

man kan inte lyssna utan att höra
men man kan höra utan att lyssna, men man kan inte lyssna utan att höra
i gemenskapen
och hindras påverkar det upplev
den av tillfredsställelse i livet
det viktigaste är egentligen att få känna att man är med i kommunikationen försvaras
adskapen

Och hör se'n!

Ett studiematerial för församlingens
möte med hörselhinder

Mikael Henning

Och hör se'n

av Mikael Henning

Ett studiematerial inom projektet
"Och hör se'n – församlingens möte med hörselhinder"



© 2004 Mikael Henning

Studieplan: Carina Larusson, Sensus studieförbund

Illustrationer: Hanna Henning

Omslag & grafisk form: Tomas Pettersson

Tryck: Futurum grafiska AB, Mölnlycke 2004

ISBN: 91-974316-3-X

Projektet "Och hör se'n – församlingens möte med hörselhinder"

Projektledare: Mikael Henning

Göteborgs stift

Box 11937

404 39 Göteborg

Tel. 031-771 30 00, fax 031-771 30 30

www.svenskakyrkan.se/goteborgsstift

Innehåll

5	Förord
7	Studieplan
10	Vad är problemet?
20	Mission
26	Diakoni
32	Undervisning
40	Gudstjänst
48	Fakta
57	Lästips

Förord

Följande upplever jag gång på gång: Den första kontakten med människor är oftast positiv. Det är lätt och trevligt. Mitt handikapp syns ju inte på utsidan (mer än hörapparat) och märks inte så mycket först. När samtalet har pågått en stund, eller om vi träffas fler gånger, då sjunker intresset för mig. Jag förlorar i längden. Är jag verkligen så tråkig som person? Jag tror inte det. Det är samtalet som inte flyter. Det blir för jobbigt att hålla kommunikationen på ett plan som upplevs som stimulerande. Jag blir utanför. Jag får en distans till andra som jag inte vill ha och inte kan hjälpa.

Erik 44 år

Att ha fel på hörseln innebär så mycket mer än bara ett praktiskt problem - att ljudet inte når fram. Många gånger stör hörselhindret kontakten mellan människor. Det finns en hel del man kan göra för att undanröja hindren och få alla att må bättre och kunna utvecklas. Det är min förhoppning att denna bok skall vara ett bidrag till en positiv utveckling i församlingen, så att en hörselskada inte behöver vara ett så stort hinder i mötet mellan människor och med Gud.

En kyrka för alla?

När Jesus beskriver kyrkan och sin roll där säger han att han är hörnstenen, den sten hela bygget börjar med. Han är utgångspunkten och grunden - inte en överkurs i livet. Det verkar som om många hörselskadade inte upplever något behov av Gud. Vad beror det på i så fall? Att det finns en social aspekt av frågan är klart. "Kyrkan" är ju inte i första hand en byggnad utan de troendes gemenskap. Det är också naturligt att upplevelsen av gudstjänsten inte blir lika positiv när man inte kan njuta t.ex. av musik. Kanske är det så att den hörselhindrade upplever Gud lättast i stillheten - t.ex. hemma eller i naturen. Då finner man ingen anledning att gå på gudstjänst eller församlingens övriga aktiviteter.

Konkreta ting som syns och går att ta på är njutbara även med svag hörsel t.ex. mat och dryck, idrott, friluftsliv mm. Osynliga fenomen som det andliga blir därmed mindre i fokus och känns kanske mindre lockande.

En annan förklaring till att hörselskadade kan uppleva ett främlingskap för kyrkan är att många förr upplevde kyrkan som en överhet som gav allmosor till stackars vanföra. Den känslan av förnedrande underlägsenhet vill man inte utsätta sig för. Denna inställning till kyrkan har inte alla gjort upp med. Den har skapat en tradition hos en del hörselskadade att klara sig utan tron och kyrkan. Man har trevligt tillsammans istället. Att t.ex. Hörselskadades Riksförbund (HRF) enligt stadgarna är religiöst obundet har ofta kommit att bli detsamma som religionsfritt. Idag är det hög tid (och mogen tid?) att på nytt bygga upp ett ömsesidigt förtroende på lika villkor. Även hörselskadade behöver Gud. Kyrkan är till för alla.

Ett vanligt problem

Att inte höra kan ibland vara detsamma som att inte höra till. När man då betänker att detta gäller ca 10% av Sveriges befolkning inser vi att det är ett stort problem med många olika dimensioner. Tänk efter själv! Vem känner du?

Man tror lätt att det bara är gamla som hör dåligt. Tyvärr är det inte så. En del föds med en hörselskada, andra får en hörselskada senare i livet och många förlorar delar av hörseln på ålderns höst.

Har ni några hörselskadade barn eller ungdomar i era grupper? De flesta församlingar svarar nog nej på denna fråga. Är det därmed inte deras problem? Är det så enkelt? Tyvärr inte. Det finns hörselskadade barn och ungdomar. Problemet är att de sällan dyker upp – och vi vet inte varför. Eller också finns de där, utan att tala om att de har problem med hörseln. Många gånger får ledarna inte reda på det. Man kanske märker att de inte hänger med riktigt på samlingarna, men det kan ta lång tid innan man förstår vad det beror på att de verkar okoncentrerade.

Hörselskadades Riksförbund i Västra Götalands distrikt undersökte år 2002 hur många barn och ungdomar med hörselskador det fanns i Västra Götaland från förskolan till gymnasiet. De kom fram till att det var 1306 elever. När projektet "Och hör se'n! – församlingens möte med hörselhinder" försommaren 2003 genomförde en enkätundersökning om konfirmation bland ungdomar med hörselhinder mellan 13 och 17 år hade hörselvården i Västra Götaland och Halland drygt 200 personer inskrivna. Det finns alltså en hel del barn och ungdomar som inte hör så bra - här och var i våra församlingar.

Ett stort eller litet problem?

Hur mycket hörseln stör kommunikationen och gemenskapen varierar från person till person. Varje hörselskada är unik. De flesta som har problem med hörseln har relativt små problem. Då är det desto lättare att göra det riktigt bra för dem. En sak är viktig att vara medveten om: Det finns en tendens hos både hörselskadade själva och omgivningen att tona ner hörselskadans betydelse. Detta är bra att ha i bakhuvudet när ni i församlingen tar upp dessa frågor.

Lagar om tillgänglighet för funktionshindrade

Den nationella handlingsplanen för handikappolitiken "Från patient till medborgare" (1999/2000:19) nämner bland annat att alla åtgärder för att minska hinder för tillgänglighet i lokaler dit allmänheten har tillträde skall vara åtgärdade senast år 2010. I linje med detta har Plan- och bygglagen justerats. I höstas fastlades även Boverkets allmänna råd och riktlinjer. Även andra lagar och förordningar reglerar funktionshindrades rätt till delaktighet, som framgår av faktadelen i slutet av boken. Det är därför hög tid för församlingarna att ta tag i dessa frågor för att åtgärder ska kunna vidtas. En del saker kräver större insatser, andra är enkla och inte så kostnadskrävande. Detta material är ett bidrag till församlingarnas hjälp i detta arbete.

Projektet "Och hör se'n"

startades av Göteborgs stift för att stödja församlingens utveckling så att även personer med hörselhinder ges ökade möjligheter att delta aktivt i församlingens liv. Vilka attityder har vi i mötet med hörselhindrade och vilka förutsättningar har vi att skapa en samtalssituation som inte utestänger någon? Detta studiematerial har utarbetats under projektets gång och vill vara ett bidrag till församlingar i Sverige. Det syftar till att skapa förutsättningar för möten mellan människor; det handlar om delaktighet och kommunikation.

*Göteborg i maj 2004
Mikael Henning*

Studieplan

Denna skrift är utformad som en studieplan. När ni har arbetat er igenom materialet har ni en handlingsplan för er församlings möte med hörselhinder och hörselhindrade samt beslut/förslag på åtgärder för att undanröja eller minska sådana hinder. Denna handlingsplan blir ett konkret redskap för att kunna genomföra förbättrande åtgärder i församlingen.

Studiematerialet är upplagt på fem sammankomster, men ni bestämmer själva hur många träffar ni behöver. Första sammankomsten beskriver problemet och varför församlingen behöver tänka igenom sina attityder och handlande när det gäller hörselhinder och utifrån det skissa på en policy för församlingen. De fyra följande sammankomsterna följer församlingsinstruktionens formulering vad gäller församlingens ansvar; gudstjänst, undervisning, diakoni och mission.

Vad är problemet?

Mission

Diakoni

Undervisning

Gudstjänst

Vi har valt att ta upp de fyra områdena i omvänd ordning jämfört med hur de står i kordkoordinationen. På det sättet blir det ett fint flyt i frågeställningarna. De mjuka frågorna dominerar i början och de mer handfasta kommer så småningom. Det blir lätt så att vi fokuserar för mycket kring gudstjänsten när det gäller hörselhinder. Med detta upplägg undviker vi den fällan.

Här och var i texten finns samtalsfrågor som en hjälp till reflektion. I slutet av varje kapitel finns underlag till handlingsplan. Ni kan skriva in era beslut bifogad mall direkt i boken eller på annat sätt. Kanske finner ni sedan anledning att integrera några av dessa frågor om hörselhinder i er egen församlingsinstruktion.

Studiecirkeln

Studiecirkeln är en gammal beprövad arbetsform som sätter den enskilda människan i centrum. Definitionen av en studiecirkel är: ”en liten grupp människor som bedriver gemensamma, planmässiga studier”. Det innebär att det är minst tre människor, som träffas minst tre gånger och som har ett gemensamt underlag för sina studier. I detta fall är det ”Hör sen” som är det gemensamma underlaget.

Ledarens roll

Det krävs att gruppen har en ledare som tar på sig rollen att leda gruppen i studiearbetet. Ledaren har i uppgift att vara den motor som driver arbetet framåt. I en studiecirkel är det viktigt att alla deltagare har möjlighet att göra sin röst hörd. Ledarens uppgift är i första hand att se till att detta sker. Genom olika metoder kan ledaren skapa förutsättningar för dialog mellan deltagarna i studiecirkeln.

Många deltagare kommer till studiecirkeln med erfarenheter från sin egen

skolgång och förväntar sig att få ta del av någon annans kunskaper. Det är då viktigt att redan vid första sammankomsten reda ut att detta är en samtalscirkel där allas kunskaper, synpunkter och erfarenheter är värdefulla och en förutsättning för studiecirkelns arbete.

Pedagogik

”Att lära ut är inte det samma som att lära in”, sägs det. Och i detta begrepp ligger också en del av folkbildningens pedagogiska grund. Inlärningsprocessen bygger på ett erkännande av kunskaper hos samtliga deltagare inom gruppen. Ansvar för inläring delas därför gemensamt av ledare och deltagare. Kunskapens överförande från den ene till den andre blir en levande process, där man växlar roller beroende på vem som har ordet och kunskapen i den aktuella frågan. Genom att läsa in ett gemensamt ämne och ha detta som utgångspunkt får man en likartad bild av ämnet att utgå från i samtalet. Till detta läggs sedan vars och ens övriga kunskaper som man inhämtat genom erfarenheter i livet eller genom tidigare studier. Det unika med folkbildningen är att man jämför de personliga erfarenheternas kunskap med dem som man hittar i publicerade böcker. Både subjektiva och objektiva kunskapsområden räknas in som fullgoda kunskapskällor. När man möts i studiecirkeln behandlas det nya ämnet utifrån de olika deltagarnas synvinklar och ny kunskap kan därmed födas i studiecirkeln.

Goda råd

Innan ni träffas vid första sammankomsten finns det några uppgifter som du kan göra:

Förvissa dig om att kurslokalen är i ett sånt skick som du vill ha den. Det innebär att den utrustning som du tänker använda finns på plats och fungerar. Likaledes är det bra om kurslokalen är trevlig och skapar en god stämning redan från början. En duk på borden dämpar slammer, en servett under kaffekoppen likaså. En liten blomma på bordet och en fruktskål är alltid välkommande. Ljuset i lokalen är också av betydelse. Känn efter hur du vill ha det.

Förvissa dig också om att studiehäftena ”Och hör se'n!” finns tillgängliga för deltagarna. Antingen att studieförbundet beställt hem dem, så att du kan dela ut böckerna, eller att deltagarna har med sig sina exemplar. Det finns referenslitteratur att tillgå, om du vill fördjupa dig i ämnet. Ditt studieförbund hjälper dig beställa hem dem.

Ta gärna med kaffe/te och kaffebröd till första sammankomsten. Blodsockerhalten är en viktig faktor för både humör och inlärningsförmåga. Man tänker och mår bättre om man får mat och dryck.

Alla människor är olika och det är det som ger livet spänning och dynamik. Att inse och acceptera det ger också andra utrymme att vara delaktiga och växa i studiecirkeln.

Carina 49 år

Handlingsplan

För att kunna ha rutiner i församlingens arbete som är oberoende av personer är det lämpligt att utarbeta en handlingsplan som omfattar de frågor som är relaterade till hörselhinder.

Nedan finns ett förslag till struktur som ni kan använda er av. Genom att besvara de olika frågorna med ett eller flera svar får ni en klar bild av hur situationen ser ut i just er församling, vilka åtgärder ni vill genomföra samt även hur er organisation skall se ut, d.v.s. vem som är ansvarig och vem eller vilka som skall genomföra de föreslagna åtgärderna.

Efter varje sammankomst summerar gruppen vad man kommit överens om inom det aktuella området genom att svara på frågorna i rutan. I varje kapitel finns det en rad frågeställningar. Under var och en av de sju frågorna listar man dessa. Så växer en handlingsplan fram som blir konkret redskap för att vidta åtgärder som underlättar kommunikationen för hörselhindrade och övriga församlingsbor.

För varje frågeställning är det sju frågor som behöver besvaras:

Hur är det nu?

Beskriv hur nuläget är i de frågor som ni vill arbeta med. Beskrivningen skall vara så pass tydlig att någon som aldrig varit i er församling förstår hur det är.

Hur vill vi att det skall vara?

Formulera ett mål att sträva mot. Det kan gälla såväl konkreta åtgärder som attityder, hur vi talar o.d.

Hur skall målet uppnås?

Beskriv de åtgärder som ni vill göra för att nå målet, d.v.s. svara på frågorna ”vad skall vi göra?” och ”hur skall vi göra ? Var så konkret som möjligt.

Vem ansvarar för att målet nås?

En person skall alltid stå ansvarig för frågan, medan det kan vara fler personer som anges som ansvariga för de praktiska åtgärderna. Här bör också anges om det krävs några resurser förutom de personella. Vem fattar beslut? Vem ansvarar för budgetberedningen?

När skall åtgärderna vara genomförda?

Ange det datum när målet skall vara uppnått.

Vem behöver informeras och hur sprider vi informationen?

Information är viktig. Det gäller både inom arbetslaget och utåt till församlingborna.

Har vi uppnått det vi önskade?

Besluta redan nu om vem som följer upp, när och hur det sker.

Om målet är uppnått vid det datum som angivits ovan så skriver man det. Är det däremot inte uppnått måste anledningen anges och hur man går vidare, vem som skall göra vad o.s.v. Att förstå varför det inte blev som tänkt är också en viktig kunskap.

Första sammankomsten

Vad är Problemet?

Syfte

Den första sammankomsten introducerar studiecirkeln och belyser vilka konsekvenser ett hörselhinder medför för den hörselhindrade och hans/hennes närmaste omgivning. Fokus vid första sammankomsten ligger på att ringa in begreppet hörselhinder och dess psykologiska och sociala konsekvenser. Hörselskada är ofta ett osynligt handikapp som man inte ser och inte heller förstår. Den här sammankomsten vill synliggöra och öka förståelsen för hörselhinder och vad det kan innebära.

Innehåll

Det inledande avsnittet ger en kort och problematiserad bild av olika typer av sociala och psykologiska konsekvenser av hörselhindret. Kapitlet behandlar hur ett hörselhinder påverkar identitet och livsavgörande val men även mer vardagliga beteenden som tendensen att dra sig undan från vissa miljöer. Detta kan även påverka deras vilja att delta i församlingens aktiviteter. I avsnittet belyses också hur Bibeln behandlar hörselhinder och i vilken utsträckning detta handikapp är synligt i olika Bibeltexter.

Samtalsfrågor

I marginalen finns frågor som man kan fundera över och samtala kring. De är på olika sätt kopplade till den text som de står i anslutning till. Läs gärna texten i mindre avsnitt gemensamt och samtala kring frågorna allt eftersom ni når fram till dem i texten. Tillsammans ger frågorna underlag för en fördjupad reflektion som ökar förståelsen för den problembild som ett hörselhinder kan medföra.

Fakta

Vill man fördjupa sig ytterligare finns en faktadel i slutet av boken som ger kunskaper kring sambandet mellan ljud och hörsel, olika typer av hörselskador med dess varierande konsekvenser samt en förteckning över aktuella lagar. Det finns även hänvisning till annan litteratur som behandlar ämnet.

Handlingsplan

Huvuduppgiften vid slutet av denna första sammankomst är att formulera en policy för hur ni vill hantera hörselfrågorna och personer med hörselskador i församlingen. Denna policy kan sedan ligga till grund för församlingens fortsatta arbete med att eliminera en del av de hinder som skapar problem med kommunikationen för hörselhindrade. Samtalsfrågorna ger underlag till att formulera en sådan policy.

Skriv ner frågeställningar i handlingsplanen som kommer upp under samtalet, men lägg mesta tiden på att formulera en policy. Det övriga kan ni återkomma till vid senare tillfällen.

Vad är problemet?

Hörselskadade är vanliga normala människor. Naturligtvis har de precis samma sociala behov som alla andra har; behov av kontakt med andra, att förstå varandra, att vara med i gänget o.s.v. Man har samma behov, men det är många gånger svårare att få dem tillfredsställda.

Det är lätt att församlingen luras att tro att problemet med detta inte är så stort. Det syns inte så mycket och hörselskadade talar sällan om det. De kanske inte ens själva har formulerat sina känslor i ord. Är det då något att bråka om? Ja, det är det!



”Vi blir till i mötet med andra” – är ett citat som man ofta hör. Vad skulle det innebära för hörselskadade? Många av kontakterna med andra människor innebär en negativ bekräftelse därför att man inte kommer till sin rätt. Man hör inte, och kan därför inte hävda sig. Det innebär att man inte syns och inte räknas med. När man allt för ofta känner sig i underläge i samtal och umgänge, när man för ofta måste ge sig i diskussioner, fast man kanske har rätt – då känner man sig till slut mindre värd. Och det är inte bättre i kyrkan än någon annanstans i samhället.

Kyrkkaffe och liknande tillfällen är ett tydligt exempel. Eftersom de flesta är omtänksamma försöker man få med den hörselskadade i samtalet. Man vänder sig till honom/henne, man talar tydligare. Det går kanske bra några minuter. Samtalet flyter dock inte lätt och bekvämt. Man får bromsa upp samtalet ibland och kanske ta om det. Därför blir det som det blir; efter några försök att överbrygga kommunikationshindret ger de flesta upp och fortsätter samtalet utan den hörselskadade. Hur känns det för denne? Även han/hon ger upp. Det är för jobbigt att försöka komma in i samtalet igen. De blir sittande tysta och utanför.

