

SOZIALE KOMPETENZ UND EMPOWERMENT – EIN DIPLOM-PSYCHOLOGE GEHT NEUE WEGE



Interview mit

DIPLOM-PSYCHOLOGE DR. OLIVER RIEN

>>> Der hörgeschädigte Psychologe Oliver Rien gab Life InSight einen Einblick in sein Leben und seine Arbeit. Doch nicht nur das – im Interview vermittelt Dr. Rien einige wichtige Lebenshilfen aus seinem Spezialgebiet.

Hörgeschädigte Patienten in der Reha-Klinik Bad Grönenbach kennen ihn als Psychologen mit der Namensgebärde „Hörgerät hinter dem Ohr“ für Oliver Rien.

Deutschlandweit ist er unter Hörgeschädigten ein Begriff. Mit seiner lockeren und sympathischen Art hält er verschiedene Vorträge bei diversen Kommunikationsforen oder an Schulen für Hörgeschädigte zu Themen wie „Empowerment/soziale Kompetenz“ oder „Klatsch und Tratsch unter Gehörlosen“. Bei ihm erhalten hörgeschädigte Menschen anwendbare Hilfe und Tipps fürs Leben – und das besonders intensiv und individuell in Verbindung mit einer Kur in Bad Grönenbach.

Life InSight: Worin genau besteht deine Arbeit in der Reha-Klinik Bad Grönenbach?

Dr. Rien: In der Reha-Klinik Bad Grönenbach arbeite ich als Leitender Psychologe mit einer Kollegin zusammen. Wir sind ein neunköpfiges Team, und da gibt es viel zu regeln. Meine Haupttätigkeit ist die Einzel- und Gruppentherapie mit

Patienten mit einer Hörschädigung. Dieses kann Gehörlosigkeit sein, Schwerhörigkeit, Tinnitus (Ohrgeräusche), Morbus Menière, CI-Träger, um nur einige zu nennen. Vor allem geht es um die Akzeptanz des Handicaps, aber auch um die Bewältigung der psychosozialen Folgen, die so ein Handicap mit sich bringt. Besonders viel Spaß macht mir die Arbeit mit Gehörlosen, wobei primär ein Kollege für diese Arbeit zuständig ist.

Du hast auch als Psychologe am Theodor-Schäfer-Berufsbildungswerk in Husum gearbeitet. Welche Aufgaben hattest du dort?

Ja, im TSBW bestand meine Aufgabe darin, alle Behindertengruppen, also nicht nur Hörgeschädigte, psychotherapeutisch durch die Ausbildung zu begleiten. In Einzelgesprächen wurden Konflikte und Belastungen besprochen, die sich durch den Alltag und die Ausbildung ergaben und einen erfolgreichen Abschluss der Ausbildung gefährden könnten. Dort habe ich auch viel mit dem Training in sozialer Kompetenz und mit Empowerment gear-

beitet. Besonders wichtig war es mir, den Übergang von dem „geschützten“ Rahmen (Familie, Schule, Ausbildung) in den „ungeschützten“ Rahmen (Arbeitsleben) zu unterstützen und dafür Kompetenzen zu fördern.

Hattest du den Berufswunsch, Psychologe zu werden, recht früh? Wie kam es dazu?

Am Lohmühlen-Gymnasium, wo ich Abitur gemacht habe, gab es eine Deutschlehrerin, die wurde immer als etwas „schräg“ bezeichnet. Sie brachte viele psychologische Inhalte in den Unterricht, zum Beispiel Schulz von Thun, Thomas Bernhard, Jung und Freud. Das hat mir sehr gut gefallen. Und da ich handwerklich sehr ungeschickt bin, hatte ich so meinen „Traumberuf“ gefunden und bisher nie bereut. Und die positiven Rückmeldungen bestätigen mich in meiner Wahl.

Du hast 2007 promoviert und eine Doktorarbeit zum Thema „Behindertenspezifisches Training zur Förderung von Kompetenzen



Oliver und sein Zwillingbruder

bei hörgeschädigten Regelschülern“ geschrieben. Was hat dich dazu bewogen, zu diesem Thema eine Doktorarbeit zu schreiben?

