

## **Das war sie, die REHA 241 in Rendsburg vom 13.11.- 11.12.2010**

Bevor der Alltag wieder in unser Leben einzieht, möchte ich in Anerkennung der Arbeit des REHA-Teams und natürlich auch zur Erinnerung für die Teilnehmer, die vergangenen vier Wochen zusammenfassen.

Die Erwartungen waren groß, da verschiedene »Lebensläufe« aufeinandertrafen, geeint in dem Ziel, eine erfolgreiche Rehabilitation für Hörgeschädigte zu erleben. Die Gruppe war harmonisch und jeder versuchte, seine Erfahrung mit der Höreinschränkung gewinnbringend für die REHA-Gemeinschaft mit einzubringen.

Im Vordergrund und als Ziel wurden wir mit den verschiedensten Thematiken »rund um das Gehör« vertraut gemacht: Vier Bereiche lassen sich diesbezüglich aus dem umfangreichen REHA-Plan erkennen:

### **1. Vorteilhaftes Verhalten hinsichtlich der Höreinschränkung**

Wir wurden geschult in Verhaltenstraining, Absehen, Hörtraining ... Dabei kamen auch theoretische Aspekte z.B. »Was ist Hören?«, »Was ist Sprache?« ... zur Diskussion ... Dinge worüber sich im Alltag eigentlich niemand den Kopf zerbricht, wurden hier diskutiert ...

### **2. Zweckmäßige technische Versorgung mit Hilfen für Hörgeschädigte**

Hier erfolgte eine individuelle Beratung, was technisch möglich ist, um den vorhandenen Hörstatus mit geeigneten Hörgeräten und -hilfsmitteln zu verbessern. Die Funktionsweise von Hörgeräten, FM-Anlagen, CI-Implantaten und Zubehör wie Lichtwecker und -klingel wurden erläutert. Der Hörstatus der Teilnehmer wurde anhand der Audiogramme erläutert.

### **3. Selbsterfahrungsgruppe und Gesprächskreis, Einzel- und Beratungsgespräche**

Diese Gesprächskreise führten die Veranlagungen, die Charaktere der Teilnehmer unter Berücksichtigung der Höreinschränkung zusammen. In den Gruppendiskussionen boten sich Möglichkeiten der Erörterung zur Verbesserung der allgemeinen Lebenssituation. Dem Seminarleiter gelang es anhand anschaulicher Tafelbilder Gründe für Verhaltensweisen sichtbar zu machen sowie Lösungsansätze für deren Verbesserung. Die Diskussion der Gruppe wurde souverän geleitet und anhand des »kollektiven Beratungskonzeptes« sachbezogen systematisiert.

### **4. Sozialrecht, Krankengymnastik und Entspannungsübungen**

Einige Teilnehmer nahmen die Reha zum Anlass für eine Mitgliedschaft bei der »Deutschen Hörbehindertenselbsthilfe« (DHS), um weiterhin aktiv mit Hörgeschädigten im Kontakt und Austausch zu bleiben.

Auch an den Wochenenden haben wir viel unternommen. Wir besuchten Westholstein (Husum, Tönning, Friedrichstadt), Hamburg und den Lübecker Weihnachtsmarkt ...

Die Rendsburger REHA-Tage werden allen Teilnehmern noch lange in Erinnerung bleiben, zum Abschluss gab es noch ein selbstgefertigtes Erinnerungsgeschenk, denn »... wir vergessen uns nicht ...!!!«

Viele Grüße,  
Jens aus Thüringen