

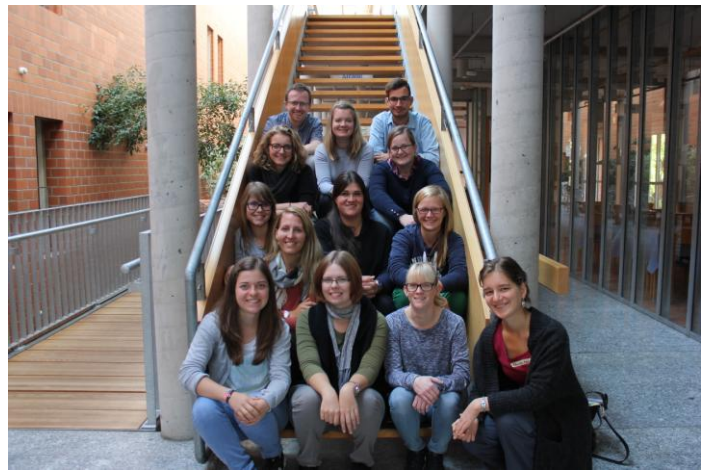
Bericht Bundesjugendwochenende

*Ankommen

Gerade mit meiner ersten Arbeitsstelle angefangen, sprach mich der Workshop mit dem Titel „**Schwerhörig, na und? - Wege zum Verstehen**“ an. Wieder einmal ging es in den Süden für mich als Nordlicht, Richtung Niederntaunus, vorbei an der Jugendherberge im Grafenschloss von Diez, wo im Sommer die Blogwerkstatt 3 von der DCIG veranstaltet wurde. Diese Gegend scheint eine magnetische Wirkung zu haben. Was würde mich erwarten, wie würde eine Veranstaltung sein, die auch mit dem Thema Hören&Wir&Ich zu tun hat, aber diesmal in einem anderen Rahmen? Würde ich bekannte Gesichter sehen?

*Auftakt

Gespannt betrat ich, und mit mir noch rund 15 weitere Teilnehmer an dem Abend das Wilhelm-Kempf-Haus. Drei Tage lang würden wir nun zusammen sein, und wieder einmal werden aus fremden Gesichtern bekannte. Nach einem stärkenden Abendessen lernten wir uns in verschiedenen Spielen näher kennen. Wir fanden raus, wer der älteste und jüngste Teilnehmer ist, wie gut jeder meint zu hören, wie der Zufriedenheitsgrad mit seinem Hören ist, wie weit jeder angereist ist. Wichtig



und wegweisend für das Wochenende war das Sammeln der Wünsche nach Themen der Teilnehmer, die jeder aus seinem Alltag mitbrachte. Das waren offene Fragen, Suche nach Austausch, Tipps für die Kommunikation mit anderen. Nach ein paar weiteren Spielen klang der Abend in der hauseigenen Bar aus und die Selbsthilfe geschah von selbst. Von verschiedenen Arbeitssituationen wurde erzählt, von lustigen Pannen und Situationen. Verschiedene Lebensgeschichten, vereint durch eine Gemeinsamkeit flossen zu einem Klangteppich zusammen, begleitet vom Rascheln der Chipstüten, Gesprächen im Hintergrund – wenn das nicht ein Hörtraining der angenehmen Art ist – und jeder kam mit.

*Eingemachtes

„Emotionale Einschätzung des eigenen Wertes“

Unter der fachkundigen Leitung von Silvio Zraggen setzten wir uns am nächsten Tag damit auseinander, was die Schwerhörigkeit mit einem, mit uns macht. Wir lernten wie wichtig es ist, sich seiner selbst bewusst zu sein und gleichzeitig zu wissen, dass es noch einen äußeren Aspekt gibt: wie wirke ich auf andere, wie schätzen andere mich ein? Die Wirkung nach außen hat nämlich viel mit der inneren Befindlichkeit zu tun. Mithilfe von praktischen Übungen konnten wir dem gleich nachspüren.

„Und du sagst, du kannst es nicht gut beschreiben. Du hast es wunderschön beschrieben.“ So lautete das Feedback an eine Teilnehmerin, nachdem sie sich überwunden hatte, ihren Gedanken Ausdruck zu verleihen. Durch positives Feedback konnten wir lernen unserem eigenen Urteil zu trauen, in erster Instanz unsere eigenen Gefühle wahrzunehmen.

