

Ahlan Simsim
“Helping me if I have difficulty Hearing”
English translation

Original Arabic Resource begins on page 6

Hearing helps all of us to learn about the world. It’s also a big part of learning to communicate, especially when we are children. So if I have a difficulty with hearing, this may affect many things.

But you can still help me a lot! This booklet tells you some ways to do this, especially if I am a young child.

SIGNS TO LOOK FOR

If I have a big hearing problem, you may recognise this quite quickly. But many children have a mild or moderate hearing problem that may not show so clearly. Watch out for these signs:

- ⇒ I do not turn towards a sound (when I am older than a little baby), or only if it is loud
- ⇒ I am late with learning to speak and to understand words
- ⇒ I do not say words in a way you can understand (after about 18 months)
- ⇒ When I talk, my voice may sound unusual or too loud
- ⇒ I react to things if I can see them, but not so much if they are out of sight
- ⇒ I move extra-close to someone talking or to other sounds
- ⇒ I may cup my hand around one ear, or turn my head to one side to listen
- ⇒ When you give instructions, I watch other people first so I know what to do
- ⇒ I get a lot of ear infections, or my nose is often runny. (Infections may damage my ear deep inside, or I may have fluid deep inside my ear which makes my hearing come and go.)

If you see some of these signs, try to **ask for advice** – maybe from a doctor or an NGO which works with people with hearing difficulties. See if someone near you can test my hearing. (There is more later about hearing tests.) And if I get ear infections, please try to get treatment from a doctor.

Next, there are lots of things that you can help me with!

WAYS TO HELP ME

When you are with me, notice how I respond to sounds. What kind of sounds can I hear more easily? What do I maybe not hear? Does one ear seem to work better than the other? Maybe ask other people who know me well too.

Then you can use your knowledge to help me use my hearing as well as I can. Try some of these ideas:

Talking together:

- 👂 Even if I cannot hear clearly, still talk with me a lot and encourage other people to do this. Use simple words and a strong clear voice. (Do not shout, unless you know I need this.)
- 👂 When you speak, try to have me close to you and make sure I can see your face well. When we do things together, maybe sit facing me so I can see your face easily. And if I am not looking at you, maybe touch me gently so I know to do this.
- 👂 If one ear seems to be better than the other, try to be on the 'good' side of me when you speak.
- 👂 If my talking is not clear, help me to explain with my hands too. This makes it easier to understand what I am saying and respond correctly to me. Do not ask me to say over and over because this may discourage me.
- 👂 If someone else is speaking, maybe point to them for me or show me with your eyes, so I know where to look. When things make a noise at home or outside, show me these too so I recognise where the sound comes from.
- 👂 When you talk with me, try not to say too much at once. Then I can take in what you are saying before you move on to the next bit. And remember that listening may be hard work for me, so do not ask me to listen for too long.
- 👂 Encourage me to watch the shape of your mouth when you speak. 'Lip-reading' like this can give me extra clues, although it is difficult because some sounds look the same when you say them. Watching your lips also helps me to copy the shape they make when I speak myself, so I can sound clearer.

Other ways to communicate:

- 👂 Use face expressions and hand gestures freely when you communicate with me. These give me extra 'clues' so I can understand better.
- 👂 We can make cards or a book with pictures of things we want to say about – maybe things in my day, or things I like. Then we can communicate by pointing at the pictures. Always say the words for me at the same time.
- 👂 If I have a big difficulty with hearing, we can learn sign language to communicate together. It is fun for everyone to learn! There is more about sign language later in this booklet.

