

Anhöriga

När den ena parten i ett parförhållande drabbas av en hörselnedsättning får båda problem i vardagen. Hur hanterar man den nya situation som uppkommit? Det är en omställningsprocess för alla och kräver att båda måste förändra sitt sätt att kommunicera.

Det här kan man läsa i en avhandling:

”Att lära sig leva med förvärvad hörselnedsättning sett ur ett par-perspektiv – om anpassningsstrategiers funktionella och sociala innebörder”

(Avhandling i handikappvetenskap, Institutet för handikappvetenskap, Linköpings och Örebro universitet, Carin Fredriksson. 2001)

När hörseln förändras så har det betydelse för personen ifråga, det är en personlig resurs som påverkas. Hörseln i sig utgör även en betydelsefull del i den vardagliga kommunikationen, i våra vardagliga samtal med varandra. Det gör att en förändring av hörseln också spelar roll för omgivningen och då i första hand för närstående. Avhandlingen *”Att lära sig leva med förvärvad hörselnedsättning sett ur ett par-perspektiv – om anpassningsstrategiers funktionella och sociala innebörder”* belyser hur en förändring av hörseln påverkar de gemensamma samtalen i vardagen, vilka hinder och möjligheter som finns samt hur man som par söker att hantera de eventuella problem som uppstår. Ytterligare en fråga i avhandlingen berör accepterandet och dess funktion i processen att lära sig leva med förvärvad hörselnedsättning.

Vid tre återkommande samtal under en tidsperiod av ca 1 ½ år delade ett antal par, där den ena parten hade en förvärvad hörselnedsättning, med sig av sina erfarenheter och kunskaper från sin vardag. De berättade om hur vardagen gestaltade sig, vilka svårigheter den innehöll samt vilka möjligheter det fanns att klara av olika kommunikativa situationer i vardagen. Båda parter vittnade om att det handlade om att hantera *ett gäckande fenomen* i den bemärkelsen att hörselförändringen i sig fanns där men konsekvenserna av densamma var inte alltid närvarande. Det innebar att ibland var det problem i kommunikationen, ibland inte.

Paren beskrev det som att vardagen på så sätt blev *villkorad* och att en viss *osäkerhet* infann sig i kommunikationen. Såväl personen med förändrad hörsel som närstående beskrev *vardagens föränderlighet* som en källa till att problem kunde uppstå. Vardagen kan vara föränderlig på många sätt men det paren framför allt lyfte fram var att *ljudmiljön* kunde förändras och påverka möjligheten att höra och därmed att föra ett samtal. Ljudmiljöns förändring kunde gälla om t.ex. köksfläkten gick igång eller om någon satte på radion. Ibland kunde vardagens föränderlighet handla om att den *aktivitet* man var sysselsatt med *förändrades* vilket kunde ha betydelse för hur mycket respektive part tyckte sig kunna påverka hörselsituationen genom att säga till. Dessa föränderligheter kom ibland plötsligt och var därmed svåra att förutsäga och planera för.

Paren lyfte även fram vanornas betydelse, *vanans makt* och hur lätt det var att göra som man var van vid. Vanor är ett sätt att strukturera en föränderlig vardag och de underlättar vårt handlande. Att använda sig av vanor är energibesparande. När hörseln förändrades uppmärksammades framför allt de kommunikativa vanorna, hur man samtalande med varandra. Tidigare hade det gått att samtala med varandra på avstånd t.ex. från ett annat rum, när man suttit framför TV:n eller under det att man hjälptes åt i köket. Nu gick det inte längre att prata med varandra på avstånd. Om man satt framför TV:n var det svårare att samtidigt diskutera morgondagens göromål då TV-ljudet kunde utgöra ett störande moment, ett bakgrundsbrus, som påverkade möjligheten att uppfatta vad som sades eller möjligheten att framföra sitt budskap. Man kunde alltså inte göra som tidigare, som man var van vid. Vanorna som hade varit något som underlättade kommunikationen i vardagen, utgjorde därmed ett hinder.

När hörseln förändras behöver man oftast förändra sitt sätt att prata med varandra dvs. hur man samtalar med varandra. Studien har visat att det är lätt att göra som man brukar, att falla in i vanorna, vilket utgör en del av problematiken. Detta pekar på betydelsen av att båda parter *behöver göra på ett annorlunda sätt*, för att möjliggöra och underlätta den vardagliga kommunikationen.

Paren använde *olika strategier* i vardagen för att klara av eventuella problem som uppstod. Att lära sig leva med hörselnedsättningen innebar att klara hörselförändringen i sig. Det innefattade att skapa möjligheter för att höra och att kunna uppfatta bättre alternativt att göra sig hörd. De strategier paren använde *för att klara hörselkraven* var att gå närmare varandra, att inte tala med varandra på avstånd, att fråga om och att söka bekräftelse. Att klara av eventuella problem handlade också om *att klara av de sociala kraven* och den sociala situationen i sig. Det betydde att man behövde göra avvägningar mellan vad man kunde göra och vad man borde göra i den aktuella situationen. Det kunde handla om frågor som; *Hur många gånger kan jag fråga om? Hur ofta kan jag säga till att någon måste tala högre? Och Hur ofta kan jag avbryta?*

Närstående tog upp samma sak. *Är det lämpligt att jag går in och förtydligar en samtalssituation? Att jag säger till min makes/makas samtalspartner att de måste tala högre?* eller *Att jag fyller i om det uppstår problem?* Båda parter beskriver *ett komplext hanterande*. Det är mycket att tänka på i olika samtalssituationer. Parterna framhåller att de kan behöva *prioritera* mellan att höra och att inte störa emellanåt, med syftet att göra det bästa för mig, dig eller oss i en given situation.

Undersökningen har tydliggjort att "lära sig leva med hörselförändringen" är för paren att *kompromissa* mellan strategier för att höra alternativt att göra sig hörd och strategier för att inte störa, för att visa hänsyn visavi varandra och omgivningen. Studien har även visat att det finns *olika mönster* när det gäller hur fördelningen av arbetet för att hantera olika situationer ser ut. Ett mönster som visar ett delat ansvar för att klara olika situationer, ett där den ena parten tar huvudansvaret och ett mönster där parterna inte riktigt har bestämt sig för hur de ska göra i vardagens olika kommunikationssituationer.

Accepterandet spelade en roll i förändringsprocessen då det omfattade såväl ett konstaterande *att nu är det så här* som en handlingsberedskap vilket innebar *att söka göra det bästa av situationen* med hjälp av de olika strategierna. I studien framkom även att accepterandet kunde variera över tid och situation och hade betydelse för välbefinnandet, i ett längre tidsperspektiv.

I studien har samspelet betydelse för att kommunikationen lyfts fram. Samtalssituationen kan förstås som en gemensam handling och då blir det gemensamma agerandet av betydelse för hur samtalet utvecklar sig. Avhandlingen har även belyst det gemensamma arbetet som paren gör och att båda parter går igenom en *likartad process* när det gäller att lära sig leva med hörselförändringen som en del av vardagen. Det sistnämnda indikerar att även närstående bör erbjudas del i rehabiliteringen såväl utifrån sin make/makas situation som utifrån sin egen. Par-perspektivet i rehabiliteringen skulle kunna vara ett sätt att lyfta fram *samhörandets och samagerandets* betydelse i kommunikationen vid en förändring av hörseln, och därmed påvisa de kommunikativa möjligheterna i ett längre tidsperspektiv.

Sammandraget skrivet av Carin Fredriksson och infört i Hörselboken med tillstånd av författaren.