Denn wenn wir selbst nicht wissen, was mit uns los ist, wie sollen denn die anderen Bescheid wissen, geschweige Rücksicht auf die Folgen und Rahmenbedingungen unserer Schwerhörigkeit nehmen. Wenn ich weiß, was ich brauche, kann ich dies auch stimmig vermitteln.

„Sorg‘ dafür, dass ich dich anschau, denn dann hast du meine vollste Aufmerksamkeit.“ Manchmal ist den Hörenden nicht damit geholfen, wenn man erklärt: „Ich bin schwerhörig.“ Ein guthörender Gegenüber fühlt sich sicherer, wenn er gleich einen Tipp an die Hand bekommt.

So mancher von uns hat schon das Feedback von Hörenden bekommen: „Du hörst so gut zu, du bist mit voller Aufmerksamkeit dabei.“ Die eigenen Stärken zu erkennen und hinter ihnen zu stehen, kann einen trösten, wenn man einen Abend in der Kneipe mal wieder das Gefühl hat: „Man ist so beschäftigt mit dem Hören & Verstehen, dass man selbst dann nichts mehr beiträgt.“

*Ein bisschen Theorie

„Werdet Experte in eigener Sache“

Um alle auf einen Wissensstand zu bringen, führte uns Silvio auf einen Ausflug in das Ohr. Wir lernten verschiedene Arten der Schwerhörigkeit kennen, wie das gesunde Ohr funktioniert und was auch mal schief gehen kann. Wer selbst als Betroffener weiß, was hinter dem eigenen Ohr passiert, dem fällt es leichter, es seinen Mitmenschen zu erklären. Eine Frage, was denn eine Mikroport-Anlage sei, ließ spontan in der Pause einen Expertentisch entstehen, an dem einige Fragen geklärt werden konnten und auch ausgetauscht wurde, welche technischen Raffinessen uns das Hören und Verstehen im Berufsalltag leichter machen können.



Um einfach mal zu hören, wie Gleichbetroffene mit manchen herausfordernden Situation umgehen, gab es am Nachmittag Gruppenarbeit. Mit zwei einfachen Fragen – wie geht es mir? – was mache ich? - analysierten wir verschiedenen Situationen, sei es die Geburtstagsfeier mit 60 Personen, oder der Ausflug in die dunkle Bar mit Freunden, einen Arbeitsauftrag falsch verstanden zu haben, eine Durchsage auf dem Bahnhof nicht zu verstehen. Spannend war es, verschiedene Lösungsansätze zu hören oder auch manchmal einfach zu lesen, dass jemand das eigene diffuse Gefühl besonders gut in Worte fassen konnte.

*Entspannung

Nach dem die Köpfe vor lauter Fragen, Antworten, Gedankenanstößen, neuen Ansätzen rauchten, ließen wir den Abend gemütlich bei einer Runde Kegeln ausklingen.

*Ausklang

Den letzten Tag stellte Silvio uns die Kommunikationsbrücke vor. Es kann fatal sein zu denken, dass ich für die Kommunikation sorgen muss und wenn es nicht klappt, dann ist das mein Fehler. Auch der andere nimmt daran teil, an der Brücke zu bauen und kann einen Teil betragen.

In Kleingruppen überlegten wir uns, was dies sein kann.

Die Ergebnisse wurden an einer Pinnwand gesammelt auf die beiden Seiten der Brücke zugeordnet. Auch hier kann wieder mit positivem Feedback gearbeitet werden, mein Gegenüber freut sich auch über eine Rückmeldung, wenn ich ihn in der Bar besonders gut verstehen konnte, oder sich zu bedanken, wenn ein Dozent nicht mehr nur zur Tafel spricht. Angesprochen wurde auch, dass so mancher Schwerhörige Pausen unterschätzt und sich keine nimmt. Er fällt in den Funktionsmodus. Da kann es auch helfen, sich bewusst zu machen, dass Normalhörende sich ebenso ihre Auszeiten und Pausen nehmen.

Nach einer Abschlussrunde mit den Fragen: wie geht es euch, was habt ihr gehört, was ist euch wichtig und was nehmt ihr von diesem Wochenende nach Hause? wurden wir entlassen. Anfang des Jahres gibt es noch für alle Teilnehmer eine Überraschung, die wir im Postkasten finden werden: einen Brief an uns selbst.

Katja Steppke