

## ”MITÄ ME HALUAMME”

Teemahaastattelututkimus ikääntyneille taktiilikommunikaa-  
tiota käyttäville kuurosokeille

Terhi Kantola ja Marianne Männistö

Opinnäytetyö, kevät 2014

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Viittomakielen ja tulkkauksen koulutus

Viittomakielentulkki (AMK)

## TIIVISTELMÄ

Kantola, Terhi & Männistö, Marianne. Mitä me toivotaan. Teemahaastattelututkimus ikääntyneille taktiilikommunikaatiota käyttäville kuurosokeille. Kevät 2014, 45 s., 3 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Viittomakielen ja tulkkauksen koulutus, viittomakielentulkki (AMK).

Työn tavoite oli selvittää ikääntyneiden taktiilikommunikaatiota käyttävien kuurosokeiden kommunikaatiomuutoksia ja -toiveita, ja sitä kautta kehittää heidän kanssaan toimivien henkilöiden kommunikaatiotaitoja. Taktiilikommunikaatiolla tarkoitetaan tuntoaistin kautta kädestä käteen tapahtuvaa kommunikointia. Kommunikaatiotaidoilla taas tarkoitetaan erilaisia kommunikaatiomenetelmiä ja niissä huomioonotettavia asioita. Työn tilaajana oli Suomen Kuurosokeat ry.

Tiedonkeruumenetelmänä oli puolistrukturoitu teemahaastattelu, joka toteutettiin kuudelle ikääntyneelle kuurosokealle. Haastateltavat olivat pitkäaikaisia taktiilien kommunikaatiomenetelmien käyttäjiä.

Työn tärkeimmiksi tuloksiksi nousi selkeä kommunikointi, kattava kuvailun käyttö, ergonominen kommunikointiasento sekä tauot ja lepoaikat. Selkeän kommunikoinnin tärkeys kuurosokean kanssa korostui sopivana kommunikointitahdina ja selkeinä sormiaakkosina. Osa toivoi kattavaa ja monipuolista kuvailun käyttöä kokonaiskuvan hahmottamiseksi ja jotta ympäristöön olisi helpompi sopeutua. Keskeiseksi kommunikoinnin välineeksi nousi ergonominen kommunikointiasento, sillä siinä on mukava olla ja helppo ymmärtää. Riittävä taukojen määrä koettiin tärkeäksi vireystilan säilyttämiseksi ja fyysisten oireiden välttämiseksi.

Asiasanat: kuurosokeus, ikääntyminen, taktiilikommunikaatio, ergonomia, kommunikaatioiveet

## ABSTRACT

Kantola, Terhi and Männistö, Marianne. What do we want? – Theme interview study for the elderly deafblind people who use tactile communications. 45 p., 3 appendices. Language: Finnish. Spring 2014.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Sign Language and Interpretation. Degree: Bachelor of Humanities.

The objective of this study was to examine how communication changes with age for deafblind people who use tactile communication. Another aim of the study was to find out their wishes about communication and human engineering. The study commissioned by The Finnish Deafblind Association.

A method used in the thesis was a semi-structured theme interview. The interview included three themes: getting old, changes in communication and ergonomics. The interviews were executed with six participants who had been using tactile communication for a long time.

The results indicated four important things that need to be considered when communicating with deafblind people who use tactile communication. The interviewees wished that language should be articulated, a description should be more extensive, attention needs to be paid to ergonomical posture and breaks are needed during communication.

Key words: deafblind people, getting old, tactile communication, human engineering/ergonomics, wishes of communication

SISÄLLYS	
TIIVISTELMÄ.....	2
ABSTRACT .....	3
SISÄLLYS.....	4
1 JOHDANTO .....	6
2 KUUROSOKEUS, KIELI JA KOMMUNIKAATIO .....	7
2.1 Taktiilikommunikaatio .....	9
2.1.1 Viittomakieli .....	9
2.1.2 Viitottu puhe .....	10
2.1.3 Sormiaakkoset.....	11
2.2 Sosiaalishaptinen kommunikaatio .....	12
3 IKÄÄNTYMINEN.....	13
3.1 Tuki- ja liikuntaelinten vanheneminen.....	13
3.2 Aistitoimintojen vanheneminen .....	14
4 KUUROSOKEIDEN KOMMUNIKOINTIA JA LIIKKUMISTA TUKEVAT MENETELMÄT .....	16
4.1 Kuvailu.....	16
4.2 Sosiaaliset pikaviestit .....	17
4.3 Tulkkauspalvelu.....	18
4.4 Apuvälineet.....	19
4.5 Opastus .....	20
5 ERGONOMIA TAKTIILIKOMMUNIKAATIOSSA.....	22
6 TEEMAHAASTATTELU JA TOTEUTUS .....	24
6.1 Tutkimusmenetelmä .....	24
6.2 Kohderyhmä .....	25
6.3 Teemahaastattelun toteutus .....	26
7 TULOKSET .....	27
7.1 Ikääntymisen vaikutukset kommunikaatioon.....	27
7.2 Fyysiset kommunikaatiomuutokset.....	28
7.3 Ergonomian muutokset kommunikaatiossa .....	30

