

*Zum Umgang mit Phasen des Überganges vom Kindes- zum Jugend- und Erwachsenenalter*

# Leben ist Veränderung

*Dr. Ena Nielsen · Ida Institute*

*In unserem Leben begegnen wir immer wieder neuen Situationen, auf die wir uns einstellen müssen. Vor allem beim Übergang vom Kindes- zum Jugend- und Erwachsenenalter tun wir uns damit schwer. Für hörgeschädigte Menschen stellen diese Phasen eine besondere Herausforderung dar. Das Tool Transitions Management des Ida Institutes kann ihnen dabei helfen, diesen Wandel zu meistern.*

**D**as Leben steckt voller Wahl- und Wachstumsmöglichkeiten. Als Menschen verfügen wir über eine außerordentliche Fähigkeit zu wachsen, uns weiterzuentwickeln und uns neuen Umständen anzupassen. Wir können Fähigkeiten entwickeln und Kenntnisse erwerben, die es uns ermöglichen, uns voller Zuversicht und Selbstvertrauen Veränderungen und neuen Chancen zu stellen – in der festen Überzeugung, dass wir diese erfolgreich meistern werden.

Zwar können wir uns nicht auf jede denkbare Situation vorbereiten, vor der wir im Leben stehen werden. Wenn wir jedoch keine Angst haben und Situationen vorhersehen und entsprechend planen können, fällt es uns leichter, mit Veränderungen umzugehen. Immer wenn wir uns auf eine neue Situation einstellen und das Gefühl haben, dass wir mit ihr umgehen können, haben wir eine Veränderung durchgemacht und einen Übergang gemeistert.



Foto: wundervisuals/Stockphoto

*„Erinnerung an eine unbeschwerte Jugend“ – so könnte der Titel dieses Bildes lauten. Aber sorgenlos und unbekümmert ist das Heranwachsen nicht immer. Jugendliche haben häufig Probleme, ihren Weg und ihre Identität zu finden. Für hörbeeinträchtigte Teenager gilt das besonders.*

## Kinder und Veränderung

Die vielen Übergänge im Laufe der Kindheit – die ersten Schritte, die ersten Worte und der erste Schultag – ebnen den Weg des Heranwachsenden zum Erwachsensein

und zu einem glücklichen und produktiven Leben. Für Kinder, die an einem Hörverlust leiden, und ihre Familien werden die normalen Anpassungsprozesse, die Kinder durchlaufen, häufig durch zusätzliche Herausforderungen im Hinblick auf die Bewältigung der Kommunikation und den Umgang mit der notwendigen Technologie zusätzlich erschwert.

Es ist inzwischen allgemein anerkannt, dass Kinder mit einem Hörverlust empfindlicher auf Veränderungen reagieren und es ihnen schwerer fällt, sich auf neue Situationen einzustellen, als Kindern mit gesundem Gehör. Die Gründe hierfür sind vielfältig. Bei Kleinkindern vermindert ein Hörverlust das Verstehen, die Ausdrucksmöglichkeiten und das Lernvermögen. Er kann sich darüber hinaus auch auf den Bindungsprozess und die soziale Interaktion des Kindes auswirken.

Bei einem Kind mit Hörverlust kann der Übergang von zu Hause in die Schule, vor allem im Hinblick auf sprachbezogene Inhalte, eine ganz besondere Herausforderung darstellen. Die Teilnahme am Unterricht erfordert für gewöhnlich die verbale Interaktion mit Mitschülern und Lehrern. Verständnisprobleme und Schwierigkeiten, dem Gespräch in der Klasse zu folgen oder sich an der Diskussion mit den Klassenkameraden zu beteiligen, können die schulischen Leistungen vermindern und damit den Bildungserfolg verzögern und führen zu sozialer Isolation und mangelnden sozialen Fähigkeiten. Dies alles kann dazu führen, dass das Selbstwertgefühl eines hörgeschädigten Kindes sinkt und seine späteren beruflichen Auswahlmöglichkeiten eingeschränkt sind.

