Landesbildungszentrum für Hörgeschädigte
Charlottenhöhe 44, 38124 Braunschweig
Tel. 0531/26468-21 (-0)
Fax 0531/26468-23

Landesbildungszentrum für Hörgeschädigte Braunschweig

- Zentrum für Beratung, Inklusion und Teilhabe – Hörfrühförderung

Hörfrühförderung - Newsletter Nr. 22

Liebe Familien der Hörfrühförderung,

„Der Mond ist aufgegangen“; *„Schlaf, Kindlein Schlaf“*, *„Abends wenn ich schlafen geh`“*… diese Lieder kommen Ihnen sicherlich bekannt vor. In unserem 22. Newsletter geht es um **abendliche Rituale** und alles rund ums Thema „**Einschlafen**“.

Aus organisatorischen Gründen finden Sie diesen Monat nicht wie angekündigt den zweiten Teil des Themas *„Logopädie“*. Stattdessen widmen wir uns dem häufig zu wenig beachteten Thema der **einseitigen Schwerhörigkeit**. Wie das Richtungshören funktioniert und warum das Sprachverstehen bei Nebengeräuschen erschwert ist, erfahren Sie in dieser Ausgabe.

Kommender Online-Elternaustausch:

Sa, 29.05.2021, 10-11:30h - „Einseitige Schwerhörigkeit und ihre speziellen Herausforderungen“: - Teil 2 „Austausch von Erfahrungen und Tipps in kleinen Elterngruppen“

Mo, 14.06.2021, 19-20:30h - „Spielend fördern im Alltag – was können wir tun?“

Mo, 12.07.2021, 19-20:30h - „Das erste Jahr nach der Diagnose Hörschädigung – Austausch“

Anmeldung: https://doodle.com/poll/utyar6aaihtgpq6q

Veranstaltungsraum https://lbzhbs.de/iserv/public/videoconference/Y3fHvapzmu5vQGocGJwboy

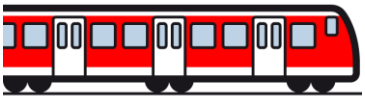
Alles Gute und liebe Grüße vom Team der Hörfrühförderung!

Inhalt:

- Hörrätsel
- Spielanregungen: *Rituale für den Abend*
- Lied des Monats: *Schlaflieder*
- Bastelanregung: *„Schlafplatz“ für die Hörtechnik*
- Gebärden des Monats: *Einschlafen*
- *Richtungshören, Sprachverstehen bei Nebengeräuschen*
- Weitere Informationen: *Einseitige Schwerhörigkeit*

Das Geräusch des letzten Monats

S-Bahn



Hörrätsel

Was hörst du für ein Geräusch? Erkennst du es? Male es gerne auf. Die Auflösung findest du im Newsletter Nr. 23 kommenden Monat.

(Quelle: https://www.hoerspielbox.de)

Spielanregung: Rituale für den Abend

Rituale am Abend helfen, sich gemeinsam auf die Nacht einzustellen. Durch gewohnte Abläufe und feste Bettgehzeiten können sich Kinder auf die Schlafenszeit einstimmen. Das Einschlafen klappt so oft ein bisschen besser. Die Hektik des Tages findet ein Ende. Gemeinsam den Tag ausklingen lassen, kann für die ganze Familie bereichernd sein. Das Familienleben erhält eine verlässliche Struktur. *Wie sehen Ihre Rituale aus?*

Rituale sind immer wiederkehrende Handlungen und Abläufe, die beruhigen, Menschen verbinden und durch ihre Verlässlichkeit entspannend wirken und ein sicheres Gefühl geben (*siehe Newsletter Nr. 5*).

Lassen Sie sich gerne von folgenden Ritualen zum Einschlafen inspirieren:

Abendrückschau:

Die Zeit, bevor der Tag endet, ist besonders wertvoll für das Zuhören und den Austausch über das Erlebte. Sie können am Abend den vergangenen Tag noch einmal besprechen:

- *Was habe ich gemacht?*
- *Was ist mir wichtig gewesen?*
- *Worüber habe ich mich gefreut?*
- *Was hat mich geärgert?*

Vielleicht bietet sich auch ein Ausblick auf den nächsten Tag an: *„Was hast Du morgen vor?“*

Erlebnistagebuch

Manche Familien füllen abends eine Seite des Erlebnistagebuches aus, um den Tag noch einmal in Erinnerung zu rufen. Da wird ein kleines Bild gemalt von der Sandburg, die gebaut wurde oder es wird das leckere Eis, das Bild vom gepflückten Blumenstrauß oder der Sturz vom Laufrad gemalt, die Eintrittkarte für den Zoo aufgeklebt... Dazu ein paar Zeilen zur Erklärung und schon gibt es eine bleibende Erinnerung an den Tag.