Ich hatte bereits Seminarerfahrung an Schulen für Hörgeschädigte gesammelt und gesehen, dass es deutliche Defizite im Umgang mit der eigenen Hörschädigung bei den Schülern gab. Weniger Defizite hatten die Schüler, die einen Austausch untereinander hatten und einen spezifischen Unterricht genossen. Da versuchte ich mir vorzustellen, wie es Schülern mit einer Hörschädigung ergehen mag, in überfüllten Klassen, ohne oder mit wenig Kontakt zu anderen Betroffenen und unter verschärften Bedingungen. Das Training sollte diese Schüler im Umgang mit der eigenen Hörschädigung fit machen, Kontakte mit anderen Hörgeschädigten fördern und zu mehr Selbstbewusstsein verhelfen.

Auf deiner Homepage www.oliver-rien.de ist auch der Titel „phil.“ vor deinem Namen zu lesen. Du bist auch Philosoph?

Nein, Dr. phil. hat nicht ausschließlich mit Philosophie zu tun. Es ist eine Regelung, dass auch Psychologen beim Erwerb des Dokortitels diese Bezeichnung haben. Ich weiß, das ist etwas irreführend, deshalb lasse ich diese Bezeichnung oft weg.

Erzähle bitte etwas über deine Kindheit. Wie bist du aufgewachsen?

Ich habe noch einen eineiigen Zwillingbruder, der normal hört. Aufgrund von Sauerstoffmangel bei der Geburt kam es zu meiner Hörschädigung. Diese wurde erst mit zweieinhalb Jahren diagnostiziert, vorher galt ich als „dickköpfig“, verhaltensauffällig, geistig beeinträchtigt etc. Ich habe meiner Mutter viel zu verdanken. Sie hat meine große Leselust gefördert, saß mit

Abgangsjahr 1985, Realschule für Schwerhörige in der Münzstraße, Hamburg



mir unzählige Stunden beim Logopäden und hat mich unterstützt, wo es ging. Ich bin auf dem Land aufgewachsen, das fand ich sehr schön. Ich habe mich lange nicht behindert gefühlt.

Wie hast du deine Schul- und Studienzeit mit der Hörschädigung erlebt?

Ich war die ersten 4 Jahre auf der Regelschule mit meinem Bruder. Zum Schluss hat dies nicht mehr funktioniert, da die Lehrerin beim Diktat immer im Kreis umherging und ich das Mundbild nicht sehen konnte und somit zu viele Fehler hatte. Ich kam dann zur Schwerhörigen-schule Hannover. Dies bedeutete jeden Tag 1,5 Stunden hin und 1,5 Stunden zurück. Ich hatte durch die Entfernung keine Freunde in der Klasse, und dies war sehr belastend. Mit 12 kam ich dann nach Hamburg. Dort gab es ein Heim, das auch Hörgeschädigte aufnahm. Dies war eine sehr wertvolle Erfahrung, da ich dort gelernt habe, dass auch „Hörende“ Probleme haben und es ihnen nicht besser geht als mir. Nach dem Abitur habe ich in Hamburg studiert, Psychologie und im Nebenfach Gebärdensprache. Dort fing ich an, mich genauer mit der Hörschädigung auseinanderzusetzen. Ich lernte den Wert der Gebärdensprache für mich kennen und zu schätzen. Ich begriff, dass meine Schwerhörigkeit und das zunehmende Beherrschen der Gebärdensprache eine Kompetenz und eine außergewöhnliche

Qualifikation waren. Mein Praktikum während des Studiums im Rehasentrum Rendsburg und der Kontakt zu Ulrich Hase (Landesbeauftragter für Menschen mit Behinderung) haben meinen Weg, mit hörgeschädigten Menschen zu arbeiten, bestärkt und gefestigt.

Wie klappte bei dir die Kommunikation und die Verständigung damals an Schule und Universität?

