

Caroline Bagshaw: The Hard of Hearing Handbook [Podręcznik zaburzeń słuchu]. London: Imperia Books LTD 1994 ss. 122.

Publikacja ta, zgodnie z tytułem, stanowi praktyczny podręcznik o upośledzeniach narządu słuchu. Zawarte w niej informacje kierowane są do osób dotkniętych tym kalectwem, do ich bliższego i dalszego otoczenia, a także do szerokich kręgów społecznych. Pierwsza grupa adresatów to osoby, które stale walczą, żeby słyszeć, co się do nich mówi, żeby radzić sobie w sytuacjach życiowych. Bywa to dla nich niekiedy bardzo wyczerpujące zarówno emocjonalnie, jak i fizycznie.

Druga grupa adresatów to prawie każdy człowiek słyszący, który czuje się nieporadny, gdy próbuje rozmawiać z osobami w mniejszym lub większym stopniu niepełnosprawnymi ze względu na niedosłuch lub głuchotę. Upośledzenia te nie są widoczne i dlatego często nie znajdują zrozumienia. Objawy np. takie, jak przekręcanie wyrazów są niekiedy uważane za brak uwagi lub niską inteligencję.

Charakterystyce przyczyn upośledzenia narządu słuchu oraz ich objawom poświęcono w omawianej pracy dwa rozdziały (1 i 8). Wyjaśniając przyczyny, uwzględniono zwłaszcza infekcje, otosklerozę, wypadkowość, głuchotę spowodowaną hałasem, związaną z chorobą Meniëra – zaburzającą zmysł równowagi, głuchotę starczą. Opisy objawów obejmują nie tylko niemożność odbierania jakichkolwiek sygnałów dźwiękowych, lecz także odbieranie ich wybiórczo, bardzo cicho lub w sposób zniekształcony, jak też doznawanie stałego, hałaśliwego złudzenia dzwonienia w uszach, co jest tak dokuczliwe, że może doprowadzić do rozpacz. Tak było prawdopodobnie w przypadku Van Gogha.

Rozdział drugi poświęcony jest szczególnie scharakteryzowaniu problemów psychologicznych, zwłaszcza osób starszych, u których głuchota w większości przypadków zaczyna się w sposób niezauważalny, rozwija się powoli i może doprowadzić do zupełnej utraty słuchu. Osoby te nie zawsze chcą się do tego przyznać. Stwarza to często sytuacje konfliktowe, zniecierpliwienie osoby niedosłyszącej i jej otoczenia.

Sposób zachowania się osoby tracącej słuch ulega zmianie w sposób charakterystyczny. Stają się agresywne w kontaktach społecznych lub ich unikają. Niekiedy starają się same dużo mówić. Otoczenie sądzi, że stały się grymaśne, złośliwe, nieuważne. Zdarza się również, że osoby te unikają mówienia. Boją się mówić, sądząc, że nie będą zrozumiane. Dotyczy to zwłaszcza głuchych od dzieciństwa, którzy nigdy nie słyszeli głosu ludzkiego, jak również osób, które po utracie słuchu nie słyszą własnego głosu i nie mogą go kontrolować.

Zamieszczone w tym rozdziale wskazania psychoterapeutyczne wyjaśniają przede wszystkim, jak osoby o uszkodzonym narządzie słuchu mogą same sobie pomóc. Pierwszym ważnym krokiem jest zaakceptowanie swego kalectwa oraz zjednywanie sobie pomocy innych osób. Gdy to jest konieczne, należy wyjaśnić swoją sytuację. Praktyczne i celowe jest noszenie przy sobie kartki z napisem tej np. treści – „Proszę, patrz na mnie, gdy do mnie mówisz, i mów wolniej”. Wskazane jest omawianie swoich problemów z osobami najbliższymi, jak i z osobami o podobnych problemach w tzw. grupach samopomocy. Rozmowy takie pomagają w kształtowaniu właściwej postawy życiowej, właściwego obrazu samego siebie jako osoby, która ma do wykonania określone zadania. Pozwalają lepiej zrozumieć i pogodzić się z tym,

że ubolewanie i litowanie się nad sobą to tylko tracenie czasu i energii, co Autorka nazywa obrazowo płaczem nad rozlanym mlekiem.