- Vad kan vara kämpigare än en hörselskadad som försöker samtala på ett kyrkkaffe?
- ???
- Två hörselskadade som försöker samtala på ett kyrkkaffe!

Hörselskadade är som alla andra – fast inte riktigt

Den viktigaste infallsvinkeln måste vara att en person med hörselhinder är precis lika duglig som vilken normalhörande som helst. Det är ett oerhört slöseri med resurser att inte använda det som hörselhindrade kan bidra med om de får möjlighet.

Och ändå är hörselskadade inte riktigt som andra. Självkänslan skadas när man inte kommer till sin rätt, när man inte får visa vad man kan, när man inte hinner slänga in sin replik i samtalet, när man inte hör det roliga i det någon säger och därmed inte kan svara något kvickt o.s.v. Man kämpar hela tiden för att vara som alla andra, men beroende på graden av hörselskada misslyckas man mer eller mindre ofta med det. Att skilja mellan mig som

Samtalsfrågor:

1. Känner ni igen beskrivningen av hörselskadade?
2. Tror ni att det är så att några av dem som sitter tysta på t.ex. kyrkkaffe gör det p.g.a. att de inte hör?
3. Vad kan ni göra för att hjälpa hörselskadade att känna sig viktiga och delaktiga?

person och vad hörselskadan orsakar är inte lätt. Det flätas in i vartannat. Självkänslan behöver stärkas eftersom man lätt riskerar att känna sig mindre värd, mindre duktig, mindre klipsk. Hur gör vi för att stärka den?

Det beteende som hörselskadan tvingar en till påverkar i längden personligheten. Man blir antingen odrägligt framfusig och egotrippad eller försynt och försiktig. Man kan ju inte ta för sig som andra, man klarar inte de fina nyanserna i det sociala samspelet. Det påverkar synen på omgivningen, på livet och GUD.

Olika konsekvenser som hörselhinder medför

Hörselhindret påverkar livskvalitén

Kommunikation är livskvalitet. När kommunikationen försvåras och hindras påverkar det upplevelsen av tillfredsställelse i livet. Det påverkar känslan av samhörighet och förtrolighet. Det sätter käppar i hjulet i äktenskapet, i relationen med föräldrar och barn, med kompisar och så vidare. Det gäller även känslan av gemenskap i kyrkan och förmågan att njuta av kyrkomusiken.

Social isolering mitt i gruppen

När man sitter i en grupp och inte hör vad de andra pratar om upplever man en underlig känsla av osynlighet. Det är som att sitta i en glaskupa. Man ser de andra, man ser att de pratar och skrattar, men man hör inte vad de säger. På ett sätt är man närvarande, men egentligen är man inte där. Man bara tittar på – utan att förstå vad som händer. Man blir utanför och ensam, även när man sitter med runt bordet.

Social otrygghet i umgänget med andra

Hörselhindrade har ofta en känsla av osäkerhet när de är tillsammans med andra. När som helst kan en situation uppstå när man plötsligt inte hör

Det är en härlig sommardag. Ni är på stranden och badar. Eftersom du har hörapparat måste du ta av den när du badar. Den tål inte vatten – speciellt inte saltvatten. När ni går i och sjåpar er över att det är kallt klarar du dig rätt bra. Du kan skrika och fjanta dig lika bra utan att höra så mycket och du ser på de andra vad de tycker om vattentemperaturen och maneterna utan att behöva höra dem.

Sedan, när ni har doppat er, leker du med barnen, snurrar runt med dem och kastar upp dem i luften. Det går utmärkt utan att höra. Det är bara kommentarerna du inte hör så bra, men det gör inte så mycket.

Men så, plötsligt, kommer ett av barnen storgråtande och snyftar något. Vad har hänt? Du hör ju inte vad hon säger! Är det farligt? Är det bråttom? Du vet inte. Vad gör du? Du måste snabbt komma

på en plan. Antingen ber du någon annan vuxen i närheten att ta reda på vad som är felet. Eller så tar du med din dotter hela vägen in till stranden där hörapparatens ligger. Sedan kan du kanske reda ut vad det var som var så ledsamt.

Stör hörselskadan kommunikationen? Ja, på många sätt. I vissa situationer är det större problem än i andra. Känslan av vanmakt när man inte hör sitt eget barn och inte kan hjälpa är hemsk. Likaså att ibland tvingas lämna ifrån sig uppgiften att hjälpa och trösta sina barn till någon annan. Det skadar relationen med barnen. Man får inte lika nära kontakt, inte lika stort förtroende hos barnen när man inte hör. De lär sig var gränserna för kommunikationen går.

Vad händer? Risken är stor att man blir utanför, apatisk, passiv. Man får försämrad självkänsla. Allt detta återverkar på kommunikationen.

Gunilla 47 år

längre. Man tappar kontrollen över situationen och samtalet. Det är svårt att skydda sig mot sådana situationer när man är bland människor. Det är andra än man själv som avgör om man är delaktig eller inte.

Självkänslan attackeras

När man måste kämpa för att vara med i gemenskapen är det mycket som är mödosamt. Till skillnad från normalhörande är det vanligt att man tar den störda kommunikationen personligt – man upplever att ”det är fel på mig”. Då dalar självkänslan. Självkänslan sjunker också i takt med känslan av misslyckande och utanförskap och osäkerhet. Arbetet med att bygga upp självkänsla och självförtroende är svårt, men viktigt. Det är inte fel på den enskilda personen att kommunikationen inte fungerar som den bör. Det är allas ansvar.

Samtalet störs – glappkontakt

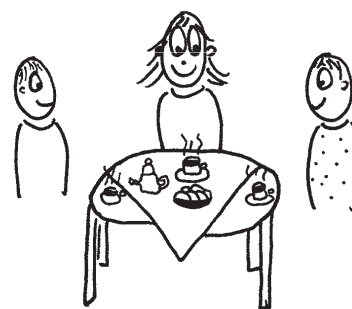
Det besvärliga är att man inte hör allt. Det gör ju ingen människa, men med hörselhinder upplevs det mer besvärande. Det är som om det är glappkontakt. Ibland hör man rätt så bra, plötsligt under samtalet hör man inget alls. Det är jobbigt för både den hörselhindrade och den som talar med honom/henne.

Samtalet störs – tidsfördröjning

Samtalet störs av en fördröjning på bara 0,2 sekunder. När man hör dåligt behöver hjärnan arbeta mer för att tolka ljuden eftersom signalerna till hjärnan är svagare och mer oklara. Det tar naturligtvis lite längre tid. Effekten blir att samtalet och kontakten störs – utan att man kanske vet varför. Svaren kommer ibland med en liten fördröjning. Ofta förstår man inte att det har med hörseln att göra. Medvetet eller omedvetet försöker man tolka vad detta dröjande beror på – ogillande? En vanlig men oönskad effekt är också att man kommer i otakt; man faller varandra i talet.

Samtalet störs – svårt att vara avspänd

När man hör dåligt måste man koncentrera sig mer för att kunna höra så mycket som möjligt. När vi är skärpta blir vi lätt stela i kroppen och ansiktet. Det ger fel signaler. Det kan upplevas olustigt och hotande – även om situationen egentligen inte är sådan. Det försämrar relationen - utan att någon av de inblandade förstår att det är hörselhindret som orsakar spänningen.



Samtalsfrågor:

1. Känner ni igen beskrivningen av problem hörselskada kan medföra?
2. I vilka sammanhang märker ni det mest?

Osäker blick

Jag har flera gånger de senaste dagarna noterat en intressant reaktion hos mig själv. Jag reagerar när den som håller anförande tittar på mig, jag "duckar" liksom med ögonen, väjer undan. Det är en stressreaktion som sker spontant och ofrivilligt. Det är en

*försvarsmekanism för att slippa svara på frågor jag inte har hört, men det ger troligen andra signaler till den som talar. Jag verkar osäker och undanlidande. Jag skulle hellre vilja verka trygg och säker! Detta är inte "jag", det är hörseln som ger stressreaktionen.
Karin 32 år*

Vad är en människa – och en hörselskadad sådan?

I en teoretisk förståelse av kyrkans verksamhet anser alla att Svenska kyrkan är en kyrka för alla. Det är så självklart att de flesta församlingar inte ens nämner funktionshinder och vikten av att höra bra i sina församlingsinstruktioner. Det är tyvärr till stor del det som är problemet. Det som inte syns finns inte – inte i kyrkan heller. Om man aldrig pratar om dem som har svårt att följa med i en verbal kommunikation, då har man glömt dem – och därmed lämnat dem bakom sig.

Alla är vi skapade till Guds avbild. Gud är fullkomlig, men inte vi. Ingen är till ett hundra procent Guds fullkomliga avbild. Ändå är det den människosyn som vi signalerar i vår verksamhet i praktiken - kyrkan är till för de fullkomliga, de som har alla lemmar i behåll. Sedan kommer en del på att man också måste inkludera dem som har funktionshinder. Då blir de en extra börda, ett besvär. I realiteten är ingen fullkomlig eller perfekt. I detta avseende finns det inte minsta skillnad mellan s.k. handikappade och vem som helst. Där är vi alla lika. Vi är alla människor med olika förutsättningar och vi är alla skapade till Guds avbild. Hur kommer det sig att det är så svårt att få in den tanken i församlingarna när det handlar om hur vi utformar vår verksamhet?

Att inte höra är att inte kunna följa med lika bra och därmed att inte kunna hävda sig lika bra. Större delen av energin går istället åt till att höra så mycket som möjligt. När det blir för ansträngande väljer många att stanna hemma. Hur många präster och andra medarbetare märker över huvud taget att de fattas? Kanske märker någon det och skyller på åldern, när fråvaron egentligen beror på att de börjat höra sämre och inte längre kan ta del av församlinglivet på samma sätt som förr.

Samtalsfrågor:

1. Finns hörselhinder/funktionshinder med i er församlingsinstruktion? Varför/varför inte?
2. Tror ni att det kan vara så att hörselskadade uteblir p.g.a. att de inte hör tillräckligt mycket?
3. Kan ni bli bättre på att använda fler uttrycks sätt i er församling så att inte så mycket förutsätter att man hör bra?

Hörselhinder – ett troshinder?

Kyrkan har av tradition främst använt sig av det verbala; i gudstjänsten, socialt umgänge, kulturarrangemang o.d. Därmed har kyrkan valt en metod att kommunicera som personer med hörselhinder har svårt för och därför kanske därför också undviker. När man inte hör vad som sägs är det inte meningsfullt att vara där. Det kan också gälla när man bara hör en del. Även om man hör det mesta av det som sägs blir man trött av ansträngningen att försöka höra. När känslan av utmattning blir större än behållningen av det som sägs – då är risken stor att man stannar hemma.

Som hörselhindrad kan det räcka med osäkerheten om man kommer att höra för att många skall välja att utebli. Man blir så besviken och ledsen när man inte hör. Det är frustrerande att vilja höra något man är intresserad av men inte kunna. Man upplever det kränkande och förnedrande. Man påminns om sitt handikapp och vad man stängs ute från. Den smärtan vill man helst slippa. Därför väljer man att utebli.

Man "hör" inte Gud därför att man har hinder just där kyrkan har sin mesta verksamhet. Men Jesus visar vägen. Inkarnationen innebär att Gud blir kött – Ordet blir människa. Det blir mer än ord. Det blir konkret, synligt. Det viktigaste exemplet på hur detta kan få uttryck i kyrkan är nattvarden. Där använder vi inte främst öronen. Det är glädjebudet även för hörselskadade.

Hörselskadade finns inte i Bibeln!

Hörselskadade är ett osynligt problem – även i Bibeln. Där finns lama och blinda, där finns människor som har epilepsi och demoner och spetälska. Ja, där finns till och med döva som Jesus botar – men inga hörselskadade. Det funktionshindret finns inte i Bibeln.

Betyder detta att talet om hörselskadades problem och behov är överdrivet? Behöver vi inte bry oss om det? Att det inte står något i Bibeln om hörselskadade kan tolkas så – i linje med talesättet ”hälsan tiger still”. Ingen har något emot hörselskadade. Man ser inte problematiken. ”Alla ska få vara med som de är – även om de hör dåligt eller har andra problem”, säger man.

Är det alltså som det ska när hörselhinder inte nämns i Bibeln och ofta inte heller i församlingarna?

Hur ska vi förstå Bibelns totala tystnad vad det gäller hörselhinder?

Att ett problem är osynligt är inte med nödvändighet detsamma som att det inte finns eller är av mindre betydelse.

Bibeln skildrar människors upplevelse och prioriteringar. Folk kom till Jesus med det de upplevde som viktigast. Därför kom de inte med sina hörselskadade. De tänkte tydligen inte på att de kunde komma till Jesus med det – precis som vi ofta inte tänker på det. Det är detta evangelisterna skriver om – inte om huruvida Gud tycker att hörselskador är mer eller mindre viktiga än annat. Inte heller kan man dra slutsatsen att det som inte nämns i Bibeln därmed automatiskt skulle vara oviktigt.

Genomgående i Bibeln är att många faktaupplysningar lyser med sin frånvaro – för att bjuda in läsaren i texten. Det står till exempel oftast inte vilket väder det var eller vilka kläder de hade. Vilka som var med och vilka känslor var och en hade står också sällan. Det är detaljer som läsaren kan bidra med beroende på i vilken tid eller kultur man lever. Kan det vara på ett liknande sätt med hörselskador? Hur man hanterar detta problem är i högsta grad beroende av kultur och – inte minst – ekonomiska och tekniska förutsättningar. Är det kanske medvetet som hörselskadade inte finns med – inte för att det är mindre viktigt, utan för att man möter problemet på så olika sätt i olika kulturer och det därmed inte går att ge direktiv som är relevanta för alla?

Vad gäller hörselfrågan – egentligen?

Hörselskadad eller inte hörselskadad är inte någon intressant fråga – egentligen. Det intressanta är vår kontakt och vår kommunikation med Gud genom Jesus Kristus och med varandra. Antingen fungerar kontakten eller så gör den det inte. Detta gäller oavsett om vi hör normalt eller inte. Bibeln fokuserar på nödvändigheten av att söka Gud och lyda honom – inte att ha normal hörsel. Jesus sade gång på gång: ”Hör, du som har öron!” Hur det var med dem som hade dåliga öron säger han inget om. Antingen har man öron att höra med – eller inte. Det handlar egentligen inte om öronen, utan om hjärtat.

När vi förstått det öppnar sig Skriften för oss. Bibeln talar om vikten av att lyssna med hjärtat. Det kan vi ta till oss oavsett om vi har problem med hörseln eller inte.

När folket under gamla förbundets tid inte ville höra Guds ord genom profeterna, handlade det inte om att de hade fel på öronen. Det gällde in-

Samtalsfrågor

1. Jes.55:3 Att höra är nödvändigt för att själen ska leva! Hur ska vi uppfatta det?
2. Jer 7:27 Att inte höra Guds ord, hur mycket har det med öronen att göra?
3. Matt.11:15, 13:9, 13:43, Mark.4:9, 4:23, Luk.14:35 Läs gärna alla Bibelställena och fundera kring varför Jesus säger just så just då!
4. Varför kom inga hörselskadade till Jesus för att bli botade?
5. Hur ska vi presentera evangeliet så att alla ska kunna "höra" – döva, blinda, dyslektiker, förståndshandikappade och så vidare...

ställningen till Gud och viljan att underordna sig Guds ord. Att folket rent praktiskt hade uppfattat vad profeten sade förutsätts utan att kommenteras speciellt. Så gör även vi oftast – kanske alltför lättvindigt ibland. Det är inte säkert att alla har uppfattat saken korrekt. Kanske är det ibland därför reaktionen uteblir?

*I Bibeln lyssnar man inte med öronen
– utan med hjärtat!*

*"Hör Israel! Herren är vår Gud, Herren är en" 5 Mos.6:4
Att vi uppmanas att "höra" utesluter inte alla döva och hörselskadade.
Det är istället en uppmaning att "höra upp" – att lyssna noga. Det kan man även göra genom att läsa eller med teckenspråk.*

Jesus hjälper en döv man som knappt kan prata

Det finns ett exempel i Markusevangeliet (Mark.7:31ff) som hörselskadade kan känna igen sig i och få hjälp av. Berättelsen handlar om en döv man som var isolerad på många sätt. Han var socialt isolerad eftersom han inte kunde samtala med sina närmaste, med släkt och vänner. Det påverkade hans inre, hans självbild och hans känslor. Han var isolerad från tempeltjänsten – från Herren! En sådan isolering från omvärlden för ofta med sig att man blir självcentrerad och självupptagen. Man får inte ut så mycket av andra. Då bryr man sig inte heller om andra så mycket. Därmed krympte också den döve mannens uppgift i världen. Dövheten hindrade honom troligen från att göra det han annars hade kunnat göra. Att Jesus tog sig tid med just honom var ett tydligt tecken på att han inte var glömd av Gud. Jesus såg honom och hörde hans tysta bön om hjälp.

Jesus sätt att bemöta denne man kan lära oss mycket.

- Jesus tog honom åt sidan, på tu man hand. Här handlar det i högsta grad om riktad uppmärksamhet. Jesus söker ögonkontakt. Han säger med kroppsspråket: "Nu är det bara du och jag!"
- Jesus använder teckenspråk. Det är viktigt att mannen är medagerande i det som händer.
- Jesus rör vid de kroppsdelar han tänker hela. Han spottar. Det onda ska ut.
- Jesus andas djupt – in och ut. Han blåser sin Ande på den döve mannen.
- Jesus helar honom - helar hans sociala och andliga relationer.

Mannen blir fri på många plan. Jesus gjorde honom fri. Han kunde till och med tala när han kunde höra. När Jesus hjälper oss att lyssna får vi också något att tala om. Det är något vi ständigt behöver träna oss i, att lyssna innan vi pratar. Vi har två öron men bara en mun...

Hur skulle ett helande av hörselhinder idag kunna se ut?

Ett helande för en hörselskadad idag skulle kunna handla om att kunna höra normalt igen. Men det viktigaste är egentligen att få känna att man är med i gemenskapen och vara likvärdig alla andra, att man har något att bidra med lika väl som alla andra, att man hör tillräckligt mycket av det som sägs för att det ska ge föda för själen. Ett sådant helande kan ske även om problem med hörseln kvarstår. Våra relationer och vårt sätt att kommunicera kan bli bättre.

Då förstår vi att det inte i första hand gäller ett helande hos en enskild person med hörselhinder, det är församlingen och vårt gemensamma beteende som behöver helas.

Policy

Formulera gemensamt ett förslag till en policy för församlingens möte med hörselhindrade i olika sammanhang. Ta hjälp av det samtal som ni fört utifrån samtalsfrågorna. Vilka skäl har ni hittat för att ta hänsyn till personer med hörselhinder och på vilket sätt skall det ske?

I de kommande kapitlen kommer du att möta mer specifika frågor som underlag för samtal om hur församlingen möter hörselhindrade i gudstjänsten, diakonin, undervisningen och i missionen. Det kan medföra nya insikter som gör att ni kommer att lägga till eller dra ifrån något från det förslag till policy som ni formulerar redan i detta inledningsskede.

