



De rijkdom en de reikwijdte van de zintuigen

Hoe leef jij met de zintuigen: geur, tast, evenwicht, zicht en smaak? Bij gehoorverlies mis je het auditieve deel van de informatie. **Dit kun je leren opvangen door je andere zintuigen bewust in te zetten.** Zij geven fascinerende en veelzijdige informatie over je lichaam en je omgeving. Welk zintuig is je het meest vertrouwd en welke zou je wel wat meer willen ontwikkelen?

Tekst **Wendelina Timmerman** Beeld **Ramon Philippo**

Voelen, ruiken, proeven

De wind om je hoofd. Het voelbare gekraak van je fietsketting als deze nodig gesmeerd moeten worden. Het grindpad onder je voeten. Ijskoud in de supermarkt tijdens de hete zomer. De geur van appeltaart in de oven. De aai van je liefste over je wang. De omhelzing van een vriendin. De vorm van je jasje om je schouders. De luchtstroom langs je huid als er iemand langsloopt. Nieuwe schoenen aan je voeten. De spierspanning in je benen als je de trap oploopt. Een slok water in je droge mond. Dit is de wereld van beleving en belevenissen.

Extra informatie

Het bewust waarnemen en voelen kan je extra informatie geven. De trilling van een motor of bus die aan komt rijden. De zwaailichten van de ambulance via de spiegels op je fiets. Het trillen van de dansvloer tijdens een dansvoorstelling als je vooraan zit. Muziek voelbaar via het ritme en de bewegingen van de gebarentolk. Het spraakafzien van de ander op de achterbank via een extra achteruitkijkspiegel in de auto. Zo weet ik bijvoorbeeld dat als onze poes naar de buitendeur kijkt, er iemand aanbelt.

Helen Keller

In haar biografie *Mijn levensgeschiedenis* (2005) schrijft de doofblinde Helen Keller: "Musea zijn een bron van genoege en inspiratie voor mij. Ongetwijfeld zal het velen vreemd voorkomen dat de hand - die niet door het gezicht wordt geleid - beweging, sentiment en schoonheid kan voelen in het koude marmer. Het is de waarheid dat ik echt genot heb van het betasten van kunstwerken". Ook vertelt zij: "De handen van de mensen, die ik ontmoet, zijn op hun stilzwijgende manier welsprekend voor mij. Ik heb mensen gekend die zo arm aan vreugde waren dat het wanneer ik hun koude vingertoppen drukte zoiets was alsof ik een noordoostenwind de hand drukte".

Verbondenheid en verbinding

Zij maakt ontroerend duidelijk hoe de zintuigen een opening bieden om verbondenheid en verbinding te voelen en nodigt ons uit deze wereld van de tast te verkennen. Als je niet alles kunt horen, kan het verrijkend zijn om deze vorm van contact te onderzoeken en te ontwikkelen. Hoe voelt het als je een ruimte op je werk binnenkomt?

Hoe is de sfeer tijdens een sollicitatiegesprek? Hoe is het contact als je met je dierbaren aan tafel zit? Naast het auditieve is er zoveel te beleven aan soorten van spanning, stilte en plezier. Dit is een andere manier van verstaan die het gemis van het auditieve kan verrijken. <

Leven en werken met gehoorverlies. Hoe kan het wél?

Bij Wendelina Timmerman, oprichter van het bureau Hooridee en zelf slechthorend, is het glas halfvol. Elke vraag of dilemma is een uitnodiging om te bekijken hoe het wél kan. In Hoormij Magazine deelt zij haar kennis, technieken en strategieën, zodat jij (nog) beter kan functioneren en (samen) werken. Zowel privé als in je werk. **Meer weten?** www.hooridee.nl of stel een vraag via info@hooridee.nl.



HOORIDEE