Other ways to help me:

- 👂 I will probably learn more easily when I can see things – not just through talking and words. So give me lots of demonstration and show me objects, pictures, things outside and inside, and so on.
- 👂 When a place is noisy, this makes it more difficult for me to pick up sounds, like someone's voice. Help other people to understand this, so I can join in as much as possible.
- 👂 Learning to read may take me longer than usual, because I may have difficulty with hearing some letter sounds correctly. Encourage me to watch your mouth when you say sounds or words, and give me lots of picture clues. Reading will be really important for me, so please try to help me as much as you can. Learning to read may also help with my speech, because then I can 'see' the pattern of the words.
- 👂 Please tell other people about my hearing difficulty – especially the people I see often. This helps them to understand if I do not always respond quickly when they talk, or do not talk easily myself. Let them know good ways to help me too, like some of the ideas here. Then I can really make progress and join in with everyone!

If my hearing difficulty means that I do not talk well, then some of the ideas in the 'Language' booklet may be helpful too.

What about sign language?

If my hearing loss is severe, so I have little or no hearing, then sign language will help me a lot. This is just like spoken language – but as well as saying the words, you make a special shape or movement with your hands. Each word has its own sign and when you know sign language well, you can 'say' anything with it!

Some people may worry that if I use signs, I will not bother with speaking. But signs help with speaking, because they help to make understanding easier. And if I really cannot

speak, I need signs even more so I can communicate. Some people even use sign language with babies who can hear normally, because it helps them to communicate more before they are ready to speak.

Arabic has its own sign language. (So do other common languages, like English.) Ahlan Simsim also has some programmes where we can learn signs together. If there is an NGO near you for people with hearing problems, they may also be able to help you with this.

What about hearing aids?

If I have difficulty with hearing, a hearing aid may be a big help. It makes everything louder, using a tiny loudspeaker which fits in my ear and a small battery. The sound is not like normal sound, but still it can be a big improvement. Even very small children can use hearing aids.

Hearing aids can be very good but they do not help everyone. It depends on the kind of hearing loss the person has. They should also be checked regularly by a specialist person. To know about a hearing aid for me, you will need to take me for a hearing assessment first.

Getting a hearing assessment

This needs a professional who specialises in hearing, maybe in a hospital, or a specialist NGO which has the correct equipment. A general doctor or health worker may be able to advise you about where to go.

The specialist may play different sounds to me through ear phones. If I am very little, they may use playful methods instead. The results will tell you how loud a sound must be before I can hear it, and if I hear some kinds of sound better than others. (For example, I may hear high sounds better than low ones.) They may also find that one ear works better than the other.

When the assessment is finished, the specialist should be able to advise you about ways to help me. If I need a hearing aid, they may be able to help with this too. Ask for a copy of my hearing test results, because this may be useful for other people later.

WHAT MAY CAUSE DIFFICULTY WITH HEARING?

Many things may lead to a hearing problem. These are some of them.

- ⚡ Getting repeated ear infections, especially if these are not treated quickly
- ⚡ Pushing something into the ear, maybe in play or when trying to clean inside it.

- ⚡ Getting a very high fever, or being hit on the head, or getting some other brain injury. (These can damage the hearing parts of the brain.)
- ⚡ Being born very early, or if a mother gets rubella (German measles) when she is pregnant
- ⚡ Getting many coughs and colds, so the ear gets blocked with sticky fluid. (Small children especially can be affected by this.)
- ⚡ Extremely loud noises, which can sometimes damage inside the ear
- ⚡ Some kinds of hearing difficulty can be passed down in families.

When we know about these things, we understand better about how to prevent hearing problems from happening.

HELP TO PREVENT HEARING DIFFICULTIES

Hearing is precious, so we must look after it carefully. These are important things that we can do to prevent a hearing problem, or to stop one from getting worse.

- 😊 Make sure that I have all my childhood vaccinations on time. (Some illnesses can cause a hearing loss or other problems.)
- 😊 If I have a fever, get this treated quickly. (High fevers can be dangerous, especially in children, and can sometimes damage the hearing parts of the brain – and other parts too.)
- 😊 Always get ear infections treated quickly. Watch for redness in my ear, or fluid coming from it, or if I complain about ear pain. (The parts inside the ear are very delicate and easily damaged by infections.)
- 😊 Never put something inside my ear. Use a clean cloth gently to clean the outside part only. If you think my ear is blocked or something is stuck inside, do not try to clear it yourself but take me to a doctor or health worker.
- 😊 Make sure that everyone understands not to hit people on the ear or the head – even when playing.