Att formulera en policy är att skriva ner en handlingsinriktning för hur församlingen vill möta hörselhindrade. Det är därför bra om den är ganska konkret i sina formuleringar så att det blir lättare för var och en att se och förstå hur policyn skall tolkas i olika sammanhang.

Policy för församlingens möte med hörselhinder

Inför nästa Sammankomst

Innan ni skiljs åt är det bra om ni kommer överens om praktiska detaljer inför kommande träff. Ni behöver komma överens om:

Antal gånger för träffarna.

Finns det en stor medvetenhet om hörselhinder och vilka problem det kan medföra för kommunikation och delaktighet i församlingens verksamhet kan det räcka med fem gånger. Annars kanske man kan ge det mer tid och fundera mer tillsammans.

Läs nästa kapitel om "Mission" hemma

Genom att läsa in avsnitten hemma sparar man tid för cirkelns samtal och bearbetning av frågorna. Hur många sidor man har tid och önskan om att läsa till varje gång kan dock variera från person till person och därför är det bra att komma överens om det redan vid första sammankomsten.

Fikaordning

Vem tar med sig fika till nästa gång, gången därefter o.s.v. Gör gärna en lista för hela kursen så slipper man ta upp frågan varje gång.

Andra sammankomsten

Mission

Syfte

Att fördjupa förståelsen för vad ett hörselhinder innebär för den enskilda människan i hennes möte med församlingen. Går det att vara en församling med ett missionsuppdrag och samtidigt möta hörselhindrade utan att församlingen behöver vidta särskilda åtgärder för mötet?

Innehåll

En kort och översiktligt belysning av olika typer av sociala och psykologiska konsekvenser av hörselhindret som medför att hörselhindret också kan bli ett hinder i mötet med församlingens verksamhet.

Metod

I slutet av kapitlet om församlingens mission finns det samtalsfrågor som man kan ta hjälp av för att öka förståelsen för hur hörselhinder kan påverka församlingens möjlighet att bedriva en missionerande verksamhet bland hörselhindrade.

Mission

"Kom och följ mig!" Matt.4:19



Vad gör hörseln med människors Gudsrelation?

Många hörselskadade tycker att det ofta inte ger så mycket att gå till kyrkan. Kyrkan är det talade ordets palats. Det är tröttsamt att anstränga sig för att höra och nedslående att uppleva att man inte är riktigt delaktig. Just därför behöver församlingen anstränga sig lite extra för dem. När man inte hör tillräckligt mycket av vad som sägs riskerar man att missa evangeliet och frälsningen. Gud har ju uppenbarat vem han är genom sitt ord – i Jesus Kristus. Det kan ingen inte tänka sig fram till på egen hand. Det behöver man komma till kyrkan för att höra. Ordets undervisning och församlingens gemenskap är viktig – även för personer med hörselhinder.

Hur påverkas hörselskadades relation till kyrkan – av hörseln?

En forskningsundersökning, som gjordes vid California School of Professional Psychology (CSPP), noterade att vuxendöva ofta kände sig utestängda ur kyrkan. De kände sig inte längre hemma där. Folk i kyrkan förstår dem inte och respekterar dem inte. De drar sig därför undan. Detta är troligtvis en beskrivning som många vuxendöva och gravt hörselskadade och kanske andra personer med hörselhinder även i Sverige kan känna igen sig i. En ganska naturlig följd av att man tvingas ha sin kontakt med Gud ensam är att privatreligiositet utvecklas, med alla vanföreställningar det kan medföra. Det är olyckligt. Kristens tro är gemenskap. Församlingen liknas i Bibeln vid en kropp – Kristi kropp. "Ni utgör Kristi kropp och är var för sig delar av den" (1 Kor.12:27). Paulus talar om att man vårdar de svagaste delarna av kroppen mest "...för att alla delarna skulle visa varandra samma omsorg" (v. 25).

Församlingens arbete med mission

Utmaningen ligger på flera områden:

- Kommunikation och gemenskap
- Val av verksamhetsformer och pedagogik
- Information och inbjudan

Varför har hörselskadade inte lust att komma?

Vad är det som gör att man känner lust och olust inför olika saker? Fysisk aktivitet är nyttigt och hjälper oss att känna oss mer tillfreds med livet. Det sysslar man oftast inte så mycket med i kyrkan. Kyrkan erbjuder tyvärr just det som ger minst lustkänslor och mest olustkänslor för en hörselskadad –



Samtalsfrågor:

1. Vad är det som gör att vi känner lust att gå till kyrkan eller församlingshemmet? Berätta för varandra vad det är som gör att ni gärna återkommer!
2. Tror ni att hörselhinder minskar lustkänslan inför kyrkan? Vad skulle man kunna ändra så att det skulle kännas mer lustfyllt och gott för dem?

gemenskap som bygger på verbal kommunikation. Det är vanligt att hörselskadade upplever att lusten att gå till sammankomster av olika slag försvinner. Tidigare erfarenheter av att missa information, att känna sig utanför och - värst av allt – att bli satt i pinsamma situationer där man plötsligt förväntas göra något som man inte har hört, gör att man kanske väljer att stanna hemma. Detta drabbar även församlingen. Kan församlingen påverka om människor känner lust eller olust i kyrka och församlingshem? Sannolikt. Hur kan vi få även hörselskadade att finna det lustfyllt att delta i gudstjänster och andra samlingar i församlingen? Det är en angelägen fråga.

Många gånger sker valet att komma eller inte komma på det omedvetna planet. Man har inte lust, det verkar tråkigt – fast egentligen är det kanske hörselproblemet som bidrar till olustkänslorna. Våra känslor är en stark drivkraft. Därför är också känslan av olust en starkt hämmande faktor. När man frågar sig: ”varför kommer inte hörselhindrade till kyrka och församlingshem?” skulle man också fråga: ”varför har de inte lust att komma?”

Har hörselskadade verkligen mindre behov av Gud än andra? Det verkar orimligt. Om en hörselskadad upplever att man inte har något behov av Gud beror det sannolikt på något i livssituationen och det sociala sammanhanget. Det finns anledning att fundera närmare på det.

Hörselskadade riskerar att vara en ”onådd folkgrupp” för evangeliet – mitt i vårt eget land! Problemet är inte att de inte får komma. Ingen har väl något emot hörselskadade? Problemet är att nästan ingen är medveten om att det finns något problem. Varför kommer de inte? De kanske faktiskt inte har lust!

Praktiska tips

Inbjudan och skriftlig information

Det finns en viktig skillnad mellan muntlig och skriftlig information. Vid muntlig information klingar ljudet ut och försvinner i samma ögonblick som orden är uttalade. De skrivna orden finns kvar. Man kan läsa dem flera gånger om man vill eller behöver. Man kan bestämma takten själv. När det är fråga om muntlig information är risken stor att man går miste om en del av orden. Den som inte hör så bra får inte mer tid på sig än alla andra. Man får bara en chans att höra det som sägs. Den som har sett ett barn som nyss lärt sig läsa och som försöker följa med i den svenska texten på TV kan ana hur det är med det talade ordet för hörselskadade. Orden försvinner innan man hunnit ”läsa klart”. Visuell information är därför ett värdefullt komplement till den muntliga. Då kan man läsa det man inte uppfattar med hörseln och därmed ändå vara helt informerad.

Information om mötens och lokalers tillgänglighet är för de flesta församlingar den svagaste länken när det gäller tillgänglighet. Om man går in på en församlings webbsida för att ta reda på ifall man kommer in med rullstol i kyrkan eller församlingshemmet, om det finns hörslinga eller om en samling rentav är tolkad till teckenspråk eller med skrivtolk för vuxendöva - då hittar man nästan aldrig sådan information. Vad ger det för signaler? Att man inte har tänkt på det. Att funktionshindrade inte är önskvärda.

Hur formulerar vi inbjudan till våra aktiviteter, så att hörselskadade och personer med andra funktionshinder känner att de kan och vill vara med?

- Hur man formulerar inbjudan påverkar responsen. Talar man mycket om att ”gå och läsa”

Val av verksamhetsformer och pedagogik

Det är viktigt att få hörselskadade att känna sig lockade att komma – och inte känna sig lurade när de väl är där. Det behöver inte vara så märkvärdigt eller svårt. Det handlar framför allt om inlevelse, att vi är måna om att alla ska höra och vara delaktiga – hela tiden. Men de som har problem med hörseln måste få reda på att ni är medvetna om detta och jobbar på att göra det så bra som möjligt. Hur når vi ut med det?

En verksamhetsform, som har blivit allt vanligare, borde passa personer med hörselproblem utmärkt. Små hemgrupper, där man känner varandra och har omsorg om varandra är ofta en lättare miljö än stora församlingsmöten i stora församlingslokaler. Fast det är inte säkert att det är så. Barn som stöjar i bakgrunden, att man sitter utspritt i rummet, att man pratar friare och mindre strukturerat (d.v.s. en i taget) gör att det kan vara svårt att höra och delta aktivt även där. Ändå borde omsorgen om den enskilde göra att man vill att alla ska kunna vara delaktiga. Där kan det vara lättare att erkänna sitt handikapp och ta emot hjälp. Man kan enkelt avpassa varje hemgrupp efter de behov som finns där, till exempel om någon har svårt att höra. Alphagrupper är en sådan mindre grupp, som är relativt lätt att höra i – om man tänker sig lite för när det gäller lokal, placering, hur man pratar o.d.

Samtalsfrågor:

1. Vilka verksamheter i församlingen tror ni passar bättre och sämre för hörselskadade? Kan ni förändra något?
2. Vad kan er församling göra för att underlätta för hörselskadade att ta del av församlingens verksamhet? Självkänslan är ofta dålig hos hörselskadade. Det är det som ligger bakom kyrktantens ord på bilden, "inte är väl jag så viktig att alla ska ta hänsyn till att jag hör... eller?"

är det inte så lockande för rörelsehindrade och dyslektiker. På motsvarande sätt är det ofta mycket verbal kommunikation i församlingens aktiviteter. Det känns kanske inte så lockande för personer med hörselhinder. Hur formulerar man inbjudan så att det blir lockande att ändå vara med? Trygghet och nyfikenhet är nyckelord!

• *Om man har en skriftlig anmälan: Be att få reda på vad de har för specialbehov.*

• *Personlig kontakt är alltid det bästa! Vet man om att det t.ex. finns ungdomar i konfirmandåldern med hörselproblem kan man också lättare hantera frågan och göra konfirmandtiden så bra som möjligt för just dem.*

Stockholms stift informerar om tillgänglighet för funktionshindrade i alla kyrkor: www.svenskakyrkan.se/stockholmsstift. Välj "Kyrkor och gudstjänster"

Diskutera:

1. *Hur tillgängliga är våra lokaler och samlingar? Vem vet om det?*
2. *Ändring av tider eller platser - hur informerar vi om det?*
3. *Hur inbjuder vi så att även personer med funktionshinder känner sig lockade att komma med?*
4. *Lappar med inbjudningar, finns det upplysning om tillgänglighet? Hur?*
5. *Vilken information ger vi på vår webbsida om tillgänglighet för funktionshindrade?*
6. *Församlingsbladet är en viktig informationskälla. Tar vi upp funktionshinder och tillgänglighet där? Vid platsen för information om gudstjänsttider är det bra med stående information om tillgänglighet - gärna med symboler. Ska vi börja med det?*

Missionens internationella perspektiv

Många i församlingarna har naturligt ett internationellt perspektiv på mission. Det beror naturligtvis på 1900-talets starka missionsengagemang på olika håll i världen. Även om mission enligt kyrkoordningens sätt att tänka i första hand handlar om hemförsamlingen är ett internationellt perspektiv viktigt att ha med. Då kommer även frågan ifall alla hör tillräckligt bra in även där.

Sverige tillhör de lyckligast lottade länderna i världen. Det gäller även de hörselskadade i Sverige. De ekonomiska och tekniska förutsättningarna är så goda att vi har möjlighet att köpa många tekniska hjälpmedel som underlättar hörandet och ökar därmed förmågan till kommunikation och delaktighet och därmed livskvalitén. Så är det inte på så många håll i världen. Något som kyrkorna i Sverige skulle kunna dela med sig av är medvetenheten i dessa frågor. Då handlar det inte i första hand om teknik. Det handlar om attityder och om att vi ska kunna kommunicera med varandra och Herren på ett tillfredsställande sätt. Denna kommunikation går att underlätta även utan teknik. Att tala i mindre grupper, att försöka ha det tyst runtomkring, att undvika ekande lokaler, att tala så man hörs tydligt – allt sådant är helt gratis. När vi själva har tagit in det angelägna att ha en omsorg om den enskilda människan och lärt oss Bibelns synsätt att man lyssnar med hjärtat, inte med öronen, då kan vi dela med oss av detta till andra som inte kommit på detta än. Då kan vi frimodigt inbjuda även de som annars missar de glada nyheterna om Jesus Kristus. Där ligger en global uppgift och väntar på oss.

IVSS/Churchear

År 1979 ägde den första internationella konferensen kring kyrka och hörselhinder rum. Det var de tyska evangeliska kyrkorna i öst och väst som tog initiativet till detta. I Tyskland har organiserad verksamhet bland personer med hörselhinder funnits i drygt hundra år. Även Danmark var tidigt igång med ett sådant engagemang. Hur engagemanget för hörselskadade i kyrkor och samfund ser ut varierar mycket från land till land och kyrka till kyrka. På de flesta håll är det en liten del av kyrkornas engagemang för människor. Därför har det funnits behov att mötas till internationella ekumeniska konferenser vartannat år. Hörselskadades situation är snarlik i olika länder. Vilken hjälp samhället ger och vilken roll kyrkan har varierar däremot stort. Det utbyte med andra som man får på konferenserna ger inspiration till fortsatt engagemang. År 2004 var Sverige värd för konferensen, som ägde rum i Kungälv under temat "Moving Barriers". Mer information finns på www.churchear.org

Samtalsfrågor:

1. Varför stöder t.ex. SKM just nu inga projekt för hörselskadade i världen, tror ni? Missionärerna skulle kunna ha en stor uppgift att göra fler människor delaktiga genom att själva bli mer medvetna om hörselhinder.

Handlingsplan (förklaring, sidan 7)

Utredning	<i>Hur är det nu? Vilka hinder har ni noterat?</i>
Mål	<i>Hur vill vi att det skall vara? Vad vill vi uppnå?</i>
Åtgärdsprogram	<i>Hur skall målet uppnås?</i>
Ansvarig	<i>Vem ansvarar för att målet nås?</i>
Tidsplan	<i>När skall målet vara uppnått?</i>
Information	<i>Hur sprider vi information om detta? Inom arbetslaget? Ut mot församlingsbor?</i>
Uppföljning	<i>Vid uppföljningen av målen dokumenteras här de erfarenheter som gjorts.</i>

Tredje sammankomsten

Diakoni

Syfte

Att fördjupa förståelsen för vad ett hörselhinder innebär för den enskilda människan i hennes möte med församlingens diakonala verksamhet. Har hörselhindrade särskilda behov genom sitt handikapp och har de behov av särskilda åtgärder för att möta de behoven?

Innehåll

En kort och översiktligt belysning av olika typer av sociala och psykologiska konsekvenser av hörselhindret som medför att hörselhindret också kan bli ett hinder i mötet med församlingens diakonala verksamhet. Den hörsel-skadade kan bli isolerad p.g.a. sitt handikapp och i samtalet krävs ibland särskilda åtgärder.

Metod

I slutet av kapitlet om församlingens diakonala verksamhet finns det samtalsfrågor som man kan ta hjälp av för att öka förståelsen för hur hörselhinder kan påverka församlingens möjlighet att bedriva en diakonal verksamhet bland hörselhindrade.

Diakoni

Jesus tog honom avsidet från folket och stack fingrarna i hans öron... andades djupt och sade till honom: Effata! (Mark.7:33)

“Vem förstår hur jag har det?” – någon att tala med

En anledning till att så få under själavårdssamtal pratar om sina känslor inför och erfarenheter av att höra dåligt kan vara att de inte har blivit tillfrågade om det. Vi pratar inte så mycket om hörselhinder och dess sociala och andliga konsekvenser i kyrkan. Den dag då dessa frågor lyfts fram som angelägna i församlingen kommer även de personliga samtalen att beröra dessa problem.

Hörselhindret stör kommunikationen, den sociala kontakten och personligheten

Den som hör dåligt känner sig lätt utanför gemenskapen, har svårare att känna delaktighet med andra. Känslan av samhörighet och närhet förmedlas i stor utsträckning genom samtal. Om man inte hör är det lätt att bli misstänksam. Att inte höra är ett ständigt hot mot självkänslan. De grundläggande behoven att kunna höra glöms bort gång på gång av omgivningen. Man känner sig utanför gemenskapen med andra, eftersom man inte hör vad alla säger och kan följa med i samtalet. Detta kan bli ett själavårdsproblem. Är man i kyrkan medveten om det kan man möta människorna bortom hörselhindret och visa att de är lika viktiga som alla andra och att man uppskattar vad de bidrar med.

De behöver ofta någon som är intresserad av dem och deras situation. Om man visar att man verkligen bryr sig om dem, kan det bli en öppning där ett meningsfullt samtal kan ske om hur de ska kunna känna sig mer delaktiga i kyrkan. Det finns många aspekter som kan vara avgörande för

“För några år sedan upplevde jag ett akut behov av någon att prata med. Men vem skulle det vara? Skulle jag välja att söka någon på sjukhuset som förstår min hörselsituation och kan hjälpa mig att bearbeta min sorg över alla sociala förluster det för med sig och hitta strategier för att må så bra som möjligt med min förlust och att fungera bättre i samhället - eller ska jag prata med en präst om mina andliga problem och behov? Man kan tycka att det självklara svaret skulle vara 'både och', men de hänger ihop. Hörselproblematiken blandar sig i allt mänskligt i stort sett, även det andliga.”

Carl 52 år

“Vad skall man tro ifall man sitter vid ett bord där man vid andra änden viskar och skrattar och samtidigt sneglar på mig? Det måste väl vara mig de gör sig lustiga över... Som om det inte räckte att vara utanför som det är, att inte kunna höra allt det roliga de skrattar åt... Är jag mer ointressant än andra? Är jag mer dum än andra? Har jag inte lika mycket att bidra med som andra? Varför frågar de inte mig?”

Niclas 17 år

hur man betraktar sig själv. Det är en sorg att ha förlorat hörseln - eller delar av den. Smärtan gäller till att börja med att en kroppsfunction inte längre fungerar som den ska - och aldrig kommer att bli bra igen. Det är en förlust som man har rätt att vara ledsen över, att sörja. Till skillnad från när man sörjer en människa som dött så lever hörselproblemet i högsta grad. Därför är förlusten av hörseln inget man kan lämna bakom sig. Det smärta varje gång man märker att man inte kan vara lika aktiv i samtalet som man kunde tidigare, att man inte kan vara lika kvick, inte lika dominerande, inte lika avspänd. Det är en sorg. Man har rätt att gråta över det. Och å andra sidan mer medvetet gå på jakt efter livets glädjeämnen!

Bekymren för den som är hörselhindrad kan se olika ut men sammantaget kan de bidra till en livssituation som man kan behöva hjälp att bearbeta.

