische Versorgung eine erhebliche Erleichterung sowie Steigerung der Lebensqualität bedeutet. Dies ermöglicht die Teilhabe an vielen Lebensbereichen.

Trotz der guten technischen Versorgung gibt es Situationen, in denen diese an ihre Grenzen kommt. Dies sind zum Beispiel Situationen, die verbunden sind mit erheblichem Störschall, vielen Menschen, die durcheinanderreden sowie fehlendem Blickkontakt zum

Mundabsehen. Neben der ursprünglich rein technischen Versorgung setzte sich deshalb der Ansatz durch, dass auch der Umgang mit der Hörbeeinträchtigung sowie deren Akzeptanz eine wichtige Rolle spielen.

Da eine Hörbeeinträchtigung immer die Gefahr einer Beziehungsstörung mit sich bringt, spricht man auch von einer Behinderung, die die Umgebung rundherum beeinflusst.

Aus diesem Umstand entstand die Initiative des Deutschen Schwerhörigenbunds (DSB) sowie später von der Europäischen Union der Hörakustiker (EUHA), die Fortbildung zur Audiotherapie anzubieten und das Portfolio der Hörakustiker zu erweitern.

Im Kindesalter

Bei einer Hörbeeinträchtigung im Kindesalter sind vor allem die Familie, der Kindergarten, die Schule und andere soziale Kontakte betroffen. Dabei ist zu beobachten, dass viele Kinder einen sogenannten Funktioniermodus entwickeln. Dies bedeutet, dass vom Kind wahrgenommen wird, dass ein gutes Verstehen sowie eine gute Aussprache zu einer positiven Akzeptanz bei den Eltern und dem Umfeld führen. Verstärkend hierbei sind Lob bei gutem Verstehen und guter Aussprache sowie Enttäuschungen oder Abbau der Körperspannung bei schlechtem Verstehen oder falscher Aussprache. Das Kind macht also die Erfahrung, dass bei gutem Verstehen seitens

der Eltern beziehungsweise Therapeuten eine positive Reaktion erfolgt und bei schlechtem Verstehen Enttäuschung deutlich wird. Das Kind nimmt diese Signale folgendermaßen wahr: „Nur wenn ich alles verstehe und niemand merkt, dass ich ein Problem mit meiner Hörbeeinträchtigung habe, bin ich ein liebenswertes Kind.“ Daraus resultiert dann der Funktioniermodus, der zur Verstärkung einer Verstecktaktik führt. Eine Lösung, um den Funktioniermodus zu vermeiden, ist zum Beispiel, dass bei der Hörsystemanpassung das Mitarbeiten belohnt wird und nicht der Hörerfolg.

Beim Funktioniermodus erlebt das Kind die Verstecktaktik als erfolgreich und wird daher mit der Hörbeeinträchtigung auch bei Nichtverstehen defensiv umgehen. Hier ist es wichtig, durch das sogenannte Empowerment das Kind zu befähigen, zu einem positiven und offensiven Selbstmanagement zu kommen. Dies bedeutet für das hörbeeinträchtigte Kind, dafür zu sorgen, dass immer genügend Licht vorhanden ist, um gut vom Mund absehen zu können. Des Weiteren sollte es dafür sorgen, Störschall durch das Schließen von Fenstern auszuschalten. Ebenso sollte das Kind in der Lage sein, für sich die beste Sitzposition zu erkennen und diese unter Umständen angemessen einzufordern. Das Verantwortungsbewusstsein, selbst dafür zu sorgen, immer Batterien dabei zu haben, ist ebenfalls eine wichtige Kompetenz.

In Trainingsseminaren treffe ich immer wieder auf Kinder, die diese Kompetenzen nicht mitbringen beziehungsweise versuchen, den anderen zu überzeugen, dass das eigene Handicap gar nicht so schlimm sei. Dies kann dazu führen, dass Kinder dann zum Beispiel mit Beginn der Pubertät in den Schulklassen die Übertragungsanlagen ablehnen, da sie diese als stigmatisierend wahrnehmen.