Es ist vielleicht nicht an jedem Abend zu schaffen das Erlebnistagebuch zu gestalten, aber gelegentlich ist das eine gute Möglichkeit Erlebtes gedanklich wie sprachlich zu verarbeiten. Die Erzählkompetenz Ihres Kindes zu stärken und (!) Sie haben am Ende für Ihr Kind ein hochaktuelles Bilderbuch (*siehe auch Newsletter Nr. 13*).

Bilderbuch anschauen

Am Abend geht es darum zur Ruhe zu kommen, den Lärm des Tages hinter sich zu lassen und gemütlich im Bett anzukommen. Was ist da schöner als sich schon mal unter die Bettdecke zu kuscheln oder im Bett zu sitzen und sich mit Mama oder Papa ein Buch anzusehen? Ob Ihr Kind sich dazu jeden Tag ein anderes Buch aussucht oder ob Sie jeden Tag dasselbe Buch anschauen, können Sie ausprobieren. Es gibt sehr schöne Bücher, die vom Schlafengehen handeln. Zum Beispiel: *„Nur noch kurz die Ohren kraulen?“„So müde und hellwach“*, *„Schlaf Schaf“*, *„So kuschlig ist es nur bei dir“*, *„Lama, Lama im Pyjama“*, *„Gute Nacht, Willi Wiberg“*….

Geschichte vorlesen

Wenn die Kinder schon älter sind, vielleicht im Vorschulalter, können sie auch einer längeren Geschichte mit wenig Bildern lauschen, möglicherweise kann dann auch schon ein einfaches Kinderbuch (zum Beispiel: *„Pippi Langstrumpf“*) vorgelesen werden, mit Fortsetzung am nächsten Tag.

Abendspruch aufsagen

Immer gleiche, sich reimende Sprüche eignen sich auch gut zur Abendroutine und richten die Aufmerksamkeit auf das gesprochene Wort. Hier drei Beispiele:

Der Tag geht nun zu Ende, er hat so viel gebracht.
Wir reichen uns die Hände und sagen „Gute Nacht“ .
Eia, popeia, mein Kindchen (oder Name des Kindes) schlaf ein,
eia, popeia, wirst müde sein.
Das Bettchen ist weich, und alles ist still,
weil mein Kindchen schlafen will.
Ich wünsche Dir eine gute Nacht und hoffe, dass ein Engel über Dir wacht!
Ich hoffe, er ist tüchtig.
Du bist mir nämlich wichtig! Gute Nacht.
Ich wünsche Dir eine gute Nacht, das Licht, das wird nun ausgemacht.
Träum was Schönes, schlafe fein, dann wird`s bald wieder morgen sein.

Es gibt auch geistliche Sprüche oder Gebete, die bekannt und beliebt sind:

Nun bin ich müde, der Tag war lang.
Für alles Schöne sag`ich Dank.
Noch eines lieber Gott, das bitte ich dich,
behüte Mama, Papa, ….., ……, …..,
und auch mich.

Müde bin ich geh`zur Ruh`,
schließe beide Augen zu.
Vater lass die Augen dein
über meinem Bettchen sein.

Gute-Nacht-Wunsch

Bevor das Licht ausgeht, wird allen eine gute Nacht gewünscht: Oma, Opa, Papa, Mama, dem Kuscheltier, der Nachbarin…

Fingerspiele oder Spielspruch

Fingerspiele eignen sich auch wunderbar als Ritual vor dem Einschlafen.

Mobile – „Schwebende Tiere“

Basteln Sie ein Mobile aus Tieren und hängen es im Kinderzimmer auf. Jeden Abend können Sie die Tiere bestaunen, eventuell eine kleine Geschichte erzählen, die Laute imitieren und den Tieren eine gute Nacht wünschen.

Schlaflieder

Musik und Singen können eine besonders beruhigende Wirkung haben. Die meisten Schlaflieder haben einen ruhigen, wiegenden Rhythmus und sind meist seit Generationen bekannt. Möglicherweise wurden Ihnen als Kind auch schon Schlaflieder vorgesungen, die Sie bis heute erinnern. Das Beruhigende ist nicht nur die ruhige Melodie, auch der bekannte Text, bei dem nicht auf jedes Wort geachtet werden muss, weil das Lied schon oft gehört wurde.
Wenn die Hörtechnik bereits ausgezogen ist, begleiten Sie die Lieder gerne mit Gebärden. *Weitere Ideen zu Schlafliedern finden Sie in der Rubrik: „Lied des Monats“*

Musik zum Einschlafen

Bekannte und immer gleiche Lieder sind beruhigend und wirken tatsächlich auf den Organismus (Puls-und Atemfrequenz) entspannend.