Kan man göra något åt att människor som är hörselskadade har lättare att känna sig utanför och annorlunda?

En person med hörselhinder är en vanlig människa och vill bli behandlad som det. Att bli utsatt för en överdriven omsorg på grund av sitt handikapp upplevs ofta som obehagligt. Att få vara delaktig i en levande gemenskap är däremot positivt. Det gäller att vara varsam hur man handskas med varandra; Med kärlek och respekt för varje individ.

Praktiska tips

Hur vi underlättar det personliga samtalet

Kontakt är huvudordet när vi kommunicerar med varandra; det vi eftersträvar. Hörselhinder hindrar eller bryter då och då denna kontakt. Några enkla åtgärder underlättar förutsättningarna en hel del:

- Stäng av stereon eller TV:n, stäng fönstret mot gatan - det blir mycket lättare att höra.
- Gå gärna lite för er själva. På tu man hand får man bäst kontakt!

Ögon-kontakt



Innan du börjar prata: se till att ni har kontakt. Då slipper du att säga ditt ärende en gång till. Titta på varandra - då är det lättare att höra.

Några diakonala aspekter på det mänskliga mötet med hörselskadade:

Kroppskontakt - när man inte hör så bra kan fysisk kontakt vara ännu viktigare för att känna gemenskap och samhörighet. Att skaka hand eller ge varandra en kram är ett tillfälle då just "jag" syns och finns. Då försvinner man inte i gruppens anonymitet. Att röra vid varandra kan upplevas väldigt olika, men är

Kontakt-skapande



Berätta gärna vad ni pratar om. När man vet ämnet är det mycket lättare att höra

De som alltid klagar på att det hörs dåligt är det lätt att tröttna på. Efter ett tag bryr man sig inte om det. ”Hon klagar ju alltid, så det är inget att bry sig om”. Men varför inte pröva att gå på hembesök till henne eller honom, sitta ner i lugn och ro och fråga hur de har det, hur det känns att inte höra i kyrkan och vad de tror det beror på. Att bli betraktad som en resurs även när man framför negativa synpunkter är en positiv upplevelse. Det är bra att få det erkännandet även för hörselhindrade.

Äldre som inte hör

De flesta känner nog till någon gammal dam eller man som det inte går att prata med längre. De sitter i dagrummet på servicehemmet och tittar ut genom fönstret eller på TV- utan att höra något. Ofta är de inte senila fast det verkar så, åtminstone inte till en början. Men eftersom de får för lite intellektuell stimulans vissnar tankeförmågan ner. De förmår inte längre föra ett meningsfullt samtal. Kyrkans folk kan göra en viktig insats för att bidra till att motverka den utvecklingen.

ett sätt att förmedla närhet och kärlek.

Respons – eftersom den hörselskadade missar mycket av den verbala kommunikationen kan det för en del vara ännu viktigare att bli bekräftade genom att få tydlig respons på det de säger med nickar eller annat kroppsspråk, ett leende när man möts o.d.

Glapp-kontakt



*Rätt som det är hör man inte och måste fråga om.
Säg gärna samma sak med andra ord när du märker att den andre inte hör vad du säger.*

Ljus-kontakt



*Om ljuset faller på ditt ansikte syns du bättre.
När man ser dig är det lättare att höra. Göm alltså inte din mun bakom tidningen eller handen*

Vad kan man göra för att de skall höra mer?

Tid

Den främsta anledningen till att de blir sittande är att alla har så bråttom. För att kunna föra ett samtal och känna samhörighet när man inte hör så mycket krävs tid. Vi i kyrkan tror ju på ett evigt liv. Därför har vi bättre förutsättningar än andra att ha tid för de äldre. Tänk om vi kunde få förmedla en tidlös och avstressad frid när vi kommer.

Sitt mitt emot varandra

När man gör det kan den döve/hörselskadade avläsa ansiktet och därmed höra bättre. Att skrika rakt in i örat från nära håll hjälper oftast inte. Dessutom är det smärtsamt när ljudet blir för starkt.

Tala långsamt och tydligt

Satsa på tydliga munrörelser och korta meningar. Då är det speciellt lätt att uppfatta. Man bör förvissa sig om att han/hon är med på vad man säger innan man fortsätter. Detta sätt att samtala fungerar även om den man talar med inte hör något alls, när det inte hjälper att skrika

Hjälp dem med hörapparaten eller andra hörhjälpmedel

Det är inte så lätt att sköta en hörapparat, speciellt inte när man blir äldre. Batterier behöver bytas, det kan bli vax i snäckan eller fukt i slangen. Då hörs det sämre. Det kan dessutom vara svårt att ställa in lagom volym. Det kan vara många bekymmer med en hörapparat. Ifall man kan lite kan man hjälpa till. Då hör de mycket bättre. Man kan tycka att det inte är kyrkans sak att hjälpa dem med det, men vems sak är det då? Det finns oftast ingen som har det bland sina arbetsuppgifter. Därför blir hörapparaten liggande i fodralet och den hörselskadade sittande i en stol utan att kunna prata så mycket med någon.

Vem hjälper dem att få tid på Hörcentralen eller kontaktar barnen om behovet av detta? Diakonen eller prästen, kanske?

När det är dags för gudstjänst på servicehemmet och gamla fru Andersson sitter där utan sin hörapparat – väntar man då några minuter med gudstjänsten för att springa och hämta den på rummet och hjälpa henne att sätta på den, kanske dessutom byta batteri? Det kan man göra för att underlätta så att hon också kan lyssna och delta.

Transett favorit/Hörat

är ett mycket bra hjälpmedel vid sjukbesök o.d. Det är en enkel handmikrofon som kopplas med en sladd till hörlurar eller halsslinga (ifall man har hörapparat). Den är enkel att använda och förstärker ljudet mycket bra. Ett ”måste” för alla diakoner och präster.

Block och penna

Det genialiskt enkla är ibland svårt att komma på. När man inte kan prata kan man skriva istället. Det tar lite längre tid, men den tillfredsställelse det ger att kunna föra ett meningsfullt samtal uppväger det. Här är tiden en viktig faktor.

Sång

Pröva gärna att sjunga psalmer och andra kända sånger. Musiken bär orden och underlättar förståelsen. Ibland är det lättare att höra sång än tal. Varför inte pröva?

Läs mer på www.svenskakyrkan.se/samariterhemmet/svkhandc.html och www.diakoni.nu

Handlingsplan

Utredning	<i>Hur är det nu? Vilka hinder har ni noterat?</i>
Mål	<i>Hur vill vi att det skall vara? Vad vill vi uppnå?</i>
Åtgärdsprogram	<i>Hur skall målet uppnås?</i>
Ansvarig	<i>Vem ansvarar för att målet nås?</i>
Tidsplan	<i>När skall målet vara uppnått?</i>
Information	<i>Hur sprider vi information om detta? Inom arbetslaget? Ut mot församlingsbor?</i>
Uppföljning	<i>Vid uppföljningen av målen dokumenteras här de erfarenheter som gjorts.</i>

Fjärde sammankomsten

Undervisning

Syfte

Den fjärde sammankomsten fördjupar förståelsen för vad ett hörselhinder innebär för församlingens undervisning. Hörselhindrade har särskilda behov på grund av sitt handikapp för att kunna ta del av undervisning på ett fullgott sätt och därför behövs särskilda åtgärder för att möta de behoven. Det är extra angeläget med tanke på att en stor del av undervisningen sker med talade ord och det är ett osynligt handikapp i den meningen att den som står för undervisningen ofta inte är medveten om ifall det finns någon med hörselskada och vilka konsekvenser det för med sig.

Innehåll

I avsnittet om undervisning behandlas hörselhinder i ett brett perspektiv. Till stor del är det dock fokus på undervisning för barn och ungdomar. I hög grad är det tillämpligt även på vuxna. Att höra sämre än andra innebär samma hinder oavsett ålder. Man missar mycket som är viktigt och intressant och det leder till kunskapsluckor. För omgivningen är det också en förlust och ett slöseri med mänskliga resurser när vissa människor inte kan delta fullt ut i fördjupande samtal. Då går alla miste om en gemensam reflektion, som skulle ha kunnat ske om undervisningen hade hörts bra. I texten belyses olika praktiska tips för att underlätta undervisningen så att en god dialog och inläringssituation skapas.

Samtalsfrågor

I anslutning till texten finns ett antal samtalsfrågor som relaterar till det som tas upp i det aktuella textavsnittet. De frågorna kan man med fördel prata om under tiden som man läser texten. Då kan man lyfta fram frågorna som underlag för reflekterande samtal om församlingens undervisande verksamhet i relation till människor med hörselhinder.

Fakta

Vill man fördjupa sig ytterligare finns faktadelen i slutet av boken. I det avsnittet finns en förteckning över tekniska hjälpmedel samt en del praktiska och användbara tips. Inte minst avsnittet om ljudanläggning och teleslinga ger viktig kunskap.

Handlingsplan

Som avslutning på avsnittet om undervisning i församlingen finns ett underlag till en handlingsplan. Utifrån den viljeinriktning som ni formulerat i er policy för hörselhinder kan ni formulera konkreta åtgärder, som ni vill vidta för området som behandlar undervisning. Handlingsplanen finns som hjälp att strukturera ett åtgärdsprogram, som klargör vilka åtgärder ni vill vidta i församlingen för att undanröja de hinder som ni kan se finns för en undervisning som alla kan höra.

Undervisning

"Säll är den människa som hör mig" Ordspr.8:34

Kommunikation är förbindelsen mellan människor. Långt ifrån all kommunikation består av talade ord. Det kan vara gester, brev, olika konstnärliga uttryck, handlingar som man gör för någon annan på olika sätt. Även om man använder ord, så är de ofta mer än bara ren kunskapsförmedling. Orden har också en social funktion, att binda samman människor i nätverk av vänskap och familjeband. Egentligen är det en ganska liten del av det man säger som är ren kunskapsförmedling.

Människan är en social varelse. Därför spelar den verbala kommunikationen en avgörande roll för livskvalitén och upplevelsen av mening med livet. Vad händer när denna kommunikation störs och upplevs som ansträngande? Det är en angelägen fråga att reflektera över.

Barn och ungdomar med hörselhinder är ofta osynliga

Är det så att hörselhinder inte är ett speciellt stort problem? Så kan det vara, men ofta liknar det mer ett isberg. Det är bara en lite del av handikappet som är synligt för omvärlden. Den största delen av problematiken kring hörselhinder finns osynligt under ytan. Som ledare ser man ofta inte hela problemet. Barn är mästare på att låtsas vara som alla andra. När det barn som inte hör så bra sedan slutar i verksamheten är problemet borta... eller?

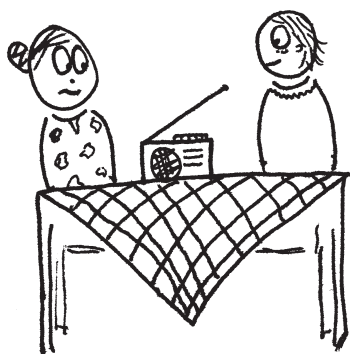
Mer kunskap bland kyrkans ledare om vilka konsekvenser en hörselskada får och hur det upplevs skulle göra problemet mer synligt och kanske - i bästa fall - förvandla problemet till en "utvecklingspotential".

Varför syns hörselhinder så sällan i vår barn- och ungdomsverksamhet?

Man skäms. Många föräldrar vittnar om ett vanligt återkommande bekymmer när det hörselskadade barnet kommer upp i tonåren. De tar av sig hörapparaten och låtsas att de klarar sig utan. Med en tuff attityd kan man låtsas att man inte vill höra fast det egentligen beror på att man inte kan höra. Hörapparaten är ett stigmata - något som syns och som gör henne/honom annorlunda än kamraterna. Att plocka ut den och klara sig utan är en förståelig åtgärd i en ålder när man vill vara som alla andra och smälta in i gruppen. Denna reaktion och handling kan även vuxna med begynnande hörselnedsättning känna igen sig i. Man kan tycka att det är dumt och oförnuftigt att välja att höra sämre, men att vara likadan som andra är viktigare än det mesta. Därför väljer man bort att höra.

Det är tröttsamt. De allra flesta ungdomar med hörselhinder går i skolan integrerat med normalhörande elever - oftast som enda elev med detta problem. Det är ansträngande att försöka följa med på lektionerna och - inte minst - på rasterna. Med hörselhinder tvingas hjärnan arbeta hårdare än de andra barnens för att tolka de ljudsignaler man uppfattar, vilka är otydligare än för en normalhörande. Detta hjärnarbete tröttar. Muskelspänningar och

Då och då missförstår man den som talar. Om man inte uppfattar det som sägs rätt kan det bli som damen på servicehemmet som lyssnade på radio. Efter nyheterna kom radioschacket...



- Vilken förfärlig historia!
- Vad då?
- Hörde du inte att en vit dam slagit ned en svart bonde på E4:an?

huvudvärk när de kommer hem från skolan är vanliga. Man kan förstå om de väljer bort ytterligare skolliknande aktiviteter på eftermiddagen. Det finns ofta inte vare sig ork eller motivation kvar.

Kyrkan är frivillig. Att vara med i kyrkans verksamhet är frivilligt. Så måste det vara, men därmed förlorar många barn och ungdomar tillgång till församlingens liv och verksamhet, som de skulle ha haft glädje av. Hörselhindrade barn avstår kanske i högre grad än sina kamrater att delta. Dels är det ofta verbal kommunikation som dominerar och då känner man sig i underläge och blir lätt utanför i gemenskapen. Dels är det ofta stöjtigt och slamrigt, vilket är både tröttsamt och ofta smärtsamt för öronen. Att hörselskadade barn och ungdomar avstår kan man förstå - men är det vad kyrkan önskar? Skulle man på något sätt kunna försöka göra verksamheten behagligare för dem? På mindre platser där man känner barnen kan det vara lättare att få en personlig kontakt och ge ett personligt erbjudande. På större orter får man försöka hitta andra vägar.

a) pedagogik

Hörselskadade riskerar att få kunskapsluckor eftersom man då och då under talet missar viktiga poänger, vilket gör det svårare att uppfatta vad som är det centrala i framförandet. Om en hörselskadad har en oklar gudsbild och uppfattning av evangeliet säger kan det delvis bero på detta.

- Ett långsamt och eftertänksamt samtal ger tid att tänka efter. Ett sådant samtal passar hörselskadade alldeles perfekt. Då hänger många fler med och kan hinna säga något. Samtal med eftertanke bjuder in människor som inte är lika snabbtänkta som de snabbaste. De snabbaste mår bra av att träna sig i att tänka innan de pratar. När man visar hänsyn till dem som hör dåligt genom att man talar en i taget samt långsamt och tydligt får alla hjälp till ett samtal som innehåller mer eftertanke. Därför kan det också lättare bli djupare.

Det är både enklast och skönast för den som har problem med hörseln att vi förbättrar hörseltillgängligheten i smyg. Man behöver inte peka ut någon för att motivera att man vill höras.

- Använd hjälpmedel för att förtydliga vad du berättar. Det underlättar för alla - även hörande. För små barn kan det vara saker eller bilder. För äldre och vuxna gör Whiteboard, Overhead eller Power Point det mycket lättare att följa med - om den som talar står så han/hon syns och hörs.

Jag satt för några år sedan på stationen i Borås för att åka med tåget. De har numera visuell information om tågets avgångar, förseningar o.d., så jag kände mig lugn. Jag satt i väntsalen och läste. Att högtalaren lät ibland bekymrade mig inte. Jag hade ju läget under kontroll. När det sedan var dags att gå ut till tåget hade det redan gått! Det hade avgått tidigare än beräknat! Detta hade de upplyst om i högtalarna, men det hörde ju inte jag. Det är svårt

att sätta ord på alla de känslor som vällde upp i mig, av besvikelse, sorg, uppgivenhet, irritation, förtvivilan. Vad skulle jag göra nu? Vad var viktigast, att påtala bristen i information medan det var färskt, att försöka få reda på vad som hänt eller att försöka ta mig till Göteborg på något annat sätt? Om någon någonsin känner sig som en "loser", så är det då!

Victor, 23 år

Tips på hur du når fram med det du vill säga

- Visa stolpar på det du säger visuellt. Det är en stor hjälp för att kunna hänga med i framställningen när man inte hör så bra. Man hör mycket bättre när man vet vad du tänker säga. Man kan dessutom slappna av mer och blir inte så trött.

- Titta på dataskärmen istället för att vända dig om för att titta på storbilden. Om du gör det ser åhörarna inte din mun och får svårare att höra. Dina ord måste studsas i väggen innan de når dem.

- Varning! Kombinationen dator, projektor o.d. och mikrofon med teleslinga kan vara problematiskt. Om man står för nära kan fläktljudet gå in i mikrofonen och förstärkas! Dessutom kan teleslingan störas av magnetfälten som bildas kring elektriska apparater och få ett brum som är mycket tröttsamt. Testa därför detta innan ni börjar, så att det fungerar.

- Undvik att avbryta undervisningen med bikupor tre och tre. Det blir väldigt svårt att höra eftersom hörapparaten förstärker ljudet på dem som sitter i de andra grupperna lika bra. Två och två är i så fall betydligt bättre. Då pratar man direkt till varandra och kan komma närmare. Men undvik helst detta helt.

- Det bästa är att sitta i olika rum när man har gruppsamtal. Är det inte möjligt kan man erbjuda det till den grupp som har någon med hörbesvär.

- Ha gruppleddare som håller ihop samtalet. Låt inte alla prata fritt i mun på varandra. Om man vet vad man håller på att prata om är det också lättare att höra vad som sägs. Är det kor eller dopet det handlar om? Då hittar hjärnan snabbare i sin ordlista.

- Att det är tyst runt omkring när någon talar är nog det allra viktigaste - och det svåraste! Det är oerhört svårt att höra när kamraterna tisslar och tasslar. En hörselskadad kan inte höra på två personer samtidigt utan blir oerhört distraherad av sådant.

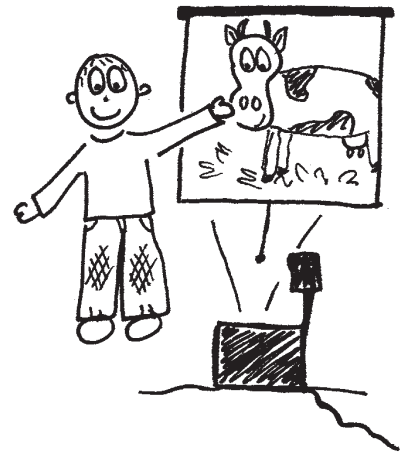
- Ibland vill vi ha aktiviteter som försvårar taluppfattningen, t.ex. med bakgrundsmusik eller att tala mer lågmält för att skapa en lugn atmosfär. Då är det extra viktigt att man tänker på att ändå fortfarande höras av alla.

b) Drama

- Spelar man upp drama för personer med hörselhinder ställer det större krav på tydlighet. En pantomim är det enklaste. Rörelser samtidigt som en person som läser är också lätt att göra hörbart. När det gäller drama med repliker kräver det ännu mer träning, så att poängen kommer fram klart. Tänk speciellt igenom vilka repliker som är meningsbärande - och gör dem tydliga. Att budskapet går fram tydligt är bra för alla!