In der Schwerhörigen-schule wurden wir Schwerhörige darauf hingewiesen, die Gebärdensprache nicht zu lernen oder zu nutzen. Während des Studiums habe ich mich mit Tutor, Mitschreibe-kräften und Technik durch das Studium gekämpft. Ich hatte große Informationslücken in Bezug auf studienbegleitende Hilfen, das hat mich sehr geärgert. Erst durch die BHSa kannte ich meine Rechte. Da ich die Gebärdensprache erst während meines Studiums – damals noch in der Rothenbaumchaussee bei Olaf Tischmann, Arvid Schwarz und Alexander von Meyen – gelernt hatte, konnte ich diese für mein Studium nicht nutzen. Das habe ich sehr bedauert, und es hat mich sehr geärgert, warum ich die Gebärdensprache nicht schon früher gelernt habe.

Wie hast du die Gebärdensprache erlernt?

Ich hatte mich während des Studiums entschlossen, mit Hörgeschädigten zu arbeiten, und dafür wollte ich Gebärdensprache



HGSV Basketballteam

sprache lernen. Dies gelang mir sehr leicht, da ich, wenn ich die Gebärde nicht kannte, eine Hilfe über das Mundabsehen hatte. Ich beschloss, die Gebärden auch direkt im Kontakt mit Gehörlosen zu lernen und fing an, beim HGSV Basketball zu spielen. Ich mochte die Sportart sehr, und durch das Training und die Teilnahme an Deutschen Meisterschaften hatte ich viel Kontakt mit Gehörlosen. Ich war dann auch Jugendleiter in der Basketballabteilung, später auch Jugendwart beim HGSV, so konnte ich etwas zurückgeben. Ich nutze die Gebärdensprache zunehmend für mich als entspannte und sichere Kommunikationsform. Durch meine Familie, meine gehörlose Frau, meine gehörlose Tochter und meinen hörenden Sohn ist die Gebärdensprache unsere Familienkommunikation. Beruflich nutze ich bei Seminaren oder auch Teamsitzungen oder Supervision den Gebärdensprachdolmetscher ebenfalls. Ebenso in Alltagssituationen.

Du führst mit hörgeschädigten Menschen psychotherapeutische Einzelgespräche. Wie kannst du dich davon privat abgrenzen? Wird es dir damit nicht zu viel?

Die Abgrenzung gelingt mir immer sehr gut. Sobald ich mein Büro hinter mir lasse, denke ich nicht mehr über Arbeit, Patienten oder deren Probleme nach. Erst wenn ich am nächsten Morgen wieder das Büro aufschließe, erlaube ich mir, darüber nachzudenken. Ich glaube, wem das nicht gelingt, der wird sehr unglücklich in diesem Beruf. Ich löse ja nicht die Probleme für die Patienten, sondern begleite diese

auf dem Weg zu einer Problemlösung. Dies geht nur gemeinsam. Das habe ich mir bewusst gemacht, und das hilft mir. Man hört und sieht schon viel Leid bei den Menschen, aber ich bin mir auch über die Grenzen meiner Möglichkeiten bewusst.

Wie entspannst du dich am besten?

Ich lese sehr gerne oder schaue gerne entspannt DVDs mit Untertiteln. Wenn ich meinen frühmorgendlichen Sport schaffe, gibt mir das viel. Sehr gut kann ich auch bei einem Videospiel abschalten, gerade wenn ich gestresst bin. Ein harmonisches Zusammensein mit meiner Familie ist ebenfalls eine enorme Kraftquelle.

Was ist deiner Meinung nach verantwortlich für die psychischen Probleme Gehörloser?

Für mich stellt die Kommunikationsbehinderung, die mit der Gehörlosigkeit verbunden ist, immer weniger eine Belastung dar. Durch Gebärdensprachdolmetscher, das persönliche Budget, technische Möglichkeiten, Angebote wie Telesign, Tess oder barrierefreie Angebote im Internet gibt es zunehmend Instrumente, die diesen Teil des Handicaps ausgleichen bzw. mildern können. Im Vordergrund steht vor allem ein permanentes Informationsdefizit. Den wichtigsten Abschnitt stellen hierbei die ersten sechs Lebensjahre dar. Was hier aufgrund mangelnder Gebärdensprachkompetenz vonseiten der Eltern an Informationen und Beziehungen verloren gehen, auch im Hinblick auf Bindung und Stärkung der Identitätsbildung, führt im späteren Leben häufig zu Defiziten in der sozialen Kompetenz und zu mangelnden Ressourcen, mit Belastungen und Konflikten umzugehen. Die Folgen können dann psychische Probleme und psychisch bedingte Krankheitsbilder sein. Auch gibt es in den Schulen für Hörgeschädigte kaum Kon-

