



Vejledningshæfte

Projektet og konceptet "Hør for livet"

Februar 2016

Indholdsfortegnelse

[1. FORORDET].....	3
[2. KONCEPTET].....	4
[3. DELTAGERNE].....	6
[4. MÅLENE].....	10
[5. INDHOLDET].....	13
[6. LÆREPROCESSERNE].....	16
[7. EVALUERINGEN]	20
[8. RAMMERNE]	22
[9. KURSUSLEDERROLLEN]	24
[10. AFRUNDING].....	26

[1. FORORDET]

Dette vejledningshæfte er et resultat af Høreforeningens projekt *Hør for livet*.

Hør for livet har været et udviklingsprojekt støttet af Social- og Integrationsministeriet med 1 ¼ mio. kr. til seks kvalificeringsforløb målrettet mennesker med enten et medfødt eller erhvervet høretab. Udviklingsprojektet blev sat i gang i november 2012 og afsluttedes i februar 2016.

Kurset har haft sigte mod at styrke deltagerens livskvalitet gennem at kvalificere til at *høre for livet*, dvs. give den enkelte deltager viden og forståelse for sin høresituation, pege på hørestrategiske muligheder for at skabe lyst, mod og ejerskab til at opretholde kommunikation og samvær med andre i hverdagen, trods et høretab.

Som nytænkende elementer har udviklingsprojektet undersøgt effekterne af (1) at arbejde bevidst med forskellige holdsammensætninger i forhold til målgruppens høretabsform, medfødt eller erhvervet høretab, (2) at inddrage pårørende som en del af kursets deltagere og (3) at planlægge og gennemføre kurserne med afsæt i en bevidst strategi for deltagerens læring og udvikling.

Kvalificeringsforløbet har vist sig at spille en væsentlig rolle i forhold til erkendelse af høretab og at tage ejerskab til det gennem en forståelse for at anvende høreteknik, der kan hjælpe til at kompensere for høretabet, og at integrere hørestrategier som understøtter og fastholder kommunikation med andre mennesker i såvel den nære kreds af relationer som i relationer hørende til arbejdslivssfæren.

På de første tre af seks hold oplevede næsten 8 ud af 10 kursister en forbedret livskvalitet efter at have deltaget i forløbet. På hold 4-6 øgedes dette tal til mere end 9 ud af 10 kursister.

Med baggrund i hvor indgribende et høreproblem er følelsesmæssigt, socialt, fysisk og praktisk, at statistik viser, at op mod hver sjette dansker har et høreproblem, heraf halvdelen under 65 år, samt hvor markant en betydning kvalificeringsforløbet *Hør for livet* har haft for deltagerne, må det **stærkt anbefales, at *Hør for livet* gøres til et fast tilbud**. Det anbefales, at tilbuddet forankres i den form, som udviklingsprojektet har fundet frem til efter afprøvning og justering, og som er dokumenteret med evalueringen.

Dette vejledningshæfte formidler denne form med sin fremstilling af **konceptet *Hør for livet***.

Stort tak til alle deltagerne – kursister og pårørende – i *Hør for livet*, som åbnede deres livsverden for os andre og delte erfaringer omkring høretab på kurset og i forbindelse med evalueringen.

En særlig tak til Anne Mette Paarup Kristensen, hørekonsulent i Høreforeningen og en blændende kursusleder, der med sine systematiske opsamlinger og personlige refleksioner gjorde det muligt at få et dybdegående indblik i *Hør for livet* og formidle konceptet videre.

Kirstine Ipsen

Ekstern evaluator og konsulent, cand. mag. og MBA

Februar 2016

[2. KONCEPTET]

Dette vejledningshæfte udspringer af et udviklingsprojekt støttet af Social- og Integrationsministeriet med 1¼ mio. kr. og gennemført i regi af Høreforeningen fra november 2012 til februar 2016. Udviklingsprojektet *Hør for livet* har omfattet seks kvalificeringsforløb målrettet mennesker med høretab.

Hvert af de seks kvalificeringsforløb – et kursus på fem fremmødegange fordelt med en opstartsweekend og fire seminardage – har løbet over ca. et halvt år. Kurset har sigtet mod at styrke deltagernes livskvalitet gennem at kvalificere til at *høre for livet*, dvs. give den enkelte deltager viden og forståelse for sin høresituation, pege på hørestrategiske muligheder for at skabe lyst, mod og ejerskab til at opretholde kommunikation og samvær med andre i hverdagen, trods et høretab.

Som nytænkende elementer har udviklingsprojektet undersøgt effekterne af (1) at arbejde bevidst med forskellige holdsammensætninger i forhold til målgruppens høretabsform, medfødt eller erhvervet høretab, (2) at inddrage pårørende som en del af kursets deltagere og (3) at planlægge og gennemføre kurserne med afsæt i en bevidst strategi for deltagernes læring og udvikling.

Der har været gennemført en ekstern evaluering af projektet midtvejs, hvor tre hold havde gennemført kvalificeringsforløbet og til slut i projektperioden, hvor de sidste tre af seks hold var afsluttet. Disse evalueringer har dels dokumenteret, at deltagerne har haft et meget stort udbytte af at deltage i kursusforløbet *Hør for livet* – dels givet indsigt i, hvad der kan ses som de centrale faktorer for dette store udbytte.

Med evalueringerne som grundlag er det muligt nærmere at beskrive **konceptet *Hør for livet***, så andre kan tage konceptet i brug og give endnu flere mennesker med et høretab muligheden for at blive kvalificeret til *at høre for livet*.

En didaktisk model som styrings- og refleksionsredskab

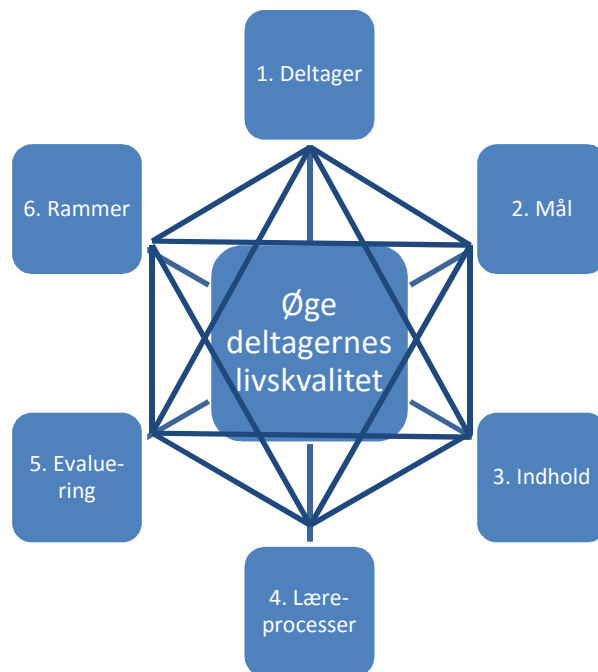
Konceptet, som det er udviklet og endelig tilpasset via afprøvning på de seks kursusforløb, bliver i dette vejledningshæfte formidlet med udgangspunkt i en didaktisk model. Modellen angiver strukturen for hæftets forskellige kapitler.

Didaktik kan defineres som en "praktisk-teoretisk planlægning, gennemførelse og kritisk analyse af undervisning og læring"¹. Didaktik er således optaget af forhold, der vedrører både undervisning og læring, idet undervisning er *underviserens* pædagogiske tilrettelæggelse af *deltagernes* læring. Med definitionen synliggøres samtidig en ansvarsfordeling mellem didaktikens aktører; underviseren med ansvar for undervisningen og deltagerne for læringen.

Forfatterne til definitionen arbejder ud fra en bred didaktisk og relationsorienteret forståelse af didaktik og har illustreret tankegangen som en stjernemodel med seks didaktiske kategorier, hvor alle kategorier er indbyrdes forbundne.

¹ Definitionen er hentet fra Hiim og Hippe (1997): *Læring gennem oplevelse, forståelse og handling*. En studiebog i didaktik. Nordisk Forlag, 1. udgave, 4. oplag, side 89.

Betragtningensmåden fordrer, at hver didaktisk kategori vurderes i lyset af de andre i både planlægning, gennemførelse og vurdering af undervisningen og deltageres læring.



Figur 1. Didaktisk relationsmodel efter Hiim og Hippe.

Kategorierne er, som modellen viser: (1) Deltagerne; (2) målene; (3) indholdet; (4) læreprocesserne; (5) evalueringen; og (6) rammerne. Tallene foran kategorien henviser til den rækkefølge, som de præsenteres i vejledningshæftet, men indebærer ikke at modellen skal anvendes lineært fra 1-6.

Kategorierne har man for øje både i planlægning og gennemførelse af *Hør for livet*, men bruger dem også som en systematik til at vurdere forløbet efter, det er gennemført. Man kan sige, at modellen bruges i en før-, under- og efterrefleksion i forhold til det samlede kvalificeringsforløb. Men samme systematik kan følges omkring hver undervisningsenhed, som forløbet kan deles op i; seminardage, temaer osv.

Det er væsentligt *ikke* at se modellen som en teknologi, man kan styre undervisning med, men som et redskab til at gøre sig overvejelser og refleksioner med. Menneskers læring kan ikke fjernstyres eller programmeres, men man kan som underviser gøre et godt forarbejde og i selve undervisningen være fuldt til stede og arbejde situationsbestemt.

