

Hörtraining bei der Hörsystem-Anpassung im Hörakustik-Fachgeschäft

Schlechtes Hören macht Kommunikation zur Qual. „Denn über das Ohr – mehr noch als über das Auge – erfährt der Mensch seine Mitmenschen“ (Fördergemeinschaft Gutes Hören, April 1995).

„Viele Erwachsene widersetzen sich dem Tragen von Hörgeräten, weil sie sich genieren oder fürchten, mit einem Hörgerät für dumm, begriffsstutzig oder gebrechlich gehalten zu werden.“ (Fengler 1990).

Das führt dazu, dass viele schwerhörige Mitmenschen mit der Hörversorgung durch Hörsysteme so lange warten, bis die Nachteile durch ihr Hördefizit größer sind, als die vermeintlichen Belastungen mit Hörgeräten. Besonders in Fällen, bei denen sich das Hörvermögen ganz langsam, fast unmerklich verschlechtert, wird dies von den Betroffenen relativ spät bewusst wahrgenommen. Im Laufe der Zeit entwickeln sich Verhaltensmechanismen um die Wahrnehmungs- und Kommunikationsprobleme zu überspielen. Es kommt zu einer mehr oder weniger bewussten Veränderung der Lebensgewohnheiten. In vielen Fällen führt das Vermeiden von vermeintlich unangenehmen Situationen zur Isolation.

Doch nicht nur der Mensch lebt dann mehr in seiner Stille, auch die zentrale Hörwahrnehmung der Stimmen, Klänge und Geräusche der Umwelt gewöhnt sich an den Zustand relativer Ruhe.

Wenn dann (meistens 7- 10 Jahre) manchmal 20- 30 Jahre zu spät der HNO-Arzt aufgesucht wird und eine Hörhilfe verordnet wird, ist die Enttäuschung der ersten Klangeindrücke vorprogrammiert: Papiergeknister klingt wie Blech, klapperndes Geschirr wie Hammerschläge auf einem Amboss. Leise Geräusche, wie das Zischen der Heizung oder das Rauschen eines Lüfters werden als extrem störende Nebengeräusche deklariert. Nicht selten führt der erste negative Höreindruck durch Hörsysteme zu einer inneren Ablehnung.

Beim Hörtraining soll der Hörgeräteträger lernen, den durch die Hörsysteme vermittelten neuen Höreindruck wahrzunehmen, ihn mit vorhandenen Hörmustern zu vergleichen und neu zu speichern (Gottfried Diller / Versorgung und Rehabilitation mit Hörgeräten).

Die Hörgeräteanpassung erfolgt beim Hörgeräteakustiker, dem dafür eine Reihe von Testverfahren und Anpassstrategien zur Verfügung stehen. Dabei ist das akustische Umfeld und die Wichtigkeit und Bedeutung der verschiedenen Hörsituationen ausreichend zu berücksichtigen. Von entscheidender Bedeutung ist aber, wie die sich die Hörsysteme im Alltag in der realen Hörsituation bewähren. Oftmals ist der Erwerb von neuen Hörsystemen mit der unrealistischen Erwartung verbunden man könne mit der modernen Technik „wie früher“ hören oder möglichst noch besser.

Der Hörsystemträger hat keine ausreichende Hintergrundinformation bezüglich der

- Physiologie des Hörens
- Hörverarbeitung
- Hörschädigung

Grundlage eines sprachbasierenden Hörtrainings ist die Phonemanalyse, aus der die Audiotherapeuten sicher erkennen können, welche Laute nicht mehr gehört werden (Franz Boob / Kompendium Audiotherapie 2000).

Es hat sich als sehr hilfreich erwiesen jedem einzelnen Schwerhörigen das individuelle Hördefizit zu visualisieren. Das kann man anhand des Artikulationsindex im Sprachspektrum normallauter Sprache darstellen.

Auch mit gut angepassten Hörsystemen wird dieses Defizit nicht voll ausgeglichen. So werden auch mit dem besten Hörgeräten der Welt nur etwa 80% des Spektrums der deutschen Sprache erkannt. Die Frequenzen oberhalb von 6 kHz (bei Im- Ohr- Systemen etwa 8 kHz) können auf dem akustischen Weg durch die miniaturisierten Wandler (Hörer und Mikrofon im Hörgerät) nicht übertragen werden. So bleibt es manchmal beim stimmlosen „F“, einem gehauchten „ch“ oder „h“ wie bei dem Griff nach den Sternen – der Arm ist einfach zu kurz.

Hören bedeutet, dass wir nicht nur auditive Informationen, die von Nutzen sind (Nutzschaall), wie z.B. die gesprochene Sprache, charakteristische Umweltgeräusche (Türglocke, Telefonklingel, Sirene, Musik, Gesang), aufnehmen, sondern dass wir auch Geräusche „überhören“, die bei der Absicht, etwas verstehen zu wollen stören – den sogenannten Störschaall. Dies fällt hörgeschädigten Menschen wesentlich schwerer.

Oft kommen schwerhörige Menschen fremdmotiviert (durch Familienangehörige und Freunde) zum HNO- Arzt oder zum Hörakustiker mit der Bitte um eine Hörversorgung. Es hat sich als sehr hilfreich herausgestellt, die Angehörigen in die Beratung zur Hörgeräteeinpassung miteinzubeziehen. Mittels moderner Software kann der Hörverlust simuliert werden, so dass Mitmenschen einen Eindruck von der Hörfähigkeit erhalten. Besonders wichtig ist es hier auch die Grenzen der Hörsysteme aufzuzeigen.