PLEASE REMEMBER

If I cannot hear well, some things may be more difficult for me – especially learning to talk and to understand language. But I can still achieve a lot, especially with your help!

THANK YOU FOR HELPING ME!

تنمية القدرات السمعية في الطفولة المبكرة

أَتَكَلِّمُ بِصَوْتٍ
واضِحٍ، وَأَحْرِصُ أَنْ
تَرَى أُخْتِي وَجْهِي
عِنْدَمَا أَتَكَلَّمُ

أَخِي يَسْتَمِعُ
لِي بِاهْتِمَامٍ، وَلَا
يَسْتَعْجِلُنِي
عِنْدَمَا أَتَحَدَّثُ



دليل عملي لمقدمي الرعاية للأطفال من الميلاد إلى ثماني سنوات
بما في ذلك الأطفال ذوي الصعوبات السمعية

المقدمة

تُساعدنا حاسة السمع في التعرّف على العالم من حولنا، وهي ضرورية للتواصل والتفاعل مع الآخرين. وتعتبر القدرة على السمع مهمة في مرحلة الطفولة المبكرة على وجه الخصوص؛ لأنها تُمكن الطفل من تعلّم اللغة، وتُهيئّه لتعلّم القراءة واكتساب المهارات الاجتماعية. أما إن واجهتُ تحديًا في السمع لسبب ما، فإنني سأعتمد على مساعدتك لتطوير قدراتي السمعية؛ حينها يمكننا القيام بأشياء كثيرة معًا.

أرجو منك أن تقرأ هذا الكُتيب جيدًا؛ فهو سيمكّنك من مساعدتي، خاصةً إذا ما كنتُ طفلًا صغيرًا.





إذا كنتُ أواجه تحديًا شديدًا في السمع، فقد تستطيع أن تكتشف ذلك بسرعة، إلا أنه قد يواجه الأطفال صعوبة بسيطة أو متوسطة في السمع دون أن ينتبه الكبار لذلك. أرجو منك أن تنتبه إلى وجود هذه العلامات التحذيرية:

- لا ألتفت نحو مصدر الصوت إلا إذا كان الصوت عاليًا فقط.
- أتأخّر في تعلّم الكلام وفهم الكلمات.
- أَلْفُظُ الكلمات بطريقة غير مفهومة وذلك بحلول 18 شهرًا.
- أتكلّم بصوت منخفض جدًّا أو مرتفع للغاية.
- أتفاعل مع الأشياء إذا كان بإمكانني رؤيتها فقط، ولكن ليس إلى حد كبير إذا كانت بعيدة عن نظري.
- أقرب أكثر من الشخص الذي يتكلّم، أو من مصدر الصوت مثل التلفزيون.
- قد أضع يدي حول أذني أو أدير رأسي إلى جانب واحد كي أتمكّن من سماع الصوت.
- عندما تعطيني تعليمات أراقب الآخرين في البداية حتى أعرف ماذا أفعل.
- أُصاب بالتهابات كثيرة في أذني، أو غالبًا ما أعاني من سيلان أنفي [قد تؤدي العدوى إلى إتلاف الأجزاء الداخلية من أذني، أو قد يتأثر سمعي بشكل متقطع].



أطلب المشورة

اصطحبي إلى طبيب الأطفال إذا لاحظت وجود أي من هذه العلامات التحذيرية لدي؛ فهو سيخبرك إذا ما كان لدي صعوبة في السمع مقارنة بالأطفال الآخرين في عمري. كما يمكنك استشارة أخصائي سمع ونطق أو زيارة منظمة غير حكومية متخصصة في هذا المجال. وإذا أصبت بالتهاب في أذني، حاول أن تحصل على علاج من الطبيب.