I de næste afsnit præsenteres de enkelte kategorier og gøres konkrete i forhold til konceptet *Hør for livet*. Under de enkelte afsnit henvises der til de øvrige afsnit – og viser, hvordan beslutninger under én kategori er knyttet til beslutninger i andre kategorier.

[3. DELTAGERNE]

Deltagerne er kursets modtagere. Det er dem, som forløbet er rettet mod, og der ønskes en forandring med undervejs og efter, de har deltaget i forløbet.

I *Hør for livet* blev kursets **primære målgruppe** defineret som "mennesker med enten et medfødt eller erhvervet høretab" og udpeget i forbindelse med ansøgningsarbejdet til udviklingsprojektet.

Deltagere er aldrig forudsætningsløse. De møder op med erfaringer og oplevelser i forhold til livet generelt, men også i forhold til det specifikke tema, der er i fokus på et kursus. Det er erfaringer og oplevelser, der har formet deres forståelse, følelser, holdninger og leveadfærd.

Det er et princip inden for didaktik, at undervisningen skal stå i et rimeligt forhold til deltagerens forudsætninger, dvs. de forståelser, følelser, holdninger og kompetencer, som deltagerne til enhver tid møder til undervisningen med. Derfor har det betydning at have/få en sådan indsigt.

Indsigt i målgruppen

Arbejdsgruppen bag planlægningen formulerede i sit forarbejde antagelser om, hvilke centrale problematikker den valgte målgruppe oplever. Her var indsigt i deltagerens forudsætninger særligt rettet mod deltagerens oplevede udfordringer med høretabet, fordi kvalificeringsforløbet havde sit opgavefokus her. Antagelserne baserede sig på Høreforeningens langvarige kendskab til målgruppen.

Deltagerne på *Hør for livet* bekræftede arbejdsgruppens antagelser via de hørehistorier, som alle fik til opgave at formulere og gennem drøftelserne på kurset. Derudover bidrog disse til en bredere indsigt i deltagerens øvrige forudsætninger.

Indsigt i deltagerens forudsætninger viste, at et høretab sætter sig igennem i mange områder af hverdagens almindelige praksis; det gør det vanskeligere at følge med i samtaler, at opfatte beskeder i forbifarten, at tale i telefon, følge med i TV uden undertekster, høre radio, musik, deltage i større forsamlinger – møder, foredrag, teater, koncerter – hvor flere taler/synger på samme tid, fra forskellige retninger, hvor der er baggrundsstøj, dårlig akustik etc. Og gør sig gældende i såvel arbejdsliv som privat- og fritidsliv.

Sådan erfaringer gør det nærliggende at trække sig fra sociale sammenhænge. Deltagere fortalte, hvordan frokosten sammen med kolleger var blevet skiftet ud med at spise alene, at fritidsinteresser stille var gledet ud, sociale arrangementer aflyst, hvorved omfanget af relationer over tid var reduceret. Flere aktiviteter var kommet til at foregå sammen med få mennesker eller alene. Træthed og udmattelse har været understøttende faktorer for dette 'mønster', fordi høretab slider på energien. Men faktorer som fx manglende kendskab til høretekniske muligheder, der ville kunne have kompenseret for noget af høretabet, samt manglende høretaktiske strategier, der kunne have understøttet det vigtige kommunikative samspil med omverdenen, har også spillet negativt ind.

Flere har berettet om *eksistentielle livskriser* eller perioder med *sorg, depression og social angst*. Mange har slidt for at fastholde et job, som de tidligere har kunnet varetage med stor succes, men nu har måttet opgive, fordi høretabet blev forværret. En del har fyringer i bag-

gen, fordi jobbet krævede god hørelse, eller der ikke var muligheder for jobtilpasninger i takt med, at hørelsen ændrede sig. At miste tilknytningen til arbejdsmarkedet er for flere det ultimative tab, der efterlader en følelse af *afmagt* og at opleve sig *fravalgt*.

Med sådanne indgribende erfaringer – oplevet i forskelligt omfang af deltagerne – har det for de fleste været en kamp gennem tiden at skulle erkende sit høretab og acceptere den høresituation, man er i – som modsætning til dét at fremstå 'normal', ikke mindst pga. angsten for konsekvenserne af ikke at blive opfattet sådan.

Jeg har ladet som om, jeg kunne høre for at være normal, at andre ikke skulle opdage, hvor dårligt jeg hører.

Fordi kontakt med omverdenen og andre mennesker er essentielt for at opleve personlig og faglig udvikling, velvære, selvfølelse og selvforståelse kommer et høretab til at påvirke selve *livskvaliteten*. Reduceret livskvalitet har i *Hør for livet* været brugt som det samlede begreb for 'resultatet' af deltagernes problematikker.

Det er over for udfordringer og livserfaringer af følelsesmæssig, social, fysisk og praktisk karakter, at *Hør for livet* som kvalificeringsforløb har sin opgave – og det er i forhold hertil, at planer for mål, indhold og læreprocesser skal lægges. Deltagerne selv har udtrykt, at "vi vil tale om det, der er essensen af et høretab".

En hørehistorie

Fortællingen er skrevet af Heidi, én af deltagerne på *Hør for livet*.

År 2002: Jeg er til øveaften i mit folkemusikbigband, hvor jeg har spillet musik i 10 år, men jeg må køre hjem før tid. Siger til orkesterlederen, at jeg skal have orlov. Jeg kan ikke holde ud, når blæserne sætter ind. Det er for højt, og jeg vågner ind imellem om natten med tinnitus.

År 2006: Vi er med skolen på tur til København, i teatret om aftenen. Alle omkring mig griner højt af det, der bliver sagt på scenen. Der er mange gamle mennesker blandt tilskuerne, og jeg fatter ikke, at de kan høre det, når jeg ikke kan høre en sætning. Ringer til hospitalet og spørger, om jeg ikke snart kan få en tid. Der er to års ventetid, men jeg fortæller dem, at når jeg underviser i engelsk, må jeg ned og stå lige foran eleverne for at høre, hvad de siger. Ofte må de gentage to og tre gange, før jeg har hørt det. Og det gør naturligvis eleverne usikre. Jeg får en tid og mine første høreapparater!

År 2007: Efter et arrangement på skolen cykler min datter og jeg hjem sammen. Hjemme i sengen kører det hele pludselig rundt som en karrusel. Jeg kravler ud til wc'et og kaster op. Sygemelder mig i tre dage. I lang tid efter er jeg meget svimmel. Lægen siger, det er virus på balancen. Det er en meget stresset tid både privat og jobmæssigt.

År 2008: På skolen er jeg nu gået lidt ned i tid. Har fået en assistentordning og høreapparater, der passer til den støj, jeg arbejder i. Alligevel er det ulideligt for mig. Jeg kan ikke skelne lyde fra hinanden og forstå, hvad børnene siger. Der er mange møder og uro i personalegruppen. Jeg bliver hurtigt træt og stresset.

År 2010: Det er sjældent, at jeg deltager i noget udenfor skolen. Passer mit arbejde, men går hjem og lægger mig på sofaen hele eftermiddagen. Min familie tager til fødselsdage uden mig, og hvis jeg er med, kan jeg finde på at gå ud og sætte mig i bilen. Jeg har mistet alle mine interesser og aflyser stort set alt, der involverer andre mennesker. På jobbet magter jeg ikke at være social med kollegerne. Spiser alene for at få ro. På pædagogisk weekend går jeg op på mit værelse efter dagens program, mens de andre hygger med vin og latter nenedunder.

År 2011: Efter en lang mødedag på skolen uden nok pauser for mig vågner jeg om natten med en slem gang tinnitus. Jeg ringer til skolen og sygemelder mig. Inderst inde ved jeg, at jeg aldrig kommer mere. Min hørelse er faldet næsten 10 db siden 2010. Min læge advarer mig om depression, hvis jeg fortsætter som lærer. Jeg er meget træt og udmattet. I weekenden kører jeg ned på skolen og henter mine ting.

- Fortsættes

År 2012: Jeg er stadig sygemeldt. Stille og roligt er jeg ved at komme mig. Men der er sorg og tab forbundet med perioden. I december kommer min skoleleder hjem i mit køkken med en opsigelse. Efter 21 år som lærer er det slut!

År 2013: Jeg bliver ansat med løntilskud i 9 måneder på et museum. Det er helt fantastisk at opleve et job, hvor der ikke er støj og dårligt arbejdsmiljø. Jeg er begyndt at gå til syning og motionerer ofte. Jeg har også fundet et nyt lille orkester, hvor jeg atter oplever musikglæden. Jeg ordner have og sætter mig ind i alt om planter og træer. Jeg holder min 50 års fødselsdag uden at høre ret meget, for mine høreapparater skruer ned hver gang, der er støj.”

År 2014: Har fået nye høreapparater, der giver mig så meget glæde. Jeg kan høre min datter tale på bagsædet af bilen. Der er musikprogram i, så jeg nu selv kan spille musik. Jeg er tilbage i sociale sammenhænge, var bl.a. på ø-lejr og dansede til kl.2, fordi musikken ikke var for høj. Jeg har overskud og melder mig til ”Hør for Livet”.

