# Gut, dass du Ohren hast, gut, dass du hörst!

Dieses Buch wurde gefördert durch:
Mittel der EU innerhalb des Projektes „Children and noise – prevention of adverse effects,
Zuschussvereinbarung Nr. S12.298017 (2000CVG2-608) sowie über Fördermittel der
Jugend- und Familienstiftung des Landes Berlin.

**Impressum**

| | |
|---|---|
| Autor | Susanne Neyen |
| Illustration | Martina Genest |
| Herausgeber | Umweltbundesamt |
| | Postfach 14 06 |
| | 06813 Dessau-Roßlau |
| | Tel.: (0340) 21 03-0 |
| | Fax: (0340) 21 03-2154 |
| | Email: info@uba.de |
| | Internet: www.umweltbundesamt.de |
| Druck | KOMAG mbH, Berlin |

ISBN 978-3-9808710-0-6

Diese Broschüre ist kostenlos zu beziehen von:
GVP Gemeinnützige Werkstätten Bonn
In den Wiesen 1–3, 53227 Bonn
Tel.: (0228) 97 53-209 oder -210

Bestellungen per Email bitte ausschließlich über uba@broschuerenversand.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit Genehmigung der Herausgeber

# Gut, dass du Ohren hast, gut, dass du hörst!

Ein Vorlese-Bilderbuch für Kinder und Eltern

# Liebe Eltern, liebe Erzieher/innen!

Dieses Bilderbuch für Kinder und Erwachsene berücksichtigt unterschiedliche Betrachtungsweisen und Wissensansprüche von Groß und Klein. Die jeweils linke Seite ist für das Kind bestimmt und die rechte für den Erwachsenen, so dass beim Nebeneinandersitzen jeder „seine“ Seite anschauen kann. Während die Kinderseite vor allem anschauliche Bilder zeigt und über leicht erlernbare Reimtexte Verhaltensweisen wertet, stehen auf der Erwachsenenseite zusätzliche Informationen, Graphiken und weiterführende Bilder, die ein anschauliches Erklären ermöglichen sollen.

Beim gemeinsamen Durchblättern, Vorlesen und Anschauen soll über Verhaltensweisen nachgedacht werden, die das eigene Hörvermögen oder das der Freunde schädigen können.
Während Eltern und Erzieher über potentielle Gefahrenquellen unterrichtet werden, können Kinder auf spielerische Weise etwas über das Hören und die Ohren erfahren und sich bewusst werden, wie wunderbar diese funktionieren aber auch wie wichtig es ist, sie zu schützen.
Ziel ist es, einen Sinn für „Gutes Hören“ nachhaltig zu entwickeln, mit der Ermunterung, selbstbewusst die Gesundheit zu schützen.

Gleichzeitig soll eine Brücke zu Menschen mit Hörstörungen geschlagen werden. Kindern mit Hörstörungen oder auch älteren Menschen fällt die Kommunikation schwerer. Aber das ist kein Grund, außerhalb des Kreises zu stehen.
Was nutzen die Ohren, wenn wir uns nicht mehr zuhören, sondern Fernsehen und Kopfhörer bevorzugen? Zwischenmenschliche Beziehungen benötigen intensives „Zuhören können“ – eine Fähigkeit, die Kinder erlernen müssen und Erwachsene oftmals schon wieder verlernt haben und deshalb gleich mit üben können.

Sie können das Buch hintereinander anschauen oder aber auch sich nur auf einzelne Seiten bzw. Themen konzentrieren.

Das Buch wird abgerundet durch Vorschläge für gemeinsame Spiele zum Thema „Hören“, die viel Spaß machen und zeigen, wie wichtig gutes Hören ist.

# WOZU DER HASE SEINE OHREN BRAUCHT

Das ist Hannes der Hase. Pst! …
Sei leise, Hannes schläft noch.
Schau mal, dort hinten ist noch jemand!
Der Fuchs schleicht sich heran.
Will sich den Hasen schnappen.
Hase Hannes lauf schnell weg!
Aber Hannes sieht den Fuchs nicht.

Wie soll er auch – er schläft ganz tief und fest.
Doch jetzt spitzt Hannes seine langen Ohren.
Ganz leise hört er das Gras rascheln.
Seine Ohren hören gut und passen auf ihn auf – auch dann, wenn er schläft.
Schnell rennt Hannes weg und … ist gerettet.

*Ohne seine feinen Ohren,*
*wär' der Hase glatt verloren!*

Fünf Sinne hat der Mensch:
Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten.
Auf die Frage nach dem wichtigsten Sinn, wird meistens spontan das Sehen genannt. Das Hören wird als nicht ganz so wichtig empfunden. Die Ohren sichern uns aber eine gleichzeitige 360° Überwachung. Das Auge erfasst dagegen ohne Kopfwendung nur das aktuelle Blickfeld.
Die Kontrolle der Vorgänge, die sich hinter dem Rücken abspielen, sind dem Gehör vorbehalten.

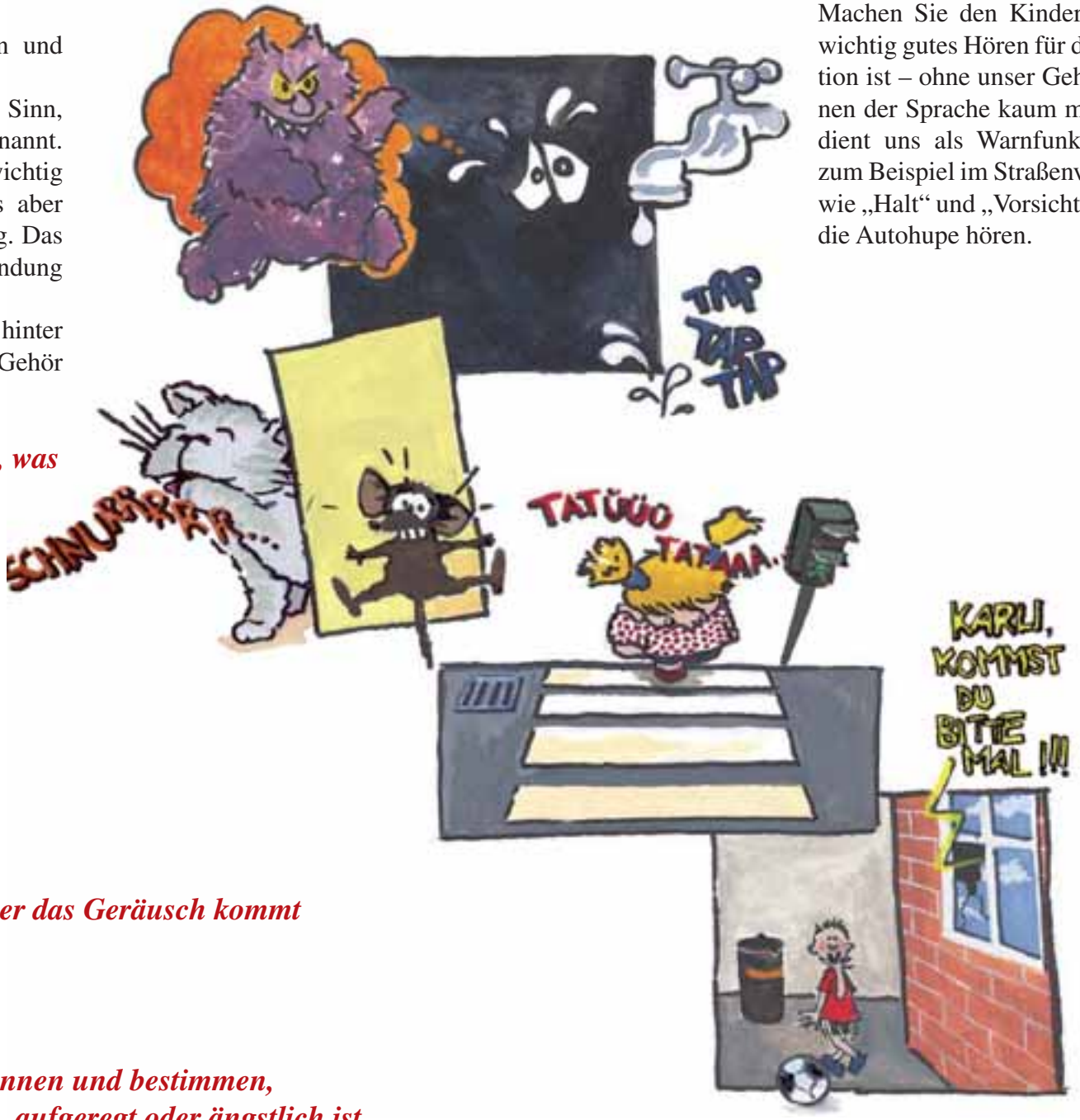
***Überlegen Sie mit den Kindern, was unser Ohr alles kann:***