Walkę o zaakceptowanie swojego kalectwa utrudniają oczywiście sytuacje stresowe. Towarzyszą im zwykle silne przeżycia emocjonalne agresji lub lęku. Doznania te mogą ponownie prowadzić do błędnej oceny własnej sytuacji życiowej, do myślenia katastroficznego, do rozpacz. Niezależnie od praktycznych wskazań, jak się powstrzymać i uwolnić od tego rodzaju złych, natrętnych myśli na zasadzie autosugestii, czytelnik znajduje tu także prosty opis niektórych technik relaksacyjnych, jak odpowiedni sposób oddychania, rozluźniania mięśni itp.

Jak się komunikować, jak się porozumiewać, przekazywać swoje myśli w przypadku niedosłuchu lub głuchoty – to temat następnego, trzeciego rozdziału. Zamieszczono tu wyjaśnienia na temat posługiwania się symbolicznymi znakami ruchów rąk, dłoni, palców. Szerszemu omówieniu poświęcono problem czytania z ust rozmówcy oraz nauczaniu czytania z ust.

Ruchy ust stanowią wprawdzie tylko część mechanizmów mowy, obserwowanie ich stanowi jednak ważny sposób rozumienia słów osoby mówiącej. Niestety, nie każdy dźwięk mowy powoduje wyraźny, swoisty układ warg. Ponadto niektóre wargi są leniwe i zaledwie się poruszają. Wiele dźwięków nadaje wargom kształt podobny, jak np. spółgłoski *m* i *n*; *b* i *p*, co często jest powodem złego zrozumienia wypowiedzianych słów. Wywołanych tym nieporozumień można uniknąć, jeśli się wie, które dźwięki wywołują ich najwięcej. Wyjaśnieniu tych wszystkich problemów czytania z ust mogą służyć specjalnie w tym celu prowadzone kursy. W Anglii np. kursy takie organizowane są przy klinikach audiologicznych. Mają one charakter szkoleń praktycznych, prowadzonych w sposób systematyczny. Program przewiduje m.in. obserwowanie ruchów ust własnej twarzy oraz innych osób – o wargach szerokich, wąskich, ruchliwych i mało ruchliwych, otoczonych wąsami itp. Programem objęte są również ćwiczenia koncentracji uwagi, uważnego obserwowania ekspresji twarzy rozmówcy, ruchów jego ciała i gestykulacji rąk. Uczenie – wyjaśnianie znaczenia wstępnego poznania tematu rozmowy oraz najczęstszych przyczyn nieporozumień – to także ważny punkt tego programu.

Zawarte w tym rozdziale złote rady dla osób tracących słuch, niedosłyszających lub głuchych, sprowadzone zostały do trzech, łatwych do zapamiętania, zasad:

- 1 – powiedz swemu rozmówcy, że cierpisz na uszkodzenie narządu słuchu;
- 2 – wyjaśnij, w jaki sposób można ci pomóc, prosząc: „nie krzycz, lecz mów zwrócony twarzą do mnie” (jeśli nie widzę, to nie słyszę);
- 3 – powiedz swemu rozmówcy, jeśli go nie zrozumiałeś.

Znajdują się tu również złote rady dla osoby, która chce być zrozumiana przez osobę o upośledzonym słuchu, ujęte m.in. w następujące hasła:

- 1 – upewnij się, czy twoja twarz jest widoczna, dobrze oświetlona;
- 2 – unikaj pomieszczeń, w których panuje hałas;
- 3 – unikaj pomieszczeń, w których twarde powierzchnie ścian i mebli wytwarzają echo;
- 4 – upewnij się, że osoba, z którą rozmawiasz, skupiła na tobie uwagę;
- 5 – na wstępie wyjaśnij temat rozmowy;
- 6 – mów wyraźnie, wolno, trochę głośniej – lecz nie krzycz;
- 7 – nie zasłaniaj ust, gdy mówisz;
- 8 – opanuj zniecierpliwienie, gdy to wszystko nie skutkuje.