– Heidi

Projektet havde ikke bare én men to målgrupper

Som et nytænkende element undersøgte udviklingsprojektet effekterne ved at inddrage **pårørende som endnu en målgruppe**. Her blev pårørende defineret som ‘en nærtstående’, og det blev overladt til kursisterne selv at vælge denne person. For de flestes vedkommende har det været en ægtefælle/samlever, men også voksne børn og voksne søskende har deltaget. En enkelt havde sin kollega med.

Evalueringen dokumenterede, at det har haft stor betydning for begge parter at deltage.

Pårørende har ikke deltaget i en version, hvor de skulle være med som tilhørere eller gæster. Udgangspunktet var at inddrage pårørende som fuldgældige deltagere, hvorved forløbet skulle tilpasses dem, på samme måde som kurset blev rettet mod kursisterne med høretab.

Erfaringen er, at pårørende er en overset ressource for mennesker med et høretab. På et mere teoretisk plan har tilgangen rødder i et systemisk perspektiv, hvor et høretab betragtes som havende ikke kun én ejer, men at hele den sociale sammenhæng, hvori personen med hørenedsættelse indgår, bliver påvirket og er ejer problemet.

Inden for systemisk teori forsøger et system, der bliver ‘forstyrret’ (forandret), at komme tilbage til en (ny) ligevægt/balance. Det sker gennem feedback mellem delene. Hvis feedbacken ikke opfattes eller responset bliver ‘forkert’, kan forandringen føre til en forstærkende proces hos én del, der kan ende med at kollapse. Overført til familier, hvor et familiemedlem får et høretab, kan det føre til kollaps i en eller anden form (isolation, ensomhed, ødelæggelse af relationer), hvis familiens medlemmer ikke reagerer på forandringen eller finder en ny balanceret måde at fungere på.

Evalueringen dokumenterede, at der er brug for hjælp til at få øje på, at der er sket en ændring i dynamikken mellem nærtstående (det kan være vanskeligt at opdage, når et høretab kommer snigende), dernæst identificere hvori ændringen består (typen af høretab og indvirkning på den enkeltes hørelandskab) og endelig hjælp til, hvordan delene kan indrette sig på og balancere ændringen, herunder også hvordan den vanskelige pårørenderolle kan ‘spilles’. For flere pårørende er rollen forbundet med både usikkerhed, en ‘forbudt’ følelse af irritation og at vise hensyn på en ‘forkert måde’.

Derved har det betydning at indtænke både personen med høretab og den pårørende som målgruppe for kvalificering, dvs. i tilrettelæggelsen af *Hør for livet* at afdække problematikker fra begge parter synsvinkler og planlægge indhold og læreprocesser, der imødekommer begge parter.

Ligesom de kursusansvarlige søgte indsigt i kursisterne, blev de pårørendes udfordringer og forudsætninger afdækket. Det foregik bl.a. ved, at de pårørende blev bedt om at skrive en fortælling om, hvordan det er at være pårørende til et menneske med høretab.

For ikke at pårørendehistorierne skulle opleves som et pres – og fordi det for nogens vedkommende i sig selv var en overvindelse at skulle deltage på *Hør for livet* – blev opgaven først givet til de pårørende, mens de var på kurset og oplevede sig 'fortrolig' med holdet.

En pårørendehistorie

Fortællingen er skrevet af Peter, én af de pårørende på *Hør for livet*.

Birgitte og jeg har kendt hinanden i 36 år og været gift i 28 år. Vores liv sammen har været præget af et meget aktivt arbejdsliv, hvor Birgitte har arbejdet som leder og jeg har haft egen virksomhed.

Fritiden har været fyldt med sport, aktiviteter omkring vores store hus og have på landet og ikke mindst vores tre børn. Vi har også altid rejst meget, både før og efter at vi fik børn.

Jeg har altid været klar over, at Birgitte havde problemer med hørelsen. Det blev allerede konstateret hos skolelægen.

For ca. 20 år siden registrerede jeg, at hun ofte svarede helt forkert på spørgsmål, når hun talte med andre. Dengang troede jeg bare, det var stress, eller at hun var distraet.

Det er dog først inden for de sidste 5-6 år, at Birgittes høretab er blevet mærkbart herhjemme. Jeg ser det i de små ting som fx, at hun ikke hører telefonen, eller at døre og skuffer ikke lukkes helt i. Når det er mig, der indleder en samtale, skal jeg altid gentage begyndelsen. Vi fravælger musikarrangementer og større forsamlinger, og når vi har gæster, er det som regel kun et par af gangen.

Birgitte har brug for meget ro, når hun kommer hjem fra arbejde. Da børnene er flyttet hjemmefra for længe siden, er det ikke noget problem, men det betyder, at der ikke bliver spillet så meget musik i huset som tidligere.

Vores liv sammen har helt sikkert ændret sig de senere år pga. Birgittes nedsatte hørelse. Udover at børnene er fløjet fra reden, er vi jo selv blevet ældre, men netop et langt samliv giver måske større forståelse for de endnu forholdsvis få begrænsninger, som høretabet har været forbundet med hjemme hos os.

Min største bekymring er, hvis Birgittes hørelse bliver så dårlig, at hun ikke kan fortsætte med at arbejde. Tabet af de mange menneskelige relationer og muligheden for at arbejde med noget betydningsfuldt i hverdagen vil være utroligt svært at acceptere

- Peter

For at lette sproget i vejledningshæftet bliver deltagere med høretab herefter omtalt som **kursisterne** og kursisters nærtstående figurerer som **de pårørende**.

De enkelte didaktiske kategorier vil i de efterfølgende kapitler først blive illustreret med fokus på kursisterne. Sidst i afsnittene inddrages de pårørende som vinkel.

[4. MÅLENE]

Mål er hensigten med undervisningen/et kursusforløb udtrykt med et overordnet formål og en række (del)mål for den konkrete undervisning. Mål afspejler desuden forventningerne til deltagerens læring, dvs. de ønskede resultater af det gennemførte kvalificeringsforløb. Mål er således både et sigtepunkt for undervisningen og et målepunkt efter undervisningen.

Mål formuleres med udgangspunkt i ønsket til deltagerens forandring og ud fra en sammenhæng med de identificerede problematikker, som de blev præsenteret i foregående afsnit.

Mål kan formuleres på forskellige niveauer – overordnet og konkret – som formål og mål/ delmål. Til det bruges i mange sammenhænge 'SMORT'² som kvalitetsstandard.

Specifikt = Målet skal være specifikt og konkret, således at det er tydeligt, hvad målet drejer sig om, og hvad der skal være opfyldt, for at målet er nået

Målbart = Det skal være muligt at måle om et mål nås

Opnåeligt = Være realistisk at opnå inden for den givne tidsramme

Relevant = Målet skal være vigtigt, relevant og accepteret af deltagerne

Tidsbestemt = Der er fastsat en tydelig tidsramme for målets indfrielse. I et kvalificeringsforløb som *Hør for livet* er det, når kurset er afsluttet.

Deltagerne 'skal' igennem en erkendelsesproces

Evalueringen dokumenterede, at centrale elementer i *kursisternes* forandringsproces er knyttet til følgende områder:

- At erkende sit høretab og forstå sin høresituation
- At anerkende et behov for at bruge høretekniske hjælpemidler
- At opnå ejerskab til sin høresituation, så man får lyst, mod og vilje til at kommunikere med andre
- At se nye veje og få nye muligheder for at skabe god kommunikation (hørestrategier)

Selve forandringsprocessen kan synliggøres som en cirkulær model (se næste side).

Forandringsprocessen sker i takt med, at deltagerne gennemløber den cirkulære proces. *Hør for livet* har kontinuerligt haft fokus på denne forandringsproces.

Forandringscirklen illustrerer med tallene en bevægelse fra viden/kognitive mål; mod holdninger/affektive og værdimæssige mål; til handlinger/kompetencerettede mål. Men tallene skal ikke illustrere at erkendelse alene sker i denne rækkefølge. Anvendelse af nye hørestrategier (trin 5) kan bidrage til både ny forståelse af ens høretab (trin 1) og et større ejerskab hertil (trin 4).

² SMORT er en dansk oversættelse af de amerikanske ord i SMART-mål.



Evalueringen dokumenterede, at forandringsprocessen ikke sker én gang for alle hos kursisterne, men er en kontinuerlig proces – fordi erkendelser opstår i faser i forhold til forskellige områder i hverdagen, men også fordi et høretab og høresituationen kan ændre sig.

Figur 2. Forandringscirklen (egen tilvirkning)

Formål og mål i *Hør for livet*

Det overordnede **formål** i *Hør for livet* har været formuleret som følgende:

- *At mennesker med et medfødt eller erhvervet høretab oplever øget livskvalitet via et kvalificeringsforløb, der styrker kommunikation og interaktion med andre mennesker – hvad enten det er i familien, på arbejdet, under uddannelse eller i fritidslivet.*

Projektets **mål** har været formuleret som følgende:

1. At kursisten får faglig viden om sit høretab, kender og forstår sin høresituation.
2. At kursisten får faglig viden om høretekniske hjælpemidler og overblik over den offentlige og private hørerehabilitering.
3. At kursisten får redskaber til at mestre sit høretab og udvikler virkningsfulde høre-taktikker, der forbedrer kommunikation og interaktion med andre.
4. At kursisten får mulighed for at styrke sit netværk med ligestillede.
5. At kursisten har en subjektiv oplevelse af øget livskvalitet.