Spieluhr/ Hörbuch:

Eine Spieluhr kann visuell und akustisch verdeutlichen, wann es Zeit zu schlafen ist. Außerdem ist es meist ein sehr vertrauter Klang, den die Kinder schon als Säugling kennengelernt haben. Das schafft eine entspannte Stimmung.
Manche Kinder kommen erst zur Ruhe, wenn kein Erwachsener mehr im Raum ist. Gerade die älteren Kinder hören dann gern ein Hörspiel (mit Hörgeräten) und schlafen dann über die gleichmäßige Sprache der Geschichte ein (Achtung, nicht zu spannende Geschichten wählen!).
Mit einer „Digitalen Übertragungsanlage“ (*siehe Newsletter Nr. 17*) kann das Abspielgerät direkt an die Hörtechnik senden – das „laute Hören“ nervt dann keine Geschwisterkinder mehr.

Hörgeräte/CI‘s schlafen legen

Je nachdem, welche Gewohnheiten Ihr Kind hat, können Sie auch das Hörgerät mit einem Ritual, also einer immer gleich bleibenden Handlung ablegen. Möglicherweise in sein eigenes „Bett“ (*siehe „Bastelanregung“*). Vielleicht reicht ein einfaches *„Tschüss“* oder *„Gute Nacht“* für die *„Lauschis“*, *„Öhrlis“* oder wie Sie die Hörtechnik nennen.
In die Pflege und Reinigung des Hörgerätes können Sie Ihr Kind auch mit einbeziehen, vor allem, wenn es älter ist *(siehe Newsletter Nr. 3*). Je selbständiger die Kinder zu Schulbeginn mit ihren Geräten umgehen können, desto besser.
Mit Ablegen der Hörtechnik ändert sich die Wahrnehmungssituation Ihres Kindes. Die Geräte sind sein ständiger Begleiter und sollten auch entsprechend am Abend noch etwas Aufmerksamkeit bekommen. Sicher haben Sie mit Ihrem Kind schon dieses und jenes ausprobiert, wie dieser Übergang in die andere *„Hörwelt“* am besten funktioniert.
Manche Kinder schlafen auch am liebsten mit der Hörtechnik ein. Dann sollte sie nach dem Einschlafen herausgenommen werden.

Gebärden am Abend:

Wenn die Kinder akustisch nicht mehr erreichbar sind, können Gebärden Sicherheit geben. Eine kleine Sammlung nützlicher Gebärden für den Abend finden Sie in diesem Newsletter.

An dieser Stelle haben wir einen **Buchtipp** für Sie:
Ulrike Matoff (2009): Unser Tag: Eine Gebärdenfibel für Kinder (Deutsch) Taschenbuch
Einen Blick ins Buch gibt es hier: https://www.youtube.com/watch?v=CHhxLbxj1Vs
(Dieser Link führt zu einer Seite, die nicht vom LBZH veröffentlicht wurde!)

Tipp: Wenn Sie mit einer anderen Muttersprache als Deutsch aufgewachsen sind, kennen Sie möglicherweise noch einige Lieder oder Sprüche zum Einschlafen. Nutzen Sie diese besondere Situation vor dem Schlafengehen, Ihrem Kind die Muttersprache erlebbar zu machen. Probieren Sie aus, wie Ihr Kind darauf reagiert.

Lied des Monats: Schlaflieder zum Vorsingen und Anhören

Wenn es um Schlaflieder geht, fällt den meisten vermutlich das bekannte *„Schlaf, Kindlein, schlaf, der Vater hütet die Schaf…“* ein. Schlaflieder sind ruhige Lieder mit oft **wiederkehrenden Refrains** und **wiegendem, sanftem Rhythmus**, bei denen schon allein die Melodie beruhigende Wirkung hat.
Gerade diese Lieder werden oft seit Generationen gesungen und haben deshalb häufig altertümliche Texte. Welcher Vater hütet heute noch Schafe? Auch können nicht alle Familien mancher religiösen Zeile etwas abgewinnen. Trotzdem sind die alten Schlaflieder immer noch beliebt, sie sind uns vertraut aus eigener Kindheit und sie werden immer noch abends an manchem Kinderbett gesungen.

