

Phonak

Att låta andra uppleva ensidig hörselnedsättning

Övningar – att lyssna med bara ett öra

Ensidig hörselnedsättning är en typ av hörselskada där det ena örat har normal hörsel och det andra har någon grad av hörselnedsättning. Ensidig hörselnedsättning medför många utmaningar när det gäller lyssnande, bland annat svårigheter att förstå tal i buller, samt att avgöra var ljud och tal kommer ifrån (ljudlokalisering). Här kommer några snabba demonstrationer som du kan göra om du är lärare och har ett barn med ensidig hörselnedsättning i din klass, eller om du själv har ensidig hörselnedsättning och vill att andra ska få uppleva hur det är att lyssna med ensidig hörselnedsättning. Det här behöver du:

1. Vanliga, mjuka öronproppar. Dessa kan ofta köpas på apoteket eller i andra affärer. Du behöver en öronpropp per person som deltar i aktiviteten.
2. En mobil enhet och någon typ av Bluetooth-högtalare så att du kan spela upp musik eller buller
(t.ex. <http://soundbible.com/2163-Party-Crowd.html>)
3. En bok eller en kort berättelse som du läser högt
4. En ögonbindel som kan användas till att binda för ögonen på personen som lyssnar (för övning 2b)



Övning 1 – Att lyssna i buller

Be alla deltagare sätta i en öronpropp. Uppmana dem att vända sig framåt (åt samma håll) i klassrummet. . Läs några stycken ur en berättelse, först när du står framför dem och sedan medan du går omkring i rummet. Fråga gruppen hur lätt det var att höra och förstå berättelsen. Upprepa övningen med musik eller buller från den mobila enheten och högtalaren. Till sist upprepar du övningen utan öronproppar. Be gruppen beskriva skillnaderna de upplevde och vad som var lätt eller svårt att höra.

Övning 2 – Varifrån kommer rösten

- a. Den här aktiviteten ska utföras på en säker, öppen plats utomhus, som till exempel en fotbollsplan. Alla deltagare ska ha en öronpropp tillgänglig och stå i en cirkel med en person i mitten. Personen i mitten är den som "har den" och måste sätta in öronproppen i ena örat och blunda medan han/hon försöker "ta fatt/kulla" någon annan. De andra deltagarna rör sig runt cirkeln och turas om att säga namnet på den som "har den" tills alla har blivit kullade. Den som har kullats blir den som "har den" och måste använda öronproppen och försöka kulla någon. Kom ihåg att målet är att

den som "har den" ska blunda och följa efter de andras ljud genom att bara lyssna med ena örat. Det är också viktigt att fastställa gränser så att personen som blundar inte vandrar iväg för långt.

- b. En liknande aktivitet kan utföras inomhus. Bind för ögonen på en person åt gången och be honom/henne att sätta sig mitt i klassrummet. Be honom eller henne att använda en öronpropp i ena örat. Låt de andra deltagarna bilda en stor cirkel runt personen i mitten. Turas om att peka på personer (en åt gången) i cirkeln och be honom eller henne att säga namnet på personen i mitten. Personen som sitter ner måste sedan försöka att peka i riktning mot rösten och identifiera namnet på den person som sa hans eller hennes namn. Försök utföra den här aktiviteten när personen som sitter ner använder öronproppen och sedan igen utan att använda öronproppen. I slutet av övningen så ber du deltagarna att beskriva vilka skillnader de lade märke till.

Frågor som främjar diskussion

1. Hur var det att lyssna med bara ett öra när det var tyst, jämfört med när det fanns störande ljud?
2. Hur enkelt var det för dig att lokalisera rösten som sa ditt namn?
3. På vilket sätt kommer den här upplevelsen att påverka hur du kommunicerar med någon som har ensidig hörselnedsättning?

Referens: Neuroscience for Kids - Hearing Experiments (Neurovetenskap för barn – Hörselexperiment) University of Washington. Hämtad från <https://faculty.washington.edu/chudler/chhearing.html>