Mål skal alle pege op mod det overordnede formål.

Evalueringen dokumenterede, at alle mål blev indfriet i *Hør for livet*, dvs. at resultatet af undervisningen førte til gevinster og effekter for kursisterne på de nævnte områder.

I kursusforløbet har særligt mål 1 og 3 været tids- og indholdsmæssigt prioriteret, og i lidt mindre omfang mål 2. Mål 4 og 5 adskiller sig ved at blive indfriet som resultat af forløbet som helhed.

Kursisterne lagde i evalueringen vægt på, at kursets styrke lå i helheden. Målene har en vigtig indre sammenhæng, hvor mål 1 udgør en vigtig basis – at forstå sin høresituation og finde sin identitet med et høretab. Og mål 3 er det væsentlige at nå hen til – at mestre sit høretab ved

at arbejde med at forbedre kommunikation med andre via gode hørestrategier, jf. 'forandringscirklen, figur 2. Men mål 3 nås ikke uden mål 2 – høreteknik og viden om høresystemet. I dette projekt har mål 1 og 3 været vægtet højest i forhold til mål 2.

Hvis man sammenligner forandringsprocessen angivet i figur 2 og de fem delmål vil man bemærke, at der ikke er mål, som direkte formulerer sig om *erkendelse af høretab* og at *få ejerskab til høretab*. Heri ligger, at erkendelse opfattes som en indre proces, der er vanskelig at gøre målbar, jf. SMORT. Om ejerskabet er det antagelsen, at det er integreret i mål 3; når kursisten anvender nye hørestrategier hænger det sammen med lyst og vilje til kommunikation og afspejler et ejerskab.

De pårørende og målene

Evalueringen dokumenterede, at det vigtigste at sætte fokus på, når et kursus har pårørende med, er: Viden om høretab, og især med en vinkel, så de pårørende kan forstå det fra den, der har høretabet. Derudover at sætte fokus på den indbyrdes kommunikation og det sociale samspil, der bliver påvirket af et høretab, få strategier til at understøtte god kommunikation og afklare, hvilken rolle den pårørende skal påtage sig i det indbyrdes samspil.

De pårørende er således 'dækket' af de samme mål, som gælder for kursisten, undtagen mål 5 vedrørende livskvalitet, der er specifikt for dem. På kursistens plads i de viste mål kan man indsætte 'den pårørende', ligesom alle formuleringer knyttet til høretab fx erstattes af 'sin nærtstående...'. Der *tilføjes* ét mål omkring den vanskelige pårønderrolle. Det kan fx lyde:

6. At den nærtstående bliver afklaret i sin rolle som pårørende, så hun/han kan håndtere den i overensstemmelse med begge parter ønsker og behov.

[5. INDHOLDET]

Indholdet er læringens genstand, dvs. dét som undervisningen handler om. Indholdet skal have forbindelse til målene.

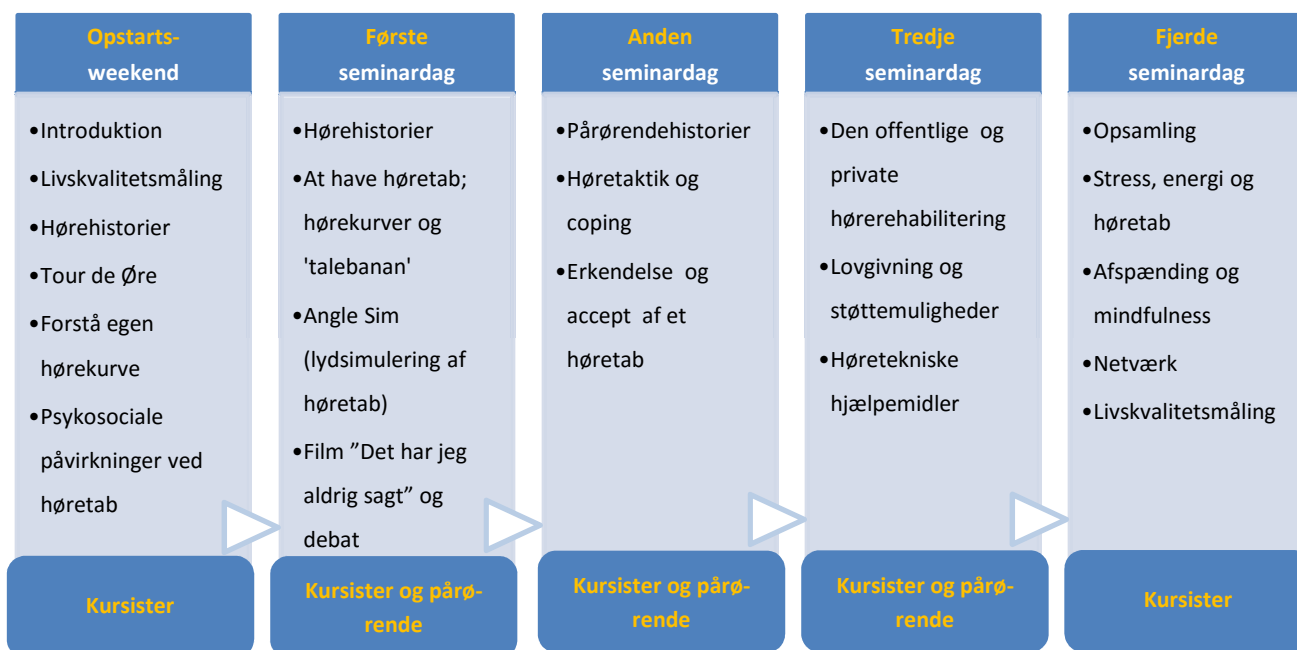
Hvilket indhold, der er mest værdifuldt for deltagere at tilegne sig findes der ikke ét facit på. Valg af indhold er spændt ud mellem underviserens værdier, interesser og ekspertise, deltagernes behov og interesser og fagområdet/temaets egenart og struktur. En god pejling i udvælgelse af indhold er at tilgodese både kognitive/intellektuelle, kreative, følelses- og handlingsmæssige sider.

Hovedtemaer i *Hør for livet*

Hør for livet har indholdsmæssigt været opbygget omkring hovedtemaerne angivet i figur 3 placeret lidt forskelligt på de seks hold og med varierende tyngde ud fra bl.a. holdets individuelle behov og ønsker. Der er temaer, som har været i fokus på flere seminardage, selvom de af figuren kun fremgår på én dag.

Hørehistorier har fx været et centralt og gennemgående indholdspunkt, formidlet såvel mundtligt som skriftligt af aktuelle og tidligere kursister. Ligeså de pårørendes skriftliggjorte fortællinger om, hvordan det er at være pårørende til et menneske med høretab.

Oplæg er formidlet af eksterne undervisere med ekspertise inden for de forskellige temaer eller af den gennemgående kursusleder, der med en uddannelse i audiologopædi selv er fagprofessionel. Den faglige tilgang til høretab har været med såvel en medicinsk/biologisk vinkel, teknisk, akustisk, social og psykologisk approach. (På oversigten er deltagerne på de enkelte seminardage desuden synliggjort).



Figur 3. Oversigt over hovedtemaer i *Hør for Livet*

Indholdet er udvalgt, så det afspejler målene og målgruppernes problematikker. Men dernæst tilpasset de enkelte hold ud fra deltageres læringsbehov, som det bliver udtrykt i læringskontrakten (se afsnittet 'læreprocessen'), og via den feedback som kursuslederen får fra deltagerne undervejs i forløbet (se afsnittet 'evaluering') omkring deltageres forandringsproces, jf. figur 2. Kursuslederen indgår i et aktivt samspil med deltagerne undervejs i hele forløbet, hvor hun måler temperaturen på, hvor såvel den enkelte som holdet er – og tilpasser vægtningen af de forskellige temaer herefter.

Det er i forberedelsen af stoffet (indholdet), at den enkelte underviser reflekterer over, hvordan formidlingen af indholdet (se afsnittet 'læreprocessen') skal foregå, så både kognitive/intellektuelle, kreative, følelses- og handlingsmæssige aspekter medtænkes.

I booking af eksterne undervisere har kursuslederen en rolle i forhold til at klæde underviseren på med hensyn til deltageres forudsætninger (se afsnittet 'deltagerne') og evt. særlige behov og ønsker i forhold til underviserens tema (se læringskontrakten i afsnittet 'læreprocessen').

I *Hør for livet* praktiserede kursuslederen fx, at deltagerne formulerede en række (anonymiserede) spørgsmål på forhånd til den psykolog, der stod for temaet omkring 'psykosociale påvirkninger ved et høretab', så underviseren kunne forberede sit indhold med udgangspunkt heri – og dermed gøre det mest muligt vedkommende for deltagerne.

En vigtig erfaring generelt, som også *Hør for livet* gjorde, er, at nye undervisere har tendens til at styre undervisningen ud fra et overstruktureret indhold, der som regel lider af stoftrængsel; underviseren vil så gerne formidle alt det han/hun ved. Når man har fået lidt mere erfaring som underviser – strukturerer man stadig sin undervisning – men gør oplæggene kortere for at give plads til deltageres respons på indholdet; deres forståelse og hvad der giver mening for dem. Kursuslederen på *Hør for livet* udtrykte retrospektivt, at hun – på trods af afsat tid til gruppedrøftelser – gerne vil have prioriteret dette mere. Og deltagerne gav i evalueringen udtryk for, at de gerne ville have haft endnu mere tid til gruppesamtaler, fordi de var så givende.

