

## Indtryk fra efterårskurset på Castberggård

Jeg sætter mig ind i bilen, GPS'en er kodet med ruten, brobizzen sat i ruden, en god CD på anlægget og så er jeg ellers klar til, at køre til CIF's efterårskursus på Castberggård.

En masse tanker kører igennem mit hoved på min 3 timer lange tur; gad vide hvem de er, alle de her CI'ere som har valgt at tage på kursus med andre CI'ere ?, er der nogle søde piger ?, er der nogen som man kan knytte nogle venskaber med ?, gad vide hvordan aldersfordelingen er ?, ja, kort og kort hvad har jeg dog rodet mig ud i ?

Måske skal jeg lige ridse min historie op i CIF sammenhæng...

Jeg har fulgt CIF på sidelinjen i et par år og har ikke rigtig haft motivationen til, at melde mig ind. Hvorfor ? Ja, det kan jeg faktisk ikke rigtig svare på. Tror i bund og grund det handler om, at jeg skulle modnes til det. I efteråret 2009 meldte jeg mig så ind i foreningen og så gik det ellers stærkt. Efter en 3 måneders tur til Syd-Amerika i foråret 2010, bestemte jeg mig for, at tage til mit første netværksmøde. De sidste par år har jeg haft en del skriftlig kontakt med vores kære formand Janni. Hun har svaret på alle mine spørgsmål og altid gjort, at jeg vidste at jeg ville være mere end velkommen når jeg meldte mig ind. Da jeg var ved, at være moden til et netværksmøde kontaktede jeg Janni og spurgte efter netværksmøder i København. Hun fortalte mig, at der pt. kun var netværksmøde i Roskilde for hele Sjælland. Nå, men jeg kom af sted til mit første netværksmøde i Roskilde, som var det første møde som Hanne og René skulle bestyre. Straks fra jeg ankom følte jeg mig meget velkommen. Det var sjovt at få mødt folk som jeg kun havde set på FB og så var det rart, at få mødt Janni i virkeligheden efter vores korrespondance i et par år. Straks jeg var kommet "kastede" Janni sig over mig, og spurgte om det ikke var noget for mig, at køre netværksmøder i København. Efter kort betænkningstid tog jeg udfordringen op og havde mit første netværksmøde d. 1. sept. 2010 med 14 CI'ere. Jeg var meget glad for, at der kom så mange og tænkte, det her skisme en forening som virkelig får en til, at føle sig velkommen. Derfor tænkte jeg, at jeg skulle også med på efterårskurset, så jeg kunne møde flere CI'ere og høre om forskellige folks erfaringer med foreningen og med CI.

Efter Hedensted drejer jeg af og kører igennem den ene by mindre end den anden og tænker det her Castberggård, det ligger sku' godt nok ude på landet!

Efter parkering af bilen bliver jeg modtaget med åbne arme af Benedikte (som jeg møder for første gang uden for cyberspace) og Lone som jeg kun har mødt en gang før, nemlig den foregående lørdag hvor jeg var på kursus for netværkskontaktpersoner i hendes hus i Assens. Jeg får smidt min taske på mit værelse og går så for, at møde de andre deltagere. Har lidt på fornemmelsen, at vi alle ser hinanden lidt an, men føler mig stadig lige så velkommen som jeg gjorde den første dag jeg mødte andre foreningsmedlemmer. Generelt er der en masse nye ansigter, men da også nogle gengangere fra de få møder som jeg har været med til. Efter en aftensmad der ikke gjorde det store indtryk, var det tid til velkomst fra Bestyrelsen. Igen viser foreningen sig fra sin bedste side og får kombineret en introduktion og velkomst af de nye på kurset. Synes det var en rigtig god måde, at gøre det på, da alle så har en idé om hvem man er og samtidig har jeg en rigtig god følelse af imødekommenhed i kroppen.

Efter velkomsten var det tid til Line dance, som jeg syntes var et super initiativ og en god og uformel måde, at komme hinanden ved på. Og lidt fysisk aktivitet har aldrig skadet nogen. Dog skulle der måske have været lidt mere fokus på instruktionen i forhold til, at det var folk med hørehandicap som var i målgruppen. Personligt kunne jeg godt have tænkt mig, at man kun havde danset et par rækker ad gangen og så bygget på hen ad vejen. Forstået på den måde, at der ikke skulle have været flere på gulvet ad gangen end de kunne se instruktørens ben og følge hendes bevægelser. Ja, der var bare nogle ting som ikke fungerede optimalt der, men med den arbejdsomme og lydihøre bestyrelse som vi har, er jeg sikker på, at de er endnu mere obs på sådanne ting næste gang.

Da vi alle var godt danset igennem, var det tid til en kold øl eller en kop kaffe. Jeg sad med nogle stykker og fik nogle gode snakke om alt fra gulvtæpper til Claus Hjort Frederiksen (så har jeg vist ikke sagt for meget) til kvart i to om natten. Og så var jeg klar til, at se dyner efter en dag med en masse nye og spændende indtryk. Hovedet ramte puden og så var jeg i drømmeland.