***Im Dunklen hören…***

***Um die Ecke hören…***

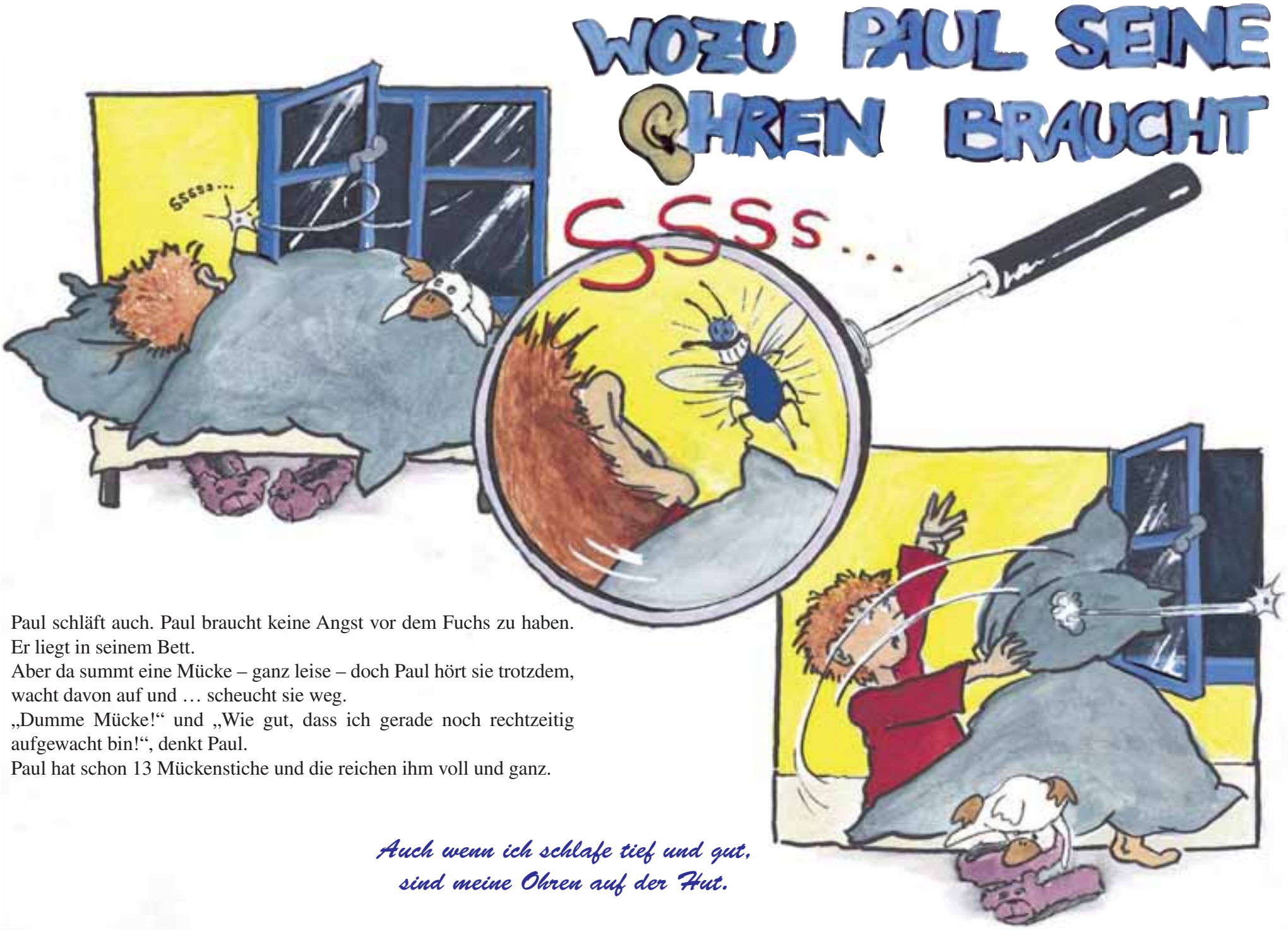
***Die Richtung bestimmen, woher das Geräusch kommt und sich orientieren…***

***Jemanden an der Stimme erkennen und bestimmen, ob die Stimme freundlich, böse, aufgeregt oder ängstlich ist…***




Machen Sie den Kindern deutlich, wie wichtig gutes Hören für die Kommunikation ist – ohne unser Gehör ist ein Erlernen der Sprache kaum möglich. Oder es dient uns als Warnfunktion, wenn wir zum Beispiel im Straßenverkehr auf Rufe wie „Halt“ und „Vorsicht“ reagieren oder die Autohupe hören.

# WOZU PAUL SEINE OHREN BRAUCHT

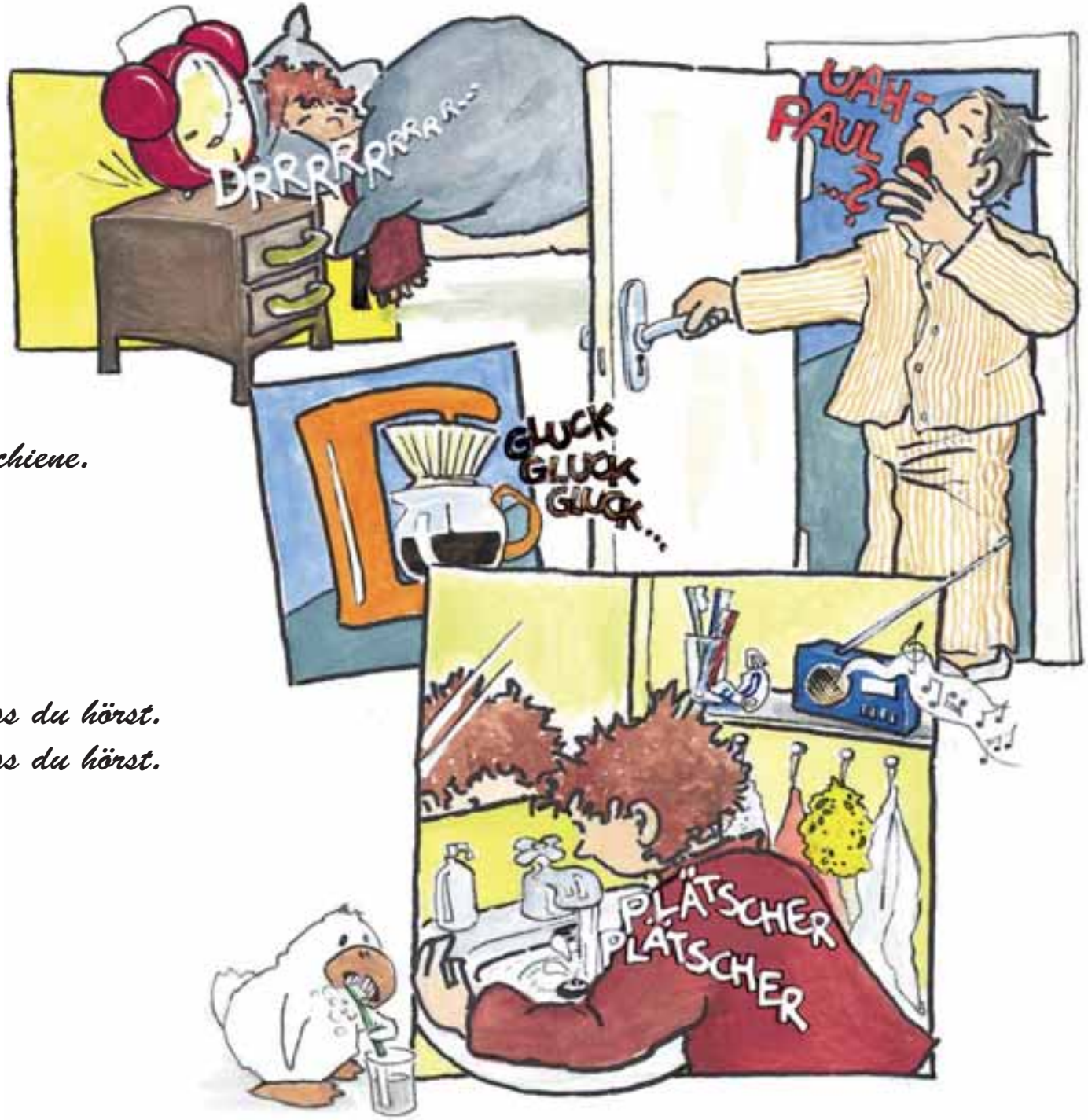



Paul schläft auch. Paul braucht keine Angst vor dem Fuchs zu haben. Er liegt in seinem Bett.
Aber da summt eine Mücke – ganz leise – doch Paul hört sie trotzdem, wacht davon auf und … scheucht sie weg.
„Dumme Mücke!“ und „Wie gut, dass ich gerade noch rechtzeitig aufgewacht bin!“, denkt Paul.
Paul hat schon 13 Mückenstiche und die reichen ihm voll und ganz.