Früher mussten Kinder mit einem Hörverlust häufig spezielle Schulen oder Klassen besuchen, in denen vor allem mithilfe der Gebärdensprache kommuniziert wurde. Schüler in einem solchen Lernumfeld erzielten oft schlechtere Ergebnisse im Hinblick auf ihr Sprach- und Sprechvermögen als Gleichaltrige mit gesundem Gehör. Dies wiederum führte dazu, dass die Wahrscheinlichkeit für eine vollständige Integration in Regelschulen und soziale Situationen sank.

Heute sorgen Frühinterventionsprogramme dafür, dass ein Hörverlust bereits im Rahmen des Neugeborenen-

Hörscreenings (NHS) festgestellt wird. Säuglinge und Kleinkinder erhalten früher Zugang zu hochentwickelten Technologien, darunter auch zu Cochlea-Implantaten (CI). Doch obgleich so viele Kinder mit einem Hörverlust die Regelschule besuchen und am normalen Unterricht teilnehmen können, können sie ohne angemessene Hilfe und Unterstützung auf Probleme stoßen. Es kann eine große Herausforderung für sie darstellen, in vollem Umfang an sozialen Interaktionen mit den Klassenkameraden teilzunehmen. Dies kann wiederum dazu führen, dass sie sich zurückziehen, um nicht aufzufallen.

## Die Selbstbestimmungstheorie

Einer der wichtigsten Faktoren für die erfolgreiche Bewältigung von Übergängen im Kindesalter ist die Selbstbestimmtheit – die Fähigkeit und Möglichkeit, seinem Leben eine Richtung zu geben, die zur persönlichen Zufriedenheit führt. Selbstbestimmtheit steht in einem Zusammenhang mit einer Reihe von Vorteilen. Kinder, die über ein gesundes Selbstbewusstsein und einen sicheren Selbstbezug verfügen und an ihre Fähigkeiten glauben, erzielen bessere schulische Erfolge und erreichen eine höhere Qualifikation. Es ist wahrscheinlicher, dass diese Kinder Übergänge und ihre Bildungsplanung aktiv mitgestalten. Sie sind in der Regel stärker eingebunden und berichten über eine höhere Lebensqualität und positive Erfahrungen im jungen Erwachsenenalter.



*Selbstbestimmung ist ein psychologisches Grundbedürfnis.*

Foto: fotodofotolia.com

Die drei wichtigsten psychologischen Grundbedürfnisse der Selbstbestimmung sind soziale Eingebundenheit, Kompetenz und Autonomie. Ausgangspunkt ist die soziale Eingebundenheit, der Wunsch oder das Bedürfnis nach positiven, verständnisvollen zwischenmenschlichen Beziehungen, die die Motivation und das persönliche Wachstum fördern. Kompetenz sowie der Wunsch, Leistungen zu erbringen und etwas zu schaffen, erwirbt man sich durch einen Prozess der aktiven Beteiligung. Dieser ermöglicht es Kindern, etwas über sich selbst und ihre Umwelt zu erfahren und gibt ihnen somit ein Gefühl der Kontrolle und des Erfolges. Autonomie bezieht sich auf das Gefühl der Unabhängigkeit, das Gefühl, eine Wahl zu haben. Diese Fülle an Wahlmöglichkeiten ist wesentlich für die Selbstbestimmung. Wird ein Kind von einer Familie und einem sozialen Umfeld unterstützt, die keinen

Zwang ausüben, korreliert die Fülle an Wahlmöglichkeiten mit einem höheren Wohlbefinden sowie einer besseren schulischen Arbeitsweise. Ohne diese Unterstützung besteht die Gefahr einer verminderten sozialen Entwicklung und Identitätsbildung.

Die sieben Kompetenzen der Selbstbestimmung:

- Eine Wahl treffen: Wähle deine Präferenz, wenn dir zwei oder mehr Optionen zur Auswahl stehen!
- Entscheidungen treffen: Erwäge mögliche Lösungen und wähle diejenige aus, die am besten deinen eigenen Bedürfnissen entspricht! Berücksichtige dabei auch, wie sich deine Entscheidung auf andere auswirkt!
- Probleme lösen: Finde eine Lösung, wenn du vor einer schwierigen Situation stehst!
- Ziele setzen und erreichen: Lege ein Ziel fest und entwickle einen Plan, wie du es erreichen kannst!
- Selbstvertretung und Selbstführung: Kenne deine Rechte, trete für diese ein und fordere sie mit Nachdruck ein!
- Selbstmanagement und Selbstregulierung: Werte deine Handlungen aus und treibe so deinen eigenen Lernprozess voran!
- Selbstwahrnehmung und Selbsterkenntnis: Erkenne deine Stärken, Grenzen und Fähigkeiten und nutze dieses Wissen, um Erfolge zu erleben!