Das abendliche „Zu-Bett-Gehen-Ritual“ wird durch ein vorgesungenes Lied bereichert.
Bei diesen Liedern geht es nicht um Aktivierung Ihres Kindes, vielmehr soll es **zur Ruhe kommen**. Das Schlaflied ist zum **Zuhören** da, nicht zum Mitsingen. Gerade für Kinder mit einer Hörbeeinträchtigung sind solche Zuhör-Situationen wertvoll. Es ist ruhig, der Tagestrubel ebbt langsam ab und die Kinder können mit einer **sanften Melodie** und einem **vertrauten Text** in eine entspannte Atmosphäre tauchen.
Das tut Ihrem Kind und möglicherweise auch Ihnen gut, denn wissenschaftliche Untersuchungen haben nachgewiesen, dass Singen eine **positive Wirkung auf die Psyche** hat, und dass Singen das **Wohlbefinden** stärkt. Dabei ist es gar nicht wichtig, ob Sie alle Töne richtig singen und Ihre Stimme besonders gut ausgebildet ist. Ihr Kind erwartet kein Konzert und keine musikalischen Bestleistungen!
Allein Ihre liebevolle und ruhige Stimme wirkt sich **entspannend** auf Ihr Kind aus. Es fühlt sich **geborgen** und **sicher**, weil es ja Mamas oder Papas Stimme hört. Ob das mit oder ohne Hörhilfen geschieht, können Sie entscheiden. Oft ist es zur Schlafenszeit ganz ruhig in der Umgebung und die Eltern sind auch ganz nah am Kind, so dass manchmal sogar ohne Hörtechnik ein Schlaflied noch gut wahrgenommen werden kann. Das klappt oftmals auch noch, wenn das Licht schon aus ist. Am besten, Sie probieren es mit Ihrem Kind aus und fragen, wie es das *„Abendprogramm“* am liebsten hat.

Zwei neuere Kinderlieder werden Ihnen unter folgenden Links vorgesungen:
Schlaflied für Anne (den Namen können Sie durch den Namen Ihres Kindes ersetzen)
Fredrik Vahle - Schlaflied für Anne (Anne Kaffeekanne) - Bing video
(Dieser Link führt zu einer Seite, die nicht vom LBZH veröffentlicht wurde!)

La Le Lu
https://youtu.be/RU1wC80753k
https://youtu.be/isr0-Z5n8Bs
La Le Lu - Kinderlieder Texte und Noten (sternschnuppe-kinderlieder.de) (mit abgedrucktem Text)
(Dieser Link führt zu einer Seite, die nicht vom LBZH veröffentlicht wurde!)

Die Texte von 3 traditionellen und bekannten Kinderliedern sind untenstehend abgedruckt:

Schlaf, Kindlein, schlaf!

Schlaf, Kindchen, schlaf! Der Vater hüt´t die Schaf, die Mutter schüttelt´s Bäumelein, da fällt herab ein Träumelein. Schlaf, Kindlein, schlaf!
Schlaf, Kindlein, schlaf! Am Himmel zieh‘n die Schaf. Die Sterne sind die Lämmerlein, der Mond, der ist das Schäferlein. Schlaf, Kindlein, schlaf!
Schlaf, Kindlein, schlaf! So schenk ich dir ein Schaf, mit einer gold‘nen Schelle fein, das soll dein Spielgeselle sein. Schlaf, Kindlein, schlaf!

Wer hat die schönsten Schäfchen

Wer hat die schönsten Schäfchen, das ist der liebe Mond,
der hinter uns’ren Bäumen am Himmel oben wohnt.
Er kommt am späten Abend, wenn alles schlafen will,
hervor aus seinem Hause am Himmel leis' und still.
Dann weidet er die Schäfchen auf seiner blauen Flur;
denn all die weißen Sterne sind seine Schäfchen nur.
Sie tun sich nichts zuleide, hat ein das and‘re gern,
und Schwestern sind und Brüder da droben Stern an Stern.
Und soll ich dir eins bringen, so darfst du niemals schrei'n,
musst freundlich wie die Schäfchen und wie ihr Schäfer sein.
Melodie: Johann Friedrich Reichardt (1752-1814)
Text: August Heinrich Hoffmann von Fallersleben (1798-1874)

Kindlein mein

Kindlein mein, schlafe ein, weil die Sternlein kommen. Und der Mond kommt auch schon wieder angeschwommen. Eia Wieglein, Wieglein mein, schlaf doch, Kindlein, schlafe ein!
Kindlein mein, schlaf doch ein, denn die Nacht kommt nieder. Und der Wind summt dem Kind seine Wiegenlieder. Eia Wieglein, Wieglein mein, schlaf doch, Kindlein, schlafe ein.
Kindlein mein, schlaf doch ein, Vöglein fliegt vom Baume. Fliegt geschwind zu meinem Kind, singt ihm vor im Traume. Eia Wieglein, Wieglein mein, schlaf doch, Kindlein, schlafe ein.

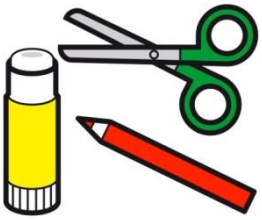
Weitere Texte von Schlafliedern finden Sie unter:
https://www.pampers.de/baby/schlaf/artikel/schlaflieder

Gesungene Schlaflieder finden Sie unter den folgenden Links:
Schlaflieder-Mix 1 - Die schönsten Schlaflieder | Schlaflieder zum Mitsingen | Sing Kinderlieder - Bing video Besser https://youtu.be/KpXxw4VQTds
(Diese Links führen zu Seiten, die nicht vom LBZH veröffentlicht wurden!)