*Auch wenn ich schlafe tief und gut,*
*sind meine Ohren auf der Hut.*

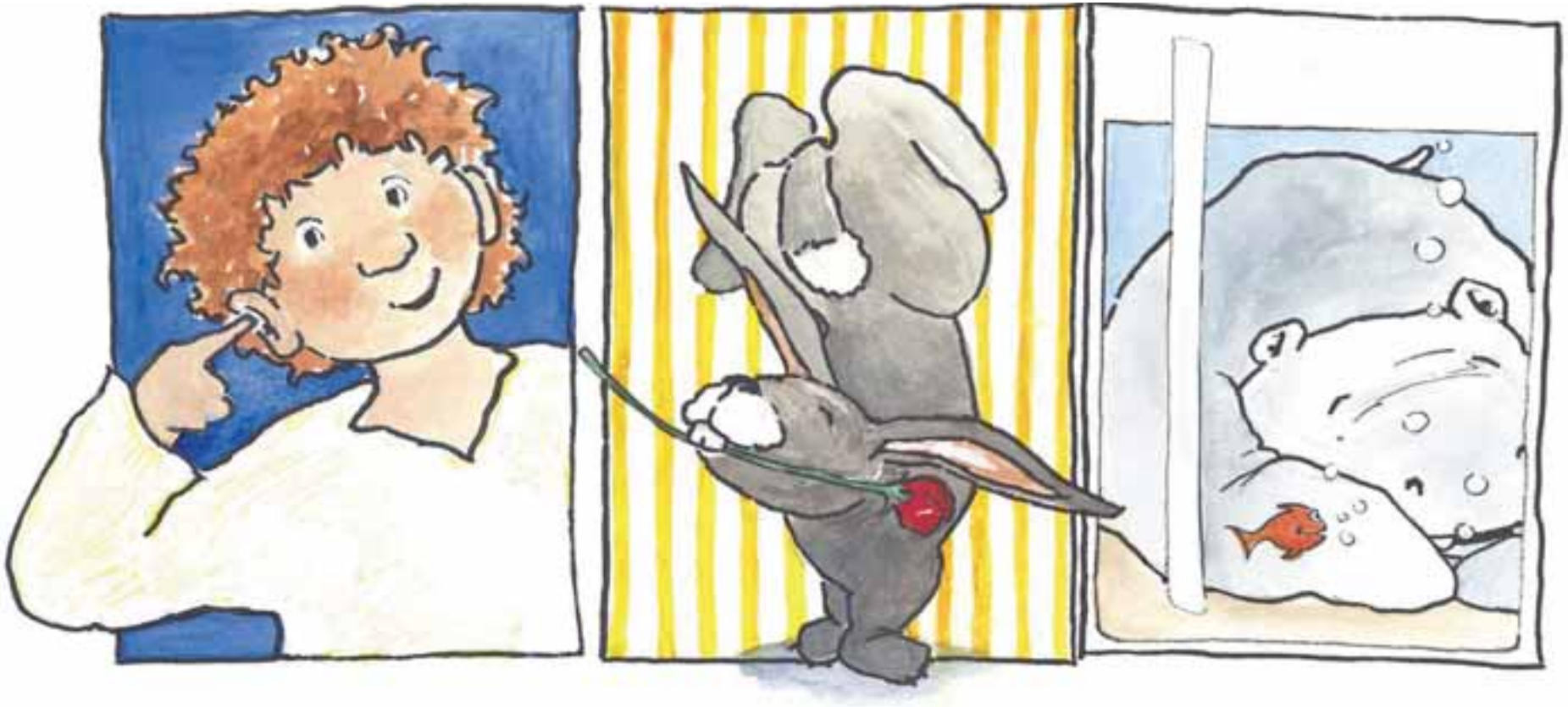
*Irgendwo klingelt es leis,*
*dann geht die Kaffeemaschine.*
*Hat da ein Auto gehupt?*
*Laut quietscht die Bahn in der Schiene.*
*Vater ruft dich aus dem Bett,*
*hell sprudelt Wasser ins Becken.*
*Im Radio spielt Flötenmusik.*
*Alles das hörst du beim Wecken.*

*Gut, dass du Ohren hast, gut, dass du hörst.*
*Gut, dass du Ohren hast, gut, dass du hörst.*




**Lied von Gerhard Schöne**

# SCHAU DIR MAL DIE OHREN AN!



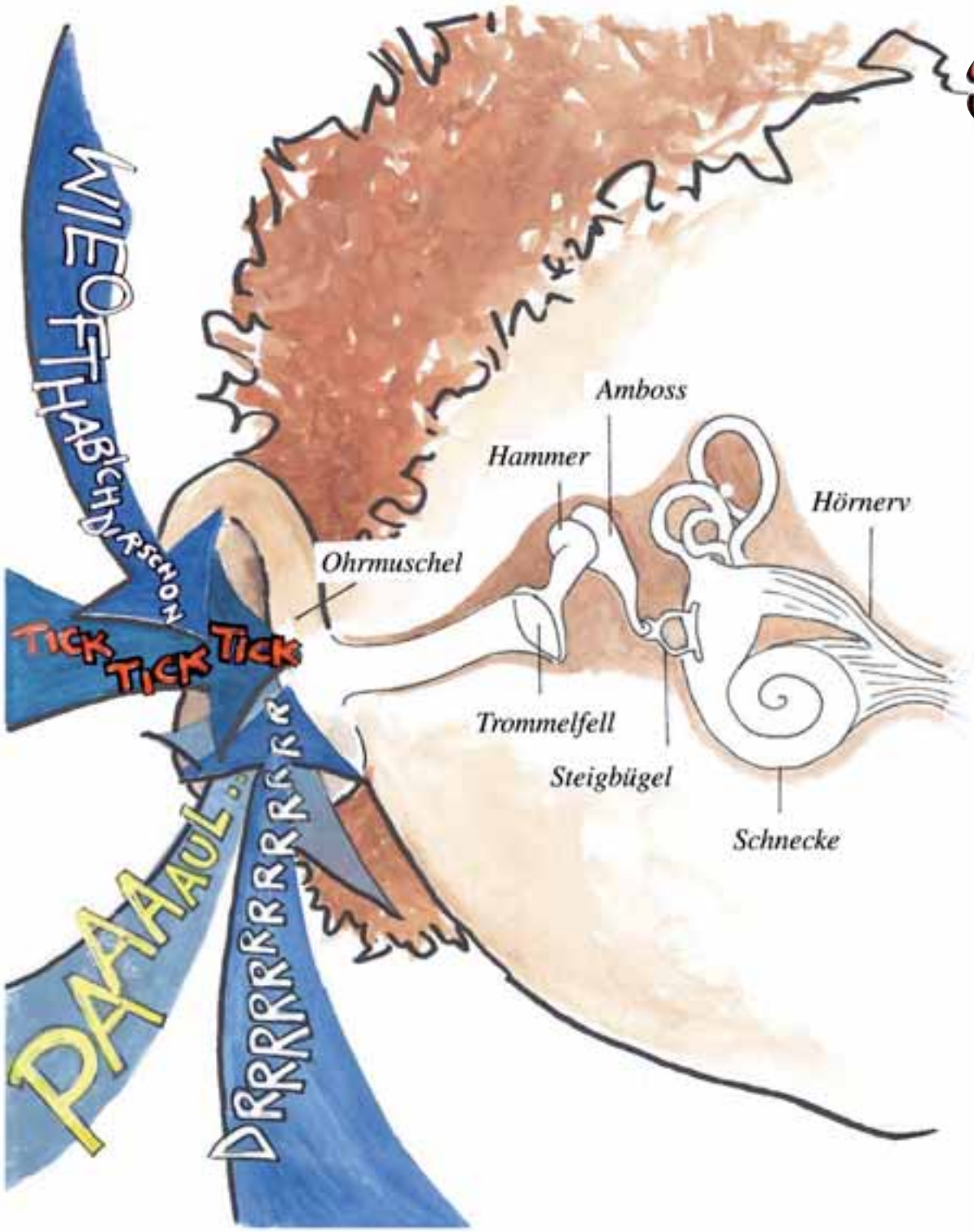
Paul zeigt uns seinen Retter – sein Ohr.
Von außen sieht das Ohr wie eine
große Muschel aus.
Sie fängt alle Töne ein.

Genauso machen es die Ohren vom
Hasen Hannes.
Seine Ohren sind noch größer.
Er kann sie auch bewegen.

Das Nilpferd Hippo verschließt seine
Ohren, wenn es taucht.
So kommt kein Wasser rein.

*Zwei Ohren hab ich – das ist fein,*
*sie fangen alle Töne ein.*

# SO HÖRE ICH!




Die ***Ohrmuschel***, als einzig sichtbarer Teil des Hörorgans, leitet die Geräusche durch eine schmale Röhre, den Gehörgang, zu den im Kopf verborgenen Abschnitten des Ohrs.

Das ***Trommelfell*** schwingt, wenn es von Schallwellen getroffen wird.

Winzige Knöchelchen, die entsprechend ihrem Aussehen ***Hammer***, ***Amboss*** und ***Steigbügel*** heißen, übertragen die Schwingungen vom Trommelfell auf eine Flüssigkeit, die die ***Schnecke*** im Innenohr füllt. Die Schnecke ist ein spiralförmig gewundener Kanal und hat beim Menschen 2½ Windungen.

Indem sich diese Schwingungen wellenförmig durch die Flüssigkeit ausbreiten, regen sie kleine feine ***Härchen*** zum Schwingen an.

Diese senden dann Nervenimpulse über den ***Hörnerv*** zum Hörzentrum im Gehirn.

***Hinweis: Ohren nicht mit Wattestäbchen reinigen. Es besteht die Gefahr der Verletzung des Trommelfells sowie der Pfropfenbildung durch zusammengeschobenes Ohrenschmalz.***