Halv otte og jeg bliver vækket af vibrationer fra hovedpuden; det er tid til at stå op og gøre klar til endnu en dag med masser af spændende ting i sigte. Efter morgenmaden var det tid til foredrag med Bjørn Petersen om CI og musik. Et foredrag som jeg personligt havde set meget frem til, da musik er en kæmpe del af min hverdag. En ting som Bjørn også lagde ud med, at snakke om, netop hvor meget musik fylder og betyder for folk. Han kom derefter ind på nogle forskellige CI'eres forhold til CI og gennemgik derefter hvordan han havde arbejdet med sit projekt og hvad han kunne konkludere ud fra sine undersøgelser. Generelt handler det om, at folk træner intensivt og med stor viljestyrke lytter til musik og gentager lytning af sange. Gerne sange som man har et forhold til fra tidligere, inden man fik CI.

Nogle af de øvelser som Bjørn havde arbejdet med i sit projekt omhandlede differencering af tonehøjde, rytme osv. Derefter havde han sammenlignet det med en kontrolgruppe (hørende) som ikke havde modtaget musiktræning. Hans konklusion var, at CI'ere med musiktræning gennemgik en kæmpe udvikling i forhold til musikforståelse, socialt samvær, sprog, tale osv. Og de fik også bedre musikalske hørefærdigheder, altså at de bedre kunne skelne sange og tale. Alt sammen noget som gav en øget livskvalitet.

I anden del af Bjørn Petersens foredrag kom han ind på CI-børn og musiktræning. Her viste det sig, at der også var masser af steder hvor børnene kunne få stor glæde ud af musiktræningen. De fik bedre hørefærdigheder og større musikglæde. Desuden fik de bedre sprogkompetencer som igen gav bedre sociale kompetencer.

Efter foredraget spillede Bjørn og et par af hans venner et par sange. Det var enkle sange, hvor der blev bygget på med instrumenter, så man kunne høre hvordan et nyt instrument kom ind i melodien.

Alt i alt et super foredrag med masser af informativt stof og så er det jo dejligt, at der er nogen som forsker inden for vores handicap.

Efter musikforedraget fik vi en præsentation af hvad Castberggård kan tilbyde.

Her fortalte forstanderen, at Castberggård gerne vil have, at man ser dem som en krukke med blandede bolsjer, hvor man kan vælge efter hvad man har lyst til. CBG tilbyder bl.a. kurser inden for IT, kreativitet osv. Derudover er der mulighed for specialdesignede kurser som tilgodeser de behov der måtte findes, fx faldskærmsudspring, rejser osv. Alt dette hjælper CBG gerne med, at tilrettelægge for en. CBG-kurser henvender sig til alle med hørehandicap og ikke kun døve, herunder også de pårørende til personer med hørehandicap.

Som noget nyt har CBG lavet en afdeling på Frederiksberg i København; her er der kurser og daghøjskole. Til sidst blev det nævnt, at d. 6. sept. 2011 har CBG 25 års jubilæum og i den anledning afholder de en festaften d. 10. sept. 2011.

Da vi havde indtaget vores frokost var det tid til, at være i de workshops som vi på forhånd havde tilmeldt os. Da coaching er noget som interesserer mig meget, havde jeg tilmeldt mig coaching-workshoppen. Det var vores netværkskoordinator Sonja Thomsen datter, Gitte Wrang som i samarbejde med Birgit Jespersen som selv er CI-bruger som stod for det. De startede med, at lave en præsentation af coaching og deres baggrund for, at arbejde med coaching. I korte træk kan man sige, at coaching ikke giver fokuspersonen løsninger, men coachen hjælper en med at finde løsningerne. Eller sagt på en anden måde; coachen "pakker" dig ud for, at du selv kan finde løsninger ud fra dig selv. En af coachens fornemmeste opgaver er nemlig, at respektere at det er klienten som er i fokus og det er klienten der selv skal finde løsningerne. Coachen ser muligheder, ikke begrænsninger.

Birgit fortalte lidt om sin egen personlige historie og hendes erfaringer med coaching og CI. Og derefter lavede vi en øvelse hvor vi sad sammen to og to. Her skulle man lytte til en anden deltagers problemer uden at komme med egne inputs og historier. Men hele tiden have fokus på hvad den anden ser som problemet og ikke hvordan man selv ser det. En måde, at illustrere hvordan vi alle opfatter den samme ting forskelligt er ved dette lille billede; du ser et hus hvor der står en hund og i indkørslen holder der en bil. Prøv nu, at forestille dig hvordan huset ser ud, hvilken hunderace det er og hvilken slags bil det er. Spørg så en anden om hvad de så på deres indre lystavle i dette billede. Meget hurtigt vil det gå op for dig, at du så måske et rødt hus, en schæfer og en Volvo. Hvorimod en anden så et gult hus, en labrador og en BMW. Men vi så alle et hus, en hund og en bil !