Da die Hörbeeinträchtigung immer eine Auswirkung auf das gesamte Familiensystem hat, ist es wichtig, die Eltern sowie die hörenden Geschwisterkinder (sogenannte „Schattenkinder“) und das weitere familiäre Umfeld ebenfalls zur Thematik Hörbeeinträchtigung zu empower, denn häufig entsteht in der Umgebung der falsche Eindruck, dass durch

die technische Versorgung mit Hörsystemen bereits alle Probleme gelöst seien und die Teilhabe am Leben sichergestellt ist.

In der Partnerschaft

Ein weiterer Bereich, der von einer Hörbeeinträchtigung betroffen ist, ist die Partnerschaft. Gerade bei einer Spätschwerhörigkeit ist hier eine Belastung zu beobachten. Gemeinsame Tätigkeiten wie das Singen im Chor sind eventuell für den hörbeeinträchtigten Partner nicht mehr möglich, sodass sich dieser zurückzieht. Dadurch bricht eine Gemeinsamkeit der Partnerschaft weg und auch die sozialen Kontakte, die über die übrigen Mitglieder des Chors gepflegt wurden, werden beeinträchtigt. Auch als entspannt erlebte Besuche von Gaststätten oder Freizeitanlagen mit erhöhter Lärmkulisse werden vom hörbeeinträchtigten



Partner nicht mehr als Entspannung empfunden. Durch die nur noch eingeschränkt mögliche Kommunikation werden solche Situationen ebenfalls vermieden. Es kommt auch vor, dass der hörbeeinträchtigte Partner dem Partner zuliebe trotzdem solche belastenden Situationen besucht, aber dann gestresst, isoliert und unglücklich in dieser Situation verbleibt. Man kann sich vorstellen, dass dies zu Emotionen führt, die eine Beziehung auch belasten können.

Selbst so etwas Banales wie eine gemeinsame Fahrradfahrt führt zu Frust, wenn der hörbeeinträchtigte Partner vorweg fährt und der gut hörende Partner versucht, ihm verzweifelt aus der Entfernung etwas mitzuteilen. Dies ist eine Situation, die häufig bei meinen Paarseminaren geschildert wurde.

Eine Hörbeeinträchtigung und die damit verbundene erschwerte Teilhabe am Leben führt oft zu Empfindlichkeiten und einem erhöhten Konfliktpotenzial bei dem hörbeeinträchtigten Partner, ebenso zu einer geringeren Frustrationstoleranz beim hörenden Partner. So kennt jeder hörbeeinträchtigte Mensch das Augenrollen bei der dritten Nachfrage. Auch hier ist es wichtig, neben der technischen Versorgung mit beiden Partnern Konzepte und Regeln zu entwickeln, die eine entspannte Kommunikation sowie eine Vermeidung von Konflikten zum Ziel haben. Hierzu gehört vor allem, nicht mit dem hörbeeinträchtigten Partner zu sprechen, wenn er sich in einem anderen Raum befindet. Ebenso ist es ratsam, den gut hörenden Partner zu informieren, wenn die technischen Hilfsmittel abgelegt wurden, da dies sonst regelmäßig zu Konflikten führt. Eine Zusatztechnik wie eine Übertragungsanlage kann gerade bei gemeinsamen Fahrradtouren oder in geräuschvoller Umgebung eine deutliche Entlastung sein. Dies bedeutet aber, dass der Betroffene bereit ist, offensiv mit seinem Handicap umzugehen.

Unterstützend hilfreich kann hierbei Trauerarbeit sein, da der hörbeeinträchtigte Mensch einen Verlust erlitten hat, der deutliche Auswirkungen auf den Alltag und das Leben hat. Auch hier ist das gesamte Familiensystem mit einzubeziehen, wenn man zum Beispiel nicht mehr in der Lage ist, die eigenen Enkelkinder gut zu verstehen. Dies führt oftmals bei älteren Hörbeeinträchtigten zu einem hohen Leidensdruck.

