



Syntymäsokean ja myöhemmin näkövammautuneen liikkuminen ja ympäristön hahmottaminen

- Blindismit

-Näkövammaisen kohtaaminen ja erilaiset opastustilanteet

Marianne Tenhami

Teksti on alunperin tarkoitettu peesareiden koulutusmateriaaliksi, mutta siitä lienee iloa myös pentukasvattajille. Opas -pentukero kiittää kirjoittajaa julkaisuluvasta!
Taitto ja kuvat: Sini Merikallio

Terminologiaa

Täysin sokea:

ei näe mitään, saattaa olla hiukan valontajua

Vaikeasti heikkonäköinen:

Saattaa omata jonkin verran liikkumisnäköä, mutta ei erota esimerkiksi bussien numeroita. Lukemisessa tarvitsee lukemisen apuvälineitä, kuten suurennuslasia tai lukutelevisiota, joka suurentaa tekstin kameran avulla television ruudun näköiselle ruudulle.

Heikkonäköinen:

Näkee yleensä lukea tekstiä ilman mitään lukemisen apuvälineitä, joskus saattaa käyttää suurennuslasia tai luuppia. Liikkumisnäkö on yleensä hyvä ja kiikarin avulla erottaa esimerkiksi bussien numerot. Koska on olemassa hyvin erilaisia näkövammoja, heikkonäköistenkin näkötilanteet vaihtelevat melkoisesti.

Näkövammaisten lukumäärä Suomessa

Näkövammaisten Keskusliiton Näkövamma-rekisterin arvion (1995) mukaan Suomessa on vähintään 80 000 näkövammaista (1,6 % väestöstä), joista 10 000 on täysin sokeita ja muut eriasteisesti heikkonäköisiä. Kolme neljäsosaa on ikääntyneitä.

Näkemisen osatoiminnot

Näkemisen ns. osatoimintoja ovat näöntarkkuus, näkökenttä, kontrastien erotuskyky, värinäkö, silmien sopeutuminen valoon ja hämääseen, häikäistymisherkyys, silmälihasten hallinta, silmien mukautuminen eri etäisyyksille, silmien yhteisnäkö ja syvyysnäkö.

Syntymäsokean ja myöhemmin näkövammautuneen liikkumisen ja ympäristön hahmottamisen eroja

Ihminen käyttää aisteistaan 90 prosenttia näköaistia. Kun tämä aisti yhtäkkiä tai vähitellen kokonaan tai osittain häviää, se vaatii henkilöltä paitsi valtavaa sopeutumiskykyä myös halua ja taitoa oppia käyttämään muita aisteja korvaamaan puuttuvaa näköä. Kun vastanäkövammautunut henkilö on sisäistänyt muiden aistien käyttämisen tärkeyden korvaamaan puuttuvaa näköaistia, on jo otettu suuri askel hänen sopeutumisessaan näkövammaisena elämiseen. Syntymästään asti näkövammaisen henkilö on pienestä pitäen tottunut olemaan sokea, vaikeasti heikkonäköinen tai heikkonäköinen. Hän on lapsesta asti oppinut käyttämään muita aisteja korvaamaan puuttuvaa näköä ja hän kokee sen luonnollisena.



Opas Famu on tuonut opastettavansa Sari Taljan, sekä peesari Sirpa Tenhamin kahville. Kuva Tammisaaren peesarikurssilta 2008

Muiden aistien käyttö näkövammaisen henkilön liikkumisessa onkin erittäin tärkeää, olipa kyseessä sitten syntymästään asti näkövam-