Det er derfor coachens opgave, at finde ud af hvordan DU ser DIT problem og så ud fra dig hjælpe dig hen imod en løsning.

Til sidst afsluttede vi med en coaching session hvor vi havde en frivillig til, at agere fokuspersion og så gennemgik Gitte hvilke teknikker og fokuspunkter hun havde igennem coachingen.

En super god workshop som jeg stadig tænker på og reflekterer over.

Nu var klokken efterhånden ved, at blive 17 og vi havde derfor pause indtil 18:30 hvor vores festmiddag skulle begynde. Men Lone havde kapret mig til et møde med PR-udvalget for, at høre om jeg ville være med i dette. Med masser af kærligt pres indvilligede jeg og vi gennemgik derefter hvad PR-udvalget skulle have som mærkesager. Vi var alle enige om, at vi gerne ser CIF blive mere kendt, men hvordan vi vil være kendte havde vi lidt diskussioner om. Vi nåede dog til enighed om, at vi primært vil sørge for at blive kendte blandt CI'ere og de professionelle (audiologer, hørekonstulenter, læger og andet sundhedspersonale som arbejder

med CI) så vi kan få flere medlemmer til vores lille forening. Derudover vil vi jo gerne gøre os kendte blandt ovennævnte sundhedspersonale, så de kan kontakte os for råd og vejledning plus hvad ellers har brug for. Vi var enige om, at der er brug for flere historier i det offentlige rum hvor der fokuseres mere på foreningen frem for de individuelle CI historier. Derudover fik snakket lidt om hjemmesiden og hvad vi har af idéer på det område.

Måske jeg lige skulle gøre opmærksom på hvem som egentlig sidder i PR-udvalget. Udvalget består af Lone Larsen fra Assens som er vores redaktør. Derudover sidder Kenneth "Kok" Jensen fra Bornholm, Solveig Markenstam fra Skagen og undertegnede fra København. Så man må sige, at hele DK er repræsenteret i PR-udvalget.

Alt i alt et rigtig hyggeligt lille møde som jeg havde med PR-udvalget.

Nu havde jeg lige en halv times tid til, at slappe af inden festmiddagen...

Så jeg gik op på mit værelse satte fuld blæs på radioen og lagde mig på sengen i 20 minutter. Derefter et hurtigt bad og en omklædning og så var jeg ellers klar igen til hyggeligt samvær. Personligt syntes jeg ikke, at middagen var det store at råbe hurra for. Til gengæld var der masser af dejlig vin sponsoreret af Danaflex. Den selv samme vin skulle senere vise sig, at blive min Nemesis.

Efter middagen sad vi rundt omkring og snakkede om løst og fast. Personligt fik jeg nogle gode snakke med mine "konkurrenter" på netværksområdet fra Roskilde. Vi fik snakket lidt om gennemførelse af netværksmøder, emner som kunne tages op på møderne osv. Derudover havde jeg en længere snak med Thore fra deCiBel (børnenes CI forening). Vi diskuterede længe og inderligt om hvordan vi får fat i flere unge. Vi undredes begge over hvor de unge sen-teenagere og op til 30 – 40 år er henne. Hvis I læser dette, så skal I vide at der er masser af velvilje fra os "gamle" til at hjælpe jer med, at holde møder eller hvad I har lyst til der skal ske. I er mere end velkomne til, at skrive til undertegnede og så vil jeg gøre alt i min magt for at hjælpe jer eller finde personer som kan hjælpe jer.

Vil lige i denne sammenhænge rette en stor tak til deltagerne fra deCibel for, at være med til vores kursus. Og en særlig tak til Thore for masser af god sparring og feedback på vore diskussioner. Da klokken så var ved, at være 02:45 (eller 01:45 på vintertid) var det tid til, at se dyner...

Søndag vågnede jeg op med et mindre hoved på. Det viste sig, at vinen og de filosofiske diskussioner havde slået lidt hårdere end forventet. Desværre resulterede det i, at jeg ikke var til stede fysisk og mentalt resten af søndagen. Men var meget rørt over, at flere havde spurgt efter mig.

For at opsummere, så må jeg sige, at det her helt klart var et af de bedre kurser som jeg har været på. Fik SÅ meget ud af det på alle planer; personligt, netværksmæssigt, foreningsmæssigt, handicapmæssigt osv. Og jeg er helt sikkert med i 2011 !

Til sidst skal der lyde en stor tak til Bestyrelsen for deres store arbejde med, at planlægge og gennemføre kurset. Jeg har så meget respekt for det arbejde i har lagt i det og det er samtidig dejligt, at I modtager konstruktiv kritik med åbne arme.

Der skal også lyde en stor tak til deltagerne i kurset for, at få mig som novice til, at føle mig velkommen og respekteret på kurset. I har mindst lige så stor en andel i, at kurset blev så godt.

Tak for en uforglemmelig weekend  
Hannibal