لا تقلق، باستطاعتي القيام بأشياء كثيرة للتغلب على التحديات السمعية الموجودة لدي، فأنا قادر على تطوير قدراتي السمعية من خلال التدريب والممارسة. كما أن هناك طرقًا كثيرة يمكنك أن تساعدني أنت من خلالها لتحقيق ذلك.

طرق لمساعدتي

بإمكانك أن تستعمل هذه المعلومات لمساعدتي على استخدام سمعي بقدر استطاعتي.

وإليك فيما يلي بعض الأفكار.

عندما تكون معي لاحظ طريقة استجابتي للأصوات. ما هي الأصوات التي أتمكّن من سماعها بسهولة؟ ما هي الأصوات التي لا أسمعها؟ هل تعمل واحدة من أذنيّ بشكل أفضل من الأخرى؟ ربما يمكنك أن تسأل الآخرين الذين يعرفونني جيدًا أيضًا.

هيا نتكلم معًا

- حتى لو لم يكن بمقدوري أن أسمع بوضوح، تكلم معي كثيرًا، وشجّع الآخرين على التكلّم معي أيضًا. استخدم مفردات بسيطة و صوتًا واضحًا ولكن تجنّب الصراخ، إلا إذا كُنْتُ بأمرّ الحاجة للقيام بذلك.

اقترّب مني عندما تتكلّم معي، وتأكّد من أنني قادر على رؤية وجهك بوضوح.



- يمكنك أن تلفت انتباهي عن طريق لمس يدي أو كتفي.

إذا كان سمعي في إحدى الأذنين أفضل من الأخرى، فحاول أن تتكلّم معي من الجانب الذي أسمع منه.

- إذا لم يكن كلامي واضحًا، ساعدني

على أن أشرح لك ما أحاول قوله عن طريق الإشارة أيضًا، فذلك سيسهّل عليك فهمي والاستجابة لي بالشكل المطلوب. حاول ألا تطلب مني تكرار ما أقوله لأن ذلك يثبط عزيمتي.

إذا أردت أن تلفت انتباهي لشخص آخر يتحدّث، يمكنك أن تشير إليه بيدك أو بعينيك حتى أعرف أين أنظر، وذلك ينطبق على الأصوات التي تصدر في المنزل أو خارجه.

- استخدم كلمات قليلة في كل مرّة، كي أتمكّن من استيعاب ما قلته قبل أن تقول المزيد. وتذكّر بأنني أبذل جهدًا كبيرًا للاستماع إليك، فلا تطلب مني أن أستمع إليك لفترات طويلة.

شجّعني على مراقبة شكل فمك وأنت تتكلّم. إن قراءة الشفاه توفر لي دلالات إضافية، على الرغم من صعوبتها! لأن بعض الأصوات تبدو متشابهة عندما تلفظها. تساعدني مراقبة شفتيك أيضًا على تقليدك عندما أتكلّم كي أبدا أكثر وضوحًا.

طرق أخرى للتواصل

◆ إذا كان لدي صعوبة كبيرة في السمع، فيمكننا أن نتعلّم لغة الإشارة للتواصل معًا، ومن الممتع أن يتعلّمها الجميع. تتوفّر المزيد من المعلومات حول لغة الإشارة لاحقًا في هذا الكتيب.

استخدم تعابير وجهك وحرك يديك عندما تتواصل معي، فذلك يعطيني " أدلة " إضافية حتى أتمكن من فهم ما تقوله بشكل أفضل.

◆ بإمكاننا أن نستخدم البطاقات أو كتابًا يحتوي على صور، وذلك للإشارة إلى الأشياء التي نريد أن نتكلّم عنها، ربّما تكون أشياء موجودة في حياتي اليوميّة أو أشياء أخرى أحبّها. قل الكلمة وأنت تشير إلى الصورة، أو إلى الأشياء.