Tipp: Gefällt Ihnen ein Teil des Textes gar nicht, scheuen Sie sich nicht den Text etwas umzudichten. Zum Beispiel: *„Schlaf, Kindchen, schlaf, du bist so lieb und brav, die Mutter/der Vater die/der ist nebenan, damit sie/er dich gut hören kann….“.* Oder anstatt: *„Schlafe mein Prinzchen schlaf ein“* kann: *„Schlafe, mein Kindchen, schlaf ein“* gesungen werden. Es können auch einzelne Strophen ausgelassen sein, wenn der Text allzu altertümlich ist. Es kommt nicht auf werkgetreue Wiedergabe an, sondern darauf, dass Sie und Ihr Kind sich mit dem was Sie tun wohlfühlen.

Viel Spaß beim Ausprobieren der Wirkung von Schlafliedern und danach eine hoffentlich gute Nachtruhe! Falls Sie noch Anregungen zu diesem Thema für uns haben, freuen wir uns über Ihre Tipps!!

Bastelanregung: „Schlafplatz“ für Hörtechnik



Jeden Abend wird die Hörtechnik abgelegt. Wie wäre es, wenn sie einen eigenen Schlafplatz bekommt? Einen Schlafplatz, der gemeinsam mit den Kindern gestaltet werden darf. Der Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt. Probieren Sie es doch einfach mal aus!

©Heitmüller

Das brauchst du:

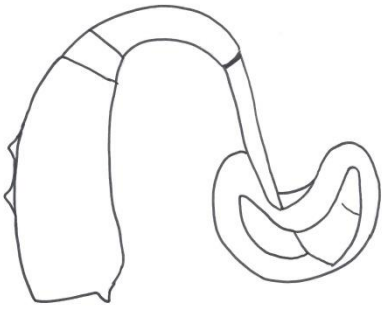
- Leere Dose (z.B. Frischkäsedose, Pralinenschachtel…)
- Dekoration
- Stifte
- Vorlage für die Hörtechnik

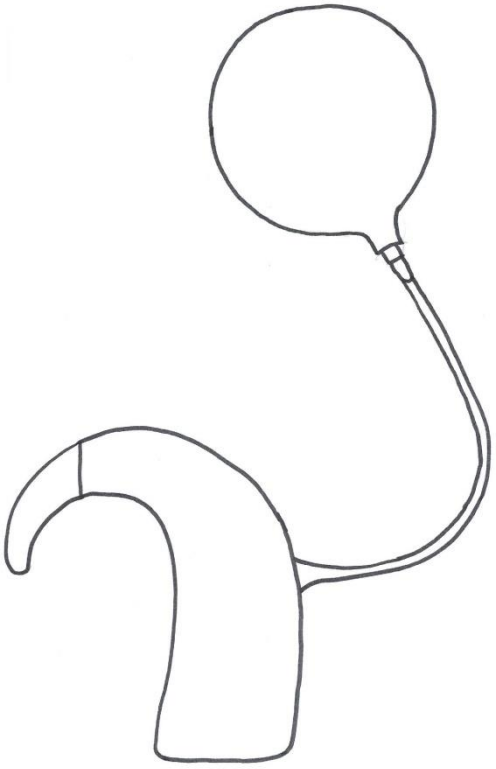
So geht’s:

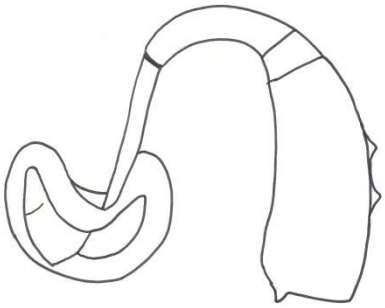
- Leere Dose kreativ gestalten
- Vorlage für Hörtechnik ausdrucken
- Bilder anmalen und in die Dose kleben
- Einen guten Schlafplatz für die Nacht festlegen

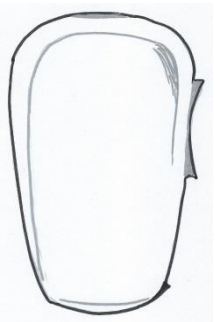
Meine Hörtechnik:

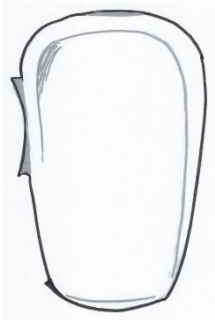
(Ausmalbilder)