## Selbstbestimmung fördern

Um Hörakustiker, Familien und Patienten bei der erfolgreichen Bewältigung der Übergänge im Kindes- und Jugendalter zu unterstützen, hat das Ida Institute das Projekt Transitions Management ins Leben gerufen. Die Mitarbeiter des Ida Institutes haben eine Gruppe von Experten für Pädiatrie versammelt, die gemeinsam die wichtigsten Übergangsphasen zu verschiedenen Zeiten im Leben von Kindern und Jugendlichen (im Alter von null bis 18 Jahren und älter) untersucht. Ziel war es, herauszufinden, wie Kinder mit einem Hörverlust und ihre Familien dabei unterstützt werden können, diese Phasen der Veränderung reibungslos zu meistern.

Das Ergebnis der Zusammenarbeit ist das Projekt Transitions Management. Dieses Online-Framework bietet klinische Support-Tools für Hörakustiker, für Kinder und junge Erwachsene, die unter einem Hörverlust leiden, sowie für ihre Familien, die diese Menschen dabei unterstützen sollen, das notwendige Wissen und die Fähigkeiten zu erwerben, um Phasen des Überganges erfolgreich zu bewältigen.

Junge Menschen, Eltern und Hörakustiker werden dazu ermutigt, die Herausforderungen jeder neuen Entwicklungsphase, die für sie persönlich relevant sind, zu reflektieren und herauszufinden, welche Auswahlmöglichkeiten und Optionen ihnen zur Verfügung stehen. Darüber

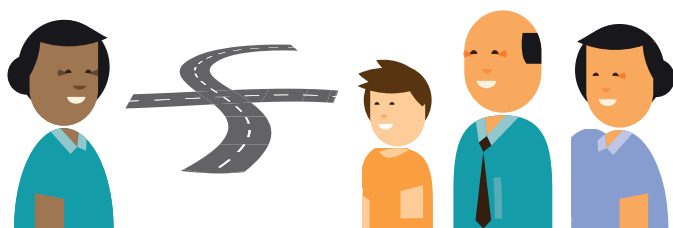
hinaus sollen sie überlegen, welche Möglichkeiten es gibt, neue Kompetenzen zu erwerben. Kinder und junge Menschen mit Hörverlust können die Palette der interaktiven Online-Ressourcen allein oder zusammen mit ihren Eltern nutzen, um sich auf den nächsten Übergang vorzubereiten.

Transitions Management verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, der sich neben der Technologie vor allem auf eine gesunde Entwicklung und das Wohlbefinden des ganzen Kindes konzentriert. Ist das Kind in der Lage, Gefühle wie Ärger, Traurigkeit, Angst, Liebe und Glück zu empfinden und sie seinen Mitmenschen mitzuteilen? Ist es bindungsfähig und kann positive Beziehungen aufbauen? Ist es in der Lage, eine gesunde Lebensweise zu pflegen und sich an Alltagsaktivitäten zu erfreuen? Das Online-Framework stellt Tools zur Verfügung, die die Entwicklung eines positiven Selbstbildes und psychosozialer Fähigkeiten – von einer effektiven Kommunikation zwischen kleinen Kindern und ihren Bezugspersonen bis hin zur Fähigkeit der Selbstvertretung bei Jugendlichen und Heranwachsenden – fördern.