طرق أخرى لمساعدتي

- على الأغلب سأتعلم بسهولة أكبر حينما أرى الأشياء، وليس فقط عن طريق الكلام واستخدام الكلمات. لذا أرنى كيفية القيام بمهمة ما، واعرض علي صورًا توضيحية ونماذج لأشياء متوفرة في البيئة من حولي.

خفض مستوى الضوضاء والإزعاج في الغرفة سيساعدني على سماع ما يقوله الآخرون والتواصل معهم بأكبر قدر ممكن.

- قد تساعدني قراءة الشفاه على التكلّم، لأنه سيكون بإمكانني أن أرى طريقة نطق الكلمات مع أن ذلك قد يستغرق وقتًا أطول بسبب التشابه في طريقة نطق بعض الأحرف. شجّعني على مراقبة فمك عندما تلفظ الأصوات أو تنطق الكلمات، واعرض علي الكثير من الصور.

قد أشعر بالحزن بسبب ضعف قدرتي على السمع، وخاصة عندما أصبح أكبر سنًا وأكثر وعيًا. وقد ألاحظ عدم تعاطف بعض الناس معي عندما لا أتمكّن من سماعهم جيدًا. لذلك، تأكّد من أن تمنحني بعض الوقت كي أعبر لك عن مشاعري حتى تتمكن من مساعدتي، وكي أشعر بشكل أفضل تجاه نفسي.

- اشرح للآخرين عن التحدّيات السمعية التي أواجهها، خاصة أولئك الذين أتعامل معهم كثيرًا! فذلك قد يساعدهم على تفهم الأمر عندما لا أستجيب دائمًا أو بسرعة، أو عندما أتكلّم بصعوبة. شارك معهم بعض الأفكار العملية الموجودة في هذا الكتيّب لمساعدتي.

إذا كان لديّ صعوبة في الكلام ستجد بأن "كتيّب تنمية المهارات اللغوية" يُقدّم معلومات مفيدة أيضًا.



إذا كانت التحدّيات السمعية التي أواجهها شديدة وكان سمعي ضعيفًا أو معدومًا، فإن لغة الإشارة ستساعدني كثيرًا. إن لغة الإشارة تشبه اللغة المنطوقة تمامًا، ولكن بالإضافة إلى نطق الكلمات، فأنت تقوم بصنع شكل خاص أو حركة معينة بيدك. إن كل كلمة لها إشارات خاصة بها، وعندما تتقن لغة الإشارة يمكنك "قول" أي شيء تريده.



ربما تشعر بالقلق حول استخدامي للغة الإشارة؛ على اعتبار أنها قد تُقلّل من اعتمادي على الكلام، إلا أن استخدام الإشارات يُساعدني على التواصل بسهولة أكبر. وإذا كنتُ حقًا غير قادرٍ على التواصل لفظيًا، فأنا بحاجة إلى مزيد من الإشارات كي أتمكّن من التواصل مع الآخرين.

هناك لغة إشارة خاصة باللغة العربية، ولكنها تختلف من بلد لآخر، ويمكنك البحث عن مقاطع فيديو تُساعد على تعلّم لغة الإشارة حسب البلد الذي تعيش فيه. كما ستجد لدى برنامج أهلاً سمسّم بعض الفيديوهات التي تساعدنا على تعلّم الإشارات معًا.

إذا كانت هناك منظمة غير حكومية بالقرب منك متخصصة بدعم الأشخاص ذوي الإعاقة السمعية، فقد يمكنهم مساعدتك أيضًا في ذلك.

ماذا عن المعينات السمعية؟



سماعات الأذنين: استشر الطبيب المختص حول إمكانية تركيب سماعات الأذنين لمساعدتي على السمع. تعمل السماعات على البطارية، وتساعد على تضخيم الأصوات عن طريق مكبر صوت صغير الحجم يناسب شكل أذني. ولكن لا تُحدث السماعات فرقًا بالنسبة للجميع، فهي تعتمد على درجة فقدان السمع وسببه، ويمكن تحديد ذلك من خلال إجراء فحص سمع متخصص يمكن عمله في مستشفى، أو منظمة غير حكومية للسمع، أو في المراكز المتخصصة، وقد يتمكن طبيب عام أو المركز الصحي من إرشادك إلى المكان الصحيح.