Am Arbeitsplatz

Wichtige Elemente im Leben eines Menschen sind der Arbeitsplatz und die Arbeitskollegen. Die Kommunikation am Arbeitsplatz ist zum einen funktional geprägt, das heißt, die Kommunikation ist wichtig für die Arbeitsabläufe und die Teamfähigkeit. Ebenso ist es wichtig, auf der sozialen Ebene und bei den persönlichen Kontakten eine funktionierende Kommunikation mit den Kollegen zu haben. Sobald durch eine Hörbeeinträchtigung eine Störung eintritt, steigt die Gefahr von Konflikten. Das sind einerseits Konflikte, die durch Missverständnisse entstehen, indem etwas falsch verstanden wird, ohne zu bemerken,

Immer aktuell: www.tinnitus-liga.de

dass man es falsch verstanden hat. In diesem Fall fragt man auch nicht mehr nach und erst später macht sich der Konflikt bemerkbar. Andererseits sind es Konflikte, in denen man in der sozialen Kommunikation zum Beispiel nicht mitbekommt, dass gerade ein ernstes Thema im Raum steht, während man selbst versucht, witzig zu sein. Ebenso kann eine falsche Antwort als mangelndes Einfühlungsvermögen ausgelegt werden. Oder man wird von hinten begrüßt und bemerkt es nicht, sodass der Kollege sich über die ausbleibende Antwort wundert. Missverständnisse bezüglich Arbeitsanweisungen oder Teamabsprachen können zudem zu Störungen in Arbeitsabläufen führen und belasten alle Arbeitskollegen gleichermaßen.

Ein Beispiel sei angeführt: Sagt der Chef, dass alle am Montag um 8 Uhr in der Firma sein sollen, der hörbeeinträchtigte Mitarbeiter versteht aber 9 Uhr, warten alle verärgert eine Stunde vergeblich auf den Betroffenen. Neben dem verzögerten Arbeitsprozess und der Beziehungsstörung kann die Nichtbefolgung einer Dienstanweisung sogar in Konsequenz zur Kündigung führen. Die Hörschädigung zu verstecken, kann also verheerend sein. Offen damit umzugehen, wenn die Hörschädigung erst im Laufe der Zeit eintritt, kostet jedoch Überwindung.

Bei einer Frühschwerhörigkeit ist hingegen beim Eintritt in eine Firma klar, dass ein Handicap vorhanden ist und jemand eingestellt wird, der spezielle Bedarfe im Bereich Hören hat. In der Regel trifft Folgendes zu: Am neuen Arbeitsplatz trifft der neue schwerhörige Mitarbeiter auf Arbeitskollegen, die in der Regel keine Ahnung von Hörbeeinträchtigten und deren Bedarfen haben oder sogar falsche Informationen (zum Beispiel „lautes Sprechen hilft“, „Lippenabsehen ermöglicht 100-prozentiges Verstehen“). Es gibt auch Mitarbeiter oder Kollegen, die absolut überfordert mit der Thematik sind und mit Vermeidung reagieren. Hier ist es absolut notwendig, von Anfang an gut über das Handicap und seine Bedarfe aufzuklären.