mainen tai myöhemmin näkövammautunut henkilö. Syntymästään asti sokeat ja vaikeasti heikkonäköiset kuulevat esimerkiksi reitin varrelle osuvat bussipysäkit, mainosstandit tai jopa puut, kun taas vastanäkövammautunut ei niitä välttämättä heti osaa kuunnella. Syntymästään asti näkövammaisen henkilö osaa myös käyttää tuntoaistiaan tunnustellessaan opaskoiran näyttämiä esteitä. Hän voi hyvin näpsäkästi todeta kuulollaan, kädellään tai jalallaan edessä olevan esteen, kun taas useimmat myöhemmin näkövammautuneet harovat niitä valkoisella kepillään. Havaintojeni mukaan suurin osa syntymästään saakka näkövammaisena olleista opaskoirankäyttäjistä ei juuri käytäkään valkoista keppiä apunaan opaskoiran kanssa liikkessaan johtuen juuri siitä, että he osaavat käyttää kuuloaan ja tuntoaan apuna siinä, missä vastanäkövammautunut tarvitsee valkoista keppiä. Vastanäkövammautuneellakin on kaikki mahdollisuudet opetella käyttämään kuulo- ja tuntoaistiaan liikkeessaan opaskoiransa kanssa, kunhan tähän ei vain ole fyysisiä esteitä, kuten diabetekseen liittyvää neuropatiaa, jolloin jaloista on osittain tai kokonaan kadonnut tuntoaisti. Hajuaisti on myös tärkeä näkövammaisena liikkeessa. Kaikki paikat nimittäin haisevat erilaiselta. Jos esimerkiksi pyydän opaskoiraani etsimään oven oikealta ja se sen hyvin ovirivistöstä etsii, tiedän heti hajuaistiani käyttäen, onko koira valinnut ovirivistöstä R-kioskin, Kelan vai Tiimarin oven.

Ympäristön hahmottamisessa vastanäkövammautunut on paremmassa asemassa kuin syntymästään asti näkövammaisen henkilö. Vastanäkövammautuneella henkilöllä on näkömuistikuvia kotikaupungistaan. Niinpä hän pystyy liikkumaan muistiaan ja mahdollista näönjäännettään apunaan käyttäen opaskoiran tai valkoisen kepin kanssa pitkiäkin matkoja, kun muistaa missä ovat esimerkiksi ylitettävät suojatiet tai tietyt kadut. Syntymästään asti näkövammaisen henkilön on sitä vastoin opetettava reitit kotikaupungissaan ja vieraissakin paikoissa paljon tarkemmin kuin vastanäkövammautuneen henkilön. Toki vastanäkövammautunutkin henkilö tarvitsee reittiohjausta vieraissa paikoissa. Syntymästään asti täysin sokea henkilö ei pysty hahmottamaan ympäristöään läheskään niin helposti kuin myöhemmin näkövammautunut henkilö. Suoraan kulkeminenkin voi olla syntymästä saakka näkövammaiselle haasteellista.

Tässä häntä auttaa paitsi ympäristöstä kertominen, myös selkään piirtäminen. Käsitteet vasen, oikea, edessä, takana, ylhäällä ja alhaalla ovat äärimmäisen tärkeitä!

Syntymäsokea liikkuu rohkeammin uudessa ympäristössä kuin vastanäkövammautunut ja siksi helposti oletetaan että hän pärjää, mutta uuden ympäristön hahmottaminen voikin olla hänelle todella rasittavaa, varsinkin jos takana on pitkä koulutuspäivä opaskoiran ja peesarin tai kouluttajan kanssa.

Kellotaulu

Käsitteiden vasen, oikea, edessä, takana, ylhäällä ja alhaalla ohella voidaan käyttää myös kellotauluhahmottamista. Tämä on kätevää esimerkiksi kerrottaessa ruokalautasesta:

Kello kuudesta yhdeksään on perunamuusi, yhdeksästä kahteentoista kala ja kahdestatoista kuuteen salaatti.

Kellotauluhahmottamista voidaan käyttää myös reitin ohjauksessa ja ympäristön hahmottamisen helpottamisessa:

Kello yhdessätoista on koirien jaloitelupaikka ja yhdessä päärakennus.

Blindismit

Tyypillisiä blindismejä ovat silmän painaminen, kasvojen ilmeiden hallitsemattomuus, edestakaisin heiluminen, henkilöstä poispäin puhuminen ja rapsuttelu. Ne johtuvat pitkästyisestä tai niihin voi liittyä jokin tunnetila kuten innostuminen tai turhautuminen. Blindismejä tavataan yleensä syntymästään saakka sokeilla tai vaikeasti heikkonäköisillä henkilöillä ja aikuisena henkilö ei edes huomaa blindismoivansa, ellei joku siitä hänelle huomautta. Niinpä on erittäin tärkeää jo lapsena kitkeä ne pois ja nykyään Suomessa näkövammaisten lasten vanhempia ja päiväkodin henkilökuntaa opetetaankin huomauttamaan lapselle blindismeistä ja antamaan heille sen sijaan jotain tekemistä niin, että blindismit unohtuvat. Niinpä blindismit ovatkin onneksi sitä harvinaisempia mitä nuoremasta syntymäsokeasta tai vaikeasti heikkonäköisestä on kysymys. Ennen niihin ei kiinnitetty tarpeeksi huomiota näkövammaisen lapsen perheessä tai näkövammaisten koulussa ja niitä pidettiin hyväksyttävänä. Saksassa ne ovat edelleen josain määrin hyväksyttäviä. Siellä ajatellaan, että