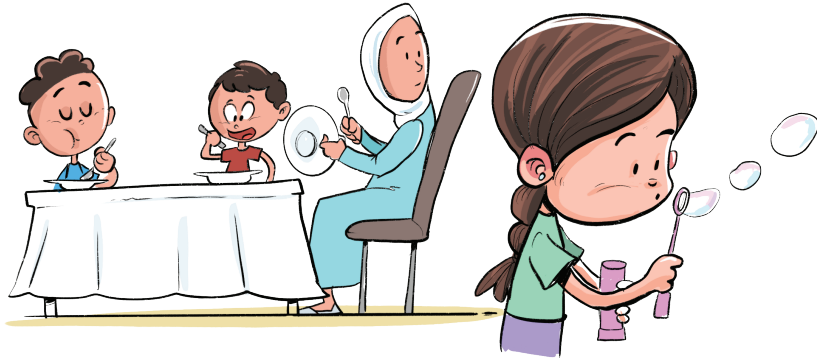
سيقوم الأخصائي بوضع أصوات مختلفة وبأسلوب مرح كي أستمع وأستجيب له وفقًا لذلك، وعند الانتهاء من الفحص سيخبرك عمًا إذا كنتُ بحاجة إلى سماعات أم لا. اطلب نسخة من نتائج الفحص؛ لأنها قد تكون مفيدة لاحقًا عند مراجعة الطبيب أو عند إعادة الفحص.

زراعة القوقعة: تُعتبر زراعة القوقعة خيارًا مناسبًا للأشخاص الذين لديهم فقدان سمع حادّ، ولن يفيدهم استخدام سماعات الأذنين. ويعتمد نجاح هذا الإجراء على عمر الطفل [يُفضّل إجراء زراعة القوقعة قبل بلوغ الطفل عمر 4 سنوات] وعلى مقدار التأهيل السمعي والنطقي للطفل بعد العملية. تتوفر مزيد من المعلومات حول هذا الإجراء على الانترنت.

ما هي أسباب الاعتلال السمعي؟

تتعدّد أسباب التحديات السمعية التي قد يواجهها الطفل، وفيما يلي بعض منها:

- إصابة الأذنين بالتهابات متكرّرة، خاصة إن لم يتم علاجها بسرعة.
- وضع شيء ما في الأذن أثناء اللعب أو عند محاولة تنظيفها من الداخل.
- الإصابة بحمّى شديدة، أو تلقّي ضربة على الرأس أو حدوث إصابة أخرى بالدماغ [يمكن أن يؤدي ذلك إلى تلف الأجزاء المسؤولة عن السمع في الدماغ].
- الولادة المبكّرة جدًّا، أو إذا أصيبت الأم بالحصبة الألمانية عندما تكون حاملًا.
- الإصابة بنوبات شديدة من إتهابات الأذن ونزلات البرد، مما قد يؤدي إلى انسداد الأذن بسائل لزج، وعادةً يكون الأطفال الصغار أكثر عرضة لهذا النوع من الأمراض.
- الضوضاء والأصوات العالية للغاية، والتي من الممكن أن تُلحق ضررًا داخل الأذن أحيانًا.
- بعض صعوبات السمع المتوارثة في العائلة.



المساعدة في تفادي حدوث التحديّات السّمعية

● إن حاسة السمع مهمة جدًا، وإليك بعض الأمور المهمة التي يمكننا أن نقوم بها لتفادي حدوث مشكلة في السمع، أو لمنع تفاقم المشكلة.