zepte im Sinne von Empowerment zur Stärkung von sozialen Kompetenzen und einem positiven Selbstbild.

Gibt es einen Unterschied zwischen den psychischen Problemen von Schwerhörigen und Gehörlosen?

Der Vorteil von Tauben ist die Gebärdensprache. Diese ermöglicht eine gesicherte und entspannte Kommunikation. Es kann sehr entlastend und stabilisierend sein, mit anderen über seine Sorgen und Probleme zu plaudern. Bei Menschen mit Schwerhörigkeit ist bei fehlender Gebärdensprachkompetenz kaum eine entspannte Kommunikation möglich. Häufige Missverständnisse, das Verheimlichen der Schwerhörigkeit und eine suboptimale Kommunikationstaktik verhindern eine Entlastung über Gespräche. Dies vergrößert den psychischen Leidensdruck.

Was bedeutet Empowerment und die damit verbundene „soziale Kompetenz“?

Empowerment bedeutet die Befähigung des Hörgeschädigten, konstruktiv und positiv mit seinem Handicap umzugehen und Kompetenzen zu entwickeln. Hierbei ist es wichtig, Selbstbewusstsein zu entwickeln. Selbstbewusstsein setzt sich aus „sich seiner selbst bewusst sein“ zusammen. Dies beinhaltet Kenntnisse über die eigenen Stärken und Schwächen und daraus abgeleitet ein angemessenes Handeln. Mithilfe von Seminaren, Schulungen, Therapien oder auch durch Lernen an positiven Vorbildern kann man das schaffen. Wie bereits beschrieben, so entsteht das Defizit in sozialer Kompetenz vor allem in der unzureichenden Kommunikation zwischen Eltern und dem hörgeschädigten Kind. Dieses Informationsdefizit begleitet den Menschen mit einer Hörschädigung durch das ganze Leben und ist oft ursächlich für zahlreiche Belastungen und Konflikte. Mit meinem SKT (Sozialkompetenztraining) versuche ich, das Informationsdefizit auszugleichen, indem ich in dem von mir entwickelten Konzept erst eine theoretische Grundlage anbiete und dann durch zahlreiche Beispiele und Rollenspiele das Problem darstelle und Lösungsmöglichkeiten einübe. Es ist immer wieder interessant zu sehen, dass vielen der Teilnehmer plötzlich be-

wusst wird, wie Konflikte in ihrem Leben entstanden sind und wie sie dann eine Handlungskompetenz erwerben, die ihnen hilft, bei zukünftigen Konflikten lösungsorientiert zu handeln. Der Kernsatz der sozialen Kompetenz ist es, sich so zu verhalten, dass man selber und der Gesprächspartner am Ende zufrieden sind. In diesem Rahmen spielt auch das Thema „Klatsch und Tratsch unter Gehörlosen“ eine große Rolle, weil dies den Zusammenhalt der Gehörlosengesellschaft gefährdet. Auch hierzu biete ich Veranstaltungen an.

Du hast ein spezielles Trainingskonzept zur sozialen Kompetenz entwickelt. Was beinhaltet dieses Konzept und welches Ziel hat es?

