



PSYCHOSOZIALE AUSWIRKUNGEN EINER HÖRBEHINDERUNG IN FAMILIE & PRIVATEM UMFELD

SOPHIA VOGT

AGENDA

REFERENTIN



- fröhschwerhörig; bimodal mit Cochlear Implantat und Hörgerät versorgt
- im hörenden Umfeld sozialisiert
- B.Sc. *Prävention, Inklusion und Rehabilitation (PIR) bei Hörschädigung* (Schwerpunkt Gehörlosenpädagogik) & B.Sc. *Psychologie*
- Trainerin für Erwachsenenbildung und Systemische Beraterin
- aktuell Master Klinische Psychopathologie und Kognitive Neurowissenschaft & Weiterbildung Familientherapie

ROLLE DER HÖRBEHINDERUNG IN EINEM SYSTEM

Was ist ein System und wie funktioniert es?

Die systemische Sichtweise...

- versteht das Verhalten von Menschen und Probleme nicht als ein Ergebnis individueller Eigenschaften
- sondern von ihren Beziehungen, Interaktionen und Wechselwirkungen untereinander bedingt.
- einzelne Person wird immer im Zusammenhang mit seiner*ihrer Umwelt und seinem*ihrem System betrachtet.

ROLLE DER HÖRBEHINDERUNG IN EINEM SYSTEM

Hörbehinderung ist ...

- eine systemische und eine Kommunikationsbehinderung
- Teil des Systems – nicht Problem einer Person

Wieso das Familiensystem so wichtig?

- Großteil in hörendem Umfeld sozialisiert worden
- Höchste Erwartungen an nahestehende Menschen
- Jeder Mensch möchte „gesehen“ werden und hat Bedürfnis, so akzeptiert zu werden wie er ist – auch mit der Hörbehinderung



WODURCH WIRD
KOMMUNIKATION
GEPRÄGT?



Biografie / Sozialisation



Kognitive Schemata = „Brille“ in der
Wahrnehmung & Glaubenssätze



Kommunikation auf Basis von „Brille“ und
individuellen Bedürfnissen



KOMMUNIKATION IST HÖCHST SUBJEKTIV & VIELFÄLTIG

Jeder Mensch ist ein
eigenes *kleines Universum*
inmitten des großen
Universums

Das Universum des
Menschen mit
Hörbehinderung ist
nochmal *ein wenig anders*
und etwas unbekannter!



Biografie / Sozialisation

Biografie / Sozialisation

Kognitive Schemata = „Brille“
Wahrnehmung & Glaubenssätze

Anfällig für
Missverständnisse!

Kognitive Schemata = „Brille“ in der
Wahrnehmung & Glaubenssätze

Kommunikation auf Basis von „Brille“ und
individuellen Bedürfnissen

Kommunikation auf Basis von „Brille“ und
individuellen Bedürfnissen

KOMMUNIKATION BEI HÖRBEHINDERUNG

Kommunikation allgemein bereits Potenzial für
Missverständnisse



Herausforderungen einer Hörbehinderung
(kognitive Belastung, schnelle Ermüdung, akustische
Missverständnisse, fehlende Möglichkeit der Wahrnehmung von
paraverbalen Aspekten..)

→ Konsequenz: Der Hörbehinderte macht wiederholt negative Erfahrungen

INNERER AUFMERKSAMKEITSFOKUS IN KOMMUNIKATION

Als Folge negativer Erfahrungen entstehen negative Erwartungen vor Gesprächsbeginn

- „Habe ich alles richtig verstanden?“
- „Gebe ich die richtige Antwort?“
- „Was denkt die andere Person von mir, wenn ich nicht verstehe, hält sie mich für dumm?“
- „Ich will keine Zusatzbelastung sein“
 - hörender Gesprächspartner wird als überlegen wahrgenommen
 - Dauerstress & permanente Anspannung in Gesprächen (kognitiv & psychisch)
 - ungünstige Gesprächsstrategien
 - innerer Konflikt zwischen verschiedenen Bedürfnissen
 - verhindert Integration von neuen positiven Erfahrungen



BLICKWINKEL DES GUTHÖRENDEN UMFELDS

Wissen meist kaum vorhanden:

- mangelnde / gemischte Signale der Person mit Hörbehinderung
- Fehlinterpretation von Signalen des Hörbehinderten im Gespräch
- Verunsicherung zu richtigem Umgang: „Was mache ich falsch? Was darf ich überhaupt fragen?“
- Hörbehinderung unsichtbar – wird schnell vergessen
- außerdem fehlendes Wissen
 - zu hilfreichen Kommunikationsstrategien (Beleuchtung, Mundbild, Kontext usw.)
 - dass Hörbehinderung sich individuell verschieden ausprägt
 - dass Hörbehinderte enorme kognitive Kompensationsarbeit leisten müssen (= Hörstress)
 - dass Technik eine Hörbehinderung nicht „heilt“
 - und vieles mehr!
- gleichzeitig Bedürfnis nach Sicherheit & Orientierung im Gespräch

BLICKWINKEL DES GUTHÖRENDEN UMFELDS

Konsequenzen im Gespräch:

- Nicht-Erkennen von Verstecktaktiken
- kann Erwartungen des Hörbehinderten nicht erfüllen
- mögliche Zuschreibungen von „uninteressiert“, „nicht sozial“, „bequem“ usw.
- bricht ggf. Gespräch mit dem Betroffenen ab aus Unsicherheit
- wiederkehrende Missverständnisse und Konflikte