Den væsentlige pointe her er ikke, at indhold i form af oplæg fra interne og eksterne undervisere skal erstattes af gruppe-/plenumdrøftelser, men at man ofte overgår varigheden af disse oplæg i forhold til deltageres drøftelser. Evalueringen dokumenterede, at deltageres store udbytte var betinget af den gode vekselvirkning mellem oplæg og drøftelser – et både-og og ikke et enten-eller.

Hørehistorier som særlig indholdsdel

Hørehistorier har udgjort en central del af kurset. Om historierne er deltagerne introduceret til følgende:

- ✓ *Kursisternes* hørehistorier er en nedskreven fortælling på ml. 10-15 linjer og 2-3 sider om, hvordan den enkelte har oplevet sin hverdag/liv omkring det at få/have et høretab.
- ✓ Kursisterne introduceres til opgaven på weekendseminaret.
- ✓ Processen med at skrive sin hørehistorie leder erfaringsmæssigt til en bearbejdning af nogle af de følelser den enkelte har omkring sit høretab og giver andre mulighed for at spejle sig heri, hvorved holdet får et vigtigt fælles grundlag for at dele viden og erfaringer. På mange hold bliver historierne en form for 'fælles skat'.
- ✓ For de pårørende, der bl.a. deltager i kurset for at få større viden om høretab, giver hørehistorierne et levende indblik i denne virkelighed.

- ✓ Alle hørehistorier samles og sendes ud til alle (kursister og pårørende) inden 1. seminardag.
- ✓ *De pårørendes* historie er på tilsvarende vis en nedskreven fortælling på ml. 10-15 linjer til max 2-3 sider om, hvordan det er at være pårørende til et menneske med en hørenedsættelse.
- ✓ Opgaven præsenteres på 1. seminardag (og ikke før for hverken kursister eller pårørende) for ikke at blive en barriere for at deltage.
- ✓ De pårørendes historier samles og sendes ud til alle deltagere inden 3. seminardag.
- ✓ Både kursisternes og de pårørendes historier medvirker til at skubbe til en erkendelses-/forandringsproces, jf. figur 2, for både kursist og pårørende.
- ✓ Pårørendehistorien spiller – udover selve indholdet – en vigtig rolle i forhold til hensigten om at gøre høretabet til noget fælles og et delt ansvar i forhold til kommunikationen.
- ✓ Alle bliver introduceret til, at historierne ikke skal skrives i en bestemt form eller have et særligt facit. Desuden, at historierne er fortrolige, delt i tillid til at de ikke bringes uden for holdet.

[6. LÆREPROCESSERNE]

Læreprocesser er, hvordan selve undervisningen skal foregå. Det handler om undervisningens organiseringsprincipper, arbejdsformer og undervisningsmetoder. Man kan også sige, at læreprocessen handler om, hvad underviseren og deltagerne hver især skal gøre med indholdet – og hvorfor.

På *Hør for livet* har tilrettelæggelsen af læreprocesser været styret efter to ting:

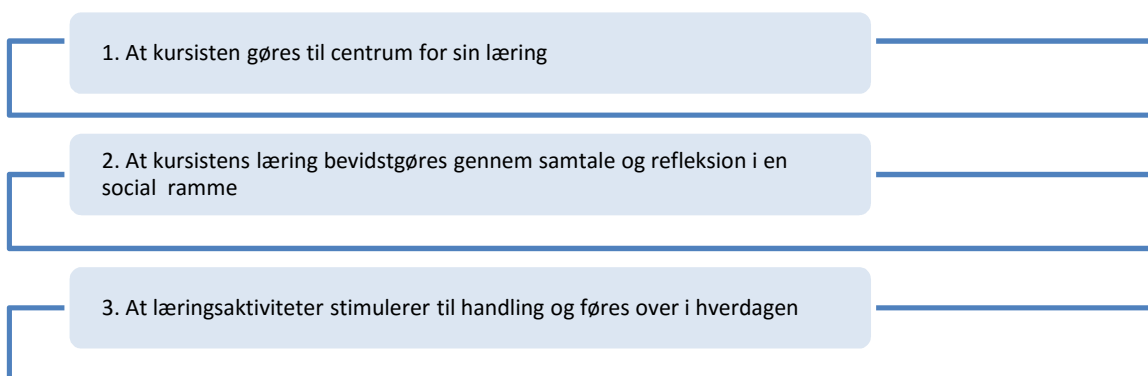
1. Deltagernes forandringsproces, se figur 2 – og fokus på at understøtte denne proces.
2. En bevidst strategi for deltageres læring og udvikling.

Hør for livets bevidste strategi for læring har været beskrevet i en **læringskontrakt**, som blev præsenteret for deltagerne på første weekendseminardag. Men læreprocessen aktiveres allerede *før* kurset, idet der i annonceringen meddeles, at kurset er bygget op om en aktiv indsats fra deltagerens side. Et praktisk udtryk for dette er, at kursisten før kurset bliver bedt om at fremsende sin hørekurve samt at svare på spørgsmål i forhold til, hvorfor de ønsker at deltage i kurset.

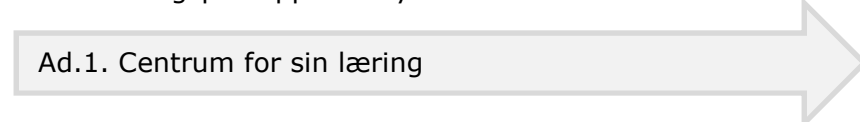
Læringskontrakten er et dokument om kursistens ønske om læring og personlig udvikling, samt en konkret plan herfor. Ved at dele med andre, hvad vedkommende har formuleret om det, bliver læringskontrakten til en fælles aftale mellem kursist, pårørende, de andre deltagere og de kursusansvarlige.

Tre læringsprincipper i *Hør for livet*

Kursets læringstilgang er beskrevet i læringskontrakten under **tre læringsprincipper**:



De tre læringsprincipper uddybes her:



Læringsprincippet indbefatter forståelsen, at læring foregår i personer som en personlig tilegnelse, hvorfor et menneskes drivkraft mod at tilegne sig et indhold sker, når personen er motiveret herfor og stoffet giver mening. Læringskontrakten aktiverer kursisten til at formulere ønsker, behov og motivationer for at deltage i forløbet – for netop at etablere denne mening og gøre det muligt for kursuslederen at tone indhold over mod deltageres læringsbehov (se afsnittet 'deltagerne').

Evalueringen dokumenterer, at læringskontrakten har en vigtig funktion, netop ved at få kursisten til at gøre tanker om forløbet på forhånd og blive medansvarlig for kurset og eget udbytte. Indblikket i hinandens læringskontrakter gør bevidstheden kollektiv og synliggør kursisternes forskellighed, der fremmer "gensidig respekt". Læringskontrakten fungerer aktiverende og ansporende for kurset – og deltagere blev efter kurset forbavset over, hvor godt deres læringsønsker var blevet indfriet.

Læringskontrakten er bygget op af tre kolonner:

- (1) Læringsbehov/-mål;
- (2) Midler (ressourcer og strategier) til at nå mål og;
- (3) Resultater, der viser at målet er nået.

	Læringsbehov/læringsmål	Strategier og ressourcer	Resultater og kriterier
1.	<i>Dele erfaringer med andre personer med høretab samt skabe et netværk med personer, som jeg kan sparre med, dele viden med.</i>	<i>Jeg vil selv være åben og invitere til samvær.</i>	<i>Engle mig som en del af en gruppe med samme interesser.</i>
2.	<i>Min mand og jeg får den samme viden om høretab og at min mand bliver opmærksom på <u>strategier</u>,... <u>egm</u>, kan hjælpe os i vores kommunikation i hverdagen.</i>	<i>Videtræger begge i "Hør for livet" og afprøver strategier, når vi er hjemme.</i>	<i>Bedre kommunikation samt forståelse for mit høretab. Anerkendelse af hinanden som en del af en fælles proces.</i>
3.	<i>Opnå en endelig accept af mit høretab samt arbejde med de situationer, som jeg <u>følger</u> <u>op</u> problematiske.</i>	<i>Opnå viden om strategier og tekniske hjælpemidler som kan hjælpe mig i hverdagen. Passe på mig selv og anerkende de kæmpe fremskridt, som er sket.</i>	<i>Kunne varetage mit job i 1-2 år endnu, samt forøge min lyst til at deltage i sociale arrangementer. Finde fred med mig selv.</i>
4.

Figur 4. Uddrag fra en læringskontrakt

Ad.2. Bevidstgørelse gennem samtale og refleksion i en social ramme

Læringsprincippet dækker over, at læring ikke kun foregår i personer, men også via et samspil med omgivelserne: Det er deltagerens samspil med hinanden, kursets set-up (se afsnittet 'rammen') og tiden mellem kursusgangene. Individets bevidstgørelse og erkendelser sker gennem personlig refleksion, hvor oplæg, fortællinger, samtaler/drøftelser og optegnelser i form af logbøger, hørehistorier og hjemmeopgaver har været nogle af de planlagte midler hertil.