# Was ist laut? Was ist leise?

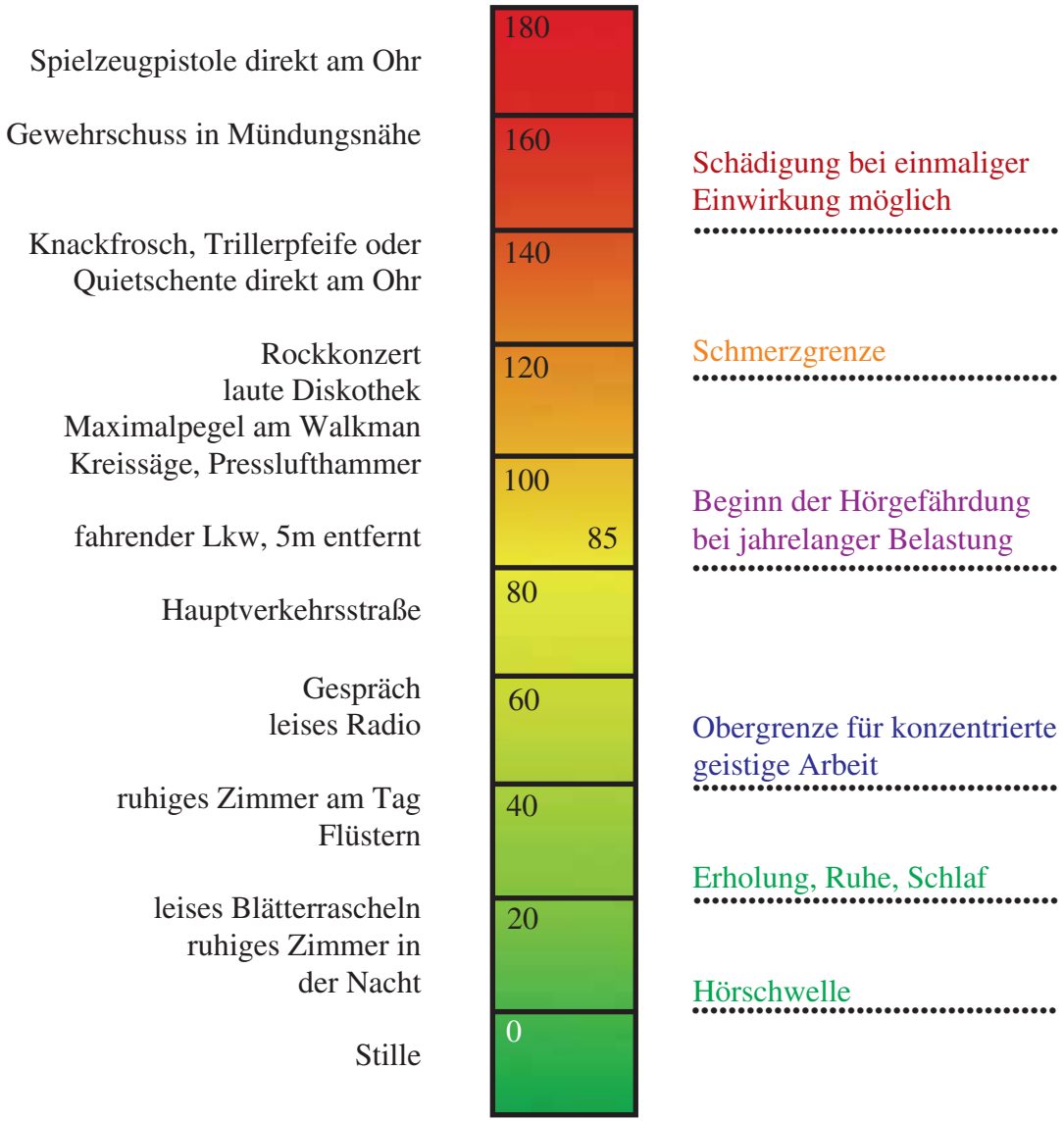
**Als Faustregel gilt:**
Bei längerer Einwirkungszeit von Schalldruckpegeln mit mehr als 85 dB(A) kann es zu Schädigungen des Gehörs kommen.

Ist es so laut, dass die Schmerzgrenze erreicht ist, sind Hörschäden vorprogrammiert. Schmerzen haben die Funktion, den Körper zu warnen. Wenn wir z. B. eine heiße Herdplatte berühren, bewirkt der Schmerz ein sofortiges Zurückziehen der Hand und Schlimmeres wird verhindert – ähnlich beim Schneiden mit einem Messer oder bei blendendem Licht.
So sollte auch bei hohen schon schmerzenden Lautstärken sofort gehandelt werden: Ohren zuhalten und weglaufen oder noch besser: Lärmquelle ausschalten!

**Die Maßeinheit Dezibel (dB)**
Zahlen vermitteln wenig über die tatsächliche Lautstärke, denn Dezibel (dB), die Einheit für den Schalldruck, ist ein logarithmischer Wert.
Eine Zunahme von 10 dB entspricht einerseits einer Verdoppelung der empfundenen Lautstärke und bedeutet andererseits eine Verzehnfachung der einwirkenden Schall-energie. Das heißt, ein um 10 dB lauterer Schall erzeugt dieselbe Wirkung in einem Zehntel der Zeit.
Demnach stellt eine Beschallung des Ohres mit einem Pegel von 85 dB während einer Zeitdauer von 40 h die gleiche Belastung für das Ohr dar, wie ein Pegel von 95 dB über 4 h oder 105 dB über 24 Minuten.

*Ein einziger Silvesterknaller kann ausreichen, um die Ohren für ein ganzes Leben zu schädigen.*
*Auch zu laute Musik unter Kopfhörern macht auf Dauer schwerhörig.*

## Lärmpegel in Dezibel (dB(A))



# WIE HÖRSCHÄDEN

Jedes Geräusch verursacht Flüssigkeitswellen in der Hörschnecke. Die Höhe bzw. Stärke dieser Wellen hängt von der Lautstärke des gehörten Geräusches ab, ähnlich wie die Höhe der Meereswellen von der Stärke des Windes abhängt. Die Härchen im Innenohr sind elastisch und schwingen bei jeder einfallenden Welle mit, so ähnlich wie Schilfrohr im Wasser bei jeder Wellenbewegung mit schwingt.

*Wenn ein leiser Ton gehört wird, ist dies vergleichbar mit ruhiger See…*

*Werden die Töne lauter, käme dies entsprechend einer höheren Windstärke gleich*

*Sehr hohe Lautstärken verhalten sich wie ein Sturm im Ohr. Die feinen Hörzellen können abbrechen und somit verschlechtert sich das Hörvermögen.*

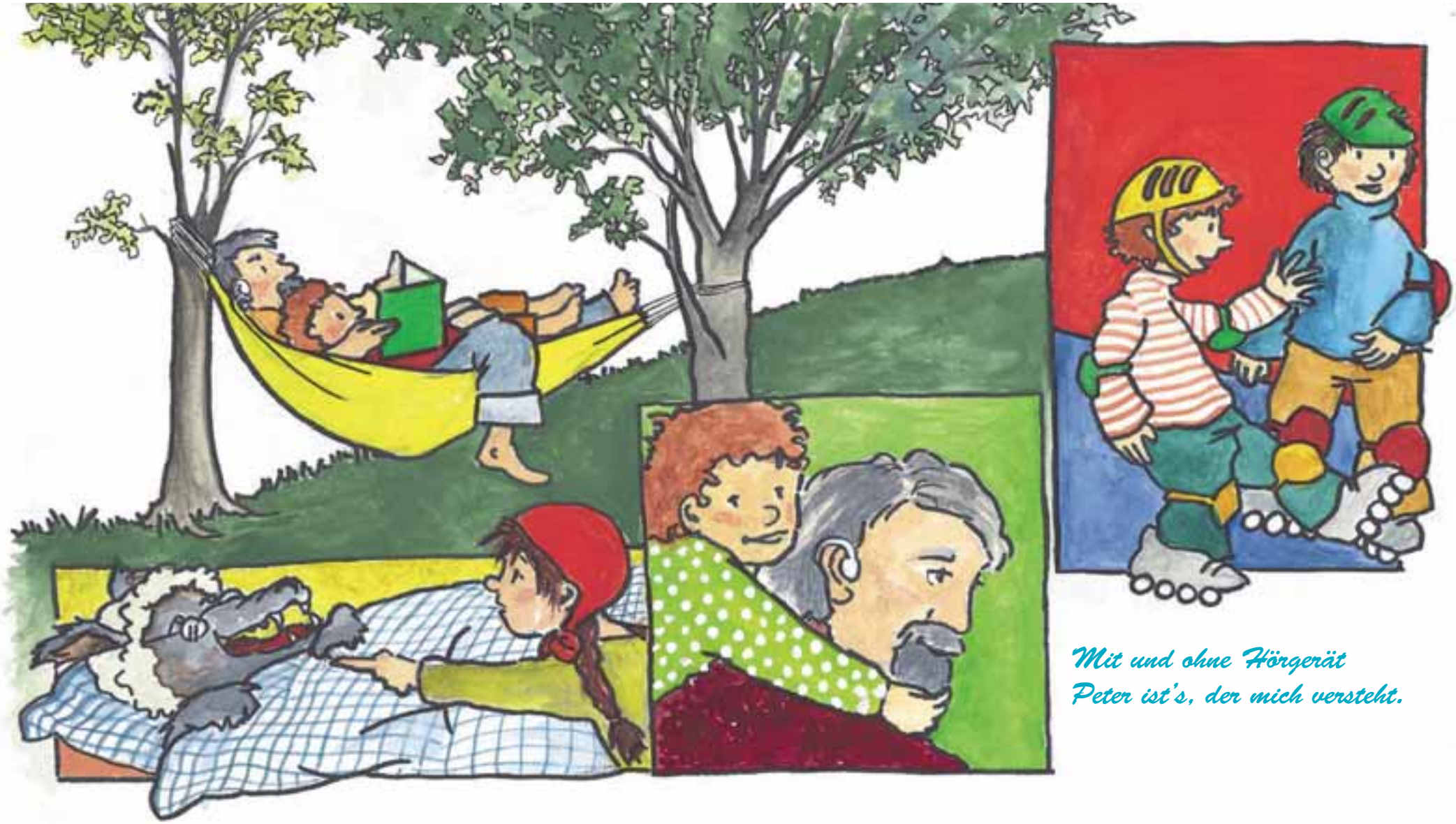
# ENTSTEHEN KÖNNEN

Bei sehr lauten Geräuschen, vor allem dann, wenn sie lange anhaltend sind, können die feinen Haarzellen im Innenohr Schaden nehmen.
Mit einem anschaulichen Beispiel soll dies verdeutlicht werden:

*Die Wellen sind flach und das Schilfrohr schwingt nur leicht.*

*und das Schilf schwingt stärker.*

*Leider können die einmal abgebrochenen Härchen im Gegensatz zum Schilfrohr nicht wieder nachwachsen. Der eingetretene Hörschaden ist somit zeitlebens bleibend.*



*Mit und ohne Hörgerät*
*Peter ist's, der mich versteht.*

Heute sind Opa Erich und Oma Christa bei uns.
Opa liest mir mein Leiblingsmärchen „Rotkäppchen“ vor.

Rotkäppchen fragt:
*„Großmutter, warum hast du so große Ohren?“*
*„Damit ich dich besser hören kann!“*
antwortet der Wolf.

Mein Opa Erich braucht
keine großen Ohren, um
besser hören zu können.
Er hat neulich ein Hörgerät
bekommen.
Nun versteht er wieder alles,
was ich ihm erzähle.

Genauso wie mein Freund Peter:
Der hat auch ein Hörgerät – eigentlich
schon immer.
Wir verstehen uns prima.