PSYCHOSOZIALE AUSWIRKUNGEN – FRÜHSCHWERHÖRIGKEIT

- Kampf um Zugehörigkeit in der hörenden Welt
- Selbst- und Fremdwahrnehmung als „Belastung“
- bei fehlenden Schutzfaktoren und wiederholten negativen Erfahrungen „kumulative Mikro-Traumatisierung“
- Geringes Selbstwertgefühl
- Erschwerte Entwicklung von Identität und von sozialen Kompetenzen
- geringer ausgeprägte Fähigkeiten in der Wahrnehmung zwischenmenschlicher Töne und Emotionen
- (psychische) Belastung der Eltern – mangelnde Verarbeitung
- erschwerte Beziehungsaufnahme zwischen Kind und Eltern (Feinfühligkeit entscheidend)

PSYCHOSOZIALE AUSWIRKUNGEN – SPÄTSCHWERHÖRIGKEIT

- Mangelnde Akzeptanz der eigenen Hörbehinderung und der Belastungsgrenze
- geringes Wissen über Auswirkungen – Aufklärungsarbeit nur begrenzt möglich
- schmerzhafter Verlust sozialer Teilhabe – sozialer Rückzug
- eingeschränkte Lebensqualität
- Identitätsverlust
- Selbst- und Fremdbild ist einer Aktualisierung unterworfen
- Angehörige & Freunde erleben Veränderung ggf. ebenfalls bedrohlich (Verlust gemeinsame Aktivitäten, Auseinandersetzung mit Alter etc.)

AUSWIRKUNGEN AUFS PSYCHOSZIALE WOHLBEFINDEN INSGESAMT

- Hörstress – schnelle Erschöpfung (von Tagesform abhängig)
- Scham → Verstecktaktik
- Verringertes Selbstwertgefühl
- geringes soziales Netzwerk → umso mehr Erwartungen an Familie & Freunde
- Erleben von Ausgrenzung & Einsamkeit
- mangelnde Transparenz der Bedürfnisse gegenüber dem hörenden Umfeld
- 2- bis 4-fach erhöhtes Risiko für psychische Störungen wie Depression, Schlaf- und Angststörungen
- körperliche Belastung (Muskelverspannungen, Herzprobleme)

SCHWERE DER AUSWIRKUNGEN VARIIERT NACH...

Umgang Behinderung in
der Familie

Soziales Netzwerk / Beziehungen

Grad der
Hörbeeinträchtigung

Bisherige Erlebnisse in
der Kommunikation

Akzeptanz der
eigenen Behinderung

Resilienz / Risiko-
faktoren und Ressourcen

Hör-/ Kommunikationsstrategien

ZUSAMMENFASSUNG: EISBERGMODELL

CHANCEN IN FAMILIE & PRIVATEM UMFELD



Hörbehinderung als gemeinsame positive Herausforderung nehmen!

- sein eigenes Universum erklären für mehr Verständnis und bedürfnisgerechte Kommunikation
 - Arbeit an Akzeptanz der eigenen Hörbehinderung mit Unterstützung des Umfelds
 - Integration von neuen positiven Erfahrungen, die den Inneren Aufmerksamkeitsfokus reduzieren
 - durch Reflexion der Hörbehinderung und dessen Umgang mehr achtsame Kommunikation
- mehr Offenheit in der Kommunikation wirkt sich auf alle Beteiligten positiv aus!



„Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Kontakt.“

- VIRGINIA SATIR -

VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!

Haben Sie Fragen oder möchten Sie mehr über meine Arbeit erfahren?

Besuchen Sie mich gerne unter www.dabeisein-erleben.de oder schreiben Sie mir unter kontakt@dabeisein-erleben.de!



LITERATUR

- Heine, C. & Browning, C. J. (2002). Communication and psychosocial consequences of sensory loss in older adults: overview and rehabilitation directions, *Disability and Rehabilitation*, 24:15, 763-773, DOI: [10.1080/09638280210129162](https://doi.org/10.1080/09638280210129162)
- Jäger-Flor, D. (2017). *DazugeHören: Die psychosozialen Folgen der Schwerhörigkeit bewältigen - ein Ratgeber für Hörgeschädigte und ihre Angehörigen*. Landau: Verlag Empirische Pädagogik
- Rien, O. (2007). *Behinderungsspezifisches Training zur Förderung von Kompetenzen bei hörgeschädigten Regelschülern: Darstellung eines Übungsprogramms zum bewussteren Umgang mit der eigenen Hörschädigung*. Hamburg: Kovač
- Sarimski, K. (2019). *Psychosoziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung: Prävention, Intervention und Inklusion*. Göttingen: Hogrefe Verlag,
- Wirth, W. (2012): *Kommunikation – Wenn Worte fehlen. Psychosoziale Folgen von Kommunikationsbedingungen*. Eröffnungsvortrag der Caritas- Fachtagung „Wenn Worte fehlen...“ Hilfen für hörgeschädigte Menschen mit erschwerten Kommunikationsbedingungen vom 17.-19.04.2012 in Würzburg.
- Wirth, W. (2010): *Trauma, Coping und Schwerhörigkeit*. Heidelberg: Median.
- Wirth, W. (2003): *Psychisches Trauma und Hörbehinderung*. In: Wirth, W. (Hrsg.), *Trauma und Hörbehinderung*. (S. 111-139). Hamburg: Signum