

Lebensqualität ist dazugeHÖREN



Die Enkel sind zu Besuch und freuen sich, endlich wieder bei ihrer Oma zu sein. Auch diese ist erfreut, bringt Kuchen, Plätzchen und Kakao. Alle sitzen zusammen und sind in das Gespräch vertieft.

Doch ziemlich bald verabschiedet sich die ältere Frau aus der Runde. Sie muss noch einiges aufräumen, sagt sie. Zurück in ihren Räumen nimmt sie eine Zeitschrift, rätselt und schaltet nebenher den Fernseher ein.

Irgendwann kommt die Enkelin herein. „Oma, dein Fernseher ist so laut!“, ruft sie. „Wie bitte?“, fragt ihre Oma zurück. „Dein Fernseher ist so laut!“, wiederholt das Mädchen. „Ach, das wirkt nur so. Die Lautsprecher sind falsch angebracht.“

Etwas später kommt der Enkelsohn herein. Er möchte seine Oma zu einem Spaziergang auffordern. Doch sie reagiert zunächst nicht. Erst, als der Junge mehrfach seine Aufforderung wiederholt und immer lauter wird, fühlt sich seine Oma angesprochen. Über die letzten Monate ist das immer schlimmer geworden, stellt die Familie fest. Der Fernseher wird immer lauter, die Oma reagiert immer seltener auf Ansprachen und fragt immer häufiger nach.

Veränderung beginnt im Kopf

Es muss sich etwas ändern. Die Tochter geht deshalb zur Oma und spricht sie vorsichtig auf das Thema an. Doch die ältere Frau ist verärgert. Hörgeräte? Nein, das braucht sie nicht. Außerdem sollen sie nicht helfen, nur Lärm erzeugen und früher oder später würde sie die wieder weglegen. So haben es ihr ihre Freundinnen und Bekannten schon erzählt. Den Stress möchte sie sich nicht machen.

Ihre Tochter versucht es weiter. So, wie es jetzt ist, kann es ja auch nicht weitergehen. Außerdem hat sie einen Artikel gelesen, in der es um eine Gehörtherapie ging. Demnach soll durch spezielle Übungen schon nach zwei Wochen wieder gutes Hören möglich sein. Erst

dann würden die passenden Hörgeräte ausgewählt werden. Nach einem längeren Gespräch einigen sie sich deshalb, einmal zum Hörakustiker zu gehen.



Dort werden sie freundlich empfangen, weshalb sich beide sofort wohl und sicher fühlen. Sie erklären die aktuelle Situation und die Befürchtung, die Hörgeräte als Last zu empfinden. Der Mitarbeiter versteht die Ängste und Sorgen. Um diese zu mindern, nimmt er sich viel Zeit für ein ausgiebiges Gespräch.

Vom Schall zum Gehörten

Dabei erklärt er den Frauen, wie Hören genau funktioniert. Die Geräusche aus der Umgebung werden im Ohr aufgenommen und weitergeleitet. Erst im Gehirn findet

ein Filtern aller Töne statt, sodass nur das Wichtige wirklich gehört wird. Dadurch wird es möglich, Gesprächen zu folgen, ohne von Nebengeräuschen abgelenkt zu werden oder das Meer an Impulsen als Lärm zu empfinden.

Tritt eine Hörminderung auf, gelangen nicht mehr alle Geräusche zum Hörfilter. Aus diesem Grund baut dieser ab. Er verliert an Leistungsfähigkeit und damit nach und nach seine Filterfunktion.

Werden nun Hörgeräte genutzt, werden die eintreffenden Töne verstärkt und so wieder bis zum Hörfilter gebracht. Dieser kann jedoch mit der großen Flut an Impulsen nicht mehr umgehen. Ungefiltert kommen diese somit bis in das Gehirn, was zu einem Lärmempfinden führt. In Folge dessen werden häufig die Hörgeräte wieder abgelegt.

Hören trainieren – Lebensqualität gewinnen

Um das zu vermeiden, wurde die terzo® Gehörtherapie entwickelt. Sie trainiert den Hörfilter, sodass bereits nach wenigen Tagen wieder wesentlich besser die wichtigen Töne von den für die jeweilige Situation unwichtigen Geräuschen getrennt und herausgehört werden.