Im Rahmen meiner Fortbildung zum Audiotherapeuten habe ich gelernt, dass die Hörversorgung und Rehabilitation schwerhöriger Menschen weit mehr umfasst, als nur die technisch gute Anpassung eines Hörgerätes und die menschlich richtige Behandlung und Betreuung. Im Rahmen einer Fortbildung der Siemens Akademie vermittelte Petra Speth im Seminar: „Hörtraining“ wie Hörtraining praktisch durchgeführt werden kann. Ich habe mich an dieses Konzept der ersten 4 Hörtrainingsstunden angelehnt.

Seit Mai diesen Jahres habe ich nun 3 Gruppen (bis zu 4 Personen) mit dem Hörtraining betreut. Mehr als die Hälfte der Teilnehmer litt auch unter Ohrgeräuschen. Genau 50% waren Wiedereinsteiger, die ihr Hörsystem nicht oder nur ganz selten trugen. Der andere Teil waren Neueinsteiger. Nach dem Hörtraining gaben alle Tinnitusbetroffenen an, die subjektive Wahrnehmung der Tinnituslautstärke sei durch das ständige Tragen der Hörgeräte leiser geworden.

Ziel des Hörtrainings war es, die Motivation Hörsysteme zu tragen, zu erhöhen, die Wahrnehmung und das Erkennen, sowie das Verstehen des Gehörten zu verbessern. Da der Hörstatus der Teilnehmer sehr unterschiedlich war, konnte nicht bei allen Personen ein

offenes Sprachverstehen auch im Störschall (z.B. Restaurant – Hintergrundlärm) erreicht werden. Alle Personen gaben jedoch an, die Hörtrainingsstunden als sehr motivierend erlebt zu haben. Die Hörgeräteträger empfanden die Anregungen im Umgang mit den Hörsystemen als verwertbar und nützlich.

Zu der abschließenden Frage: „Was haben Sie durch das Hörtraining im Umgang mit Ihrem Hörsystem gelernt?“ äußerte eine Teilnehmerin: „Ich werde mit dem Hörgerät neu hören lernen“. Ein Neueinsteiger sagte: „Man muss sein Hören täglich trainieren, damit es besser wird!“ Eine Teilnehmerin, trug vor dem Hörtraining ihr Hörsystem maximal 2 Stunden am Tag. Nach 4 Wochen sagte sie voller Stolz, dass es nun 14 Stunden am Tag seien und sie sogar schon mit ihrem neuen Hörgerät zu Bett gegangen sei, außerdem müsse sie jetzt darauf achten das Modul vor dem Duschen abzunehmen. Alle waren sich einig, dass das die Erklärungen und die praktischen Übungen des Hörtrainings dazu beitragen den größtmöglichen Nutzen aus der Hörversorgung zu ziehen.

Am meisten Spaß hatten alle beim Spiel „Hörmemory“, bei dem gleichklingende Geräusche, die mit kleinen Geräuschdosen produziert wurden identifiziert und wiedererkannt werden sollten. Auch das Führen durch den Raum (mit verschlossenen Augen) durch zurufen bereitete viel Freude. Mit viel Engagement übten die Hörgeräteträger Wörter nach ihren Hörparametern (z.B. Silbenzahl, Vokallänge oder Konsonant) unterscheiden zu können. Besonders schwer fiel es den meisten Betroffenen dennoch im Rahmen der Hörtaktik zu ihrer Hörbehinderung zu stehen und für sich selbst einzustehen. So sollten die Teilnehmer sich den richtigen Sitzplatz aussuchen, für ausreichende Beleuchtung sorgen und nachfragen, wenn etwas nicht richtig verstanden wurde. So manchem ging der Satz: „Ich bin schwerhörig / oder / ich trage Hörgeräte. Bitte sprechen Sie langsam und deutlich und schauen Sie mich dabei an.“ noch sehr schwer über die Lippen. Der Vorschlag, in geselliger Runde mitzuteilen, wenn die Hörkonzentration erschöpft ist und sich auch mal eine „Hörpause“ zu gönnen wurde dankbar aufgenommen.

Zusammenfassend kann man sagen:

Zu den Aufgaben des Hörtrainings zählen:

- Motivation ein Hörsystem zu tragen
- Förderung der Wahrnehmung
- Identifizieren und Erkennen des Gehörten
- Verbesserung der Hörkonzentration und Kombinationsfähigkeit
- Verstehen von Gehörtem

Hörtaktik hat zum Ziel die Kommunikationssituation möglichst günstig zu gestalten.

Durch das Hörtraining kann der Kunde das Hörsystem als ein wichtiges Hilfsmittel annehmen. Sein Selbstbewusstsein wird gestärkt und er ist dadurch selbstbewusster im Umgang mit seinem Hörsystem.

Uwe Meerwald Hör – Systeme
Rosenstr. 5a 25704 Meldorf
Tel. (04832) 9254 Fax 9255
e-mail: info@uwe-meerwald.de
internet: www.uwe-meerwald.de