***Alternativblatt zum Poster Teilhabeforschung***

**Hörprobleme älterer Menschen und ihre Strategien im Umgang damit –   
„Ich kam mir vor, als hätte ich den ganzen Tag Schwerstarbeit geleistet“**

Grit Böhme, Ulrike Weber, Christa Schlenker-Schulte,   
Magdalena Schmidt, Sophie Weber, Agnes Weber

Forschungsstelle zur Rehabilitation von Menschen mit kommunikativer Behinderung (FST) e. V.   
an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

[**Das Projekt „AutaRK\_aktiv hören“**](https://www.fst-halle.de/forschung/autark/)

**Problem:** Mit zunehmendem Alter werden viele Menschen schwerhörig,   
aber nicht alle Betroffenen sind mit einem Hörgerät versorgt und selbst wenn,   
bleiben die Geräte oft ungenutzt in der Schublade. Wird die Kommunikation dann immer schwerer, ziehen sich viele schwerhörige Menschen immer mehr sozialen Situationen zurück,   
was wiederum Depressionen und den Abbau kognitiver Fähigkeiten begünstigt.

**Ziel** von „Autonomie-Ressource Information und Kommunikation\_aktiv hören (AutaRK\_aktiv hören)“ist es, die negativen Folgen einer unversorgten Hör-Minderung im Alter zu minimieren.

Das Projekt ist eingebunden in den Forschungsverbund [„Autonomie im Alter“](http://autonomie-im-alter.ovgu.de/)   
und wird finanziert aus Mitteln der EU (EFRE) und des Landes Sachsen-Anhalt.

**Methodik**

**Quantitative Fragebogen-Erhebung mit Betroffenen**

Insgesamt 170 Teilnehmende

Davon 84 Frauen, 85 Männer (1-mal nicht beantwortet)

Alter 55 – 94 Jahre (Mittelwert: 73,41 Jahre; SD: 9,05 Jahre)

Online-Fragebogen: 99 Teilnehmende

Papier-Fragebogen: 71 Teilnehmende

**Qualitative Erhebung mit Betroffenen**

Insgesamt 19 Teilnehmende

Davon 13 Frauen, 6 Männer

Alter: 43 – 90 Jahre (Mittelwert: 71 Jahre)

Qualitative leitfadengestützte Interviews face-to-face:   
19 Interviews mit 16 Teilnehmenden  
(eine Person wurde in 4 Interviews befragt)

Dialog-Journale: qualitative Befragungen per E-Mail (6 Teilnehmende)  
und WhatsApp (1 Teilnehmerin)   
Regelmäßige Korrespondenz, die sich über mehrere Wochen bzw. Monate zog  
3 der Teilnehmenden waren zugleich auch face-to-face interviewt worden

**Ergebnisse**

Hörgeräte verbessern die Möglichkeiten schwerhöriger Menschen,   
am sozialen Leben teilzuhaben, können ein gesundes Gehör aber nicht ersetzen.  
Deshalb möchten wir hier einige ausgewählte Kommunikations-Strategien vorstellen,  
die Betroffene in ihrem Alltag nutzen.

In der Fragebogen-Erhebung haben wir den Betroffenen einige verbreitete   
Kommunikations-Strategien aufgelistet und sie konnten ankreuzen, ob sie diese in   
Gesprächs-Situationen verwenden (Antwort: „Ja“) oder nicht verwenden (Antwort: „Nein“).   
Hier zeigen wir, wieviel Prozent der Befragten aus der Fragebogen-Erhebung  
bei einigen exemplarisch ausgewählten Strategien mit „Ja“ oder „Nein“ geantwortet haben.   
Um zu veranschaulichen, welche Erfahrungen hinter diesen Antworten stecken könnten, kommen zu jeder Strategie Teilnehmende aus unserer qualitativen Befragung zu Wort.

Hier die Ergebnisse zu ausgewählten Kommunikations-Strategien:

**In Gesprächs-Situationen…**

**sage ich gleich, dass ich schwerhörig bin.**

46,5 % der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 50,0 % antworteten mit „Nein“.