## Übergänge auf jeder Entwicklungsstufe

Wenn Kinder heranwachsen, lassen sich bestimmte Entwicklungsschritte und -phasen identifizieren, die alle Kinder in ihrer Entwicklung auf dem Weg zum Erwachsenwerden durchlaufen. Um die Herausforderungen zu meistern, die jede neue Entwicklungsstufe mit sich bringt, müssen die Kinder in der Lage sein, Kompetenzen, Vertrauen und die Fähigkeit, sich auf etwas einzulassen, zu entwickeln. Um glücklich und erfolgreich zu sein, müssen sie außerdem in der Lage sein, ihrem Leben eine Richtung zu geben, die sie persönlich als befriedigend empfinden. Während dieser Phasen des Überganges stellen Eltern und andere Bezugspersonen eine wichtige Quelle der Unterstützung dar und können dem Kind, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen dabei helfen, sich Lernziele zu setzen, die ihm helfen, sicher durch die jeweilige Entwicklungsphase zu navigieren.

Das Tool Transitions Management wurde dafür entwickelt, junge Menschen, Eltern und Hörakustiker bei der Bewältigung von Übergangsphasen zu unterstützen, die für sie persönlich relevant sind. Es soll ihnen helfen, herauszufinden, welche Auswahlmöglichkeiten und Op-



Das Ida-Transitions-Management-Tool hilft Hörakustikern, Kindern und Jugendlichen sowie ihren Familien, wichtige Phasen des Überganges erfolgreich zu bewältigen.

Foto: Ida Institute

tionen ihnen zur Verfügung stehen, und zu untersuchen, welche Möglichkeiten es gibt, neue Kompetenzen zu erwerben.

Das Tool bietet einen Einblick und praktischen Rat für verschiedene Entwicklungsstufen beziehungsweise Altersgruppen: Kinder im Alter von drei bis sechs und sechs bis neun Jahren, Teens im Alter von neun bis zwölf Jahren, Jugendliche im Alter von 13 bis 18 Jahren und junge Erwachsene ab 18 Jahren.

Videointerviews unterstützen die Beschreibung und erleichtern das Verständnis der Welt von Kindern und Jugendlichen mit Hörverlust. In den Videos erzählen Kinder und ihre Familien ihre persönliche Geschichte und berichten darüber, wie es ist, mit einem Hörverlust aufzuwachsen, vor welchen besonderen Herausforderungen sie in welchem Alter standen und wie sie diese Herausforderungen gemeistert haben.

Eine Reihe von Fragen zur Selbsteinschätzung ermutigt die Kinder (und die Eltern ganz junger Kinder) darüber nachzudenken, wie gut es ihnen gelingt, die Übergangsphasen jeder Entwicklungsstufe zu bewältigen. Zu reflektieren, wo sie momentan stehen und was sie erreichen möchten, hilft Kindern mit Hörverlust, sich darüber Gedanken zu machen, welche kurz- und langfristigen Ziele sie haben. Zudem hilft es ihnen dabei, die Schritte zu planen, die auf dem Weg dorthin notwendig sind. Dies kann ihnen helfen, ein Gefühl der Unabhängigkeit sowie ein Selbstwertgefühl zu entwickeln, das ihnen Halt und Kraft gibt, wenn sie lernen, wichtige Entscheidungen im Leben zu treffen und einen eigenen Lebensentwurf zu entwickeln.

## Kompetenzen entwickeln

Viele Familien geben an, dass sie den Wunsch haben, ihre Kinder dabei zu unterstützen, die Fähigkeit zu entwickeln, ihrem Leben selbst eine Richtung zu geben, die sie als sinnstiftend und befriedigend empfinden. Wie immer, wenn es um Wachstum geht, ist es auch für das Erreichen dieses Zieles erforderlich, Kompetenzen auszubilden und stetig weiterzuentwickeln, die die Kinder dabei unterstützen, unabhängig zu werden und selbst Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen. Diese Kompetenzen entwickeln sich im Laufe der Zeit, wenn ein Kind mit anderen interagiert und an sozialen und schulischen Aktivitäten teilnimmt. Auch durch Übung kann ein Kind dazu beitragen, neue Kompetenzen zu entwickeln. Das Tool Transitions Management enthält einfache Übungen, die jeweils speziell auf eine Altersgruppe zugeschnitten sind und es den Kindern erlauben, Kompetenzen einzuüben, die ihnen helfen, Übergänge erfolgreich zu bewältigen.