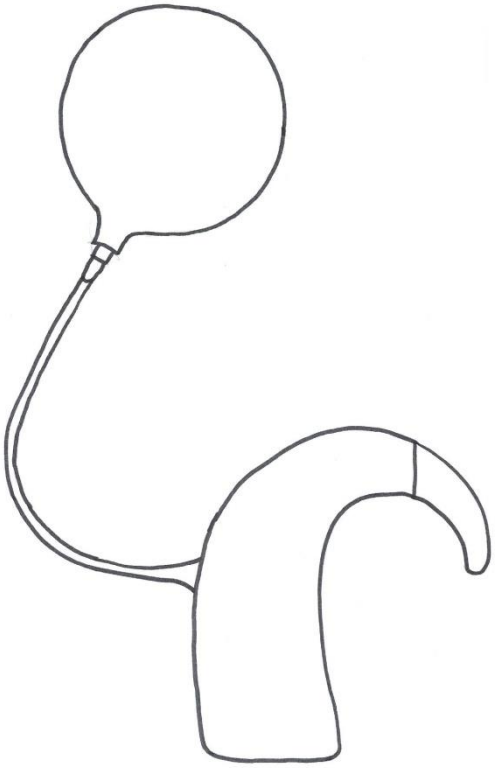


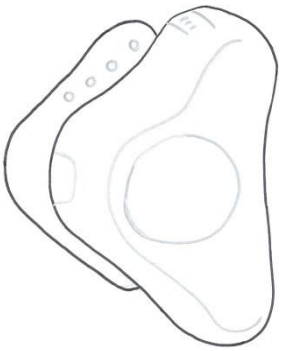


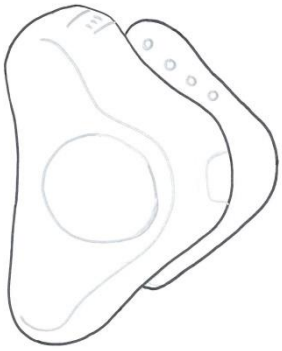












©Heitmüller

Gebärden des Monats: Einschlafen

müde

müde

schlafen

schlafen

Bett

Bett

stillen

stillen

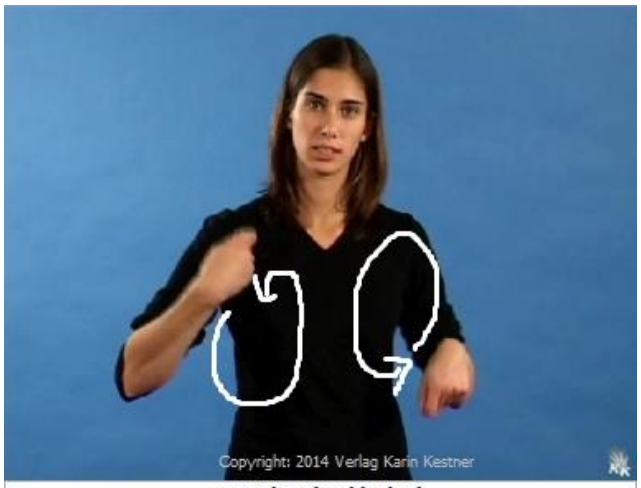
Schnuller

Schnuller

Teddy

Teddy

umziehen



umziehen (umkleiden)

zudecken

zudecken (Bett)

kuscheln

kuscheln

Kuss

küssen

Nacht

Nacht

träumen

träumen

Quelle: *Gebärdenbilder erstellt vom Gebärden-Arbeitskreis der LVR-Max-Ernst-Schule, Euskirchen, aus: „Das große Wörterbuch der Deutschen Gebärdensprache“, Verlag Karin Kestner, Schauenburg.*

Tipp: Sie erkennen auf dem Foto nicht, wie die Gebärde ausgeführt wird? Nutzen Sie das kostenlose Wörterbuch im Internet, dort sind die Gebärden als Videos zu finden!

https://www.spreadthesign.com/de.de/search/

Weitere Informationen: Einseitige Schwerhörigkeit und ihre speziellen Herausforderungen - oder: *„Eigentlich verhält sich mein Kind doch ganz unauffällig!“*

Das Neugeborenenhörscreening gibt es flächendeckend seit 2009. Vorher wurden Kinder mit einer einseitigen Schwerhörigkeit oft erst als Jugendliche diagnostiziert. Für die betroffenen Kinder war ein Leben mit nur einem gesunden Ohr ganz normal, sodass es auch gar nicht thematisiert werden musste. Im Nachhinein ließen sich oft auffällige Verhaltensweisen, wie das gute Ohr zum Sprecher drehen, Konzentrationsprobleme, Missverständnisse, totale Erschöpfung nach dem Unterricht… erklären!