# Erkennen von Schwerhörigkeit bei Kindern

Je früher eine bestehende Schwerhörigkeit bei Kindern erkannt wird, umso besser. Es gibt Kinder, bei denen bis ins Schulalter hinein eine Schwerhörigkeit unentdeckt bleibt. Viele soziale, schulische und psychische Probleme können den Kindern erspart werden, wenn sie frühzeitig behandelt oder mit Hörhilfen versorgt werden. Bestimmte Verhaltensweisen von Kindern deuten auf ein verschlechtertes Hörvermögen hin:

Das Kind wendet immer ein bestimmtes Ohr (das besser hörende) der Geräuschquelle zu.

Das Kind wirkt unsicher und fragt oft nach.

Das Kind sucht beim Sprechen und insbesondere beim „Zuhören“ Blickkontakt, um von den Lippen ablesen zu können.

Das Kind spricht lauter als üblich.

Der aktive Wortschatz des Kindes ist unterentwickelt.

Das Kind hat Schwierigkeiten, eine Schallquelle zu orten oder einer Person zuzuhören, die sich im Raum bewegt.

Aus einer Geräuschkulisse können Signale und Stimmen nicht herausgehört werden. Das Kind reagiert nicht auf Ansprache oder auf laute Geräusche.

Das Kind verwechselt ähnlich klingende Laute beim Sprechen und auch beim Schreiben nach Diktat (z. B. Tanne/Kanne, Nagel/Nadel).

Beim Diktat fehlen Laute oder Wörter.

Beim Kopfrechnen kommt das Kind schlecht mit.

Das Kind kann einfache Reimmuster nicht fortsetzen.

Mehrgliedrige Anweisungen und Aufgabenfolgen kann das Kind nicht vollständig behalten und ausführen.

Zuhören und Handeln sind dem Kind nur nacheinander möglich, nicht gleichzeitig.

Dem Kind fällt das gleichzeitige Klatschen, Bewegen und Sprechen beim Lernen von Gedichten und Liedern schwer, ebenso das Trennen von Wörtern durch Klatschen.

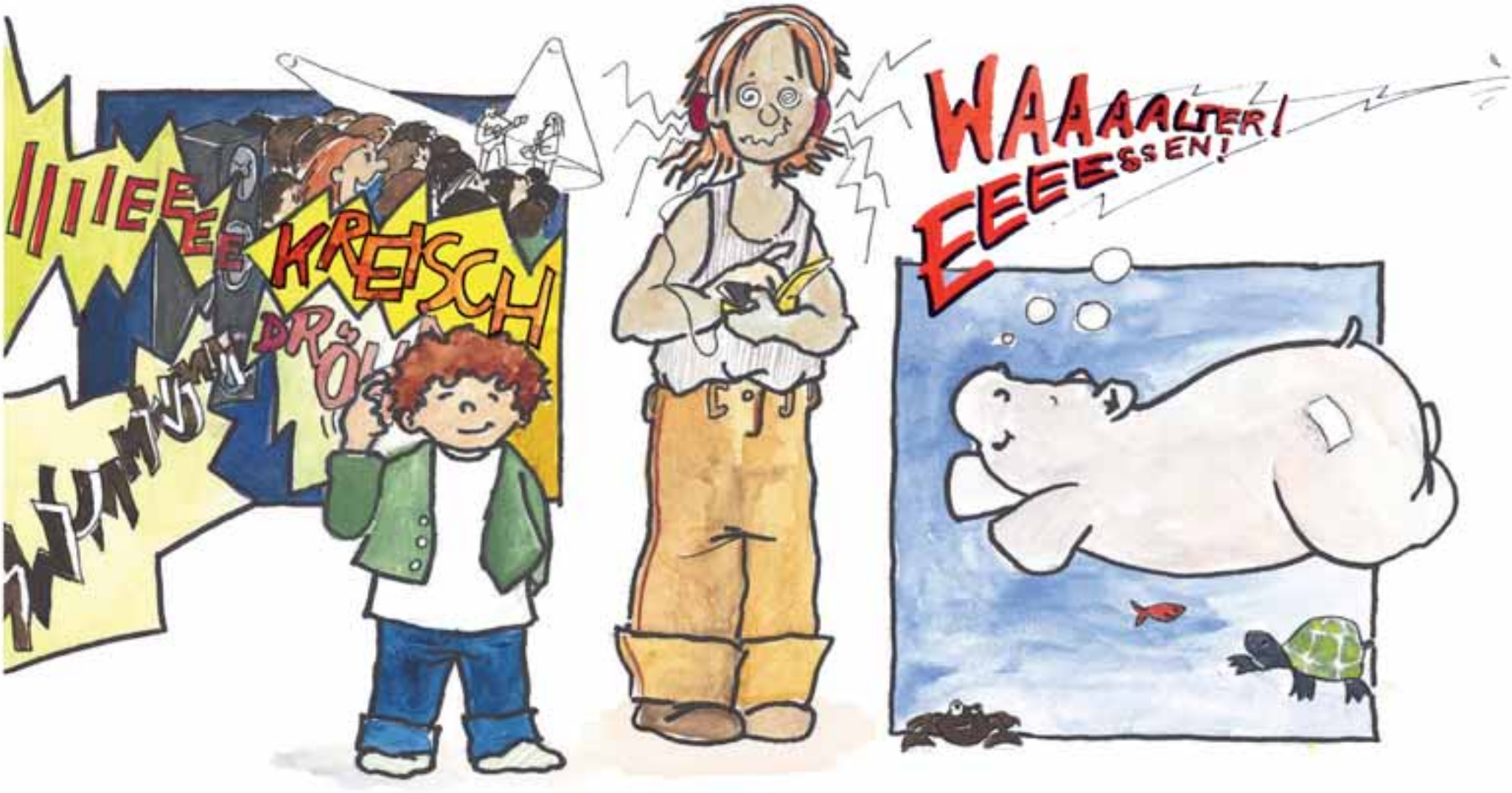
*Tipp: Den kleineren Kindern fällt es oftmals noch schwer, aus dem Bild heraus zu erkennen, ob der jeweilige Ton hoch (hell) oder tief (dumpf) ist.*
*Darum empfiehlt es sich, die Töne nachzuahmen – am besten Sie brummen mit den Kindern gemeinsam tief wie ein Bär oder Sie piepsen hell wie ein Mäuschen.*

# Wie wir verschiedene Töne wahrnehmen können

Die modernste Elektronik ist nicht in der Lage, auch nur einigermaßen das nachzubilden, was uns mit einem gesunden Gehör geschenkt wurde. Das menschliche Ohr nimmt Schallwellen im Frequenzbereich von 20 Hz (Herz) bis 20.000 Hz wahr. Je höher die Frequenz – also die Häufigkeit, mit der eine Schallwelle in der Sekunde schwingt – desto höher klingt der Ton.
Um das Prinzip des „Hörenkönnens“ von verschiedenen Tönen zu verstehen, wollen wir jetzt alles Komplizierte beiseite lassen:

Wenn sich während des Hörvorgangs die Schalldruckwellen in der Schnecke ausbreiten, regen sie die feinen Sinneszellen zum Schwingen an. Doch sie erregen nicht alle, sondern immer nur ganz bestimmte. Diese Druckwellen, man nennt sie auch Wanderwellen, können wir uns wieder als Meereswellen vorstellen, die schließlich am Strand sanft auslaufen. Dabei entsteht beim „Überschlagen“ der Wellen ein Wirbel. Und genau die Sinneszellen, die sich gerade an der Stelle des Wirbels befinden, werden am stärksten erregt.
Die Sinneszellen am Eingang der Schnecke sind für die Empfindung der hohen Töne zuständig. Mit den Sinneszellen in der Nähe der Schneckenspitze werden die tiefen Töne empfunden.
Für die verschiedenen Frequenzen (Tonhöhen) sind also verschiedene Abschnitte der Schnecke zugeordnet – ähnlich einer Klaviertastatur.

Wir machen ein Gedankenexperiment. Wir rollen die Hörschnecke auseinander und stellen sie aufrecht. Sie soll nun ein Hochhaus mit 20 Etagen darstellen. Im Treppenflur liegt ein roter Teppich, über den die Bewohner zu ihren Wohnungen laufen. Wo wird nun der Teppich zuerst abgenutzt sein?
Richtig! In der untersten Etage, denn da müssen alle vorbeilaufen, egal wo sie wohnen. In die 20. Etage wird sich dagegen nur derjenige bemühen, der wirklich hin muss. So ähnlich ergeht es auch den Sinneszellen. Die sich am Eingang der Schnecke befindenden Sinneszellen (hohe Töne), werden mehr beansprucht, als die an der Spitze (tiefe Töne). Darum treten im Alter auch vermehrt Höreinbußen im oberen Frequenzbereich auf. Dies ist der sogenannte „Treppenläufereffekt“, der vor allem bei Altersschwerhörigkeit zur Geltung kommt.




Das ist mein großer Bruder Walter.
Er hört gerne Musik. Wenn er nach Hause kommt, stülpt er die Kopfhörer über die Ohren und dreht auf – viel zu laut!
Ich hab ihm schon oft gesagt, dass das nicht gut für seine Ohren ist.

Und ich hab ihm auch gesagt, dass er sich bei Konzerten nicht direkt vor die Boxen stellen soll. Schade, dass sich seine Ohren bei Krach nicht von selber schließen, wie beim Nilpferd Hippo, wenn es taucht.

*Ohrenschutz ist angesagt,*
*weil der Hörsinn sonst versagt.*

## *Hier ein paar Tipps für die großen Brüder und Schwestern*

### In der Disco oder beim Live-Konzert

Suche bevorzugt Diskotheken auf, die nicht ganz so laut sind!

Stelle dich nicht direkt vor die Boxen!

Mache öfters zwischendurch Pausen an ruhigeren Orten!

Benutze Gehörschutz
(in Apotheken und Baumärkten erhältlich)!