Mit Hörproblemen offen umzugehen, ist nicht immer leicht,   
vermeidet aber viele Missverständnisse und ermöglicht es, das Gespräch besser   
auf die eigenen Bedürfnisse anzupassen:

„Oder ich hab dann auch den Weg in die Ehrlichkeit gewählt und hab gesagt,   
weißt du oder wissen Sie, ich kann Sie nicht gut hören, wir gehen mal in den Nachbar-Raum   
oder wir setzen uns in ne ruhige Ecke. Kann man ja machen, wo ich besser kommunizieren kann, ne?“  
(Proband B14, 82 Jahre; Int09, Pos. 87)

**In Gesprächs-Situationen … gebe ich Informationen zum besseren Gesprächsablauf  
(z. B. deutlich sprechen, nicht schreien, Blickkontakt, ruhige Umgebung, gute Beleuchtung).**

50,0 % der Befragten antworten darauf mit „Ja“, 46,5 % antworteten mit „Nein“.

Warum manche Menschen bei dieser Frage mit „Nein“ antworten,   
kann verschiedene Gründe haben, unter anderem:

„Weil andere es vielleicht verstanden haben und ich nicht. Habe ich nicht aufgepasst,   
was er sagte? Dass ich dann da mir immer die Schuld zuschiebe, in dem Sinne,   
wenn ich nicht aufgepasst habe, habe ich es eben nicht mitgekriegt, nicht der andere,   
der vielleicht zu undeutlich gesprochen hat.“  
(Proband B9, 69 Jahre; Int05, Pos. 1769)

**In Gesprächs-Situationen … setze ich mich so, dass meine Gesprächspartnerin oder mein Gesprächspartner an meiner besseren Hörseite (besseres Ohr, „Schokoladenseite“) sitzt.**

43,8 % der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 56,2 % antworteten mit „Nein“.

„Auf der rechten Seite höre ich besser, das weiß ich. Und wenn irgendwas Wichtiges ist,   
dann setz ich mich auch gerne so, dass ich den Schall auf's rechte Ohr kriege.“  
(Probandin B20, 71 Jahre; Int19, Pos. 219)

**In Gesprächs-Situationen … frage ich nach, wenn ich etwas nicht verstehe.**

91,8 % der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 5,3 % antworteten mit „Nein“.

„Da frage ich dann schon, wenn es beim wichtigen Treffen ist, das würde ich dann schon fragen. Aber wenn der Stadtführer was erzählt, mein Gott, wenn ich die Hälfte nur verstanden habe, reicht auch. Dann muss ich denn nicht noch darauf aufmerksam machen, ich höre anders,   
ich höre nicht so gut, müssen Sie mal ein bisschen deutlicher reden oder sauberer.“  
(Proband B9, 69 Jahre; Int05, Pos. 1752)

**In Gesprächs-Situationen … tue ich so, als ob ich höre, was gesprochen wird.**

35,9% der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 58,2% antworteten mit „Nein“.

Vielen Betroffenen ist es peinlich, wenn sie häufig nachfragen müssen.  
Es nicht zu tun, kann aber unangenehme Folgen haben:

„Wenn die Kollegen mich was gefragt haben, dann hab ich das nicht verstanden.  
Hab ich nochmal gefragt und dann hab ich's immer noch nicht verstanden, hab ich aber genickt, als wenn ich's gehört habe. Und dann hab ich hinterher manchmal ne Frage gestellt,  
die die vorher schon von mir sozusagen beantwortet hatten. Hab ich die Frage nochmal gestellt, dann haben sie auch gesagt, hörst du schwer?“  
(Probandin B13, 85 Jahre; Int08, Pos. 134)

**In Gesprächs-Situationen … bitte ich zu sagen, worüber gesprochen wird.**

31,2% der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 62,4 % antworteten mit „Nein“.

Ist das Gesprächs-Thema bekannt, ist es leichter, sich fehlende Informationen zu erschließen. Betroffene müssen sich in Gesprächen oft ohnehin schon stark konzentrieren:

„Wenn ich zum Beispiel auf Schlüsselreize warte. Oder Wörter, die so zum Ende der Aussage,   
die ich dann noch erwarte, dass die kommen, damit sich der ganze Satz dann   
für mich irgendwie erschließt“  
(Proband B3, 52 Jahre; Int03, Pos. 130)

**In Gesprächs-Situationen … nutze ich das Mundbild bzw. lese ich vom Mund ab.**

42,4 % der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 52,9 % antworteten mit „Nein“.