Das Tool lädt Kinder und junge Erwachsene immer wieder dazu ein, über die mit den Übungen gemachten

Erfahrungen nachzudenken und diese festzuhalten. Ihre Antworten können heruntergeladen und zum nächsten Treffen mit dem Hörakustiker mitgebracht werden. Hörakustiker können diese Aufzeichnungen als Grundlage für ein Gespräch darüber nutzen, wie die Patienten den Übergang empfinden und welche Schritte sie unternehmen sollten, um die jeweilige Phase erfolgreich zu meistern. Auch Familien können die Notizen nutzen, um Geschwister, Großeltern und andere Bezugspersonen dazu zu bewegen und zu ermutigen, diesen Prozess zu unterstützen und mitzutragen.

## Jugendliche und der Übergang zum Erwachsenenalter

Der Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter kann für junge Menschen und ihre Familien sehr belastend sein. Für Jugendliche und junge Erwachsene mit Hörverlust stellt dieser Übergang eine noch größere Herausforderung dar, da sie beginnen, mehr Verantwortung für ihr Selbstmanagement zu übernehmen und eigenständigere Entscheidungen bezüglich der von ihnen benötigten Hörversorgung zu treffen.

Ida Telecare für Jugendliche umfasst eine Reihe von einfach zu bedienenden Tools und Ressourcen, die es Jugendlichen erlauben, selbstständig mit ihrem Hörverlust umzugehen. Den Jugendlichen stehen drei verschie-

dene Tools zur Verfügung, die sie zu Hause entweder allein oder mit ihrer Familie nutzen können, um sich auf den nächsten Termin vorzubereiten: Living Well for Teens, My Turn to Talk for Teens und Why Improve My Communication?.

Living Well for Teens soll junge Menschen mit Hörverlust dabei unterstützen herauszufinden, wann und wo eine gute Kommunikation besonders wichtig für sie ist. Die Jugendlichen wählen dazu Bilder von Situationen aus, in denen die Kommunikation für sie eventuell mit Schwierigkeiten verbunden ist. Anschließend können sie Strategien auswählen, wie sie die jeweilige Situation erfolgreich meistern können. Des Weiteren können sie planen, welche Schritte sie dabei unternehmen werden und wer sie unterstützen kann. Diese Informationen können heruntergeladen und zum nächsten Termin beim Hörakustiker mitgebracht werden.

Das Tool My Turn to Talk for Teens hilft Jugendlichen, die wichtigsten Fragen zu ermitteln, die sie beim nächsten Treffen mit ihrem Hörakustiker besprechen sollten. Das Tool wird in zwei Abschnitten durchgeführt. In Teil 1 bieten die Kommunikationsringe (Communication Rings) eine einfache visuelle Möglichkeit, eine Rangliste der wichtigsten Menschen zu erstellen, mit denen die Jugendlichen kommunizieren. Mithilfe des Drag-and-drop-Verfahrens platzieren die Jugendlichen die Menschen, die zu ihrem Leben gehören und mit denen sie regelmäßig Kontakt

haben, in die verschiedenen kreisförmig angeordneten Ringe, um so zu sortieren, welche Personen am wichtigsten, sehr wichtig oder weniger wichtig für sie sind. In Teil 2 vervollständigen sie eine Reihe von Satzanfängen wie „Ich bin glücklich darüber, dass ...“, „Ich hoffe, dass ...“, „Ich möchte darüber sprechen, dass ...“ oder „Ich mache mir Sorgen darüber, dass ...“. Dies soll den Jugendlichen helfen, ihre Gedanken zu sortieren und sicherzustellen, dass während des Termins angemessen auf ihre Sorgen und Bedenken eingegangen wird.

Das dritte Tool, Why Improve My Communication?, hilft jungen Menschen dabei, darüber nachzudenken, wie sie ihre kommunikative Kompetenz in Situationen, die ihnen besonders wichtig sind, verbessern können. Dazu wählen sie aus einer Reihe von Fotos die Szenarien aus, in denen sie Schwierigkeiten haben, sich zu verständigen. Anschließend markieren sie auf einer Skala, wie wichtig Kommunikation im jeweiligen Szenario für



Transitions Management Tool im Überblick

Foto: Ida Institute