Kinder und Enkel können diesen Effekt schon nach sehr kurzer Zeit feststellen. Sie müssen nicht mehr so laut reden, die Oma reagiert viel schneller und auch der Fernseher ist nicht mehr so laut. Motiviert von dieser positiven Rückmeldung ihrer Familie, absolviert die Frau das Training bis zum Schluss. Hat sie gerade am Anfang noch wenig Besserung festgestellt, weil die Übungen für sie sehr anstrengend waren, ist sie nun nach Abschluss des Trainings begeistert. Sie kann wieder gut hören, fühlt sich wieder wohl in der Gesellschaft, bleibt fit und ist mit Freude bis zum Schluss dabei.

Hörfilter

Unser Gehirn besitzt die Fähigkeit, Informationen zu sortieren und zu filtern. Die dafür zuständige Gehirnregion ist der Thalamus. Er ist die Sammelstelle für alle Sinneseindrücke (außer dem Geruchsinn) und wird auch als „das Tor zum Bewusstsein“ bezeichnet, da hier Informationen verteilt und gefiltert werden. Auch Hörinformationen werden gefiltert. Nicht alles, was die Ohren weiterleiten, kommt auch zu 100% in der bewussten Hörverarbeitung an. Tatsächlich werden 70% der Hörinformationen ausgefiltert und nur 30 % erreichen die bewusste Hörverarbeitung. (Haerkötter, 2001, S. 9) In der Fachliteratur werden Hörfilter als Funktionssysteme beschrieben, die gewohnte oder nicht notwendige Töne unterdrücken und ablenken, bevor sie in die Wahrnehmung kommen können. (Hesse & Schaaf, 2012) Das ermöglicht uns das selektive Hören, was besonders wichtig ist, wenn wir uns in geräuschvollen Umgebungen befinden. Mit einem intakten Hörfilter können problemlos Unterhaltungen geführt werden, auch wenn es rundherum sehr belebt zugeht. Und diese Funktion schützt auch vor zu viel akustischem Input und somit vor einer Reizüberflutung.

Liegt eine Hörminderung vor, geht diese Fähigkeit verloren. Der Filter arbeitet nicht mehr richtig und Betroffene haben primär Probleme mit dem Verstehen in geräuschvoller Umgebung.

Bibliography

Haerkötter, C. (2001). *Kognitive Verhaltenstherapie bei chronischem Tinnitus: Evaluation neuer Ansätze. Eine Studie zu potentiellen Therapieeffekten verbesserter Edukation und apparativer Versorgung mit therapeutischen Rauschgeneratoren*. Dissertation zur Erlangung des akademischen Grades Doktor der Sozialwissenschaften in der Fakultät für Sozial- und Verhaltenswissenschaften, Eberhard-Karls-Universität, Tübingen.

Hesse, G., & Schaaf, H. (2012). *Manual der Hörtherapie* (Bd. 1). Stuttgart: Georg Thieme-Verlag KG.



Über terzo:

„Übung macht den Meister“ – nach dieser Devise lässt sich nicht nur ein Instrument erlernen, sondern auch das Gehör trainieren. Die systematische terzo®Gehörtherapie bietet die Möglichkeit, die Hörfähigkeit Betroffener durch die Kombination aus Gehörtraining und Hörgeräten zu optimieren. Erstmals angewandt im Jahr 2006, haben mittlerweile über 30.000 Menschen die terzo®Gehörtherapie genutzt. Sie können sich in einem der deutschlandweit vertretenen terzo-Zentren beraten und für ihre Behandlung aus einem Angebot herstellerüber-greifender Hörgeräte aller Leistungsklassen wählen.

Ansprechpartner:

terzo-Institut
Sandra Sieboldt
Bernhardstr. 19
96515 Sonneberg
marketing@terzo-institut.de

Visuell Selling GbR
Miriam Hamel
Andreasstr. 7
99084 Erfurt
office@visualselling.de