„Aber sobald Störgeräusche dazu kommen, kann es sein, dass ich bestimmte Buchstaben  
nicht hundertprozentig sofort erkenne, trotz meiner guten Geräte, die also super   
eingestellt sind. Und wenn da dann noch die Hand vorm Mund kommt, dann haben   
das Gerät und (lachend) ich beziehungsweise mein Gehirn nicht die Chance zu erkennen,   
war das jetzt ein N oder ein M, war das ein D oder ein T oder sonstwas.“  
(Probandin B16, 65 Jahre; Int13, Pos. 51)

**In Gesprächs-Situationen … bitte ich, Störgeräusche wie z.B.   
Musik in Restaurants abzustellen.**

24,1% der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 67,6% antworteten mit „Nein“.

„Ich bin selbstbewusster geworden durch sie, hab mehr Selbstvertrauen, sage, was ich denke und das mache ich auch im Lokal. Es gab eine Situation, wir saßen an so nem großen Tisch, […] die Musik war zu laut. Die Bedienung kam, ich habe drum gebeten, die Musik etwas leiser zu machen, weil ich Hörgeräte trage, und ich möchte mich gerne unterhalten und die Musik übertönt alles. Ja, es wurde leiser gemacht, ich konnte mich unterhalten.“   
(B15, 43 Jahre; Int10, Pos. 653)

**In Gesprächs-Situationen … bitte ich um Verständnis, dass ich nicht so lange  
oder gar nicht an lauten Veranstaltungen teilnehmen möchte.**

44,2% der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 55,8% antworteten mit „Nein“.

Gerade in lauten Umgebungen, wo z.B. viele Menschen durcheinander sprechen,   
ist Zuhören auf Dauer ziemlich anstrengend:

„Also wenn es beispielsweise eine Veranstaltung wäre, die zwischendurch   
mit wahnsinnig lauter Musik oder wo zu erwarten ist, dass also wirklich es ziemlich laut  
oder hoch her gehen könnte, also da würde ich dann sagen, okay. Oder wenn es  
eine ganz lange Veranstaltung ist. Da sag ich und tschüss. Na? So nach drei Stunden,  
ich hab dann auch mein Limit, wo ich sagen kann, okay,   
das übersteigt meine Grenzen in dem Moment“   
(Probandin B16, 65 Jahre; Int15, Pos. 494-495)

**In Gesprächs-Situationen … ziehe ich mich zurück, weil ich doch nicht alles verstehe.**

34,1 % der Befragten antworteten darauf mit „Ja“, 59,4% antworteten mit „Nein“.

Manche schalten in schwierigen Hör-Situationen irgendwann ab oder vermeiden sie sogar ganz:

„Man verliert Kommunikation zu anderen irgendwie. Man zieht sich zurück.  
Es ist wirklich so, man zieht sich zurück, weil man sich nicht anstrengen möchte“  
(Probandin B1, 60 Jahre; Int01, Pos. 78)

**Fazit**

Wie man hier an den Zahlen aus der Fragebogen-Erhebung erkennen kann,   
verzichtet meist über die Hälfte der Betroffenen auf nützliche Kommunikations-Strategien,   
um Hörprobleme im Alltag zu kompensieren. Grund für diesen Verzicht ist unter anderem,  
dass vielen schwerhörigen Menschen solche Strategien mitunter noch gar nicht vertraut sind und sie diese erst erlernen müssen. Sie dann auch einzusetzen, erfordert zudem einigen Mut. Doch auch mit Hörgerät und unter Einsatz aller Strategien bedeutet dauerhaftes Zuhören – gerade unter schwierigen Hörbedingungen – für die Betroffenen „Schwerstarbeit“  
(so beschreibt etwa Probandin B8, 77 Jahre, die mehrstündige Geburtstags-Feier ihres Sohns  
in einer Gaststätte; Int12, Pos. 21). Für die Teilhabe Schwerhöriger ist daher  
auch ein hör-sensibles Umfeld wichtig.