Was ist anders, wenn ich nur mit einem Ohr gut hören kann?

- „Binaurale Summation“: Mit einem Ohr hört man leiser als mit zwei Ohren: Unser Gehirn addiert die Höreindrücke der zwei Ohren und das Gehörte scheint lauter zu sein. In der Folge kann ich auch mit einem Ohr in ruhiger Umgebung gut hören, es ist aber deutlich mehr Konzentration erforderlich!

- „Kopfschatteneffekt“: Ich muss mich mit meinem guten Ohr in Richtung des Sprechers setzten, weil das Sprachangebot auf der anderen Seite viel zu leise zu hören wäre. In einer größeren Gruppe ist das nicht möglich: Ich muss den Kopf immer entsprechend drehen! Das kann zu Haltungsschäden führen und ich bekomme nicht immer alles mit!

- „Kein Richtungshören“: Wenn ich die Augen schließe, kann ich nicht sagen, wo die Geräuschquelle ist! Unser Gehirn kann die geringen Zeit- und Lautstärke-Differenzen, die entstehen, wenn der Schall von einem zum anderen Ohr gelangt, wahrnehmen. Auf diese Weise kann ein beidseitig guter Hörer auf 2 Grad genau die Richtung der Geräuschquelle ausmachen. Mit nur einem gesunden Ohr ist das nicht möglich. Hier muss über die Augen kompensiert werden. Dies macht eine erhöhte Konzentration notwendig! Besonders im Straßenverkehr ist dies zu berücksichtigen.

- „Cocktail-Effekt“: Im Alltag sind wir fortwährend störenden Geräuschen ausgesetzt! Wind, Blätterrauschen, Schritt-Geräusche, Geklapper, Radio, Fahrgeräusche im Auto und andere alltägliche Geräusche blendet unser Gehirn als „unwichtigen Höreindruck“ aus. Diese Filter-Funktion funktioniert auf der Basis des Richtungshörens. Für Menschen mit einer einseitigen Schwerhörigkeit ist dies nicht möglich: Die verschiedenen Umgebungsgeräusche sind gleichermaßen laut. Sie müssen sich aktiv auf das gewünschte Sprachangebot konzentrieren und eventuell visuelle Hilfen nutzen (Mundbild), um einem Gespräch folgen zu können. Das ist sehr anstrengend und ermüdend!

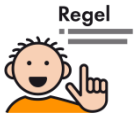
→ Das Hören mit nur einem Ohr macht im Alltag ein hohes Maß an Konzentration erforderlich! Die Folge ist ein schnelleres Ermüden. Es kann auch vermehrt zu Missverständnissen kommen. Manche Menschen reagieren mit Frustration oder Rückzug auf diese Lebenserschwernis.

Hilfe: Hörgeräte und Co.

Der frühe Einsatz einer Hörtechnik (schon in den ersten Lebensjahren) ermöglicht das Erlernen des Richtungshörens und erleichtert auf diese Weise auch das Hören in alltäglichen, störgeräuschbelasteten Situationen. Für den Kindergarten und die Schule kann auch der Einsatz einer digitalen Übertragungsanlage sinnvoll sein.

Was kann für bessere Hörbedingungen getan werden?

- Störgeräusche reduzieren (ggf. Fenster schließen, Musik/Radio gezielt einschalten und nicht dauerhaft angeschaltet lassen)
- Visuelle Kompensation ermöglichen:
  - Licht anschalten
  - Bilder oder Gegenstände, die visuell verdeutlichen, was erzählt wird, helfen beim Verfolgen von Gesprächen
  - Gesprächsregeln:



- Nacheinander sprechen
- Kinder mit Namen ansprechen, damit das Kind mit Hörbeeinträchtigung von Anfang an beim Zuhören auch das sprechende Kind ansehen kann

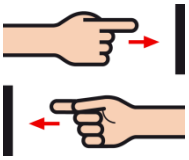
- Sprecher / Erzieherin sollte sich auf der Seite des hörenden Ohres befinden
- Reduzierung der Gruppengröße/Kleingruppen bilden und Nebenräume nutzen
- Raumakustische Maßnahmen:
  - Verwendung von weichen, schallschluckenden Materialien (z. B. Teppichböden, Vorhänge)
  - Akustikdecken

Wichtig: Schutz des hörenden Ohres

Menschen, die nur auf einem Ohr hören, sollten mehr noch als normal Hörende darauf achten ihr Gehör zu schützen. Sie sollten laute Geräusche (z. B. Spielzeugtröten, Silvesterknaller) oder laute Musik über längere Zeiträume vermeiden.