- När till exempel konfirmanderna eller barnen skall öva in drama är det en otrygg situation när man inte hör så bra. Man har inte kontroll över situationen. En naturlig strategi för en hörselskadad är då att dra sig bakåt. Då har man uppsikt med ögonen och kontroll på vad de andra gör. En smidig ledare kan se till att stå nära den hörselskadade, så att hon/han hör instruktionerna bra utan att bli utpekad. När andra i gruppen har kommentarer på hur man ska göra, upprepa det så att ni undviker oklarheter och missförstånd.

- När den hörselskadade själv ska agera bör man ägna det en speciell eftertanke. Finns det fallgropar där? Är det något hon/han behöver höra av de andras repliker som kan vara svårt? T.ex. en roll i dramat där han/hon ligger gömd är inte så käckt.



Dåligt exempel. En bild utan förklaring distraherar. Ska man försöka förstå vad den betyder eller strunta i den för att försöka höra istället?

Samtalsfrågor

1. Vet ni vilka barn eller ungdomar som har besvär med hörseln? Kan ni göra något för dem?
2. Hur lägger ni upp pedagogiken idag? Hör alla tillfredsställelse, tro?
3. Höga ljudnivåer är både tröttsamt och skadligt för hörseln. Har ni problem med för starka ljud i någon av era aktiviteter? Vad kan ni göra åt det?



En hörande som dansar, en hörselskadad som står bredvid

c) Lekar och fysisk aktivitet

När man behöver anstränga sig för att höra är lekar och fysiska aktiviteter ett välkommet avbrott. Då kan man slappna av lite. Konsten för ledaren ligger i att skapa en trygg situation, att få alla att känna att alla får vara med. När det blir dags för lite friare och rörligare aktiviteter slappnar ledarna lätt ofta av i ambitionen att höras tydligt. Men då är det ännu viktigare!

- Undvik att ge instruktioner när ni står utspridda. Prata först, sprid ut er sedan.

- Tänk igenom värderingsövningar, tillsammans-aktiviteter och lekar i förväg, så att de inte skapar en olustkänsla. Många aktiviteter bygger på verbal kommunikation. Samtalet blir lätt lågmält, i mun på varandra, fort eller på långt avstånd. Då är det svårt att höra.

- Vem lyckas bäst i leken? Om det finns ett samband mellan att höra bäst och att ha en fördel i leken bör ni välja en annan lek. Alla har behov av att känna sig duktiga – även barn med hörselhinder.

d) Musik

- Ungdomar spelar gärna musik med hög volym, ofta för hög. När det händer i församlingshemmet är det ett tillfälle att få ett samtal kring buller, tinnitus och vad man kan göra för att skydda sig för bullerskador. Höga ljudvolymen är skadliga för hörseln och orsakar bl.a. tinnitus. Kyrkomusikern kanske har egen erfarenhet av detta och kan berätta om det.

- Klassisk musik är inte mer skonsam för öronen än modern musik. Det är volymen det kommer an på.

Praktiska tips

Nu sjunker bullret och stressen släpper!

Några enkla åtgärder som gör stor skillnad - Hemligheten heter textilier...

Mattor på golvet ger inte bara ett trevligt intryck. Ljudmiljön blir bättre.

Dukar på bordet dämpar slammer och annat oljud en hel del, det blir inte så skarpt och hårt. Effekten blir ännu bättre om man använder bordsfilt under dukarna. Just porlinslammer är en stor plåga när man är ljudkänslig, vilket de flesta hörselskadade är.

Tassar under stolar och bord gör rummet tystare och vänligare. Det är mycket lätt att åtgärda – om man bara tänker på det. Stolar som skrapar låter väldigt mycket genom en hörapparat.

Dekorationer på väggarna av textilier fångar upp en del av ljuden. Ett tips är att låta barn, ungdomar och/eller syföreningsdamer tillverka vackra saker av tyg att hänga upp på väggen. Då får de ett ännu större värde; de dämpar ljudet förutom att vara vackra.

Gardiner i kraftigare tyg tar upp ljudet bättre

än tunna gardiner.

Mellanlägg på kaffekopporna är inte så vanligt numera, tyvärr. Det är fantastiskt vilken skillnad det gör för slamret under en kaffestund. Testa själva! Kanske kan kyrkliga syföreningen virka ett antal till församlingshemmet?

Bakgrundsljud

Ibland vill vi ha bakgrundsmusik/ljudkuliss. Då bör man tänka på om den hjälper eller stör kommunikationen. Vilken volym som är i så fall lagom?

Trafikbuller och fläktar är ett helt annat slags bakgrundsljud, som är viktigt att få ner volymen på. Handlar det om att stänga fönstret är det ju egentligen inte så svårt, men det gäller att tänka på det. Att stänga av fläktsystemet kan vara vanskligare. Det är lämpligt att prata igenom detta och komma överens om en gemensam policy i församlingen.

- Hur hörselskadade upplever musik är väldigt olika beroende på vilken typ av hörselskada man har. Ljudöverkänsliga tål inte starka ljud, man kan också vara känslig för vissa frekvenser eller vissa instrument. Ungdomar med tinnitus är också ofta känsliga för ljud. Enda sättet att få reda på hur de upplever det är att fråga dem.

- Spela inte musik i bakgrunden samtidigt som du pratar. Det blir mycket svårare att uppfatta talet då.

- Tyvärr har många kyrkomusiker bullerskador. Det är viktigt att vara rädd om deras (och andras) hörsel.

e) Församlingshemmet och andra lokaler

Även om hörsel handlar om kommunikation mellan oss är även lokalerna viktiga för att göra förutsättningarna så goda som möjligt för att höra varandra bra. Tänk konkret på de lokaler ni har verksamhet i. Är de bra ur hörselsynpunkt? Hur är akustiken? Hur stora är rummen?

Ljudmiljön i rummet är viktigare för hörselskadade än för normalhörande.

Ljudmiljön

Ljudmiljön har mycket stor betydelse för att kommunikationen skall fungera väl vad det gäller om vi hör och uppfattar varandra. Det är många saker som påverkar ljudmiljön. De flesta av dem är relativt lätta (och billiga!) att åtgärda.

Rummets akustik

En lång efterklangstid gör att ljuden går in i varandra. Då blir det svårare att uppfatta vad som sägs, i synnerhet om man har en skadad hörsel. När man planerar ny- eller tillbyggnader är det viktigt att den akustiska aspekten tas i beaktande. Ljudmiljön är en väsentlig del av miljön i en lokal. Även i befintliga byggnader kan man uppnå god ljudmiljö genom relativt enkla och billiga åtgärder.

Akustikplattor dämpar ljudet bra. Mjuka material dämpar bättre än hårda. En akustikexpert kan mäta upp hur mycket dämpning som är lagom i den aktuella lokalen. Dämpar man för mycket i taket hörs det också dåligt – ljudet behöver kunna reflekteras i taket för att nå längre.

En träpanel gör en hård vägg mjukare – och därmed mer ljuddämpande.

Fråga inte inför ett möte: ”behöver vi ha på ljudanläggningen idag?” Gör det till en vana att alltid använda den vid lite större möten (över 10 personer). Ni vet inte vem som skulle kunna ha haft glädje av den, men som väljer att inte ”bråka” om det. Man tror ju ofta att man ska höra. Det är när det redan har börjat som man märker att man kanske inte gör det, trots allt. Då känns det för sent att göra något åt det.

Om ni nämner att ni använder mikrofon och är intresserade av att kontrollera om det ni säger hörs bra kommer ni troligen att få reaktioner på det – och det vill vi ju, inte sant? ”Som man ropar får man svar”.

”Att ingen säger att de hör dåligt är inte detsamma som att alla hör bra!”

Samtalsfrågor

1. Trygghet är ett nyckelord när det gäller dramaövningar och lekar. Tycker ni att instruktioner och liknande fungerar bra, uppfattar alla det mesta?

2. Musik och bullerskador har tyvärr blivit begrepp som hör ihop. Vad kan ni göra åt det i er församling?

3. Använder ni bakgrundsmusik ibland? Varför/varför inte?

Samtalsfrågor

1. Vid vilka samlingar används ljudanläggningen i församlingshemmet? Borde den användas vid fler tillfällen? Vilka i så fall?

2. Hur fungerar era mikrofoner? På vilket avstånd från munnen ska de hållas?

3. Vad har ni för rutiner med kontroll av batterier i mikrofoner och hörstavar?

Några råd om hur man talar så att det hörs bra i en större samling

Fråga inte:



- Innan den som inte hör har uppfattat frågan är det för sent! Många upplever det dessutom jobbigt att behöva bli utpekade inför alla andra som handikappade och besvärliga. Det är viktigt att inte utsätta någon för att känna sig dum. Ansvaret för att alla ska höra ligger främst hos talaren – inte hos lyssnaren!

Det finns bättre sätt att ta reda på ifall alla verkligen hör tillräckligt bra. Använd fantasin!

- Kom ihåg att det sällan hjälper att höja rösten ifall någon säger att de inte hör. Det glömmes vi efter några minuter och återgår till vårt vanliga sätt att prata. Då är det bättre att använda mikrofon.

- Ta hänsyn till den som hör sämst. Då hör troligen alla andra också!

Ljuset

- Se till att talaren har bra belysning. När det gäller ljus är det viktigt att talaren både ser och syns. Inte minst på vintern är detta viktigt att tänka på.
- Undvik att stå i ett ljust fönster. Då blir du mörk och är svårare att avläsa.

Rösten

- Ha stöd i magen när du talar
- Tala lugnt, med tydliga pauser, bl a vid skiljetecken
- Säg ut hela orden och hela meningen. En del sväljer eller går ner i slutet av meningen. Då blir det för mycket man behöver gissa om man redan tidigare har svårigheter att höra.
- Försök tala med något så när jämn volym. Tänk på den stackars ljudteknikern som får skulden när det inte hörs!

Kroppsspråket

- Stå vänd mot dem du talar till; att se munnens rörelser underlättar hörandet.
- Rör dig inte för mycket. Då är det svårare att läsa på läpparna.
- Göm inte munnen bakom mikrofonen, handen eller manuskriptet
- Om du säger något roligt – se glad ut, något allvarligt – var allvarlig. Det underlättar förståelsen.

Handlingsplan

Utredning	<i>Hur är det nu? Vilka hinder har ni noterat?</i>
Mål	<i>Hur vill vi att det skall vara? Vad vill vi uppnå?</i>
Åtgärdsprogram	<i>Hur skall målet uppnås?</i>
Ansvarig	<i>Vem ansvarar för att målet nås?</i>
Tidsplan	<i>När skall målet vara uppnått?</i>
Information	<i>Hur sprider vi information om detta? Inom arbetslaget? Ut mot församlingsbor?</i>
Uppföljning	<i>Vid uppföljningen av målen dokumenteras här de erfarenheter som gjorts.</i>

Femte sammankomsten

Gudstjänst

Syfte

Att fördjupa förståelsen för vad ett hörselhinder innebär för den enskilda människans möjligheter att vara delaktig i gudstjänsten. Finns det hinder och hur kan de undanröjas?

Innehåll

En kort och översiktligt belysning av olika typer av kommunikativa konsekvenser av hörselhindret som medför att hörselhindret också kan bli ett hinder i mötet med Gud och andra människor i gudstjänsten.

Metod

I slutet av kapitlet om Gudstjänsten finns det samtalsfrågor som man kan ta hjälp av för att öka förståelsen för hur hörselhinder kan påverka församlingens möjlighet att utveckla gudstjänsten så att den passar också för hörselhindrade

Gudstjänst

Sänd ditt ljus och din sanning! Låt dem leda mig. Låt dem föra mig till ditt heliga berg och din boning (Psalt.43:3)

I detta avsnitt behandlas frågor som gäller gudstjänstens uppgift av att vara en plats för möte med Gud. Allt vi gör under gudstjänsten ska tjäna det syftet. Musik och tystnad liksom arkitektur och konst är sådant som talar till oss även om vi inte hör så bra. Men Gud gör sig också känd genom sitt Ord. I begynnelsen var Logos (= Ordet) (Joh. 1:1). Våra tankar om omvärlden formas genom orden. Ordens makt över tanken är stor. Därför är det också viktigt att orden når lyssnaren med avsedd betydelse. Det gäller gudstjänstordning, bibelläsning, utläggning, sånger och psalmer o.s.v. För att en person med hörselhinder ska erfara mötet med Gud så som vi önskar är det viktigt att man reflekterar över hur vi hjälper alla att kunna uppfatta det som sägs och sjungs.

a) Liturgin

En vanlig, traditionell, gudstjänst är lättare ur hörselsynpunkt än många andra typer av samlingar eftersom en person i taget talar. Då är det lätt att höra, förutsatt att den personen talar tydligt. Å andra sidan gör akustiken och kyrkorummets storlek det svårt att höra bra där. Det är en ständig utmaning för den som talar eller sjunger och den som sköter ljudet att det blir ett så bra ljud som möjligt så att det vi förmedlar når fram till alla. För de återkommande gudstjänsterna på söndagarna kan man tänka igenom rutinerna en gång för alla. Därefter kan man följa de rutiner man kommit överens om varje söndag.

Numera önskar vi ofta forma våra gudstjänster med större variation, med fler medverkande och låta deltagarna använda fler sinnen. Detta gör det ännu viktigare att tänka igenom hörbarheten. Det är nödvändigt att alla medverkande övar både att tala väl och att använda mikrofon. Man behöver tänka igenom var i kyrkorummet man står så att ljuset faller rätt. Ljudkulisser med bakgrundsmusik till tal kan vara effektivt men försvårar hörandet. Sådana gudstjänster kräver en större medvetenhet. Man kan inte längre slentrianmässigt göra som man gjorde förra veckan.

Liturgin öppnar också möjligheter för hörselskadade att uppleva gudstjänsten med fler sinnen än hörseln och därmed berika upplevelsen. Det är en spännande utmaning för församlingen att gestalta liturgin med den inriktningen!

Allmänna råd som är värda att tänka på

- När flera talare avlöser varandra blir det lätt så att inte alla som talar har mikrofon. Då faller ljudet bort och det blir endast ett sporadiskt hörande för den som är hörselhindrad.

- Drama är en speciell utmaning – rörligt och flera aktörer som talar på olika platser i rummet.

Samtalsfrågor:

1. Kan det finnas några som känner sig utestängda från era gudstjänster av något skäl?
2. Vilka typer av gudstjänster har ni? Är de lätta eller svåra ur hörsynpunkt?
3. Vilka moment i liturgin är speciellt svåra att uppfatta? Vad kan ni göra åt det?
4. Har ni som rutin att använda ljudanläggningen vid alla gudstjänster o.d. i kyrkan?
5. Testar ljudet före varje gudstjänst, gör ni det?
6. Använder alla som talar mikrofon; kyrkvärd, kantor, begravningsentreprenör o.s.v.?

b) Musiken

Musiken är en betydelsefull del av gudstjänsten. Med en skadad hörsel är musikupplevelsen inte alltid lika stor som för andra besökare. Ibland är det till och med plågsamt med de starka ljuden. När vi visar intresse för de hörselskadade som kommer till gudstjänsterna regelbundet uppskattas det. En sådan kontakt hjälper oss att bedöma vilka hänsyn som är lämpliga att ta för att ge dem en så god gudstjänstupplevelse som möjligt.

Eftersom många personer med hörselhinder inte kan njuta så mycket av musiken blir orden i musiken extra viktiga. Det blir den behållning man får av en sång.

Det har blivit populärt, för att inte säga nästan obligatoriskt, att lägga till ljudeffekter när man har prat i radio och TV. För dem som har svårt att höra ställer dessa ljud till stora problem. Ett friskt öra kan urskilja tal på samma ljudnivå som det omgivande oljudet – fantastiskt! Detta klarar inte ett skadat öra. Man behöver en skillnad i ljudstyrka om man ska kunna uppfatta det som sägs.

När man vill ha tal med bakgrundsmusik till exempel vid musikgudstjänst är detta en viktig aspekt. Kommer talet att kunna uppfattas? Går det kanske lika bra att tala först och spela sedan? Kanske den som talar kan använda mikrofon med teleslinga och den som spelar är en bit bort? Eller kan man ha en agenda med texten – eller kanske använda overhead eller dataprojektor? Att projicera text och kanske bild samtidigt som man läser och spelar kan berika upplevelsen ytterligare. Här finns nya möjligheter för fantasin – till glädje för många, även dem som har svårt att höra!

Samtalsfrågor:

1. Kan det vara så att en del av er musik upplevs som plågsam?
2. Hur viktigt är det för er att orden i musiken når fram? Hur underlättar ni i så fall för deltagarna att uppfatta dem?
3. Har ni mikrofoner till kantorn och församlingen? Fungerar det bra?
4. Har ni problem med att elektriska instrument och teleslingan stör varandra? Vad gör ni?

Några tips för musiken:

- Hur ser ni på relationen mellan musikupplevelsen och förmågan att uppfatta orden? Hur viktigt är det ena och det andra? Det är en ständigt viktig fråga.
- Finns det en mikrofon som tar in kantorn? Församlingssången?
- Om man inte vill sjunga i mikrofon så att ljudet går ut i högtalarna: Ha ändå mikrofon så att ljudet går ut i teleslingan. Be ljudteknikern dra ner högtalarutgången.
- Att använda mikrofon är extra viktigt när man presenterar vad man sjunger, vilken sida sången står på e.d. Detta är lätt att missa.
- Elektriska musikinstrument och teleslingan är inte goda vänner. Det beror på de magnetfält som alla elektriska ledningar och apparater alstrar. Ett sätt att komma undan problemet är att inte ha teleslinga i hela rummet utan på en bits avstånd från de elektriska musikinstrumenten. Då är information om vilken del av lokalen teleslingan täcker mycket viktigt, information som syns tydligt när besökarna kommer.

c) Bön

Ur hörbarhetssynpunkt tillhör bönenmomenten de svåraste. Man sänker ofta huvudet så att orden inte går ut och munnen syns sämre. Man sänker rösten, så att Gud hör men inte alltid vi andra. Man förväntas blunda under bönen, vilket gör det omöjligt att avläsa på läpparna. När den som ber vänder sig mot altaret är det också omöjligt att avläsa på läpparna. Allra svårast att höra är fri bön. Då vet man inte vad som ska komma och har därmed svårare att gissa sig till vad bönen handlar om.

d) Predikan

Predikan ställer särskilda krav eftersom det är ett så pass långt moment i gudstjänsten av talade ord, oftast utan stöd för hörseln. Dessutom är åhörarna oförberedda på vad som kommer att sägas. Därför blir det extra viktigt att predikanten hörs tydligt.

- Syns prästen tillräckligt bra så att man kan avläsa på läpparna? Man ser och hör prästen bättre på predikstolen. Belysningen är däremot ofta ett problem där. Ljuset till manuskriptet ger ofta ett spökljus underifrån som gör det svårare att se prästen.
- Att tala väl är en konst som predikanter måste öva upp för att hörbarheten ska bli god. Det handlar om röststyrka, hastighet, artikulation o.d.
- En bra ljudanläggning är ofta en god hjälp. Teleslingan gör ljudet tydligt och bra.
- Visuella illustrationer till predikan gör det lättare att följa med – för alla.