### Tipps zum Hören mit Walkman oder Discman

Benutze Walk- oder Discman mit Pegelbegrenzer
(AVLS-Schalter oder Ear-Guard)!

Höre nicht Walk- oder Discman an Orten, wo es an sich schon laut ist!
(Automatisch stellt man das Gerät lauter als üblich ein!)

**Höre nicht stundenlang mit Kopfhörern!**

Gestern war Walter beim Rock-Konzert.
Tagelang hatte er sich darauf gefreut und
von nichts anderem mehr gesprochen.

Und nun kann er nicht
mehr richtig hören und
seine Ohren pfeifen.

*Walters Ohren seufzen tief,*
*irgendwas lief gestern schief.*

# *Vertäubung, Hörsturz, Tinnitus*

Vertäubte Ohren (zeitweilige Hörschwellenverschiebung – man hört alles wie durch Watte) oder auch ein Pfeifen, Rauschen, Brummen oder Klingeln im Ohr (Tinnitus) sind Warnsignale.
Meistens erholen sich die Ohren nach einigen Stunden oder bis zum nächsten Morgen wieder. Trotzdem sind diese „Äußerungen des Ohres“ ernst zu nehmen. Summieren sich derartige Ereignisse, kann es irgendwann zu einer bleibenden Hörschädigung kommen.

## Merke

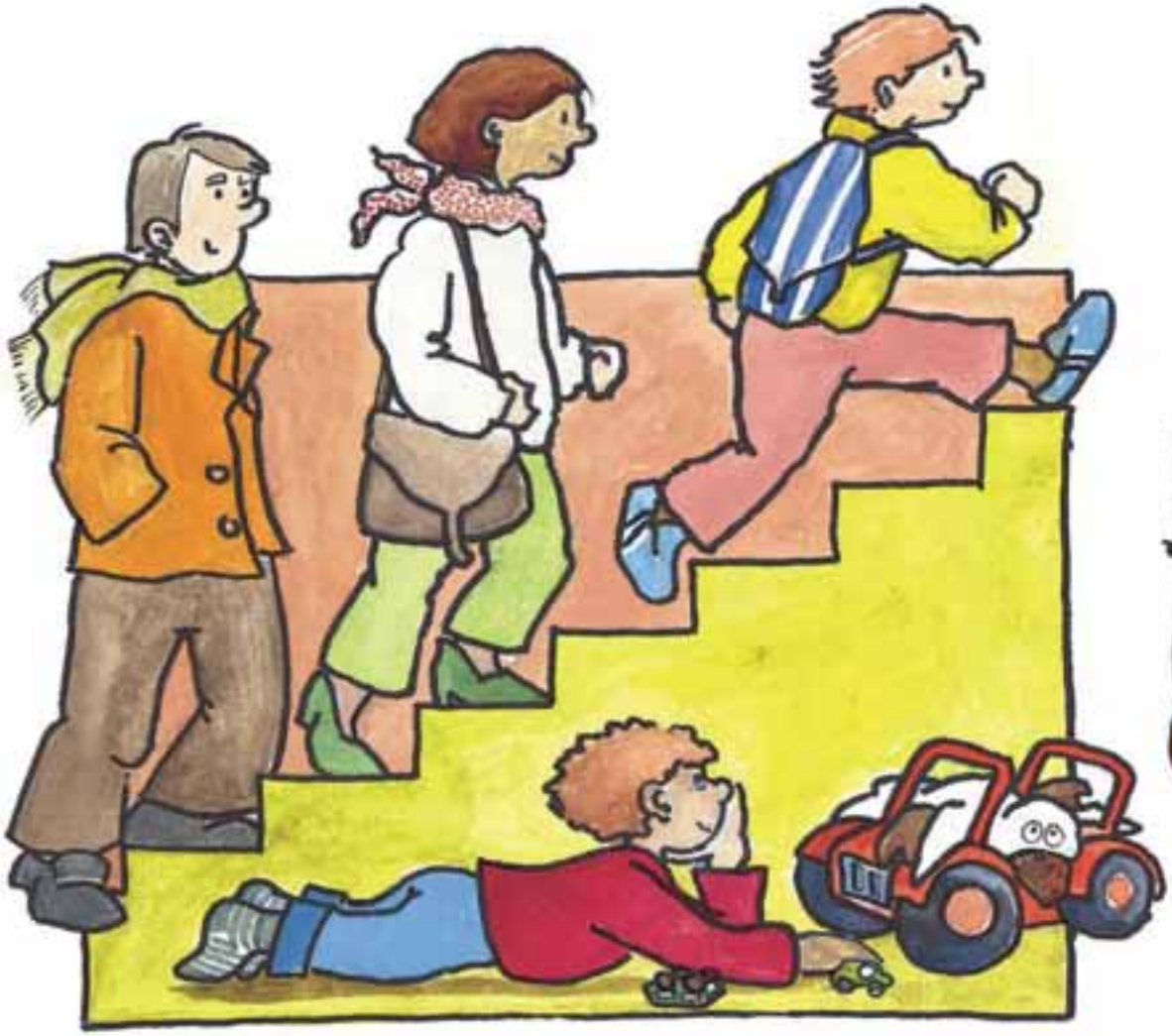
**Hörsturz**: ist ein akuter plötzlicher Hörverlust – (meist ist nur ein Ohr betroffen). Hier ist ein sofortiger Arztbesuch anzuraten.

**Tinnitus**: Halten die Ohrgeräusche länger als zwei Tage an, ist ein Besuch beim Facharzt dringend zu empfehlen.
Innerhalb der ersten zwei Wochen sind die Heilungschancen noch sehr gut. Später nehmen diese rapide ab.

## Zum Vergleich

Zeitweilige Vertäubung oder Tinnitus als Reaktion des Ohres auf Lärm kann man mit einem Sonnenbrand der Haut vergleichen. So wie die Haut sich nach einem Sonnenbrand nach einiger Zeit wieder regeneriert, erholen sich auch die Hörzellen wieder. (Es sei denn, die Hörzellen sind oberhalb der Schmerzgrenze mechanisch geschädigt worden).
Summieren sich aber derartige Ereignisse, bleiben die Folgen nicht aus. Im Falle der Haut: Sie altert schneller, bekommt Falten und Flecken – im schlimmsten Fall entsteht Hautkrebs.
Ähnlich bei den Ohren: Die Hörzellen altern beschleunigt und im schlimmsten Fall bezahlt man den Lärm mit einer bleibenden Schwerhörigkeit.

*Ohren bedürfen ebenso Schutz wie unsere Haut!*



*Gegen Kopfweh, Ärger, Müdesein*
*hilft Zaubermittel „Ruhe“ fein.*

Jetzt kommt Mama nach Hause. Ich kann sie schon am Schritt erkennen. Mama läuft leicht und schnell. Papa tritt schwer auf und mein großer Bruder Walter ist immer in Eile und nimmt drei Stufen auf einmal.

Mama arbeitet in einem großen Büro. Manchmal ist sie müde und hat Kopfweh, wenn sie nach Hause kommt. Wenn ich eine kleine Weile leise bin, geht es ihr bald besser und wir spielen zusammen.

# LÄRM GEHT UNTER DIE HAUT

Wann ein Geräusch als Lärm empfunden wird, lässt sich nicht wissenschaftlich exakt bestimmen – es hängt von jedem Einzelnen ab, welche Tonhöhe und Lautstärke als störend empfunden wird. Fest steht nur, dass Lärm ein Stressfaktor ist, er beeinträchtigt das Wohlbefinden.
Alle nicht auf das Hörorgan selbst wirkenden Effekte des Lärms werden als extraaurale Lärmwirkungen bezeichnet. Lärm „geht unter die Haut“. Diese Alltagsweisheit hat einen wahren Kern.
Der Organismus reagiert mit zahlreichen stressspezifischen Funktionsänderungen, wie z. B. allgemeiner Nervosität, Aggresivität, Beschleunigung der Herzfrequenz und Steigerung des Blutdrucks, was bei jahrelanger Belastung zu Bluthochdruck und Kreislaufstörungen führen kann.

Von besonderer Bedeutung ist der Einfluss des Lärms auf den Schlaf. Selbst wenn Lärm einem nicht den Schlaf raubt, schadet er der Gesundheit.
Das Hinterhältige an der Sache ist, dass man sich nicht an Lärm gewöhnen kann. Man wird ihn zwar nach einer Weile nicht mehr bewusst wahrnehmen, der Organismus ist aber weiterhin belastet.

***Gönnen Sie sich so oft wie möglich Ruhe pur. Achten Sie darauf, dass Sie und Ihre Kinder in den jeweils ruhigsten Räumen schlafen. Halten Sie alle Lärmquellen vom Schlafzimmer fern. Schalten Sie Radio und Fernseher über Nacht aus.***

Am besten klappt alles, wenn es um
mich herum ganz still ist.
Dann kann ich besser nachdenken!

Schaut mal her, was ich schon kann!
Ich kann schon rechnen, meinen Namen
schreiben und ganz knifflige Puzzles lösen.

*In der Ruhe liegt die Kraft!,*
*das Puzzle hab ich gleich geschafft.*

# Konzentration, Lärm, Schulaufgaben

Eine Leistungsbeeinträchtigung durch Lärm wird um so wahrscheinlicher, je schwieriger oder komplexer die Aufgabe ist und je länger der Betroffene störenden Schallereignissen ausgesetzt ist.

Viele Kinder möchten gerne bei Musik ihre Hausaufgaben verrichten. Versuchen Sie eine Einigung derart, dass bei Aufgaben, die logisches Denken, Konzentration und Merkfähigkeit beanspruchen, Ruhe herrscht. Ist aber ein Bild zu malen, eine Bastelarbeit zu erledigen o. ä. so stört Musik im Hintergrund nicht.