Ebenso sollte alles getan werden, um beiden Seiten die Kommunikation zu erleichtern. Da der Betroffene über sein Handicap, seine Bedarfe und die Kompensationsmöglichkeiten gut informiert ist, liegt es an ihm, die Kollegen aufzuklären, entsprechende Dienstleistungen und Hilfsmittel einzusetzen und die Kommunikationssituationen erfolgreich für

Hilfreich für Menschen mit Hörbeeinträchtigung



- **Mut:** Der gut Hörende hat keine Ahnung, aber ich mache ihn schlau im Umgang mit mir beziehungsweise Hörbeeinträchtigten.
- **Formulierungskompetenz:** Sachlage (bestehende Hörschädigung) und Bedarfe sachlich, ruhig und wertungsfrei benennen.
- **Technik:** Alle verfügbaren technischen Möglichkeiten nutzen, um den Alltag zu erleichtern, etwa eine Übertragungsanlage im Störschall beziehungsweise bei großer Entfernung zum Sprecher oder eine Fernbedienung.
- **digitale Hilfen:** Es gibt inzwischen zahlreiche Smartphone-Apps, die Gespräche in Text übersetzen.
- **Empathie:** Gut Hörende können ebenfalls kommunikationsbeeinträchtigt sein und Zeit und Geduld seitens des Hörbeeinträchtigten brauchen.
- **Rechte:** Kenntnis der eigenen Rechte und Ansprüche, zum Beispiel die Finanzierung und die Handhabung von Dolmetschdienstleistungen wie Telesign.
- **Geduld und Selbstliebe:** Die Hörbeeinträchtigung ist nur ein Teil von mir, aber nicht der wichtigste. Ich habe viele schöne und positive Anteile.

beide Seiten zu steuern. Dazu benötigt der Hörbeeinträchtigte Selbstbewusstsein, Selbstliebe, Mut, Selbstmanagement, Kenntnis über Dienstleistungen, technische Kompensationsmöglichkeiten und Kommunikationstaktiken. Hilfreich auf dem Weg dorthin sind Reha-Angebote und Empowermentseminare.

Tritt die Hörbeeinträchtigung erst im Laufe des Arbeitslebens auf, ist es meist noch deutlich schwieriger, damit souverän umzugehen. Stattdessen versucht der Hörbeeinträchtigte in der Regel den früheren Eindruck aufrechtzuerhalten – erschöpft und zunehmend verzweifelt, da ihm das nicht mehr gelingt. Eine oft mit der Schwerhörigkeit einhergehende Minderbelastbarkeit, sozialer Rückzug oder auch eine neu aufgetretene Empfindlichkeit verunsichern zugleich das Umfeld. Man erkennt den Kollegen, der zum Beispiel über Jahre als kommunikativ erlebt wurde, nicht mehr wieder. Dies führt zu Irritationen, Spannungen und Konflikten. Auch hier wäre es wichtig, den Hörbeeinträchtigten zu befähigen, kompetent und offensiv mit seinem Handicap umzugehen und die Gesprächssituationen aktiv zu gestalten mit Technik und Kommunikationstaktik. Auch spezielle Coachingangebote für hörende Kollegen, etwa von Integrationsämtern, Selbsthilfe-

vereinen oder Berufsförderungswerken für Hörbeeinträchtigte, können über einen guten Umgang mit hörbeeinträchtigten Kollegen aufklären. So kann wieder mehr Teilhabe erfolgen und Kontakte, Arbeitsabläufe und Kommunikation entspannter und erfolgreicher ablaufen.

Sollte die Schwere der Hörbeeinträchtigung eine interne Umsetzung oder eine Fortführung der beruflichen Tätigkeit nicht mehr möglich machen, wäre eine Weiterqualifizierung mit dem Ziel, den kommunikativen Anteil in der Arbeit zu verringern, eine Option. Über ein Assessment kann zuvor festgestellt werden, welche beruflichen Möglichkeiten noch vorhanden sind. Dann wäre eine berufliche Umschulung eine Möglichkeit, sich neu zu orientieren. Beides ist beispielsweise am Berufsförderungswerk der SRH Heidelberg möglich.

Der Beitrag erschien in der Zeitschrift Spektrum Hören, Ausgabe 5/2022. Wir danken dem Median-Verlag von Killisch-Horn sowie dem Autor für die freundliche Genehmigung zum Nachdruck.