Att lyssna med ögonen

Tack vare att vi har psalmböcker att sjunga ur i kyrkan kan hörselhindrade delta i texten även om de inte hör musiken. Att kunna läsa Bibeltexterna i evangelieboken är också värdefullt för den som är hörselhindrad. En tryckt gudstjänstordning är en ovärderlig hjälp om man inte hör så bra och är obekant med gudstjänsten. Ett enkelt sätt att hjälpa den som hör riktigt dåligt att "höra" predikan är att be prästen kopiera en extra kopia av predikan och lämna till henne/honom.

Att projicera moment i gudstjänsten på en skärm eller dylikt har blivit allt vanligare. Det har många fördelar. Det hjälper många fler än hörselskadade att kunna delta mer aktivt i gudstjänsten, t.ex. personer med långsynthet eller reumatism samt alla ovana kyrkobesökare. Där kan man visa även stolpar av predikan.

Textade gudstjänster förekommer alltmer. De är till för dem som på grund av förlorad hörsel inte kan tillgodogöra sig den vanliga gudstjänsten alls. Landstingets tolkcentral har vuxendövtolkare som man kan boka för en gudstjänst. De skriver på en bärbar dator. Texten kan läsas på en skärm – stor eller liten beroende på situationen och antalet brukare. Om en brukare bokar tolk är det kostnadsfritt. Man kan naturligtvis göra det arbetet själv och projicera allt som sägs under gudstjänsten på skärmen. Det är då viktigt att allt kommer med, så att den vuxendöve kan känna sig delaktig i gudstjänsten. Det krävs en hel del förarbete men uppskattas oerhört mycket av den som annars inte har någon gudstjänst att gå på. Ett enkelt sätt att hjälpa den som hör riktigt dåligt att "höra" är att kopiera en extra kopia av predikan och lämna till henne/honom.

Samtalsfrågor:

1. Hör alla när vi ber i kyrkan? Kan ni förbättra något? Hur viktigt är det att vända ryggen åt församlingen under bönen?
2. Förekommer bön vid mindre sammankomster? Hur får ni bättre hörbarhet där?
3. Var står prästen och predikar? Det hörs bättre från predikstolen. Påverkar det ert beslut?
4. Vilka möjligheter att följa de olika momenten i gudstjänsten i skriven form har era gudstjänstdeltagare? Är detta material lättillgängligt och lättanvänt?
5. Textad gudstjänst, är det något ni skulle ha ibland?



Med sänkt ljus, sänkta huvuden och sänkt röst blir det sänkt taluppfattning

Använd en av personalsamlingarna till att tillsammans gå till kyrkan

Pröva att stå på olika platser i koret.

- Var syns jag bra och dåligt?
- Var faller ljuset så jag syns och när blir jag mörk och skuggas i ansiktet?
- Var hörs jag bättre och sämre? Detta är viktigt för alla att veta. Kanske behöver vi flytta belysningen eller köpa in fler spotlights?

Medan ni övar på att prata tydligt och bra hinner ljudteknikern/vaktmästaren skruva på knapparna på mixerbordet och pröva sig fram till ett bra ljud.

Praktiska tips

Ljudansvarig i församlingen

Att besökarna hör i kyrka och församlingshem är en förutsättning för allt det andra vi gör där. Det måste därför ha högsta prioritet.

Det är mycket som kan krångla med tekniken. Bara för att ta några exempel:

Teleslingan kan ha ett störande bakgrundsljud – ett brummande som är mycket tröttsamt. Voly-men kanske är för svag – eller för stark. Den kanske plötsligt inte fungerar alls. Det märker ingen, utom alla hörselskadade. Även högtalarsystemet kan låta bättre eller sämre. Många gånger är det ändrade inställningar som skulle förbättra ljudet. Här är det ofta kunskap som behövs, inte alltid ny teknik.

Om en eller ett par personer har särskilt ansvar för att ljudet fungerar bra i kyrkan och församlingshemmet blir eventuella brister med säkerhet snabbare åtgärdade. Dessa ljudansvariga behöver ha tillräcklig kunskap både om hur det är att höra hörselskadat och om tekniken. Uppdraget som ljudansvarig skall inte betraktas som ett frivilligt extrauppdrag utan skall ingå som en ordinarie arbetsuppgift, på samma sätt som att man ser till att ljusen på altaret är tända o.d.

Det är en fördel om det finns två ljudansvariga,

en anställd och en frivillig med egen erfarenhet av hörselskada. Dessa utses förslagsvis på motsvarande sätt som kyrkvårdar och Lutherhjälpsombud.

Det är en fördel om den ljudansvariga och ljudteknikern (ofta vaktmästaren) inte är samma person. Då finns det någon mer som sitter i kyrkan och lyssnar och kan avgöra om det hörs tillräckligt bra eller inte, någon som ljudteknikern kan samråda med om ljudförbättrande åtgärder. Tillsammans kan de ta beslut om ifall några åtgärder behövs. De ljudansvariga har ansvar för att dessa önskemål tas upp i kyrkorådet eller den instans det gäller.

De som är ansvariga för ljudet behöver kontinuerlig information, kunskap och inspiration. Annars är risken stor att man återfaller i att bara sköta tekniken – istället för att måna om att människor hör, vilket ju är meningen. Därför behöver församlingen avsätta medel för deras fortbildning, d.v.s. både pengar och tid.

Är tanken på en ljudansvarig en bra idé? Varför/varför inte?

Vilka uppgifter kan en sådan ha?

Kyrkorummet

Kyrkan ställer genom sin storlek och utformning ofta extra höga krav på medvetenhet för att ljudet ska nå fram optimalt. De flesta kyrkor har idag fungerande ljudanläggningar. De behöver skötas och användas rätt för att fungera väl.

Testa ljudanläggningen innan gudstjänsten eller samlingen ska börja. Säg några ord i alla mikrofoner som ska användas, lyssna om det hörs bra genom högtalarna i hela lokalen. Justera ljudet på mixerbordet.

Testa om teleslingan fungerar genom att lyssna i en hörstav eller helst med ett mätinstrument ("Uniear").

Batterier tar slut. Bärbara mikrofoner och hörstavar har t.ex. batterier. En batteritestare kostar inte många kronor. Med en sådan kan vi undvika att batterierna tar slut mitt under gudstjänsten. Skaffa rutiner för när batterierna testas och vem som gör det.

Tips: Till nya hörstavar kan köpas ett stativ med inbyggd batteriladdare. På så sätt har man alltid fulladdade batterier i hörstavarna. På köpet blir hörstavarna kanske mer använda eftersom de ser nya och fina ut – folk tror att det är bättre ljud och blir intresserade att pröva.

Använd mikrofonen rätt

Avståndet till munnen varierar beroende på vilken typ av mikrofon det är. Det är därför viktigt att ljudteknikern informerar de som ska tala/sjunga om vilket avstånd från munnen just den mikrofonen ska vara. Det går inte att ge några generella råd, men alltför ofta talar man för långt ifrån mikrofonen – eller för nära!

Kom ihåg den bärbara mikrofonen

- Vem har ansvaret för att sätta på mikrofonen på prästen?
- Vem har ansvaret för att den är påslagen?
- Vem har ansvaret för att flytta den utanpå mässkruden när den tas på (annars skrapar mikrofonen mot kläderna och ljudet dämpas av tyget)

- Vem har ansvaret för att flytta den till nästa talare?

Skapa rutiner för detta. Det är ofta naturligt att kyrkvårdarna har även detta som sitt ansvar.

Hur fungerar det i församlingshemmet? Vem har ansvaret där?

Om du syns hörs du bättre! De flesta kyrkor och församlingshem saknar spotlights som går att flytta när talaren rör sig. Alltså behöver vi vara medvetna om var i rummet vi är bäst belysta – och stå still där! Det gäller att både se och synas.

Vad kan man göra för att kontrollera om det hörs bra?

Göteborgs kyrkliga samfällighet genomförde sommaren 2003 "Obligatorisk hörbarhetskontroll" – OHK. Man anlätade Ljud&Säkerhet AB, som mätte taluppfattbarheten i de flesta av Göteborgs kyrkor och kapell. Därmed fick församlingarna ett redskap för att kunna åtgärda bristerna. Det är ett gott exempel att ta efter.

Gör en enkel enkätundersökning en utvald gudstjänst i er kyrka. Enkätformulär och hjälp för bearbetningen av svaren finns i "Mitt i församlingen 2000:8" samt på www.svenskakyrkan.se/ljud

Diskutera

1. Behöver någon av mikrofonerna bytas ut eller kompletteras? Vilken slags mikrofon behöver vi? Har vi andra problem med ljudet?
2. Normalt är det intressant att kunna höra med teleslinga överallt i kyrkan, även framme vid nattvardsbordet. Nackdelen är att elektriska musikinstrument kan störa. Var ligger slingan i vår kyrka?
3. Hur ofta ska vi låta en ljudfirma testa teleslingan? Vilket företag?

Handlingsplan

Utredning	<i>Hur är det nu? Vilka hinder har ni noterat?</i>
Mål	<i>Hur vill vi att det skall vara? Vad vill vi uppnå?</i>
Åtgärdsprogram	<i>Hur skall målet uppnås?</i>
Ansvarig	<i>Vem ansvarar för att målet nås?</i>
Tidsplan	<i>När skall målet vara uppnått?</i>
Information	<i>Hur sprider vi information om detta? Inom arbetslaget? Ut mot församlingsbor?</i>
Uppföljning	<i>Vid uppföljningen av målen dokumenteras här de erfarenheter som gjorts.</i>

Slutord och sammanfattning

Under samtalsens gång kring detta studiematerial hoppas jag att många tankar och problem som tidigare var osynliga har blivit synliga. Många av dem är lätta och billiga att åtgärda. Det handlar framför allt om attityder och prioriteringar. När vi ser vår nästa och frågar efter hur hon har det gör vi henne synlig och värdefull.

Det svåraste med de ambitioner vi har att vara en öppen kyrka för alla är att upprätthålla en kontinuitet. Utmaningen är extra stor när det gäller hörselhinder eftersom det inte främst handlar om byggnaders ombyggnation utan om våra mänskliga möten, hur vi betar oss och hur vi talar. Därför är det nödvändigt med en genomreflekterad policy och en handlingsplan som är tillräckligt konkret, heltäckande och långsiktig. Försök undvika att falla för frestelsen att nöja er med de hårda frågorna om lokaler och teknik. Det är det mänskliga – och gudomliga – mötet som är det viktigaste. Att utse ett par ljudansvariga i varje församling gör att frågan hålls aktuell. De kan även hålla ett öra på dem som talar, att de talar väl. Ja, det finns många tankar och idéer. Välj det som fungerar för er. Lycka till!

Senare delen av detta studiematerial innehåller fakta som ger ett bättre kunskapsunderlag när ni samtalar. Det kan användas så som ni önskar, att studeras parallellt vid sammankomsterna eller som fördjupning på egen hand. Det är praktiskt upplagda sidor som är till både för att ge mer kunskap och ge konkreta råd och tips. Den allra bästa kunskapskällan är nog ändå att prata med personer i er församling som har problem med hörseln. Hur upplever de sin situation?

När ni har kommit så här långt i ert studium och det inte längre bara handlar om teoretiska resonemang utan har blivit konkreta åtgärder, då kommer er arbetsinsats att märkas i församlingen - till glädje och tillfredsställelse. Ytterligare en hel del personer kommer att kunna höra evangeliet bättre. Att höra tydligt gör det lättare att förstå och kunna ta emot. Det ger stor glädje att känna att "jag får vara med utan att känna mig utanför". Det är ju nämligen så, att man kan höra utan att lyssna, men man kan inte lyssna utan att höra – och hör se'n!

Faktadel

Ljud och hörsel

Örat är ett sinnrikt organ. Det är inte bara förmågan att uppfatta de svängningar i luften som talorganet orsakar och få det att bli ett meningsfullt budskap. Örat förmår också att uppfatta nyanser i hur det låter; mjukt eller hårt, starkt eller svagt, smekande eller ogillande. Örat förmår uppfatta ljud runt omkring oss som trädens sus och fåglarnas kvitter, musik och sång, men även trafikbuller och åskans muller. Med hörseln orienterar vi oss. De två öronen gör att vi kan höra tredimensionellt, vi hör varifrån ljudet kommer. Det är det som gör kurrageömmalekar och tittulekar så roliga för små barn. Vid hörselorganet sitter även balansnerven. Allt detta gör vårt liv rikt på intryck, gör oss trygga, hjälper oss att upptäcka faror i tid men även att hitta vänner.

Vad är ljud?

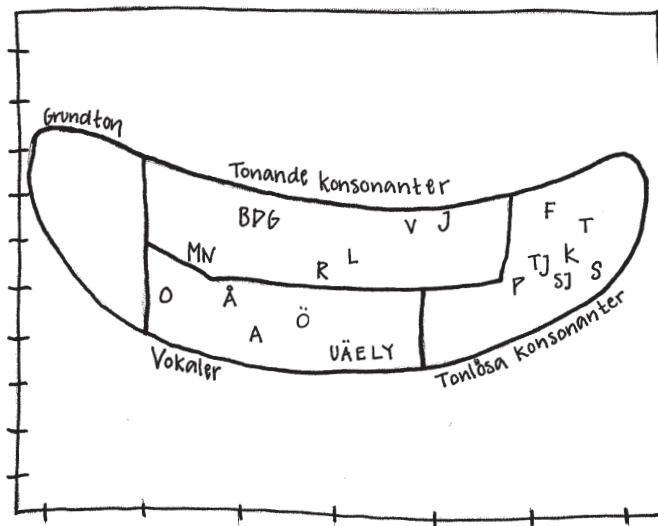
Ljud uppstår av svängningar i luften vilka bildar en vågrörelse, ungefär som ringarna på vattnet. När dessa svängningar – eller variationer i tryck - når det mänskliga örat omvandlas de och kan uppfattas som ljud. Ju kortare ljudvågen är desto ljusare blir tonen. Ju djupare vågdalarna är desto starkare blir ljudet. Vår röst och en högtalare gör i princip precis samma sak; de sätter luften i rörelse.

Vad är det som gör att vi uppfattar ljud?

När svängningarna i luften når örat leds de vidare genom trumhinnan, via hammaren, städet och stigbygel. Vid varje svängning trycks stigbygel mot det ovala fönstret, vilket sätter hörselsäckens vätska i rörelse. Inne i hörselsäcken finns ca 15 000 – 20 000 hårceller. Dessa böljar som ett sädesfält. Hårcellerna närmast det ovala fönstret böljar av korta vågrörelser (ljusa toner), de längre bort av långa vågrörelser (mörka toner). På så sätt kan hjärnan registrera olika ljud beroende på vilka hårceller som böljar.

Frekvens – mörka och ljusa toner

Det hörbara området är mellan 20 och 20 000 Hz (svängningar per sekund). Ljud med lägre frekvenser än 20 Hz kallas infraljud. Ljud med mer än 20 kHz kallas ultraljud. Mänskligt tal ligger mellan ca 125 Hz och 10 000 Hz. På bilden ser man hur de olika ljuden ligger vad det gäller ljudstyrka och tonhöjd (frekvens). Det område inom vilka dessa ljud ligger kallas "talbananen" på grund av dess form. De tonlösa konsonanterna är i det svenska språket i hög grad meningsbärande. Det vill säga att om man inte hör dem är det svårt att uppfatta meningen i ordet. Tålet blir grötigt. Som vi ser på bilden är de tonlösa konsonanterna de ljusaste ljuden, de som äldre och bullerskadade har svårast att uppfatta.



Decibel – talar om hur starkt ljudet är

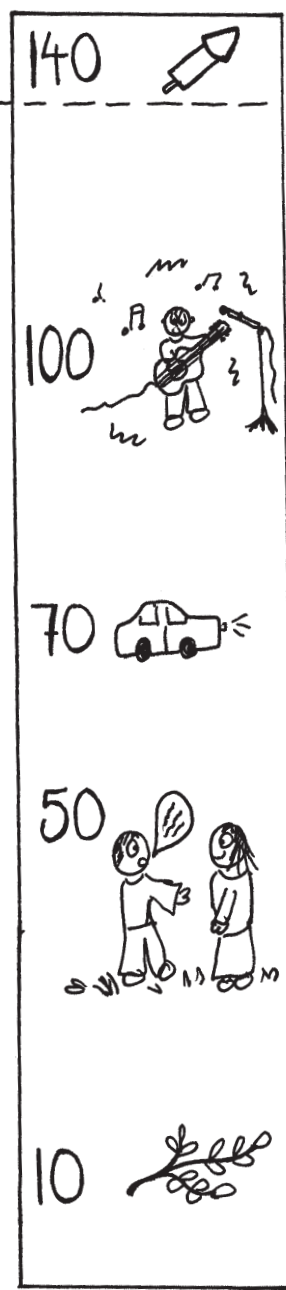
Ljudstyrkan mäts i decibel (dB). Den lägsta ljudstyrka som ett friskt mänskligt öra kan uppfatta är 0 dB. Skalan är logaritmisk, vilket lurar många när de talar om hur många decibel mer eller mindre det är i förhållande till den verkliga skillnaden.

Det är svårt att bedöma ljudstyrkan genom att känslomässigt försöka avgöra det. Det beror dels på att örat är olika känsligt för olika frekvenser, dels på vår mentala inställning till det vi lyssnar på.

Vilka ljud är farliga?

Våra öron är olika känsliga. En del klarar betydligt starkare ljud än andra utan att ta skada. Problemet är att vi inte vet det förrän efteråt – när det är för sent. Därför är det viktigt att vara medveten om att höga ljudnivåer kan vara skadliga och vad man kan göra åt det.

Ju längre tid öronen exponeras desto lägre ljudstyrka rekommenderas. Gränsen för risk för hörselskada vid 1 timme beräknas till 89 dB, medan örat bara klarar högst 80 dB under 8 timmar. Det är ljudnivåer som många skolmat-salar och dagislokaler har.



Så här snabbt uppstår risk för hörselskador:

80 dB – 8 tim

83 dB – 4 tim

86 dB – 2 tim

89 dB – 1 tim

Nutida forskning har visat att även låga ljudnivåer, som till exempel suset från fläktar och datorer, stör koncentrationsförmågan och kan ge tinnitus.

Är buller farligare för hörseln än "snälla" ljud?

Oljudet vid ett vägarbete upplevs ofta vara mycket farligare än musiken som vi lyssnar på i vår freestyle. Ändå kan man inte generellt säga att obehagliga ljud skulle skada hörseln mer än behagliga. Skadligheten beror på många faktorer men framför allt på volymen. Det som händer vid starka ljud är att hårcellerna inne i hörselnäcken lägger sig. De förlorar då sin förmåga att tolka vibrationerna från ljudsvängningarna.

Vår upplevelse av hur hög volymen är beror på vår inställning till ljudet. En person som ogillar rockmusik tycker att det är ett odrägligt oväsen medan den som gillar rockmusik tycker att det är lagom eller till och med för låg volym. Det är dock lika skadligt för båda.

Å andra sidan är det så att om örat är beredd på ett ljud mildras den skadliga effekten av det starka ljudet. En plötslig och oväntad smäll gör mer skada än ett ihållande ljud.