## *Folgende Lärmwirkungen auf die Leistungsfähigkeit bei Kindern sind bereits nachgewiesen worden:*

– schlechtere Konzentrationsfähigkeit

– schlechtere Leseleistungen

– schlechtere Korrekturleistungen (Erkennen von Fehlern in einem Text)

– geringeres Durchhaltevermögen bei der Lösung von schwierigen Problemen (früheres Aufgeben, geringere Frustrationstoleranz)

– Rückgriff auf möglichst einfache, primitive Lösungsstrategien und deren unflexible rigide Anwendung

***Achten Sie darauf, dass die Kinder in einer ruhigen Umgebung ihre Aufgaben erledigen und Lernen können.***

Es ist Abend und Papa kommt nach Hause. Wir essen zusammen Abendbrot. Das ist die schönste Stunde am Tag. Jeder kann berichten, was alles passiert ist.

*Ich höre zu, wenn jemand spricht, unterbrechen soll man nicht!*

Wenn wir fertig sind und ich mich gewaschen habe, erzählt mir das Sandmännchen die Gute-Nacht-Geschichte.

# *Zuhören können…*

will gelernt sein. Kinder, egal welchen Alters, haben Probleme, Sorgen und Freuden, die sie mitteilen wollen. Manchmal kann man nur am Tonfall und gar nicht an den gesprochenen Wörtern erkennen, dass etwas nicht stimmt.
Nehmen Sie sich täglich Zeit und Ruhe zum Zuhören. Genießen Sie mit ihren Kindern bewusst ruhige Momente. Selten genug treten diese in unserer lärmbelasteten Umwelt auf.

Viele Menschen ertragen keine Stille mehr. Stattdessen bevorzugen sie eine permanente Musikuntermalung per Radio oder lassen den Fernseher laufen. Lustvolles Lautsein und entspannende Ruhe sollten keine Gegensätze sein, sondern wichtige, einander abwechselnde Phasen.

„Es ist eine überkommene Praxis, ein Sinnesorgan des Menschen wichtiger zu nennen als das andere. Seit mehr als 2.000 Jahren gilt der abendländischen Kultur das Schauen mehr als das Hören. Nun „entdecken" wir das Ohr. Jedoch nicht mit dem Ziel einer Umkehrung der Sinnen-Hierarchie, sondern um deren Aufhebung soll es gehen.
Keines unserer „Instrumente", so lautet die Nachricht, ist weniger bedeutsam als das andere. Und keine Schädigung, kein Verlust eines unserer Sinnesorgane ist weniger ungebührlich als die Schädigung eines anderen." (Karl Karst – Schule des Hörens).

Im Anschluss finden Sie Anregungen für gemeinsame Spiele, bei denen die Ohren die Hauptrolle spielen.
Einige Spiele können spontan, ohne weitere Vorbereitung durchgeführt werden, andere bedürfen einer gewissen Anleitung bzw. mehr oder weniger aufwändiger Vorbereitungsarbeiten.

Wir wünschen viel Spaß und gute Ohren beim ***Zuhören***, ***Hinhören***, ***Anhören***, beim ***aufeinander Hören***, beim ***Lauschen*** und beim ***Horchen***, aber auch beim gegenseitigen ***Verstehen***.

Ich denke, wir werden voneinander hören…

Susanne Neyen

# Spielideen

## Stille Post

Die Kinder sitzen im Kreis. Das erste Kind denkt sich einen kurzen Satz aus und flüstert diesen in das Ohr des Nachbarn. Dieses gibt das von ihm Gehörte wiederum an das nächste Kind weiter. Dies wird fortgeführt bis der Satz beim ersten Kind wieder ankommt. Nun wird verglichen, ob alles richig verstanden wurde.
Das ist ein Spiel, welches gutes Zuhören verlangt, aber andererseits auch sehr lustig ist, weil oftmals vieles falsch verstanden wird.
Das Spiel könnte auch das Verständnis gegenüber Schwerhörigen fördern, die oftmals etwas falsch oder nicht richtig verstehen.

## Blinde Kuh

Dieses Spiel wird am besten im Freien gespielt, wo viel Platz ist.
Einem Kind („der blinden Kuh“) werden die Augen mit einem Tuch verbunden. An ihr sind „Schätze“, z. B. Tücher oder bunte Papierstreifen befestigt, die sie bewacht. Die Kinder müssen versuchen, möglichst viele solcher „Schätze“ zu ergattern, dürfen sich dabei aber nicht erwischen lassen. Wird ein Kind dabei von der „blinden Kuh“ gefangen, muss es ab sofort die „blinde Kuh“ spielen.
Gewonnen hat das Kind, welches die meisten Schätze erobert hat, ohne sich dabei fangen zu lassen.
Bei diesem Spiel lernen die Kinder, sich anhand von Geräuschen im Raum zu orientieren. Sie erkennen, dass sie einem gehörten Geräusch eine Richtung zuordnen können.

## *Geräusche oder Tätigkeiten erraten*

Die Kinder sind optisch von der vorführenden Person getrennt.
Sie sollen anhand von Geräuschen Gegenstände des täglichen Lebens (Staubsauger, Telefon, Klingel, tickende Uhr), unterschiedliche Werkstoffe (Holz, Metall, Glas usw.) oder ihnen vertraute Tätigkeiten (Hämmern, im Wasser planschen, Ballspielen, Zähne putzen, im Topf rühren) erkennen.

## *Geräusche erfinden*

Es werden zwei oder mehrere verschiedene Gruppen gebildet. Die Gruppen sind durch einen Vorhang o. ä. optisch voneinander getrennt. Es gilt, mit dem eigenen Körper so viel wie möglich unterschiedliche Geräusche zu erfinden. (Normale Stimmgeräusche des Sprechens oder Singens gelten aber nicht).
Die Gruppe, die die meisten Geräusche machen kann und die Geräusche der anderen am besten errät, hat gewonnen.

## *„Ich höre was, was du nicht hörst…!“*

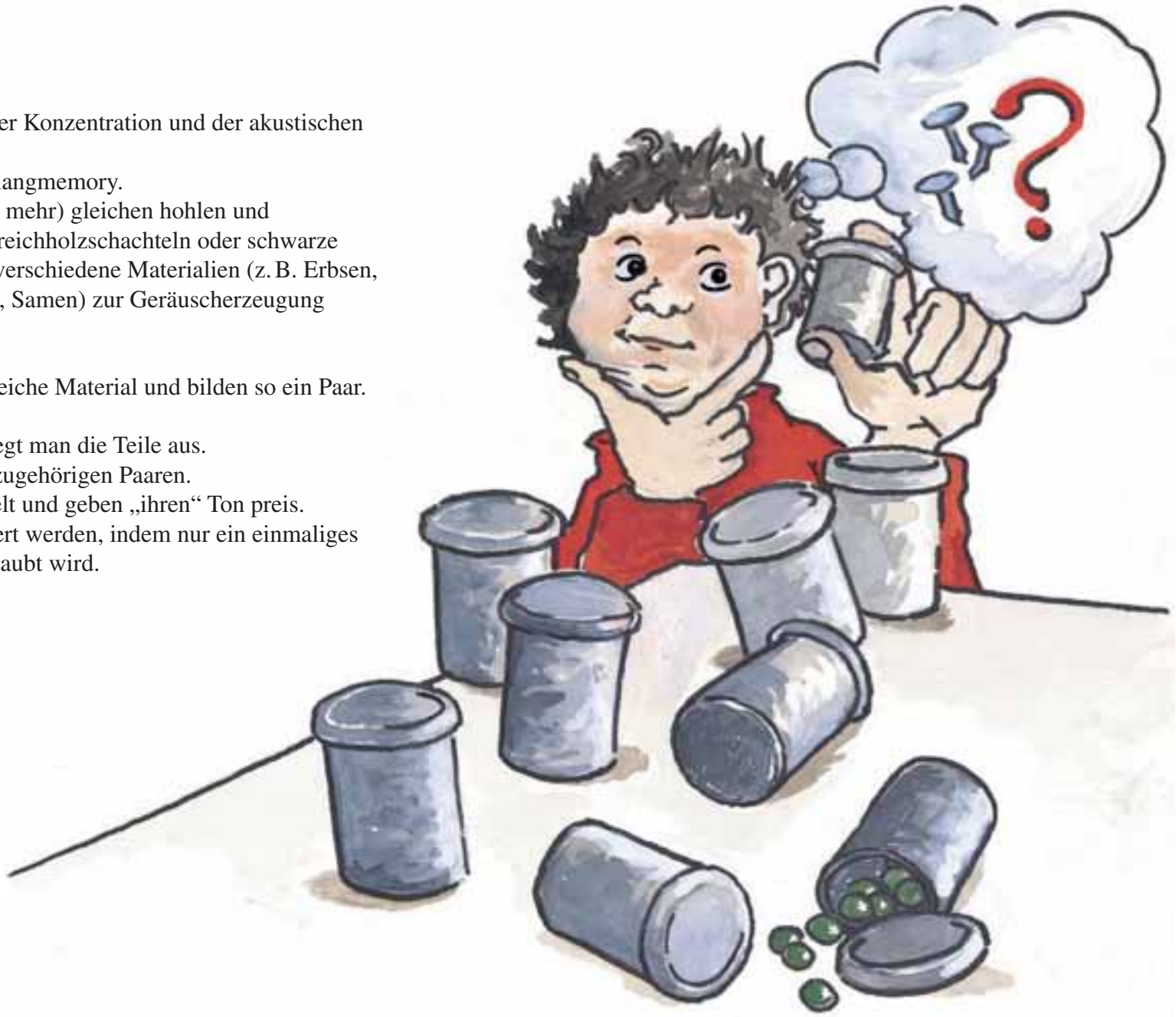
Das Spiel ist angelehnt an das bekannte Spiel „Ich sehe was, was du nicht siehst!“.
Hier ist wiederum gutes Lauschen angesagt. Bei einem Spaziergang bleiben sie einfach an einer beliebigen Stelle im Wald oder Wiese stehen, schließen die Augen und lauschen. Die Kinder sollen nun alle Geräusche beschreiben, die sie wahrnehmen und eventuell die Richtungen, aus denen sie kommen. Die Kinder werden erstaunt bemerken, wie viele Geräusche sie tagtäglich begleiten, auf die sie gar nicht mehr bewusst achten.