Bei Kleinkindern muss außerdem berücksichtigt werden, dass sie bei Schnupfen und Erkältungen häufiger einen Paukenerguss im Mittelohr haben und dadurch vorübergehend schlechter hören können. Normal hörende Kinder können dies unter Umständen kompensieren, bei einseitig tauben Kindern hat es aber deutliche Auswirkungen auf das Sprachverstehen, wenn sie auch auf dem anderen Ohr schlechter hören.

Wie funktioniert das Richtungshören?



Menschen mit zwei gesunden Ohren können problemlos feststellen, aus welcher Richtung ein Geräusch kommt oder wo sich ein Sprecher befindet. Diese Schalllokalisation ist ein komplexer Vorgang, bei dem Laufzeit- und Pegeldifferenzen zwischen beiden Ohren ausgewertet werden.

Laufzeitdifferenz

Schall (Geräusche, Sprache), der von rechts kommt, erreicht das rechte Ohr eher als das linke. Dieser Zeitunterschied, der natürlich im Millisekundenbereich liegt, wird auditiv wahrgenommen.

Insbesondere im Bereich der tiefen Tönen (Frequenzen) unterhalb von ca. 800 Hz (Herz) werden diese Laufzeitunterschiede ausgewertet (Phasenlaufzeiten). Diese Informationen werden im Gehirn verarbeitet und für die Schalllokalisation genutzt.

Bei hohen Frequenzen über 1600 Hz sind die Abmessungen des Kopfes größer als die Wellenlänge des Schalls. In diesen Frequenzbereichen kann das Gehör aufgrund der Laufzeitdifferenzen die Richtung nicht mehr eindeutig bestimmen.

Pegeldifferenzen

Schall von rechts ist am rechten Ohr lauter als am linken, da der Kopf das Signal am linken Ohr abschattet. Vor allem im Bereich der hohen Frequenzen oberhalb von ca. 1600 Hz werden diese Lautstärkeunterschiede zwischen dem linken und rechten Ohr immer größer und vom Gehör ausgewertet.

In geschlossenen Räumen wirkt nicht nur der Schall aus der Richtung der Schallquelle auf das Gehör ein, sondern auch von den Wänden reflektierter Schall. Zur Richtungsbestimmung wird aber nur der zuerst eintreffende Direktschall, nicht aber der später eintreffende reflektierte Schall vom Gehör ausgewertet. Hierzu wertet das Gehör starke zeitliche Änderungen der Lautstärke in verschiedenen Frequenzgruppen aus. Dieser kurze Zeitraum wird vom Gehör zur Richtungsbestimmung genutzt. Dadurch ist auch in geschlossenen Räumen eine korrekte Richtungsbestimmung der Schallquelle möglich.

Sprachverstehen bei Nebengeräuschen

Menschen mit normalem Hörvermögen sind in der Lage Sprache auch bei Nebengeräuschen zu verstehen. Dazu ist es erforderlich die Schallquelle (Sprecher) zu lokalisieren. Um Sprache aus Umgebungsgeräuschen herausfiltern zu können, muss unser Gehör also die oben beschriebene Fähigkeit zweier gesunder Ohren des Richtungshörens besitzen. Nur so können wir selektiv Hören, uns also beispielsweise auf einen Sprecher konzentrieren während gleichzeitig andere Sprecher dazwischenreden oder im Hintergrund Musik läuft.

Durch diese auch als Cocktail-Party-Effekt bezeichnete Fähigkeit werden Geräusche aus anderen Richtungen, die die Wahrnehmung der gewünschten Schallquelle (Sprecher) stören, stark abgeschwächt wahrgenommen. Die Signalverarbeitung des Gehörs erzielt hierbei Verbesserungen des Störabstands von etwa zu 9 bis 15 dB. Störgeräusche aus anderen Richtungen werden hierdurch nur noch halb bis ein Drittel so laut wahrgenommen, wie sie in Wirklichkeit sind.

Fazit:

Das Lokalisieren einer Schallquelle und das Verstehen von Sprache bei Umgebungsgeräuschen sind hochkomplexe Vorgänge. Unser Gehirn wertet dabei kleinste Unterschiede zwischen dem linken und rechten Ohr hinsichtlich Lautstärke, Zeit und Frequenz aus. Somit ist verständlich, dass diese Fähigkeiten nur erworben werden können, wenn man auf beiden Seiten gut hört.

Inwieweit Menschen mit einer Hörbeeinträchtigung lernen können Sprache bei Nebengeräuschen zu verstehen oder die Richtung einer Schallquelle zu bestimmen, hängt von der Art der Hörbeeinträchtigung und der hörtechnischen Versorgung ab. In jedem Fall aber sind diese Fähigkeiten bis zu einem gewissen Grade eingeschränkt.

Und nächsten Monat geht es weiter!

Quelle der Bilder: METACOM Symbole © Annette Kitzinger