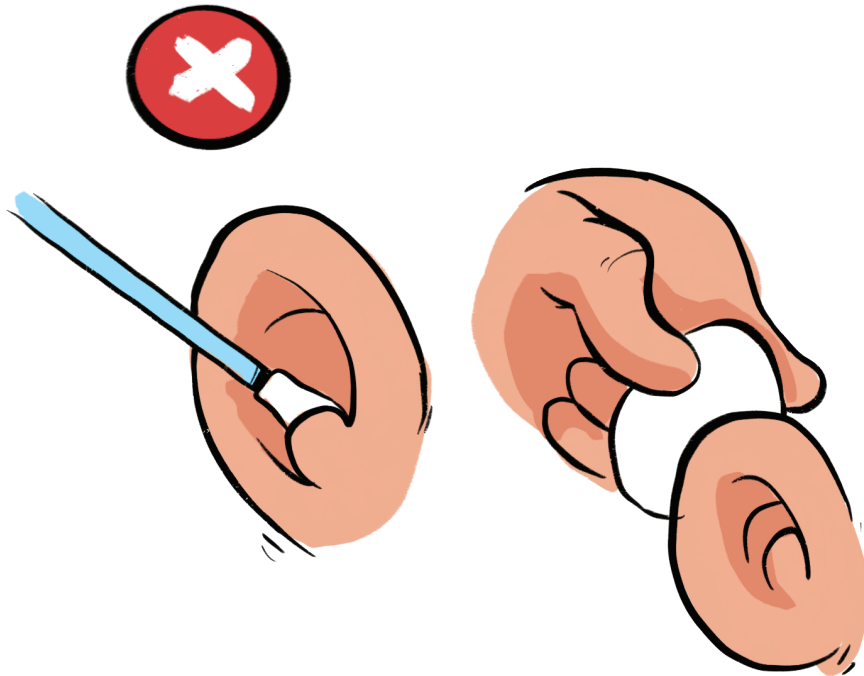
تأكد من أن أحصل على كافة اللقاحات أثناء طفولتي المبكرة، وفي الأوقات المحددة لذلك. إن بعض الأمراض قد تسبب فقدان السمع أو قد تؤدي إلى مشاكل أخرى.

● إذا كنت أعاني من الحمى أو ارتفاع درجة الحرارة، يجب معالجتها بسرعة، فقد تكون الحمى شديدة وخطيرة، وقد تلحق الضرر أحيانًا بالأجزاء المسؤولة عن السمع في دماغي.

علاج الالتهابات التي تصيب أذني بسرعة، راقب احمرارها أو خروج أيّ سائل منها، أو إذا اشتكيت من أيّ ألم فيها. إن الأجزاء الداخليّة للأذن شديدة الحساسية، ويمكن أن تتلف بسهولة بسبب الالتهابات.

● لا تضع أيّ شيء داخل أذني أبدًا، واستخدم دائمًا قطعة قماش نظيفة، لتنظيف الجزء الخارجي فقط من أذني وبلطف. إذا كنت تعتقد أنّ أذني مسدودة أو أنّ شيئًا ما علق فيها فلا تحاول تنظيفها بنفسك أبدًا، بل اصطحبني إلى الطبيب أو إلى المركز الصحيّ.

تأكد من أنّ الجميع يفهمون أهميّة عدم تسديد الضربات على الأذن أو الرأس، حتّى أثناء اللعب.



وأخيرًا

إذا لم أكن أسمع جيدًا، فقد يصعب عليّ تعلّم بعض المهارات- خاصة فيما يتعلّق بالكلام وفهم اللغة. ولكن ما زال بإمكانني أن أتقن عمل الكثير من الأشياء الأخرى. دعونا لذلك نستمتع باكتشافها. كما أنني أحب أن ألعب معك، حيث يعتبر اللعب من أفضل الأساليب لمساعدتي على التعلم. بمساعدتك ودعمك لي سأتمكّن من تحقيق الكثير من الأمور.

دعمك يعني لي الكثير

