

## **UnErhört** – Podiumsdiskussion und Aussprache für Angehörige von Schwerhörigen

2. März 2013 Nürnberg

UnErhört‘ so haben die Veranstalter diese Veranstaltung genannt, in der einmal die Angehörigen von schwerhörigen Menschen zu Wort kommen sollten. Und dieser Titel passt sehr gut zu der Situation, in der Sie sich als Angehörige eines schwerhörigen Familienmitglieds befinden

UnErhört – das ist die Situation, in der Sie sich als Partner, Eltern, Geschwister oder Kinder von Menschen, die schwerhörig sind, oft genug befinden: Sie werden nicht gehört. Zum einen werden Sie tatsächlich schon im wahrsten Sinne des Wortes oft einfach nicht gehört, weil der schwerhörige Angehörige Sie nicht hören kann. Aber Sie werden auch in ihrer Befindlichkeit, in ihren Bedürfnissen, Schwierigkeiten und Nöten oft nicht wahrgenommen – nicht vom betroffenen Angehörigen, aber oft genauso wenig von sich selbst. Denn das wäre ja auch unerhört – und damit wären wir schon bei der zweiten Bedeutung des Begriffs ‚unerhört‘, den man ja auch im Sinne von ‚ungehörig, ungeheuerlich, empörend‘ gebraucht. Ist es nicht unerhört – also frech und eine Zumutung –, angesichts des Schicksals der Betroffenen, die ja mit der Schwerhörigkeit und der damit einhergehenden Kommunikationsbehinderung wirklich ein schweres Los zu tragen haben, das eigene Befinden so in den Vordergrund zu rücken? Als Guthörender hat man es ja auf jeden Fall besser als der Behinderte. Im Vergleich zu den Einschränkungen, die man als Schwerhöriger zu erleiden hat, hat man einfach nur froh zu sein, dass man selbst nicht betroffen ist und das bisschen Rücksicht, das man zu nehmen hat, ist ja wohl nicht zu viel verlangt. Und schließlich hat der Betroffene sich seine Schwerhörigkeit ja nicht freiwillig gewählt und kann für die dadurch entstehenden Probleme ja auch nichts.

Und schon sitzt man als Angehöriger in einer Falle aus Mitleid, Schuldgefühlen und ‚emotionaler Erpressung‘: da hat man dann tatsächlich kein Recht auf die eigene Wahrnehmung, das eigene Gefühl und schon gar nicht auf Unmut, Genervtsein oder, gar auf Ärger. Das ist ein Tabu. Also verbietet man sich diese Gefühle und schluckt sie schon im Ansatz hinunter.

Wenn man es genau betrachtet, ist es aber auch einigermaßen unerhört – na ja, zumindest allerhand, was Ihnen als Angehörige von Schwerhörigen abverlangt wird. Da sind die Ansprüche an Ihr Kommunikationsverhalten, die – so berechtigt sie auch sind – Mühe kosten, da sind hohe Erwartungen an Ihr Verständnis und Ihre Geduld. In der Einführung haben wir das ja schon angesprochen. Als Eltern eines schwerhörigen Kindes haben Sie unendlich viel Zeit, Energie und Mühe für die notwendige Förderung des Kindes aufzubringen, ganz zu schweigen, von den Sorgen und Ängsten, die man sich um ein hörbehindertes Kind macht. Als Partner oder Kinder von Schwerhörigen werden manche von Ihnen auch damit konfrontiert, dass Ihnen die Zuständigkeit für die gesamte Kommunikation nach außen zugeschoben wird – sei es, dass Sie verantwortlich gemacht werden für sämtliche Terminvereinbarungen, sei es, dass Sie dafür sorgen müssen, dass der schwerhörige Angehörige bei der Familienfeier alles mitbekommt. Und nicht zuletzt werden Sie auch so manchen Vorwurf, so manchen Zorn abbekommen, der eigentlich unsensiblen Mitbürgern, der Schwerhörigkeit selbst oder dem ungerechten Schicksal gilt.