# Klangmemory

Dieses Spiel dient der Förderung der Konzentration und der akustischen Differenzierung.
Basteln Sie mit den Kindern ein Klangmemory.
Es besteht aus achtzehn (oder auch mehr) gleichen hohlen und undurchsichtigen Körpern (z. B. Streichholzschachteln oder schwarze Filmdosen), in deren Inneren sich verschiedene Materialien (z. B. Erbsen, Sand, Nägel, Glöckchen, Murmeln, Samen) zur Geräuscherzeugung befinden.

Zwei Teile enthalten jeweils das gleiche Material und bilden so ein Paar.

Wie bei einem üblichen Memory legt man die Teile aus.
Dann beginnt die Suche nach den zugehörigen Paaren.
Die Teile werden einfach geschüttelt und geben „ihren“ Ton preis.
Der Schwierigkeitsgrad kann variiert werden, indem nur ein einmaliges oder ein mehrmaliges Schütteln erlaubt wird.



## „Mäuschen piep einmal!“ oder „Poch, poch, poch – wer klopft denn da?“

Die Kinder sitzen im Kreis. Einem Kind werden die Augen verbunden. Es soll sich innerhalb des Kreises einem Kind auf den Schoß setzen und mit Hilfe der Aufforderung: „Mäuschen piep einmal!“ erraten, bei wem es gelandet ist. Indem das betreffende Mäuschen mit „piep“ antwortet, hat das Kind die Chance, das „Mäuschen“ an der Stimme zu erkennen.

Bei einer abgewandelten Form dieses Spieles werden einem Kind – zum Beispiel mit einem Tuch – die Augen verdeckt und die anderen Kinder klopfen leicht an seinen Rücken mit der Frage: „Poch, poch, poch, wer klopft denn da?“ Hat das Kind erraten, wer geklopft hat, muss dasjenige Kind nun wiederum mit verdeckten Augen weiter raten.
Bei dieser Spielform kann die Erzieherin besser mitspielen und das Erkennen wird vom Hören dominiert, während beim Mäuschenspiel auch durch Fühlen ein Identifizieren möglich ist.

**Viel Spaß beim spielen!**

# *Dankeschön!*

An dieser Stelle möchten wir uns bei Herrn Dr. Babisch, bei Frau Dr. Maslon, bei Frau Dr. Wiedenmann und bei Annegret Völkel für die fachliche Unterstützung und Beratung bedanken.

Unser ganz besonderer Dank gilt den Kindern und Erzieherinnen der evangelischen Kita der Erlöserkirchengemeinde in Berlin Lichtenberg, die zuerst die entstandenen Seiten begutachteten und mit Tipps und Ratschlägen bei der Entstehung und Gestaltung des Buches hohen Anteil hatten. Es hat großen Spaß gemacht, mit ihnen zusammen die Seiten anzuschauen, zu erzählen und die Spiele auszuprobieren.

Bei Gerhard Schöne möchten wir uns für die freundliche Genehmigung des Abdruckes der zweiten Strophe seines Liedes „Augen, Ohren und Herz“ bedanken.
Alle drei Strophen dieses wundervollen Liedes sind auf der CD: „Jule wäscht sich nie – Gerhard Schöne – die besten und ganz neue Lieder“ von 1997 zu finden und das Mitsingen macht großen Spaß.

Ohne Fördermittel der EU wäre dieses Buch nicht entstanden. Darum gilt unser herzlicher Dank vor allem Frau Dr. Marie Louise Bistrup und Frau Dr. Lis Keiding aus Dänemark, die sich für die Entstehung des Buches einsetzten und letztendlich ermöglichten. Von Anfang an, von der Idee bis zum Druck, standen sie mit großer Anteilnahme dem Buch Pate und halfen mit vielen konstruktiven Ideen bei der Konzeption mit.

Der Jugend- und Familienstiftung des Landes Berlin danken wir für ergänzende Fördermittel für den Druck, die Illustrationen und für die Übersetzung ins Englische.

*Zum Schluss noch ein Witz:*

*Der kleine Jochen kommt weinend zu seiner Mutter:*
*„Unser Untermieter lügt!“, beklagt er sich.*
*„Wieso?“*
*„Er hat gesagt, dass ich meine Trommel aufschneiden soll – da sei was tolles drin!“*

# *Weiterführende Literatur*

## Bücher für Kindergarten- und Vorschulkinder

Hanna Johansen und Jacky Gleich, „Sei doch mal still“
Carl Hanser Verlag, München, Wien, 2001

## Bücher für Grundschüler

Was ist was? Band 50: „Unser Körper“ und

Band 80: „Tiere – wie sie sehen, hören und fühlen“
(Beide sind beim Tessloff Verlag erschienen).

## Bücher für Schüler der Oberstufe und für Erwachsene

Gerald Fleischer: „Lärm, der tägliche Terror“,
Trias Verlag, Stuttgart, 1990

Gerald Fleischer: „Gut Hören – Heute und Morgen“,
Median-Verlag, Heidelberg, 2000

Immo Kadner: „Akustik in der Schulphysik“,
Praxis – Schriftenreihe – Abteilung Physik – Band 51,
Aulis Verlag Deubner & Co KG, Köln, 1994

## Broschüren und Handreichungen

Gesundheitsschutz 5 „Gehörschäden durch Musik“,
Hrsg. Bundesanstalt für Arbeitsschutz, 1995,
Tel.: 0231/9071-0; Fax: 0231/9071-454

„Lärm macht krank“, Hrsg. Unabhängiges Institut für Umweltfragen, 1995,
Tel.: 030/428 49 93-4, Fax: 030/428 00 485

# Projekte und Unterrichtsmaterialien für den Projektunterricht

## Unterrichtsmaterialien

Landsberg-Becher, J.-W. u. a., „Lärm und Gesundheit“
Materialien für 5.–10. Klasse, Köln, 1997,
Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Landsberg-Becher, J.-W. u. a., „Lärm und Gesundheit“
Materialien für die Grundschule, Köln, 2001,
Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

(Beide können beim Herausgeber bestellt werden unter Tel.: 0221/89 92-0,
Fax: 0221/89 92-300 oder http://www.bzga.de).

## Projekte und Ansprechpartner

„Take care of your ears“
Dieses Projekt, dass für Schüler der Grund- und Mittelstufe konzipiert wurde, läuft z. Z. in verschiedenen Städten Deutschlands.
Das Projekt umfasst verschiedene Unterrichtseinheiten und wird von Ohrenärzten bzw. Hörgeräteakustikern durchgeführt.
Ansprechpartner unter: Tel.: 064 21/293-0.

„laut ist out“
Das unabhängige Institut für Umweltfragen e. V. führt Projekte zum Thema „Hören“ in den Altersklassen von 5–19 Jahren durch.
Ansprechperson: Susanne Neyen, Tel.: 030/428 49 93-4

## Susanne Neyen. Idee und Texte

Susanne Neyen, Jahrgang 1965, 2 Kinder, Dipl. Ingenieur, seit sieben Jahren auf dem Gebiet der Lärmwirkungsforschung tätig, Erfahrungen durch zahlreiche Projekte mit Schulkindern verschiedener Altersklassen, sowie Studien zum Thema: „Hörverlust durch Freizeitlärm“.

## Martina Genest, Illustrationen

Martina Genest, Jahrgang 1964, lebt mit ihrem Mann und ihrer Tochter in Berlin. Hauptberuflich arbeitet sie als Leherin an einer Schule für Kinder mit geistiger Behinderung. Sie studierte u. a. bei dem von ihr sehr verehrten F. W. Bernstein Bildgeschichten und Aktzeichnen an der HdK Berlin. Seit Jahren illustriert sie Broschüren und Stadtteilzeitungen, ist nun jedoch durch die Arbeit an diesem Bilderbuch auf den Geschmack nach mehr gekommen!

Die Erstauflage wurde herausgegeben vom Unabhängigen Institut für Umweltfragen (UfU).

Das UfU – 1990 in der Tradition der DDR-Bürgerbewegung gegründet – ist zugleich eine wissenschaftliche Einrichtung und eine Bürgerorganisation. Es stärkt das Engagement der Bürger durch umweltpolitische Aufklärung und Beratung. Ergebnis dessen sind viele Broschüren, Leitfäden, Handreichungen, Seminare, Workshops und Tagungen.

Nähere Informationen erhalten Sie unter www.ufu.de.

# *Gut, dass du Ohren hast, gut, dass du hörst…*

Das Hören steht hier im Mittelpunkt. Kindern und Erwachsenen soll deutlich gemacht werden, wie wertvoll – aber auch wie empfindlich dieser Sinn des Menschen ist und wie wichtig es darum ist, sorgsam mit ihm umzugehen.
Dieses Bilderbuch berücksichtigt die unterschiedlichen Betrachtungsweisen und Wissensansprüche von Groß und Klein.
Beim gemeinsamen Durchblättern, Vorlesen und Anschauen soll über die Möglichkeiten des „Hörenkönnens“ gestaunt werden, aber auch über Verhaltensweisen nachgedacht werden, die das eigene Hörvermögen oder das der Freunde schädigen können.
Das Buch wird abgerundet durch Spiele, bei denen die Ohren die Hauptrolle spielen.

Umwelt
Bundes
Amt
Für Mensch und Umwelt

Herausgeber: Umweltbundesamt
Postfach 14 06
06813 Dessau-Roßlau
Tel.: (0340) 21 03-0
Fax: (0340) 21 03-2154
Email: info@uba.de
Internet: www.umweltbundesamt.de

ISBN: 978-3-9808710-0-6