Olika typer av hörselhinder

Hörselnedsättning

Det är kanske det man oftast tänker på när man pratar om hörselskador. Nedsättningen kan vara av olika grad, alltifrån måttlig till svår hörselnedsättning. Dessutom hör man olika bra på olika frekvenser. Ifall hörselnedsättningen kan botas eller inte betor på orsaken. Oftast är det en skada i innerörats hörselnäcka. Då kan den inte botas med dagens medicin.

Ljudöverkänslighet

Ljudet blir inte bara försvagat när det skadas. Många upplever ljuden som obehagliga. Somliga upplever att man hör bättre än tidigare, t ex att ljudet från TV:s reklam är störande starkt. Egentligen hör man inte bättre, det är örats förmåga att "sänka volymen" som är reducerat. Dessutom är ljuden ofta skarpa och inte så rena i klangen som tidigare. För personer med ljudöverkänslighet är det viktigt att ljudmiljön är behaglig, att det inte sker för stora variationer i volym. Man kan ha stor hjälp av att använda hörselskydd.

Tinnitus

Ljud inne i huvudet som saknar en yttre ljudkälla kallas med ett gemensamt namn för tinnitus. Det kan låta på många olika sätt, som en borr, som "myrornas kring" på TV, som datorfläkten för att ta några exempel. Tinnitus kan upplevas oerhört jobbigt och besvärande. Det kan störa koncentrationsförmågan och nattsömnen. Tinnitus går oftast inte att bota, men kan lindras med olika metoder.

Otoskleros

Sammanväxningar i mellanörats ben, vilket försvårar benen att transportera svängningarna in till hörselnäcken. Med hörapparat kan ljudet förstärkas så att man hör näst intill normalt. Det går även ofta att operera, så att hörseln åter blir normal.

Menieres syndrom

Angriper hörselorganet och balansnerven. Medför yrselattacker, tinnitus och en kraftigt försämrad hörsel.

Dövhet

När man inte uppfattar ord alls utan är beroende av andra sätt att kommunicera. Det kan vara med läppavläsning, tecken- eller skrift.

Hur uppstår hörselskador?

Det finns många orsaker till det. Det leder för långt att här utlägga detta. De två vanligaste orsakerna finns det dock anledning att nämna.

Bullerskada

Bland medelålders och äldre män är det vanligt att man har skaffat sig den i lumpen och på verkstadsgolvet. Numera tillhör musiker och personal inom barnomsorg och skola de stora riskgrupperna. Dessutom är fritidsbuller en stor hälsofara. Bullerskadan beror på att de känsliga hörselcellerna i snäcken slits ut och slutar fungera. Ju färre hårceller som fungerar desto sämre hör man. Bullerskadan innebär tinnitus och/eller nedsatt hörsel, framför allt i de högre tonarterna som är viktiga för taluppfattningen.

Åldersrelaterad hörselnedsättning

Det tillhör det normala åldrandet att även hörseln försvagas med åren. Det gör naturligtvis inte besvären mindre. Ofta är det de ljusare tonerna, där de tonlösa konsonanterna ligger som försämras mest. Det gör att man har svårt att uppfatta tal även om hörselnedsättningen är relativt lindrig. När man förlorar hörseln vid högre åldrar har man inte heller någon beredskap, någon strategi för att hantera olika situationer man hamnar i. Då upplever man hörselnedsättningen som mer besvärande än den kunde vara.

Patienten till läkaren:

- *Det ringer i öronen! Vad skall jag göra?*
- *Skaffa hemligt nummer!*

Hur låter det att höra hörselskadat?

Av orsaker som nämnts ovan är hörselskador av många olika slag. Det går därför inte att beskriva hur det låter. Problemen är av flera slag. Dels kan volymen vara för låg. Men dessutom låter ofta ljuden obehagligare än för ett friskt öra. Det låter otydligare, det låter vassare, men ofta låter det dessutom för mycket så att det gör ont i huvudet. Öronens förmåga att sälla ljud och utestänga smärtsamma ljudnivåer är skadad.

Allt detta gör att en person med hörselskada behöver en god ljudmiljö med tydligt och behagligt ljud utan alltför hög musik eller dylikt.

Hur undviker vi bullerskador i kyrkan?

Man bör tänka efter vilka situationer med höga ljudvolym som man kan utsättas för. Det kan gälla gudstjänster och konserter, det kan vara en replokal, det gäller barnverksamheten. Är ljudvolymen inom rimliga gränser? Hur vet man det? Skaffa en ljudvakt. Två enkla hjälpmedel är SoundEar och ljudmätare (finns t.ex. på Clas Olsson).

När det gäller besökare i kyrkans verksamhet gäller det exponering av ljud under relativt kort tid. Risken för bullerskador är nog inte så stor i de flesta fall. En större riskgrupp är de anställda. I riskzonen för arbetsskador är kyrkomusiker, barnledare och, naturligtvis kyrkvaktmästare. När vi blir mer medvetna om faran med höga ljudvolym och tar reda på hur starkt det faktiskt är, då har vi verktyg att hantera situationen och kan utifrån det besluta om åtgärder.

Hörselskydd är en hjälp när det inte är möjligt att få ner ljudnivån. Personligt inprovade hörselskydd sitter bättre och dämpar ljudet utan att förvränga det. Att skaffa sådana till de anställda är väl använda pengar för församlingen!

Ljudanläggningen

Teknik är inte alltid nödvändigt. En bra ljudanläggning ger dock oftast ett bättre ljud i kyrkan och andra större lokaler. Man kan med hjälp av högtalare göra besvären med eko mindre och därmed ge högre taluppfattning via högtalarna. Dessutom ger teleslingan ett underbart klart och rent ljud när den fungerar som den ska. Det händer att hörselskadade med hörapparat till och med hör bättre än normalhörande i kyrkan!

Många kyrkor har fina ljudanläggningar. Här och var är det dags att köpa ny ljudanläggning, men oftast handlar det om att justera den, möjligen komplettera vissa saker och lära sig sköta den optimalt.

Det är viktigt att den som sköter ljudanläggningen vet hur man gör – och varför. Be t. ex. det företag som installerat ljudanläggningen att ha en kurs på hemmaplan för alla berörda – även förtroendevalda. Det är viktigt att även vikarier kan sköta anläggningen bra och att vi har tillräckligt bra utrustning. Här finns det många viktiga frågor att begrunda: Vilka mikrofoner är rätt för vårt behov? Var ska mikrofonerna placeras? Vilket avstånd från munnen ska just dessa ha?

För att det ska höras bra räcker det inte att det är en fin ljudanläggning med en ljudtekniker som kan sina saker. Det måste fungera i andra ändan av lokalen också – hos dem som talar och sjunger. Det måste finnas ett tydligt ljud att förstärka, annars hjälper inga ljudanläggningar i världen.

Vilken sorts mikrofon är bäst?

Det beror på vad den ska användas till.

Mygga används i hög utsträckning i kyrkorna idag. De är smidiga, men det gäller att de sitter rätt placerade och inte göms (glöms?) under mässkruden. Det är också lätt att glömma att slå på dem.

Huvudburen mikrofon anser många är den bästa sortens mikrofon för prästen. Den har samma avstånd till munnen hur mycket du än vrider och vänder dig. Ljudet blir alltså jämnt och fint. De är idag så små och diskreta att de fungerar väl i ett liturgiskt sammanhang. Storleken har ingen betydelse. En

liten mikrofon har lika bra ljud som en större – förutsatt att den är av hög kvalitet. Köp därför hellre en bra mikrofon, även om den är lite dyrare.

Det finns i stort sett två typer av mikrofoner:

Dynamisk mikrofon, t.ex. SM 58

Den kräver ingen ström och är inte så känslig, dvs den är mer stöttålig, men även mer elektriskt okänslig. Den är inte så lämplig ihop med teleslinganläggning då den lättare ger magnetisk rundgång.

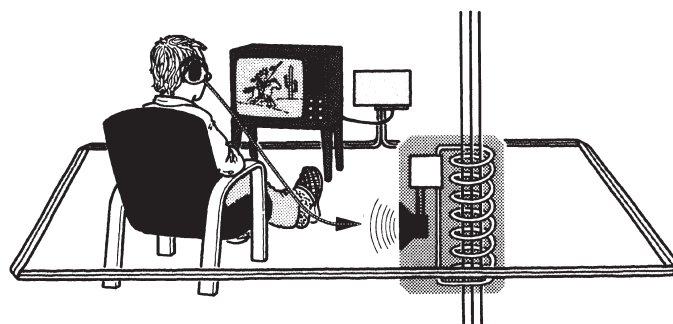
Kondensatormikrofon, t.ex. AKG 1000 och AKG 535

Den kräver ström genom batterier eller fantommatning, vilket absolut är att rekommendera. Den tar upp ljud på längre avstånd, men är även mer känslig för rundgång.

Till instrument finns det speciella mikrofoner. De behöver t.ex. inte puffskydd. Gitarr-mikrofoner är mycket känsliga ihop med teleslinganläggningar, Om man använder elgitarr är detta ett problem att titta närmare på.

Laga eller byt ut dåliga mikrofoner, stativ och sladdar. Mikrofoner som är känsliga för beröring stör mycket och bör bytas ut snarast. Puffskydd tar bort onödigt flåsljud. Trasiga sladdar som knastrar bör lagas eller bytas ut. I samband med detta studiearbete kan dessa enkla åtgärder antligen bli av!

Teleslinga



Vad är en teleslinga?

Det är en elektrisk kabel som ligger runt rummet och är kopplad till en förstärkare. Den elektriska signalen från mikrofonerna omvandlas och skickas ut i slingan. Denna ström som rör sig i kabeln alstrar ett magnetfält (som alla elektriska ledningar). Detta magnetfält kan uppfattas av den telespole som finns i alla hörapparater. Även de hörstavar som finns i nästan alla kyrkor har en telespole och tar alltså upp ljudet från teleslingan.

Varför är ljudet bättre i teleslingan än via högtalare?

Kvaliteten på ljudet försämras med avståndet. Det blir otidigare. En hörselskadad kan ofta höra bra på två meters håll men har stora problem på 5-10 meters håll. Med teleslingan är avståndet mellan den som talar och örat nästan borta. Det är bara det lilla avståndet mellan talarens mun och mikrofonen. Sedan går ljudet rakt in i örat. Det är som om den som talar hade stått 20 cm från örat och pratat. Dessutom blir det ingen efterklang alls – mer än den som eventuellt tas upp av mikrofonerna.

I teleslingan slipper man störande ljud av olika slag, hostningar, barn som skriker, papper som prasslar – fast det beror också på var mikrofonerna är placerade och ifall de är av eller på.

Hur vet man om teleslingan fungerar?

Det största problemet med teleslingan är kanske att det inte märks att den finns – om man inte har hörapparat. Kunskapen om vad det är och hur den fungerar är oftast inte så stor.

- Ha som vana att testa teleslingan före varje gång den ska användas – innan folk kommer.
- Använd hörstav eller "Uniear", som har en nivåindikering.
 - Låt någon tala i de olika mikrofonerna som ska användas och testa om det hörs.

- När man använder hörstav kan man tycka att det hörs bra. Det är dock inte säkert att det stämmer med hörapparatbärarnas upplevelse. Även mycket svaga teleslingor hörs relativt starkt i en hörstav trots att den kan vara för svag för hörapparaten!

Ett litet tips: Spela vacker musik på kassett/CD och låt det gå ut i slingan innan gudstjänsten börjar. Då kan alla hörapparatbärare i lugn och ro slå om hörapparaten till T-läge och testa om det fungerar. Då kan de sedan ägna sig åt att möta Gud.

Ibland kan det vara bra att testa teleslingan lite mer noga. Då kan man be någon med hörapparat hjälpa till. Var minst två personer. Den ene talar i de mikrofoner som finns. Den andre har sin hörapparat på T-läge och rör sig runt i rummet för att kolla om det hörs lika bra överallt.

Det är lämpligt att regelbundet (eller då ljudfirman ändå kommer) be en ljudfirma mäta teleslingans kvalitet. Begär ett skriftligt protokoll som visar att teleslingans värden uppfyller IEC-normen.

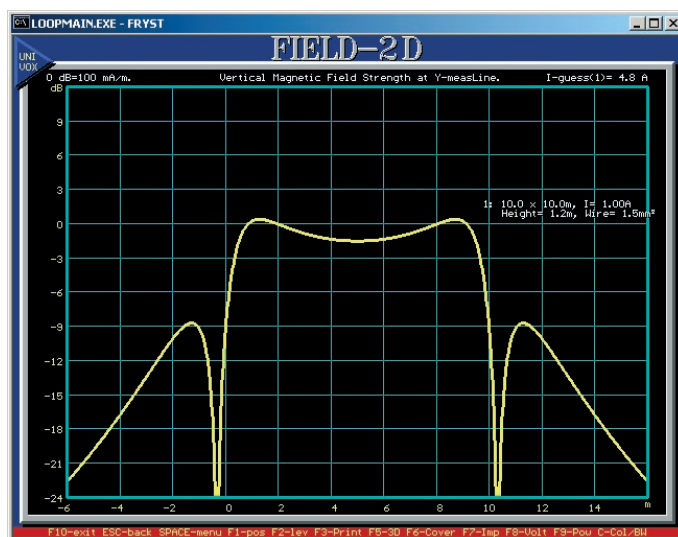
Detta är det bästa sättet om man vill vara säker på att teleslingan fungerar som den ska. Samtidigt finns det någon på plats som kan åtgärda de brister som eventuellt upptäcks.

Som en del i projektet "Och hör se'n!" har ett besiktningssprotokoll tagits fram i samarbete med några initierade ljudfirmor. Den är utformad på ett sådant sätt att den ska vara lätt att förstå och därmed en hjälp för förtroendevalda att fatta rätt beslut om eventuella åtgärder.

Vilka egenskaper ska en bra teleslinga ha?

En bra slinga ska...

- inte ha bakgrundsstörningar när ljudanläggningen är avslagen (och naturligtvis inte när den är på heller)
- låta lika bra i hela rummet
- ha separat ingång, alltså inte vara hopkopplad med högtalarnas volymkontroll
- ha AGC – automatisk ljudkontroll, som dämpar starka ljudstötter
- ständigt vara påkopplad när ljudanläggningen används
- uppfylla IEC-normen, begär protokoll



Bilden visar nivån hos en teleslinga (tvärsnitt) Nära teleslingan hörs inget. Det som hörs utanför området kallas överhörning. Den bör vara så liten som möjligt

Finns det alternativ till teleslingor?

Ja, det finns idag både IR (infrarött ljus) och FM (radiovågor) som kan användas istället för teleslingor. Nackdelen med dem är att det i båda fallen krävs en mottagardel som användaren måste ha för att kunna höra. Det behöver inte teleslingan. Göteborgsoperan är ett exempel på lokal som använder IR-system. Idag är det vanligast att IR och FM används till portabla system som komplement till de permanenta teleslingorna. Se även www.edin.se.

Vanliga problem med teleslingan – ett enkelt felsökningschema

Brum orsakas oftast av andra elektriska apparater i lokalen. Vad är det som stör?

- Ljusreglage?
- Kablar?
- Åskledare?
- Fläktar?
- Annat _____

Det går oftast att åtgärda detta. Kontakta en ljudfirma.

Teleslingan är helt tyst.

- Är slingförstärkaren påslagen?
- Finns insignal till slingförstärkaren?
- Lyser insignal-indikeringen (lysdiod)?
- Har mikrofonen batterier som är slut?
- Är någon kabel är utdragen/sönder?
- Är det brott någonstans på slingan?
- Är det bara en hörapparatbärare som inte hör är det fel på dennes hörapparat. Batteriet kan vara slut. Testa teleslingan själv med hörstav eller UniEar.

Hjälpmedel för kommunikation församlingen

... och några hänvisningar till företag som säljer dem

Konferenshjälpmedel

Comfort Conference – portabelt konferenshjälpmedel med IR eller FM www.comfortaudio.se

Trådlöst guidesystem (FM) "Kayo" med möjlighet att komplettera med trådlös högtalare www.art-elektronik.se

Portabel högtalare med mikrofon

"Kayo" - Trådlös mikrofon och högtalare www.art-elektronik.se www.edin.se

Hörhjälpmedel för det personliga samtalet:

Hörat, www.hearit.info

Transett Favorit, www.transistor.se/transistor/ald/index.htm

Hörstavar (för dem som inte har hörapparat i t.ex. kyrkan)

Teletransett 915 LR, www.transistor.se/transistor/ald/index.htm

Testare för teleslinga

Uniear för kontroll av teleslingan, www.edin.se
Univox Fältstyrkemätare, www.edin.se

Telefon

Telefon med T-spole och volymreglage med extra förstärkning finns av många fabrikat, men inte i alla telefoner. Att köpa in en sådan telefon är ett exempel på en enkelt åtgärdad tillgänglighetsförbättring.

T-hook eller halsslinga för mobiltelefon

www.transistor.se/transistor/ald/index.htm

Portabel telefon med bra ljud och teleslinga: Doro 1600 www.doro.com

Texttelefon + telefonistservice: Ring först telefonist tel. 90 165. Där säger du vilket nummer du ska till (ett alternativ till ovanstående är ju att mötas på nätet)

Informationstavlor

Hörselinformation i två versioner:

att hänga på väggen och till talare

www.audira.se

Tillgänglighetssymbol (öra) eller T-symbol

Varseblivningssystem: brandvarnare, vibrator till telefonsignal o.d.

Bellman, www.bellman.se

Tactum, www.transistor.se/transistor/ald/sv/prod/horsel/tactum.htm

Bullervarnare / -mätare:

Bullervarnare SoundEar (t.ex. i replokal eller barnlokal) www.soundear.dk

Enkel ljudnivåmätare, www.clasolsson.se

Landstingens tolkcentral förmedlar vuxendövtolk och teckentolk

Västra Götaland tel. 0771-700 700

Halland tel. 0346-561 60

Mer information om hjälp till kommunikation

Handikappombudsmannen, www.ho.se

Hjälpmedelsinstitutet, www.hi.se

Möjlighetscentret i Uppsala, www.ams.se/horsel-dov-syn-uppsala

PM för vaktmästare/ljudtekniker i kyrka och församlingshem

Före gudstjänsten

Försäkra dig om att batterier i mikrofoner och hörstavar är OK

Sätt på ljudanläggning. Låt någon provprata i mikrofonerna. Kolla hur det hörs både genom luften och genom hörstaven (utnyttjar teleslingan, precis som hörapparaterna)

Ställ in ljudet så att det är en bra grundinställning på mixern.

Rör dig runt i rummet, kolla så att det hörs bra överallt

Tips: Spela vacker musik på kassett/CD och låt det gå ut i slingan innan gudstjänsten börjar. Då kan alla hörapparatbärare i lugn och ro slå om hörapparaten till T-läge och testa om det fungerar. Då kan de sedan ägna sig åt att möta Gud.

När folk kommer:

Erbjud hörstav till den du tror skulle ha glädje av den.

Tips: Det är bättre att ha två hörstavar som testas regelbundet och har fräscha batterier än många som aldrig används. Lägg undan de andra.

Under gudstjänsten

Ha en församlingsmikrofon som alltid är på, så det inte blir helt tyst i teleslingan när t.ex. prästens mikrofon dras ner.