Kursuslederen har bevidst arbejdet med at skabe en vekselvirkning mellem oplæg og øvelser/drøftelser ved at lægge spørgsmål ud i plenum, som deltagerne har kunnet byde ind på ved at dele personlige erfaringer og lægge levestrategier fra egen hverdag frem. Der sker således en kobling mellem 'omgivelser' og 'det personlige'. Evalueringen dokumenterer, at netop denne form skubber deltagerens erkendelsesprocesser fremad.

Deltagerne er blevet opfordret til at anvende logbøger; bøger hvor man gør personlige notater om indhold og drøftelser. Evalueringen dokumenterer, at logbøger bidrager til læring og bliver et materiale, deltagere kan vende tilbage til.

Deltagerne har til hver gang haft hjemmearbejde i form af tekster³, der skulle læses til næste gang. Før hvert seminar modtog deltagerne et informationsbrev med program og hjemmear-

³ Hør for livet har anvendt bogen: Fink og Molbech (2011): Spids ørerne – 24 timer med høretab. Høreforeningen. 1. udgave, 2011.

bejde. Den skriftlige annoncering af hjemmearbejde har haft betydning for kursisterne. Formen giver sikkerhed for, at opgaven bliver hørt (vigtigt siger personer med høretab) og har signaleret seriøsitet.

Hjemmearbejdet er blevet inddraget i undervisningen. Evalueringen dokumenterer, at hjemmearbejde bidrog til at skabe et fælles ståsted og udgangspunkt før undervisningen, hvilket kvalificerede de fælles samtaler og gjorde det muligt at gå direkte til kernen af de forskellige emner på kurset. Derudover var det med til at fastholde deltageres tanker omkring kurset mellem seminardagene. Deltagerne oplevede både, at teksterne gav anledning til samtaler mellem dem og deres pårørende, og at forandringsprocessen, jf. figur 2, fortsatte sin bevægelse.

Hørehistorier har fungeret både som indhold og en aktivitet. Evalueringen dokumenterer, at selve aktiviteten med at skrive, fortælle og høre andres hørehistorie har været et centralt element for deltageres refleksion og erkendelser: At *skrive* historien gav selvindsigt i forhold til, hvor indgribende over tid høretabet har været, blik for de udfordringer, der til stadighed er, og øje for succeser og ressourcer omkring tackling af vanskelige ting. Derved har historierne på én gang været både svære og gode at skrive.

At *høre* de andres historier har været endnu mere berigende, dokumenterer evalueringen. Om dette fortæller deltagerne:

At de lærte mig en masse ting; gav endnu mere viden om årsager til høretab; jeg blev overvældet af, hvor mange der har følt som mig; jeg fik nogen at spejle mig i; hun blev et fyrtårn for mig; det påvirkede positivt mit syn på fremtiden og mine muligheder; det udvidede min forståelse; det fik mig til at se, at jeg ikke er den eneste i verden med høretab; at der er andre der har slået med depression og sorg, det har trøstet mig; det fik mig til at se, at jeg jo ikke har høretab hele døgnet; det gjorde noget ved mit selvbillede; de vækkede en fælles genklang; de fik mig til at forstå at høretab ikke er for sjovt osv.

De mangfoldige historier har betydet, at der altid var et perspektiv den enkelte kunne relatere til, jf. den personlige tilegnelse under det at være centrum for læringen. Evalueringen dokumenterede videre, at historierne er med til, at kursisterne ryster, trøster og styrker hinanden – og i en atmosfære, hvor man ikke bare stryger hinanden med hårene, men også udfordrer hinanden.

Hele grundlaget for, at det kunne foregå, har været, at der på alle hold etablerede sig en meget åben og tillidsfuld dialog mellem deltagerne. Deltagerne fortæller, at de allerede på den første dag oplevede tryk i et omfang, der fik dem til at dele personlige historier om deres høretab, som de ellers ikke normalt ville fortælle. På første seminardag har kursuslederen inviteret en tidligere kursist til at deltage og fortælle sin personlige hørehistorie. Kursuslederen vurderer, at det bl.a. har ansporet til åbenhjertige fortællinger fra de nye kursister (se også afsnittet 'rammen' og 'kursuslederprofil').

Den åbne og tillidsfulde dialog gav grundlag for etablering af et fællesskab, der blev til et netværk med rækkevidde og funktion efter kurset, jf. mål 4.

Når læring sker i samspil med andre kan man tilrettelægge læreprocesserne ud fra en bevidst sammensætning af deltagerne i forskellige gruppekonstellationer styret af det valgte tema. Når temaet har fokus på pårønderollen, har det betydning at de pårørende er organiseret i grupper, hvor de er alene sammen. Hvis det handler om samspillet mellem pårørende og personen med høretab og at tilegne nye handlemønstre, har det relevans at 'parrene' er organiseret i samme gruppe. Det kan være givtigt, at høretabsudfordringer diskuteres inden for en gruppe, hvor kursisterne er 'ligestillede', fx at alle er i job, ikke i job, har medfødt vs. erhvervet høretab, har fået CI etc. Man kan også, modsat, udnytte dynamikker mellem 'forskelle', fx drøfte udfordringer og løsninger i grupper sammensat af personer med både medfødt og erhvervet høretab. Evalueringen dokumenterer, at parterne kan blive inspireret af hinanden på tværs.

Ad.3. Læringsaktiviteter der stimulerer til handling og føres over i hverdagen

Læringsprincippet knytter sig til hele projektets ønske om at skabe forandring. *Hør for livet* har som overordnet formål haft at medvirke til øget livskvalitet for deltagerne. Det har været intentionen, at kurset skulle skabe forandring i deltagerens hverdag, hvorfor det har været en integreret tankegang i projektets læringstilgang at understøtte handling og overførsel af det lærte til dér, hvor deltagerne oplever sine udfordringer.

Med temaet 'høretaktik og coping' er der valgt indhold, som har fokus på redskaber til at handle understøttet med læreprocesser, der sætter fokus på handlingsaspekter. Drøftelser i fælles fora har bl.a. søgt at indfange deltagerens måder at handle på og håndtere vanskelige situationer. Når deltagerne hører, hvordan andre lykkes med at håndtere sådanne, viser evalueringen, at det bliver inspiration til selv at handle. Kursister fortæller, "at når hun kan, så kan jeg også".

Derudover har *Hør for livet* lagt en obligatorisk opgave ind, som alle kursister skal gennemføre undervejs i kursusforløbet: Kursisten har skullet udvælge en kommunikationssituation, som de før kurset oplevede vanskelig at håndtere og afprøve denne med de nytil lærte høre- og handlingsstrategier. Den enkelte har fremlagt sin 'opgaveløsning' i plenum – og kursuslederen har gjort håndteringen til en fælles refleksion, hvor man sammen har set på fordele og ulemper med den valgte strategi og drøftet om der kunne være alternative måder at handle på. På den måde har den enkelte kursist både fået feedback på sin egen kommunikationssituation og har kunnet lade sig inspirere af de andres.

Fokus på handling og øvelser, hvor man afprøver i autentiske settings – derhjemme, på arbejdet etc. – er med til at grundlægge nye mønstre og strukturer. Når man handler sker der ofte parallelt det, at man bliver bevidst om nye sider omkring sit høretab, der igen kan føre til nye erkendelser, jf. forandringsprocessen figur 2. Erkendelser kan således også genereres fra andre trin i processen.

Afsnittet eksemplificerer, hvordan der på *Hør for livet* er arbejdet med forskellige organiseringsprincipper i form af bevidste sammensætninger af deltagerne i grupper; med forskellige arbejdsformer gennem skriftlige opgaver, mundtlige opgavefremlæggelser og mundtlige historiefortællinger, individuelt arbejde og gruppearbejde, logbøger etc.; forskellige undervisningsmetoder gennem særligt et fokus på samspil mellem fælles oplæg og øvelser/drøftelser i plenum/grupper.

[7. EVALUERINGEN]

Evaluering er en vurdering af såvel læreprocesser som resultater/output. Vurdering eller feedback sættes altid i forhold til nogle kriterier. Det kan være mål, deltageres forventninger, et fags eller produkts kvalitetsstandarder, en manual, succeskriterier etc. Hensigten med en evaluering er typisk at gøre status/få indsigt i et forhold mhp. at forbedre/justere det.

Evaluering kan benyttes i alle faser af et projekt, et forløb og i undervisning. Det kan foregå under og efter og blive et grundlag (indsigt) for før, man går i gang med et nyt forløb, ny undervisning etc.. En evaluering kan inddrage mange forskellige aktørers perspektiver, hvor det væsentlige udvælgelseskriterium vil være 'dem, der har noget på spil' eller 'dem, hvor resultaterne får indvirkning på'. Evaluering kan foretages af underviserne selv, dem der planlægger forløb og projekter, dvs. interne folk, men også eksternt af mere uvildige personer.

Hør for livet har benyttet både interne og eksterne evalueringer.

På projektniveau er der benyttet ekstern evaluering to gange; midtvejs i projektet, dvs. efter gennemførelsen af tre af seks planlagte kvalificeringsforløb, og til sidst ved projektets afslutning, hvor alle seks forløb var afholdt. Midtvejsevalueringen søgte indsigt i resultater, hvad der virkede og hvor indsatser kunne forbedres. Den afsluttende evaluering dokumenterede og summede resultater op på en lang række forskellige områder, som havde interesse for projektet og fra et eksternt blik.