Ich habe ein spezielles Trainingskonzept zur sozialen Kompetenz entwickelt, weil mir aufgefallen ist, dass da große Defizite vorhanden sind. Für mich bedeutet Gehörlosigkeit oder Schwerhörigkeit nicht einfach nur Kommunikationsbehinderung, sondern vor allem permanenter Informationsmangel. Mein Ziel ist es, dieses Informationsdefizit durch das SKT auszugleichen. Ich habe aus dem hörenden Bereich ein Konzept kennengelernt, das mir gut gefallen hat. Es war viel Schriftsprache dabei und passte deshalb nicht ganz auf die Bedürfnisse Hörgeschädigter. Ich habe mir überlegt, wie ich dies in die Praxis umsetzen kann. Dann habe ich das Konzept den speziellen Bedürfnissen von Hörgeschädigten angepasst und dies in Empowerment-Seminaren an Hörgeschädigten-Schulen eingesetzt. Die Rückmeldungen waren sehr positiv. Das Konzept habe ich immer weiterentwickelt und ausgebaut – mit dem Ziel, die soziale Kompetenz so zu verbessern, dass beide Gesprächspartner zufrieden sind, der Gehörlose, aber auch der Hörende oder Gehörlose untereinander. Nehmen wir den Punkt „kritisieren“. Wie kann ich gut kritisieren? Die meisten sagen: „Ah, das hast du falsch gemacht!“ Oder: „Es ist schiefgelaufen.“ Da gibt es eine Regel, die IWW-Regel, ich fange mit „ich“ an. Ich bin traurig, ich bin sauer. W steht für warum. Zum Beispiel: Weil du zu spät gekommen bist, stehe ich jetzt unter Zeitdruck. Das dritte W bedeutet: Ich wünsche mir, dass es beim nächsten

Mal besser klappt, wie kann ich dich unterstützen. Es wird versucht, die Kommunikation zu versachlichen und die Gefühle eher hintanzustellen. Die Kritik wird dann nicht als persönlicher Angriff empfunden und ermöglicht dem Gesprächspartner – auch anhand der gemeinsamen konstruktiven Vorgehensweise –, die Kritik als Verbesserung von eigenen Kompetenzen zu verstehen. Ein weiteres Beispiel ist „Entschuldigung“. Viele Hörgeschädigte entschuldigen sich mit der Aussage: „Entschuldigung, ich habe dich nicht verstanden.“ Da gibt es zum Beispiel eine Übung, in der bewusst gemacht wird, was „Entschuldigung“ bedeutet. In einer Entschuldigung stecken zwei Aussagen: Ich habe einen Fehler gemacht und verspreche, dass sich das nicht wiederholt. Wenn ich jetzt sage: „Entschuldigung, das habe ich nicht verstanden“ – wo ist mein Fehler? Und zweitens: Kann ich versprechen, dass sich mein Nichtverstehen nicht wiederholt? Das klappt nicht. Ich kann zum Beispiel statt einer Entschuldigung Folgendes sagen: „Darf ich Sie informieren, dass ich hörgeschädigt bin. Ich habe Sie eben akustisch nicht verstanden. Bitte schauen Sie mich beim Sprechen an.“ Mit dieser Aussage steuere ich die Kommunikation und Sorge dafür, dass es klappt. Das klingt viel selbstbewusster als der Beginn mit einer „Entschuldigung“. Mein Wunsch ist es, dass Hörgeschädigte, Gehörlose und Schwerhörige aus meinen Seminaren eine Schatztruhe aus Kompetenzen und Sätzen mitnehmen, auf die sie zurückgreifen können, wenn sich die Situation ergibt. Sie haben dann insgesamt weniger Probleme im Umgang mit anderen Menschen und leiden weniger darunter.

Lesen Sie den zweiten Teil des Interviews mit Dr. Oliver Rien, in dem er viele weitere Informationen rund um die Hörschädigung gibt, in der nächsten Ausgabe von Life InSight.

Interview und Fotos: Marc Weigt

STECKBRIEF



Name:

Dr. Rien

Vorname:

Oliver

Geburtsdatum:

19.11.1968

Geburtsort:

Göttingen

Wohnort:

Ottobeuren

Familienstand:

Verheiratet,
2 Kinder (Tochter und Sohn)

Beruf:

Dipl. Psychologe

Hobbys:

Lesen, Sport, Technik

Lebensmotto:

Respekt

Tätigkeiten:

Therapie, Weiterbildung,
Empowerment



Vater und Sohn beim Spielen mit dem Nintendo