Efter gudstjänsten:

Kontrollera så att hörstavarna är avstängda

Hör-PM när man ordnar en samling

Att höra är en förutsättning för att kunna tillgodogöra sig ett föredrag. Räkna med att mikrofon och teleslinga behövs när fler än tio personer är samlade.

Här är några punkter som stöd för minnet. De kan hjälpa oss att skapa en god hörmiljö för samlingen samtidigt som vi avdramatiserar detta att inte höra så bra. Vi visar därmed en attityd som kan sprida sig i församlingen.

När lokal bokas

Finns teleslinga? (vid behov även för gruppsamtal)

Är akustiken sådan att det är god hörbarhet - även med nedsatt hörsel?

Om gruppsamtal ska förekomma: Finns det möjlighet att gå till olika rum?

Om svaret är nej på någon av frågorna - välj annan lokal!

Ett tag innan mötet ska äga rum

Prata med vaktmästaren:

om att du önskar använda teleslingan

för att försäkra dig om att ljudanläggningen fungerar

om vilka mikrofoner o.d. du behöver

Innan samlingen börjar

Provprata i mikrofonen. Vänta inte med detta tills alla har satt sig. Låt bli att blåsa eller knacka i mikrofonen. Det låter starkt och hemsamt i hörapparaten!

Fråga inte rakt ut: "Hörs det?" Risken är stor att de som inte hör inte har hört frågan heller! Fråga istället t.ex. om det finns någon som har hörapparat med teleslinga som kan tala om ifall det hörs bra i den.

Se till att alla som säger något i storgrupp använder mikrofon - även frågor nere från salen. Det kanske känns besvärligt, men det uppskattas av dem som har svårt att höra!

Till sist - visa uppskattning!

Tacka gärna de som har talat för att de använt mikrofon, talat tydligt eller vad som känns naturligt vid tillfället. Det är ett sätt att göra det osynliga handikappet synligt och mindre genant.

Lagar och dess praktiska tillämpning

a. FN:s Mänskliga rättigheter

FN-konventioner är juridiskt bindande dokument för de regeringar som ratificerar dem. Viktiga konventioner som ratificerats av Sverige och som även gäller personer med funktionshinder är...

- Konventionen om ekonomiska, sociala och kulturella rättigheter 1966
- Konventionen om de medborgerliga och politiska rättigheterna 1966
- Konventionen om avskaffande av all slags diskriminering av kvinnor 1979
- Barnkonventionen 1989

FN har beslutat att alla konventioner om mänskliga rättigheter ska övervakas ur ett funktionshinderperspektiv. Problemet är att endast Barnkonventionen specifikt nämner funktionshinder. Därför har FN år 2002 beslutat att påbörja utvecklingen av en särskild konvention om mänskliga rättigheter för människor med funktionshinder. Detta är en process som kommer att ta flera år. FN har upprättat en webbsida där allmänheten kan följa arbetet

www.un.org/esa/socdev/enable/rights/adhocmeetdaily.htm

FN:s standardregler för att tillförsäkra människor med funktionshinder delaktighet och jämlikhet

Dessa standardregler antogs av Generalförsamlingen 1993, men är inte juridiskt bindande.

De 22 standardreglerna beskriver det ansvar världens stater har för att människor med funktionshinder ska bli delaktiga i samhällslivet och uppnå jämlika levnadsförhållanden.

Regel 12 omfattar åtgärder som syftar till att skapa jämlika möjligheter för människor med funktionsnedsättning att utöva sin religion (bilaga x).

Stat och kommun i Sverige har tolkat det så, att denna regel faller utanför deras ansvarsområde och är trossamfundens ansvar. Genom denna regel är alltså kyrkor och församlingar moraliskt förpliktade att tillgodose den mänskliga rättighet som det är att kunna utöva sin religion.

FN:s standardregler finns hos www.ho.se

b. Nationella handikapplanen

”Från patient till medborgare” En nationell handlingsplan för handikappolitiken antogs av riksdagen 31 maj 2000. Detta är en handlingsplan för oss alla i Sverige – alltså även kyrkor och församlingar.

Rubriken visar på ett förändrat synsätt. Handikapp förknippas inte längre med hälso- och sjukvård, utan betraktas som medborgarfrågor. Samhället ska göra det möjligt för personer med funktionshinder att vara delaktiga i samhällslivet.

De prioriterade arbetsområdena de första åren är:

- Att se till att funktionshinderperspektivet genomsyrar alla samhällssektorer
- Att skapa ett tillgängligt samhälle

- Att förbättra bemötandet

Nationella handikapplanen finns på http://social.regeringen.se/pressinfo/pdf/handikapp/p19992000_79_kort.pdf

c. Lokaler

PBL (Plan- och bygglagen) innehåller allmänna bestämmelser om byggande. Utifrån den nationella handlingsplanen har riksdagen beslutat om ett tillägg till PBL om eliminering av enkla hinder för tillgänglighet till offentliga lokaler senast år 2010. Denna lag gäller alla offentliga lokaler, alltså inte bara vid ny- och ombyggnation.

Tillägget i PBL från 1 juli 2001 (17 kap 21 a §) lyder: ”I byggnader som innehåller lokaler dit allmänheten har tillträde och på allmänna platser skall enkelt avhjälpna hinder mot lokalernas och platsernas tillgänglighet och användbarhet för personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga undanröjas i den utsträckning som följer av föreskrifter meddelade med stöd av denna lag”.

Boverkets författningssamling 2003:19 innehåller föreskrifter och allmänna råd, beslutade av riksdagen 2003-10-03 (bilaga x).

Begreppet nedsatt orienteringsförmåga: ”Synen är det sinne som ger mest information om omgivningen men även hörseln ger viktig information... även hörselskada leder till nedsatt orienteringsförmåga och omfattas av 12§ BVF enligt tidigare förarbeten till bygglagstiftningen (Prop.1985/86:1)” (ur ”Bygg ikapp handikapp” s.13)

Denna lag gäller alltså alla befintliga lokaler dit allmänheten har tillträde – även kyrkor och församlingshem. Det gäller inte bara vid ny- eller ombyggnad utan avser åtgärder i befintliga lokaler. Exempelvis hörselslingor betraktas som regel som ”enkelt avhjälpna hinder”. Alltså ska det finnas – men framför allt användas!

www.boverket.se/novo/filelib/forfattningar/hin/200319hin1.pdf

d. Mätmetoder och kravspecifikationer för teleslingor

Dessa kravspecifikationer är utarbetade och fastställda av Nordiska nämnden för handikappfrågor och gäller överallt, alltså även i Svenska kyrkans lokaler.

IEC- är internationell norm, som utarbetas av olika arbetslag i världen. Dessa följs.

IEC 60118-formulerar vilka krav som en väl fungerande teleslinga ska uppfylla.

Grundläggande fakta, IEC 60118-4:

Magnetfältets långtidsmedelvärde (inklusive toppar och dalar) skall vara $100 \text{ mA/m} = 0.125 \text{ uT} = 0 \text{ dB}$. Tillåten variation är +3dB. Topparna skall uppgå till $400 \text{ mA/m} (+12 \text{ dB})$. Tillåten variation är +3dB.

Frekvensomfång: 100-5000 Hz +3 dB relativt 1000 Hz.

Störnivå (omgivning) -20 dBA rel. 100 mA/m.

Skall kunna uppfylla ett magnetfält på 400 mA/m mätt med en talsignal som ljudkälla och en fältstyrkmätare med samma egenskaper som en ljudnivåmätare (läge FAST) enligt IEC 60651. Se även www.edin.se, www.ki.se/cns

e. För ett öppnare samhälle - mot diskriminering

Att öppna samhällets olika områden för dem som av olika skäl riskerar att utestängas, är syftet med diskrimineringslagstiftningen. Detta är något man som arbetsgivare, näringsidkare eller liknande måste bry sig om. Det är en mänsklig rättighet att bli behandlad lika oavsett funktionshinder som t ex hörselnedsättning.

Lagen om förbud mot diskriminering i arbetslivet av personer med funktionshinder från 1999, (med vissa ändringar 2003) gäller inom arbetslivet. Den 1 juli 2003 infördes dessutom en ny lag om förbud mot diskriminering som täcker andra samhällsområden: varor, tjänster och bostäder, arbetsmarknadspolitisk verksamhet, start och bedrivande av näringsverksamhet, yrkesutövning och medlemskap i arbetstagar-, yrkes- och arbetsgivarorganisationer.

(Närmare information finns på www.ho.se och www.oppnare.se, den senare är en gemensam webbplats för HO, HomO och DO)

f. Hörselskadad på arbetsplatsen

HRF:s skrift "Hörselskadade i arbetslivet" innehåller många goda råd och har hänvisningar till lagar som gäller arbetslivet. Följande sex råd ger till arbetsgivaren:

1. Skapa ett arbetsklimat som gör att alla känner att de kan tala öppet om hur de hör på jobbet.
2. Upprätta en handlingsplan för att upptäcka och åtgärda hörselhinder på arbetsplatsen, helst tillsammans med företagshälsovård och skyddsombud.
3. Om enskilda anställda påtalar att de har problem på jobbet på grund av nedsatt hörsel – dröj inte! Åtgärda hindren omgående.
4. Upphandla företagshälsovård som innefattar hörseltest och kartläggning av hörselhinder vid konstaterad hörselnedsättning.
5. Vid upphandling av personalutbildning, se till att den äger rum i lokaler med bra ljudmiljö och att det finns tillgång till bra hörteknik.
6. Samverka med skyddsombud, företagshälsovård och fack.

Se även www.hrf.se. Klicka "Yrkesverksamma".
www.arbetslivsinstitutet.se - Arbetslivsinstitutet

g. Buller

Fritidsbuller regleras inte av så många lagar, såvida det inte är att betraktas som sanitär olägenhet. Då tillämpas Hälsoskyddslagen. Socialstyrelsen har utarbetat rekommendationer (SOF 1996:7 (M)) som en del kommuner har tagit till sig och beslutat följa, bl.a. Göteborg.

När buller betraktas som en arbetsmiljöfråga finns det dä-

remot noggranna bestämmelser. Arbetskyddsstyrelsens författningssamling (AFS 1992:10) behandlar buller. I miljöer där det krävs stadigvarande koncentration (t.ex. kontorsarbete, besökssamtal och undervisning) ligger den maximala exponeringen på 40 dB(A).

I Boverkets författningssamling (BFS 2002:19) behandlar kapitel 7 bullerskydd, med föreskrifter och allmänna råd till 7 § BVF. HRF:s skrift "Bra tillgänglighet" nämner detta på sid. 20. Boken "Bygg ikapp handikapp" har konkreta uppgifter om efterklangstider o.d.

Se även www.sos.se/sosfs/1996_7/1996_7.htm# - Socialstyrelsens allmänna råd

www.av.se/regler/afs/1992_10.pdf - Arbetskyddsstyrelsens författningssamling om buller

FN:s standardregler, regel 12. Religion

Staterna skall uppmuntra åtgärder som syftar till att skapa jämlika möjligheter för människor med funktionsnedsättning att utöva sin religion.

1. Staterna bör i samverkan med dem som har ansvar för religiösa frågor uppmuntra att diskriminering undanröjs och att religiös verksamhet görs tillgänglig för människor med funktionsnedsättning.

2. Staterna bör uppmuntra att information om handikappfrågor sprids till religiösa institutioner och samfund. Staterna bör också uppmuntra religiösa organ att informera om handikappolitik såväl i utbildningen till religiösa yrken som i religionsundervisning.

3. Staterna bör också underlätta för personer med skador eller sjukdomar som påverkar synen eller hörseln att få tillgång till religiös litteratur.

4. Stater och/eller religiösa samfund bör rådfråga handikapporganisationer när åtgärder för jämlika möjligheter för människor med funktionsnedsättning att delta i religiös verksamhet planeras.

FN:s standardregler i sin helhet finns på [Handikapombudsmanens webbsida; www.ho.se](http://Handikapombudsmanens.webbsida.se)

(Välj "Dina rättigheter", därefter "FN:s standardregler" i menyn till vänster)

Utdrag ur Boverkets författningssamling BFS 2003:19

– med kyrklig kommentar och tillämpning på hörselhinder

Boverkets föreskrifter och allmänna råd om undanröjande av enkelt avhjälpta hinder till och i lokaler dit allmänheten har tillträde och på allmänna platser

– beslutade av riksdagen 30 oktober 2003.

Dessa föreskrifter finns i PDF-fil på följande webbsida:

www.boverket.se/novo/filelib/forfattningar/hin/200319hin1.pdf

OBS! För personer med hörselhinder räcker det inte att lokalerna är tillgängliga. Det viktiga är att mötena är tillgängliga. Talar alla så att ljudet går fram? Använder vi den ljudanläggning med teleslinga som finns? Fungerar tekniken som den ska? Finns det rutiner för översyn och ansvarig vid sammankomster? Hur placerar vi talare och åhörare? Hur delar vi upp i grupper?

Många sådana frågor återstår när lokalerna har fått en översyn.

Paragraf 1-5 beskriver dessa allmänna råds bakgrund, innehåll och syfte.

§ 6. Fysiska hinder i form av mindre nivåskillnader, tunga dörrar... skall undanröjas

Allmänt råd, sammanfattning:

Trösklar bör tas bort, ramper byggas där det behövs. Dörrmattor och skrapgaller som är tunga att passera eller innebär snubbelrisk åtgärdas. Dörröppnare bör skaffas, lås och handtag som är svåra att öppna bör bytas. Porttelefon och manöverdon skall placeras på lämpligt sätt.

Kyrklig kommentar och tillämpning på hörselhinder:

Porttelefon är ofta ett hinder för personer med nedsatt hörsel. Placeras de dessutom i lagom höjd för rullstolsburna kommer högtalaren ännu längre från örat. Ljudet behöver vara tydligt och kompletterad med visuell information, så att även hörselskadade och döva kan ta sig in genom en låst dörr med porttelefon.

Till fysiska hinder bör även räknas avsaknad av teleslinga eller motsvarande, då denna många gånger är skillnaden mellan att kunna vara fullt delaktiga och att inte vara det. Här handlar det om att köpa in, men även att besluta om rutiner för skötsel och användandet. Bristande information om teleslingan är också ett hinder.

§ 7. Hinder i form av bristande kontrastmarkering och bristande varningsmarkering skall undanröjas

Allmänt råd, sammanfattning:

Strategiska punkter bör kontrastmarkeras

Kyrklig kommentar:

Kontrasterande färger kan vara dekorativa. Det behöver inte störa estetiken.

8. Hinder i form av bristande skyltning och brister i ljudmiljön skall undanröjas

Allmänt råd, sammanfattning:

Skyltning bör vara lättbegriplig och lättläst, ha ljushetskontrast och placeras på lämplig höjd med lättförståeliga symboler.

Elektronisk skyltning bör anpassas för olika funktionshinder, t.ex. nedsatt syn och hörsel

Kyrklig kommentar och tillämpning på hörselhinder:

Skriven information underlättar orienteringsförmågan för personer med nedsatt hörsel. Anslagstavlor, församlingsblad och webbsidor bör innehålla information som kompletterar den muntliga.

Allmänt råd, sammanfattning:

Dålig hörbarhet bör förbättras, ex. genom att lokalen kompletteras med ljudabsorbenter anpassade till rummets form och material.

Kyrklig kommentar och tillämpning på hörselhinder:

De vanligaste ljudabsorbenterna är akustikplattor i tak och/eller väggar och textilier.

Är det önskvärt med mer ljuddämpning i kyrkan? Dynor i bänkarna minskar skillnaden i efterklang mellan en välbesökt gudstjänst och en tom kyrka. I en fullsatt kyrka gör dynorna ingen skillnad för ljuddämpningen. En mätning av efterklangen ger ett underlag för samtal kring vilket ljud vi önskar i kyrkorummet.

I församlingshemmet kan man förbättra ljudmiljön med mattor på golvet, heltäckande dukar på borden etc.

9. Hinder i form av bristande eller bländande belysning skall undanröjas

Allmänt råd, sammanfattning:

Glasytor och fast belysning bör inte vara bländande

Kyrklig kommentar och tillämpning på hörselhinder:

Hörselskadade är beroende av att tydligt se den som talar. Därför är det viktigt att undvika bländande belysning. Belysningen bör vara jämn utan för stora kontraster i rummet. När man använder dämpad belysning behöver man tänka på att de som talar syns tillräckligt bra.

10. Hinder i form av brist på och bristande utformning av balansstöd skall undanröjas

Allmänt råd, sammanfattning:

Ledstänger bör finnas på båda sidor om trappor och ramper

11. Hinder i form av brister i utformning och placering av fast inredning skall undanröjas

Allmänt råd, sammanfattning:

Exempel på sådan anpassning kan vara att sänka för högt placerade telefoner... och utrusta telefoner med förstärkare och komplettera system med talförbindelse och optisk anordning så att hörselskadade och döva kan ta del av informationen.

Lästips

Böcker

JAG KOM, JAG SÅG... MEN JAG HÖRDE INTE ETT DUGG
MiF 2000:8.

Detta är en viktig bok om kyrkans möte med hörselhinder. Använd den!

ATT INTE HÖRA (TILL)

Nätverket för hörselskadade 2002. www.nfh.info

STRUTSENS VINGAR – EN UNGDOMSANTOLOGI

Sisus 2003.

NÄR HÖRSELN SVIKTAR

Ann-Chistin Gullacksen Harec, 2002.

ATT HÖRA TILL – HÖRSELSKADADES PSYKOSOCIALA ARBETSMILJÖ

Berth Danermark och Lotta Coniavitius Gellerstadt, Örebro universitet 2003.

LIV MED GLÆDE

24 hørehæmmede skriver om, hvad der gør livet værd at leve.

Red. Jan Grønborg Eriksen, Odense 2000,

ISBN 87-988263-0-1.

FÖRSTA HÖRBOKEN

Berenstaaf, Lyche, Wiik Belywi förlag 1992.

HÖRSELBOKEN

Örebro 1999. Finns även i webbversion: www2.sit.se/orebro/horselboken. *Rekommenderas!*

Webbsidor

www.hear-it.org

Engelskspråkig sida med mycket information om hörselskador

www.dbdbb.nu

AMMOT (Artister och musiker mot tinnitus)

www.byggtjanst.se

BYGG IKAPP HANDIKAPP - Svensk byggtjänst

Ett utmärkt hjälpmedel när man vill få koll på olika praktiska aspekter på tillgänglighet i byggnader. Där finns även en översikt över de lagar och föreskrifter som reglerar byggnation.

www.skr.org/fsr/praktikan/checklistan

FRÅN P-PLATS TILL NATTVARDBORD - Checklista för tillgänglighetsåtgärder i kyrkan.

www.ho.se

Inventeringsformulär för lokaler resp. kommunikation och information

www.hrf.se

Hörselskadades riksförbund producerar kontinuerligt informativt material. Exempel: Att höra hörselskadat, video, bra tillgänglighet, hörselskadade i arbetslivet.

Flera hörapparatfirmor har informativa webbsidor, t.ex.:

www.oticon.se, www.widex

Här kan man bl.a. få följa med på virtuell tur in i örat.