Als Angehörige von Schwerhörigen sind Sie also mit allerhand ‚Unerhörtheiten‘ konfrontiert. Wie können Sie gut damit umgehen? Was könnte Ihnen helfen? Aus meiner Sicht gilt es, zwei Grundsätze zu beherzigen:

1. **Achten Sie auf sich und sorgen Sie gut für sich. Dazu gehört notwendig, dass Sie empfinden und auch aussprechen dürfen, dass die Schwerhörigkeit (ganz wichtig: nicht die schwerhörige Person) eine Herausforderung und manchmal auch eine Zumutung für Sie ist – auch wenn Sie ‚nur‘ Angehörige/r sind.**

Es geht also um ein ehrliches Hinhören auf sich selbst. Nur so kann man herausfinden, was man selbst braucht. Erst wenn ich mir z.B. eingestehe, dass ich mich überfordert fühle, kann ich nach einer geeigneten Hilfe Ausschau halten. Oder wenn ich mir eingestehe, dass ich tatsächlich nicht immer und zu jeder Zeit Geduld habe, dann kann ich mir z.B. ‚geduldfreie Zonen und Zeiten‘ einrichten – man tut sich dann viel leichter in den anderen Zeiten tatsächlich Geduld zu haben. Dieser Blick auf mich hat mit Egoismus nichts zu tun. Letztlich ist das unbeschönigte Wahrnehmen meiner eigenen Befindlichkeit eine wichtige Voraussetzung dafür, eine herausfordernde Situation – und das ist Schwerhörigkeit für alle, die unmittelbar oder mittelbar davon betroffen sind – zu bewältigen und für alle Beteiligten gut lebbar zu machen und sie so als ein Bestandteil des eigenen bzw. des gemeinsamen Lebens zu akzeptieren. [Beispiele]

2. **Und der zweite Grundsatz, den ich für Angehörige von Schwerhörigen für sehr wichtig halte, beinhaltet eigentlich zwei Sätze die gleichzeitig gelten, obwohl sie sich gegenseitig auszuschließen scheinen. Sie heißen: Vergiss nie, dass Du es mit einem Schwerhörigen zu tun hast. Vergiss, dass Du es mit einem Schwerhörigen zu tun hast.**

Vergiss nie, dass Du es mit einem Schwerhörigen zu tun hast – das ist wichtig in Bezug auf die Gestaltung der Kommunikation. Schon in Ihrem eigenen Interesse sollten Sie auf die Kommunikationsregeln achten, denn Sie wollen ja schließlich auch von Ihrem Angehörigen gehört und verstanden werden.

Aber gleichzeitig gilt: Vergiss, dass Du es mit einem Schwerhörigen zu tun hast. Schließlich haben Sie es ja nicht nur mit einem schwerhörigen Menschen zu tun, sondern mit Ihrem Partner, Ihrem Kind, Ihren alten Eltern, Ihrem Bruder oder Schwester. Und auf dieser Ebene geht es Ihnen wie allen anderen Paaren und Familien auch: Da gibt es Missverständnisse, da gibt es Verletzungen, da gibt es unerfüllte und unerfüllbare Erwartungen und Wünsche, da gibt es Enttäuschung und Ernüchterung, da gibt es Dinge, die einen stören und nerven, und da ist man auch einmal wütend aufeinander – und darf das auch sein. Da müssen Konflikte ausgetragen und Krisen überwunden werden. Und wenn eine Beziehung auf Augenhöhe und im Sinne eines guten Miteinanders gestaltet sein will und gelingen soll, dann müssen bestimmte Regeln eingehalten werden, die für alle gelten – egal ob jemand schwerhörig oder guthörend ist, ein Handicap oder einfach ein paar Macken hat. Nennen will ich hier die zwei Regeln, die ich in unserem Zusammenhang als besonders wichtig ansehe, weil gerade gegen diese zwei Regeln oft verstoßen wird :

1. Partnerschaftliche Beziehung und Beziehungen zwischen Erwachsenen kann nur gelingen, wenn **jeder für seine Belange und Bedürfnisse Verantwortung** übernimmt