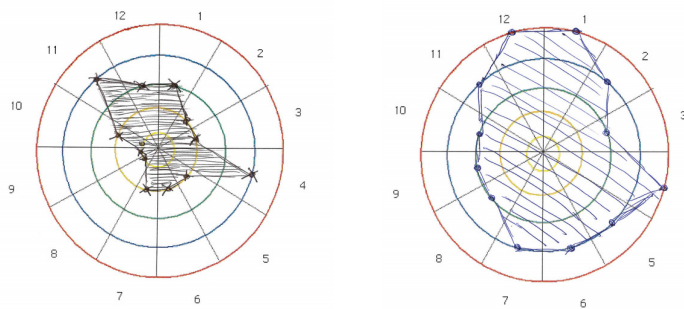
Derudover har projektet benyttet intern evaluering. Det er sket løbende undervejs på de enkelte seminardage, hvor deltagerne har givet feedback på øvelser, tekster, prioriteringer etc. Det er også sket mere organiseret via netbaserede surveys, hvor programpunkternes relevans, underviserens oplæg, en seminardag som helhed, kursuslederens styring mv. er vurderet.

Deltagernes livskvalitet har været et særligt fokusområde

Et særligt fokus i evalueringen har været kursisternes subjektive vurdering af deres livskvalitet, fordi det var et nøglebegreb i det overordnede formål og et selvstændigt mål (se afsnittet 'mål').

Til at vurdere kursisternes livskvalitet har der af en eksternt tilknyttet konsulent til projektet været udviklet et redskab bestående af 12 spørgsmål. Spørgsmålene er struktureret omkring fire hovedtemaer – aktivitet, samhørighed, selvfølelse og grundstemning – inspireret af en norsk psykolog Siri Næss, der har beskæftiget sig indgående med begrebet livskvalitet.

Livskvalitetsmålingen er foregået som en scoring af de 12 spørgsmål ud fra en skala mellem 1-5, hvor 1 er lavest og 5 højest. Scoringerne sættes ind i et 'spindelvæv', der visuelt kan illustrere forskellen fra før og efter kurset.



Figur 5. Edderkoppespind, livskvalitetsmåling før og efter Hør for Livet

Deltagerne foretog målingen anonymt på den første seminarweekend og igen på den sidste seminardag, hvor de sad med begge målinger foran sig, idet første måling blev udleveret igen. Målingerne er med denne form foretaget med ca. et ½ års mellemrum.

Scoringen er udtryk for deltagerens subjektive oplevelse af sin livskvalitet og hvilket tal, der bedst udtrykker denne oplevelse. Hvordan en deltager scorer et spørgsmål som fx "Med udgangspunkt i din situation med et høretab – i hvilken grad oplever du at have overskud til at føre interesser ud i livet?", er individuelt. Derfor kan de enkelte deltagers målinger ikke som sådan sammenlignes, hvilket heller ikke var intentionen.

Det centrale i målingen var, hvorvidt den enkelte deltager oplevede en *forbedring* af sin score efter deltagelse i kurset. Derfor er den relevante observation, i hvilket omfang og på hvilke områder den enkeltes livskvalitetsmåling har ændret sig. Resultaterne gav alene en pejling, idet der kunne være andre faktorer end kurset, som virkede ind på deltagerens vurdering.

Livskvalitetsmålingen skulle her anvendes i den eksterne evaluering. Fremadrettet vil målingen fortsat have relevans i forhold til løbende at vurdere om kurset indfrier dét, som er hensigten; at deltagerne oplever en styrket livskvalitet. Men livskvalitetsmålingen kan også udnyttes yderligere som et redskab for kursisterne selv.

- Før-målingen kan fx kombineres med læringskontrakten (se afsnittet 'læreprocessen'), idet spørgsmål i livskvalitetsskemaet, der scores lavt af kursisten, kan udgøre et særligt opmærksomhedspunkt eller læringsområde for kursisten i løbet af kurset.
- Eftermålingen kan som dialogredskab identificere områder, som kursisten efterfølgende vil fastholde forandringer på eller iværksætte nye indsatser overfor, evt. i samarbejde med sit netværk, en personlig coach/supervisor etc. En kursist har fx fortalt, hvordan han efter kurset opsøgte en psykolog, der havde fungeret som oplægsholder på kurset, til et supplerende individuelt forløb – med stor effekt.

I *Hør for livet* blev [pårørende](#) i forbindelse med de to eksterne evalueringer interviewet omkring deres udbytte ved at deltage i forløbet. De pårørende surveys efter endt kursusforløb.

Det væsentlige omkring evaluering er, hvad man vil bruge en evaluering til. Anvendelse af ressourcer til evaluering skal selvfølgelig afvejes i forhold til brugen af ressourcer på andre måder, samt det udbytte man forventer at få ud af en evaluering.

[8. RAMMERNE]

Rammerne er alle givne forhold, der begrænser eller gør deltageres læring mulig. Derfor kan man også kalde dem rammefaktorer. Det kan være love og regler, kultur, struktur, socialt miljø, økonomi, undervisningsmidler og udstyr, lokaler, tid, ledelse og samarbejdspartnere.

Omkring konceptet *Hør for livet* skal følgende understøttende **rammefaktorer** trækkes frem:



Hør for livet har været finansieret af projektmidler, hvorfor det har været gratis at deltage for medlemmer af Høreforeningen, både kursister og deres pårørende. Kurset har været bygget op af fem fremmødegange, hvoraf den første var berammet som en weekend med opstart fredag aften kl. 17 og afslutning søndag kl. 12 – og de øvrige som enkelte seminardage på en lørdag fra kl. 9-16. Seminarene har været placeret med tre-fire ugers mellemrum, hvorved forløbet i alt har strakt sig over et lille ½ år.

Annonceringen har været 'national', men udbuddet af forløb er samlet regionalt/i geografiske hovedområder for at reducere transporttid. Det har især betydning at tænke i transporttid, da mange i denne målgruppe er belastet af træthed.

Træthed har også indflydelse på andre faktorer, der bør indtænkes med en vinkel, hvor sådanne mindst mulig bliver en barriere for deltageres læring og udbytte. Det gælder fx lokalerne.

Hør for livet har afholdt kurserne i en hotelramme med forplejning og overnatning i forbindelse med første weekendseminar. Rammen stiller faciliteter til rådighed, der både giver mulighed for hvile, skift af rum i pauser (hårde stole/bløde stole), god forplejning i løbet af kursusdagen og praktisk support ved behov.

Pauser har en vigtig funktion af hensyn til træthed/hvile, men ikke mindst til de uformelle samtaler mellem deltagerne, som evalueringen har dokumenteret er meget udbytterig. Det er også i pauser, at deltagere opsøger kursuslederen med supplerende spørgsmål eller personlige vinkler og behov. Aftenerne på det første weekendseminar, hvor kursisterne spiser middag sammen, er omtalt som særlig betydningsfuld i forhold til at blive rystet sammen som hold. Aftenen er kursisters egen; der er ikke fastlagt et program.

En rammefaktor af afgørende betydning har været lokalernes indretning som optimale kommunikationsrum. Evalueringen har dokumenteret, at brug af skrivetolke, teleslynge og Comfort Audio udstyr (stillet til rådighed af producenten) har været en væsentlig grund til deltageres udbytte, fordi alle har kunnet følge med i, hvad der hele tiden foregik i det fælles. Ikke mindst

betinget af kursuslederen, der har sikret, at udstyret hele tiden var ladet op, men også var garant for en taledisciplin, hvor én talte af gangen. Denne taledisciplin fulgte kursisterne bl.a. den første aften. Mange har spontant givet udtryk for, at de for første gang kunne deltage i et socialt arrangement, hvor de oplevede sig fuldt inkluderet og kunne høre "alt, hvad der foregik".

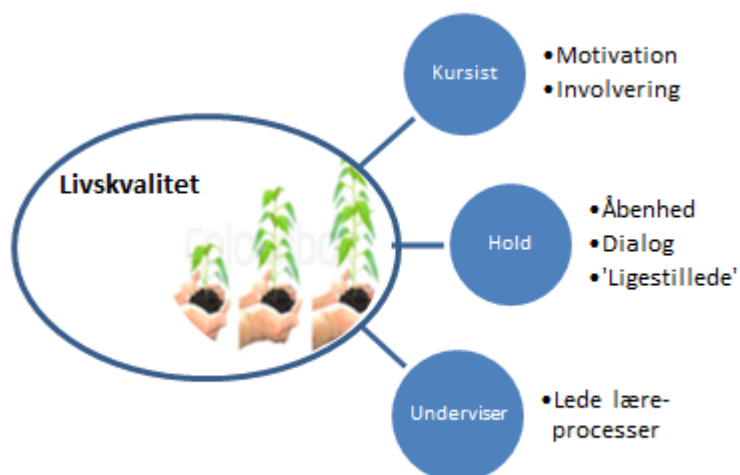
Hør for livet har opereret med et deltagerantal på 12 kursister og 12 pårørende. De pårørende har deltaget på seminardagene nr. 2, 3 og 4. Her har det samlede antal således været 24, hvilket er en maksimal grænse at 'håndtere' for også at kunne skabe den gode dynamik og de personlige vinkler. På den anden side dokumenterer evalueringen, at netop volumen med 12 kursister har givet den mangfoldighed af perspektiver på virkeligheden omkring et høretab, der konstruktivt influerer på, at der altid er nogen at relatere til/spejle sig i. Det er projektets vurdering, at jo mindre holdene gøres, desto mere er der behov for at gøre holdene homogene. Heterogenitet skaber derimod dynamik, men forudsætter en vis volumen.