Popularyzowanie tych zasad powinno obejmować nie tylko osoby najbliższe z otoczenia niedosłyszającego lub głuchego, lecz również szerokie kręgi społeczne, co zostało dokładniej omówione w rozdziale szóstym, poświęconym problemom zatrudnienia osób niepełnosprawnych oraz instytucjom opieki społecznej. Dzieląc się doświadczeniami swojego kraju, Autorka informuje o odpowiednich kursach organizowanych dla pracowników instytucji społecznych, handlu, usług itp. Po odbyciu takiego przeszkolenia dane zakłady pracy zamieszczają w oknach

wystawowych lub innych widocznych dla interesantów miejscach informujące o tym plakiety, opracowane przez British Association of the Hard Hearing (Brytyjskie Towarzystwo Audiologiczne).

Prezentowana publikacja w rozdziałach czwartym i piątym zawiera również informacje o aparatach słuchowych, stopniowo udoskonalanych, które dzięki precyzyjnej konstrukcji pozwalają uwzględniać indywidualne potrzeby pacjentów, wprowadzają automatyczną regulację głośności i wysokości dźwięków, a dzięki miniaturyzacji są coraz łatwiejsze do ukrycia.

Nowoczesne urządzenia techniczne, inne niż aparaty słuchowe, których celem jest pomoc osobom o upośledzonym słuchu, są coraz liczniejsze i coraz bardziej pomysłowe. Jedne z nich polegają na przewodzeniu głosu z jego źródła, np. z radia czy telewizora, do aparatu słuchowego. Inne, np. dzwonek przy drzwiach wejściowych, mogą dawać sygnały świetlne lub powodować wibrację. Wibratory zaś bywają różnej wielkości, można je nosić w kieszeni albo umieścić pod poduszką.

Jednym ze stosunkowo nowszych sposobów pomagania osobom o upośledzonym słuchu jest odpowiednie trenowanie psów, omówione w rozdziale siódmym. Idea ta propagowana jest dopiero od r. 1982, a do czasu ukazania się prezentowanej pracy przeszkolono w tym kierunku ok. 200 psów różnej rasy i różnej wielkości. Trenowanie bazuje na charakterystycznych dla nich cechach, jakimi są nadśłuchiwanie i natychmiastowe reagowanie na odgłosy otoczenia oraz chęć przypodobania się człowiekowi. Okazało się, że psy mogą być nie tylko dobrymi przewodnikami osób niewidomych, lecz mogą także pomagać osobom niedosłyszającym lub głuchym, i to przez cały czas – rano, w ciągu dnia i w nocy. Reagując na usłyszane głosy, prowadzą osobę niesłyszącą do właściwego miejsca, gdy dzwoni telefon, dziecko płacze, czajnik gwizdże itp. Mogą być również wykrywaczami szkodliwych zapachów.

Prezentowana publikacja kończy się optymistycznym akcentem, zwracającym uwagę na osiągnięcia lecznictwa medycznego w omawianej dziedzinie, łącznie ze stosowaniem wszczepów ślimakowych.

Praktyczną zaletą tej książki jest także to, że zamieszczono w niej wykaz mogących się przydać adresów, jak np. następujący: Association of Teachers of Lipreading Adults (Stowarzyszenie Nauczycieli Osób Dorosłych Czytania z Ust), The Post Office, Slimbridge, Gloucestershire G. L. 2 7 BL.

Ze względu na użyteczność zawartych w pracy informacji, zwłaszcza tych, które ułatwiają zrozumienie i wczuwanie się w sytuację osób o upośledzonym słuchu, oraz tych, które popularyzują mniej dotąd rozpowszechnione formy rozwiązywania ich problemów – pozwalam sobie zwrócić na nią uwagę.

Barbara Rosemann