näkövammaisen henkilö voi blindismoida, jos hän on vaikka yksin kotona ja haluaa näin tuoda tunteitaan esiin. Suomessa blindismit yritetään kuitenkin kitkeä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa pois, koska ajatellaan, että näkövammaisen tottuu blindismeihin ja käyttää niitä huomaamattaan myös julkisuudessa.



Telma on löytänyt lattialta hanksan, jonka se iloisesti nostaa Aila Väisäselle.

Näkövammaisen kohtaaminen ja erilaiset opastustilanteet

Opaskoiratapahtumissa suurin osa tuntee yleensä suurimman osan. Siksi tiedetään myös ihmisten nimet. On tärkeää puhutella näkövammaista hänen nimellään, koska näin näkövammaisen tietää, että juuri hänelle puhutaan. Jos et muista näkövammaisen henkilön nimeä, mutta muistat hänen opaskoiransa nimen, tapahtumissa voi varmasti käyttää leikkimielisesti myös koiran nimeä tyyliin: *”Hei Ninnin emäntä..”*

Jos sinulla ei ole hajuakaan näkövammaisen eikä hänen opaskoiransa nimestä, tule näkövammaisen luo ja kosketa häntä kevyesti olkapäähän tai käsivarteen ja ala puhua. Näin näkövammaisen tietää, että hänelle puhutaan. Näkövammaisen ymmärtää normaalia puhetta. Huutaa tai lässyttää ei tarvitse!

Opaskoiratapahtumissa ja -koulutuksissa näkövammaainen kulkee yleensä opaskoiran kanssa, mutta joskus hän voi tarvita myös peesarin opastusta.

Opastusote

Näkövammaainen ottaa opastaan kevyesti kiinni kyynärvarresta kyynärpään yläpuolelta ja kulkee hieman oppaansa takana. Näin hän tuntee oppaansa kehonkielestä esimerkiksi ylös- ja alasmenevät portaat. Portaiden eteen on kuitenkin hyvä pysähtyä tai ainakin hidastaa vauhtia. Syntymästään asti näkövammaiselle ei tarvitse sanoa että tässä tulee portaat. Vastanäkövammautuneelle on sen sijaan hyvä kertoa portaista, koska hän ei ole välttämättä vielä oppinut lukemaan oppaan kehon liikkeitä, eikä näin ole osannut varautua portaisiin. Jos liikkuessanne tulee kapea paikka, se ilmaistaan näkövammaiselle laittamalla se käsi, josta näkövammaainen pitää kiinni, selän taakse. Näin näkövammaisenkin menee automaattisesti selkäsi taakse, eikä törmää esteisiin.

Yhteyskäsi

Yhteyskäsi on kätevä näytettäessä esimerkiksi portaiden kaidetta, tiskiä, saunan alinta laudetta tai tuolin selkänojaa. Laita se käsi, josta näkövammaainen pitää kiinni, sen päälle mitä haluat näyttää. Näkövammaainen seuraa kättäsi ja löytää näin esimerkiksi tuolin selkänojan. Vanhemmille syntymästään asti näkövammaisille tämä on opetettu niin, että opas laittaa heidän kätensä esimerkiksi tuolin selkänojalle, mutta kumpaakin tapaa voi varmasti käyttää. Saunassa on erittäin tärkeää kertoa näkövammaiselle, missäpäin hänestä katsoen on kiuas!

Ovissa liikkuminen

Kun lähestytte ovea, näkövammaainen on oven karmin, opas oven puolella. Opas avaa oven ja näkövammaainen tulee oppaan perässä ovesta vetäen sen toisella kädellään perässään kiinni. Oppaan ei siis tarvitse huolehtia oven kiinni laittamisesta.



Kirjoittaja oppaansa Ninnin kanssa kesällä 2007.