

Besser verstehen. Besser verbunden.

10 Regeln für gute Kommunikation bei Schwerhörigkeit

1 Sprich mich direkt an

Nicht im Weggehen.
Nicht in den Raum hinein.
Erst Blickkontakt – dann sprechen.

2 Dein Mund sollte sichtbar sein

Nicht hinter der Hand.
Nicht im Gegenlicht.
Nicht beim Kauen oder Drehen.

3 Sprich in ganzen Sätzen

Keine Wortfetzen.
Keine halben Infos.
Zusammenhängende Gedanken helfen.

4 Minimiere Hintergrundgeräusche

TV aus.
Radio aus.
Nebengespräche pausieren.

5 Wiederhole anders – nicht lauter

Lauter ist nicht klarer.
Formuliere neu.
Nutze andere Worte.

6 Sprich natürlich

Nicht übertrieben langsam.
Keine künstlichen Lippenbewegungen.
Bleib normal.

7 Wichtige Infos doppelt weitergeben

Mündlich + schriftlich.
Gerade bei Terminen oder Zahlen.

Warum das wichtig ist

Schwerhörigkeit bedeutet oft **nicht „nichts hören“**.
Sondern: alles hören, aber nicht klar.
Das **Gehirn filtert, ergänzt** Wörter und **sortiert** Stimmen.
Das **kostet Energie**.

Gute Kommunikation macht den Unterschied.

8

Geduld statt Lautstärke

Ungeduld stresst.
Ruhe hilft mehr als Druck.

9

Frag nach, ob es verständlich war

Nicht: „Hast du's verstanden?“
Sondern: „War das so klar für dich?“

10

Nachfragen ist keine Unhöflichkeit

Es ist Strategie.
Es ist Selbstfürsorge.
Es ist klug.

**Gute Kommunikation ist kein Extra.
Sie ist Respekt.**

Schwerhörigkeit sieht man oft nicht.
Aber gute Kommunikation wirkt.



MEHR INFOS:



(Einfach, anonym und kostenlos.)



 www.sarahsohr.de