Das heißt: Ich selbst muss dafür sorgen, dass ich das bekomme, was ich brauche, ich selbst bin dafür zuständig und muss dafür sorgen, dass es mir gut geht. Und weil bis heute noch niemand Gedanken lesen kann, gehört dazu ganz wesentlich, dass ich sage, was mich stört oder ärgert, was ich erwarte und wünsche. Und das gilt für

alle Parteien... Und dazu gehört auch, dass Sie nicht für die Bedürfnisse Ihres schwerhörigen Partners einstehen müssen oder gar dafür verantwortlich ist: das ist er oder sie schon selbst!

## 2. Beziehung beruht auf **Gegenseitigkeit**.

Da möchte ich zunächst einmal die **gegenseitige Rücksichtnahme** nennen. Das bedeutet: Guthörende müssen Rücksicht auf die Hörbedingungen des Partners, der Partnerin nehmen, sie sollten sich damit befassen, wie Kommunikation unter diesen eingeschränkten Bedingungen gelingen kann und sich auf die Grenzen des anderen einstellen und ihr Leben entsprechend einrichten. Aber genauso natürlich muss auch der Schwerhörige Rücksicht auf die Bedürfnisse und Grenzen des Guthörenden nehmen. Im Einzelnen wird man da immer wieder aushandeln müssen, wie man eine konkrete Situation bewältigt. Unabdingbare Voraussetzung dabei ist, dass man gegenseitig anerkennt, dass die Interessen und die Bedürfnisse des anderen grundsätzlich berechtigt sind. Dann kann man darüber verhandeln, was in der konkreten Situation möglich oder nötig ist, wie ein Kompromiss aussehen könnte oder wer in diesem Fall zugunsten des anderen zurücktritt. So wie man das eben immer macht oder zumindest machen sollte, wenn zwei gegensätzlich Interessen aufeinandertreffen. Das gilt übrigens auch für Mütter.

Gegenseitigkeit heißt aber auch, dass beide Seiten **Geduld** mit dem anderen aufzubringen haben – nicht nur Sie als Angehörige mit dem Schwerhörigen, sondern auch der Schwerhörige mit Ihnen! Gleiches gilt auch für das **Verzeihen** – in Beziehungen geht es nicht ohne Fehler und Verletzungen ab und da braucht es das, dass man einander immer wieder verzeiht. Auch das darf keine Einbahnstraße sein. Und schließlich ist es auch wichtig auf ein im Gesamten einigermaßen ausgewogenes Verhältnis zwischen **Geben und Nehmen** zu achten – wer immer nur gibt, wird mit der Zeit müde und frustriert, wer immer nur nimmt, fühlt sich immer kleiner und unterlegen und letztlich werden beide wütend und aggressiv aufeinander. Und nicht zuletzt helfen **Humor und Gelassenheit**.

Und wenn das nicht klappt? Wenn es also Probleme in der Erziehung, große Konflikte und Unzufriedenheit in der Partnerschaft gibt, oder Sie als erwachsene Kinder nicht mit Ihren alten Eltern zurechtkommen, dann muss das nicht oder zumindest nicht allein der Schwerhörigkeit geschuldet sein. Rechnen Sie damit, dass sich dahinter ganz normale Schwierigkeiten verbergen, die vielleicht durch die Schwerhörigkeit noch verschärft sind oder durch die Schwerhörigkeit überdeckt werden.

Aber so oder so – wenn es schwer ist und Sie nicht mehr weiter wissen, können Sie allein oder mit Partner oder mit anderen Familienangehörigen die Hilfe der Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Anspruch nehmen. Im Rahmen eines vom Familienministeriums finanzierten Projekts können wir hier in Nürnberg, in Würzburg und in München zurzeit Beratung für Hörgeschädigte und Gehörlose und ihre Angehörige anbieten. Wir stellen uns auf die Kommunikationsbedürfnisse von Menschen mit Hörschädigung ein und wissen um die besondere Problematik hörgeschädigter Menschen. Auf dem Flyer stehen alle wesentlichen Informationen.