Som kursusleder har man mange funktioner, når kursusdagene afvikles. *Hør for livet* har haft én kursusleder, hvilket alene har kunnet realiseres, fordi kurset blev afviklet på et hotel, hvor der blev sørget for forplejning, support til indretning af rum (plenum, grupper etc.) og teknisk bistand, så kursuslederen kunne fokusere på undervisning, afvikling af program, modtagelse af eksterne undervisere, høreteknik, samtaler med deltagerne i pauser mv.. Hvis rammen er en anden, vil det være tilrådeligt med to kursusledere.

[9. KURSUSLEDERROLLEN]

Succesfuld undervisning/kursusforløb hviler på en ansvarsfordeling mellem underviser og deltager. Som det blev beskrevet i afsnittet 'konceptet har deltagerne ansvaret for læringsarbejdet og underviseren for den pædagogiske tilrettelæggelse. Det er alene deltageren selv, der kan tage input fra omgivelserne til sig (se afsnittet 'læreprocessen'), mens selve tilegnelsen er betinget af et godt samspil med omverdenen, dvs. et stimulerende læringsmiljø, som underviseren tilrettelægger.

Projektets formål om at skabe øget livskvalitet hos deltagerne har således i stor grad hvilet på samspillet mellem deltagerens motivation for læring og udvikling – både individuelt og som hold – og på kompetencer hos kursusleder og undervisere i forhold til at kunne igangsætte og lede sådanne læreprocesser.



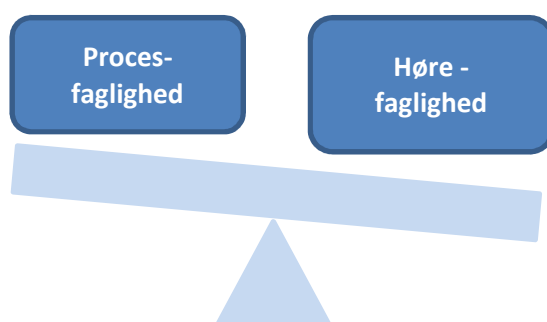
Kursuslederens profil har således en væsentlig betydning for tilrettelæggelse, gennemførelse og evaluering af konceptet *Hør for livet*.

Det er en styrke, hvis kursuslederen kan:

- ✓ Deltage i alle seminar dage, så kursuslederen bliver tovholder og samlende person for hele forløbets indsatser og aktiviteter – før, under og efter.
- ✓ Være tovholder, så erfaringer og pointer trækkes med og bruges til at skabe den røde tråd i forhold til forløbets hensigt – binde sløjfer, følge op mv.
- ✓ 'Håndtere' en blandet gruppe med op til 24 deltagere.
- ✓ Være leder af læringsrummet på en måde, så der etableres den vigtige tillid og åbne dialog mellem deltagerne – sætte konteksten, forventningsafstemme, være nysgerrig, etisk og respektfuld på samme tid.
- ✓ Organisere og håndtere høreteknik, så der skabes et velfungerende kommunikationsrum.
- ✓ Differentiere indhold og læreprocesser efter deltagerens sammensætning og baggrunde.
- ✓ Balancere samspillet mellem fastlagt indhold/program og deltagerens læreprocesser på såvel individuelt som kollektivt plan.
- ✓ Balancere svære samtaler, der både går i dybden og fører processer videre.
- ✓ Varetage dele af undervisningen ved at have hørefaglig viden og kunne gå ind i relevante høreproblematikker, pege på løsninger og muligheder.
- ✓ Have overblik over høretekniske hjælpemidler og den offentlige/private hørehabilitering.

- ✓ Anvende konceptets redskaber så som læringskontrakt, logbøger og livskvalitetsmålinger.
- ✓ Arbejde organiseret, så der sendes relevante informationsbreve ud til deltagerne i god tid med program, forberedelse/hjemmearbejde – og der følges op på hjemmearbejde, obligatoriske opgaver, deadlines mv.
- ✓ Opbygge relationer og netværk med dygtige eksterne undervisere, der funderes i konceptets læringstilgang og oparbejder erfaringer med, hvad der virker i forhold til målgruppen.
- ✓ Arbejde systematisk, så der indsamles og dokumenteres erfaringer med de forskellige didaktiske kategorier og justeres i forhold hertil.

Samlet set er en god kursuslederprofil til *Hør for livet* sammensat af både hørefaglig ekspertise og proceskonsulentfaglige kompetencer – med lidt 'overvægt' af de hørefaglige kompetencer.



[10. AFRUNDING]

Konceptet *Hør for livet* er et kvalificeringsforløb med fokus på deltagernes læring og personlige udviklingsproces omkring dét enten at have et høretab eller være nærtstående til én, der har. *Hør for livet* har et overordnet formål om at øge kursisternes livskvalitet ved at styrke kommunikation og interaktion med andre med afsæt i den enkeltes høresituation.

Af betydning for kvalificeringen har, at deltagerne ser personlig relevans og mening i det, der foregår. Deltagerne skal opleve, at kurset gør en forskel i den konkrete og individuelle hverdag. Gennem afprøvning af konceptet på seks hold er det kommet frem igen og igen – og fra mange synsvinkler, at deltagerne ønsker at tale om de udfordringer og problemstillinger, som et høretab giver i hverdagen i såvel de nære relationer som på arbejdsplads og i fritidsliv. Deltagerne har udtrykt dette som "at ville tale om det, der er essensen af et høretab".

Centrale elementer heri er (1) at forstå, hvori høretabet består, dvs. have viden om hørelse og høretab både overordnet og i forhold til den enkeltes konkrete høretab; (2) at få forståelse for betydningen af at understøtte høretabet med høreteknik, så grundlaget for at høre bedst muligt udnyttes. Dernæst, (3) at tilegne kommunikations- og hørestrategier og få inspiration til at leve et godt liv med et høretab. Det er strategier og inspiration som bryder med uhensigtsmæssige mønstre og leder til ny og bedre adfærd – hvilket bibringes deltagerne via dels de anvendte interne og eksterne oplægsholdere (faglige eksperter) – dels gennem de erfaringer og levestrategier som ligestillede, dvs. andre med høretab i forskellige variationer, formidler på forløbet.

Som en underliggende kraft til at gå fra at forstå sit høretab til at anvende høre- og levestrategierne i hverdagen og øge oplevelsen af livskvalitet – ligger den vigtig proces: (4) At erkende høretabet og få et ejerskab til den høresituation, som man er i. Deltagernes erfaring er, at erkendelsesprocesser ikke sker i en bestemt rækkefølge eller én gang for alle, men at det er en løbende proces, hvor ting falder på plads, men hvor også nye udfordringer opstår, fordi høretabet eller høresituationen ændrer sig.

At skabe denne bevægelse fra (1) til (4) forudsætter en læreproces hos deltagerne – her primært kursisterne – men nytænkningen med at inddrage pårørende har vist, at de er en vigtig ressource for personen med høretab og kan mestre udfordringerne meget bedre, såfremt de også tilegner den tilsvarende viden, forståelse og strategier som kursisterne har gjort via (1)-(3), hvilket afspejler sig i relationen og kommunikationen herefter.

Erfaringen viser, at rammen med et sammenhængende kursusforløb over fem fremmødegange med ca. fire ugers mellemrum er én af faktorerne til at sætte denne læreproces i gang, fastholde den undervejs og føre den i mål.

Et andet væsentligt forhold er konceptets tre læringsprincipper omkring indhold, der får personlig mening og relevans; samtale og refleksion i en social ramme understøttet af hjemmearbejde, opgaver og øvelser, samt; orientering mod anvendelse af det lærte i egen hverdag. Centralt for læring i en social ramme er etablering af et fællesskab karakteriseret ved åbenhed, tillid og tryghed. Et sådan fællesskab giver deltagerne mod og motivation til at spille sig

selv personligt på banen, hvilket er hele forudsætningen for erfaringsudveksling og videndeling om essensen af et høretab.

Endelig hviler konceptet i stor grad på kursuslederens evne til at lede fællesskabets samtaler og læreprocesser. En kompetenceprofil med et bredt fagligt kendskab til høreområdet, det konkrete kursusforløb, den valgte læringstilgang og kapaciteter omkring procesfacilitering har vist sig stærk.

I vejledningshæftet er alle disse vigtige faktorer og forhold for deltagernes udbytte fremstillet under det man i en uddannelsesmæssig sammenhæng kalder de didaktiske overvejelser. Det angår kategorierne: mål, indhold, læreprocesser, evaluering, deltagernes forudsætninger/behov og rammen.

Det centrale didaktiske spørgsmål er altid, hvordan kategorierne bringes i et konstruktivt og produktivt forhold til hinanden, så den forandring, man ønsker for en målgruppe, indfries.

Projektet *Hør for livet* har gennem sine evalueringer udpeget, hvordan de seks didaktiske kategorier kan fyldes ud og placeres konstruktivt i forhold til hinanden, så *Hør for livet* bliver et **koncept** med stor virkning.