7.4 Haastateltavien kommunikaatioiveet .....	31
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	34
LÄHTEET .....	38
LIITE 1 Taktiilit sormiaakkoset.....	42
LIITE 2 Suomalaisen viittomakielen sormiaakkoset.....	43
LIITE 3 Haastattelukysymykset .....	44

## 1 JOHDANTO

Kiinnostus työhömmme lähti vaihtoehtoisista ammattiopinnoistamme eri asiakasryhmiin ja erityisesti kiinnostuksestamme kuurosokeisiin. Aiheen rajauksen saimme Kuurosokeat ry:n kommunikaatiopäällikkö Riitta Lahtiselta, joka toimi myös työmme toisena ohjaajana. Tutkimme työssämme ikääntyneiden taktiillisti, kädestä käteen tuntoaistin kautta, kommunikoivien kuurosokeiden kommunikaatiomuutoksia ja -toiveita, joita he kertoivat ikääntymisen myötä tulleen. Työmme on tehty haastateltavien ikääntyneiden kuurosokeiden näkökulmasta ja heidän kommunikaatioiveitaan selvittäen. Vastaavanlaista tutkimusta ei ole aikaisemmin tehty. Uuden tiedon kartuttamisen ja ikääntyneiden kuurosokeiden määrän kasvun vuoksi työmme aihe on ajankohtaisesti tärkeä.

Käytämme työssämme termiä kuurosokea, koska se on yleisesti käytössä oleva termi. Kuurosokeiksi voidaan kutsua myös kuulonäkövammaisia, joilla on vielä kuulon- ja/tai näönjäänteitä tallella. Rajasimme työmme taktiilikommunikaatiota käytäviin kuurosokeisiin. Halusimme selvittää, kuinka ikä on vaikuttanut heidän kommunikointitapoihinsa ja millaisia toiveita heillä on sen seurauksena esittää keskustelukumppaneilleen. Keskustelukumppaneilla tarkoitamme niin ystäviä, läheisiä, työntekijöitä kuin tulkkejakin. Vaikka tulkkaus nousi haastatteluissa vahvasti esille, emme kuitenkaan kohdista työtämme vain viittomakielentulkeille vaan toivomme työstämme olevan hyötyä muillekin kuurosokeiden kanssa toimiville.

Ikääntymisen myötä tulevat muutokset antavat ajattelemisen aihetta jokaiselle meistä. Iän lisääntyessä muutokset ovat väistämättömiä ja niiden vaikutukset näkyvät niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisestikin. Ikääntyminen on luonnollinen asia, ja se aiheuttaa kaikille samantapaisia muutoksia, joillekin enemmän kuin toisille. Kuurosokeilla kommunikaatiomenetelmät ovat saattaneet muuttua jo aikaisemmin, mutta ikääntymisen myötä ne muuttuvat vielä. Eritoten fyysiset muutokset vaikuttavat kommunikointiin, ja niihin olemme halunneet työssämme keskittyä.

## 2 KUUROSOKEUS, KIELI JA KOMMUNIKAATIO

Kuurosokeudella tarkoitetaan moniaistivammaa, jossa henkilön näkö ja kuulo ovat heikentyneet radikaalisti. Usein kuurosokeuden ajatellaan tarkoittavan täydellistä kuuroutta ja sokeutta, mutta henkilöillä saattaa kuitenkin olla vielä hie-man näitä aisteja tallella, mistä huolimatta heidät luokitellaan kuurosokeiksi. (Helen Keller National Center 2012.) Vamman johdosta ja laadusta riippuen henkilön tulee käyttää erityisiä kommunikointimenetelmiä sosiaalistuakseen ja saadaksesen tietoa. Kuurosokeiden tarkkaa lukumäärää Suomessa ei tiedetä, mutta Kuurosokeat ry:n listoilla on tällä hetkellä noin 850 kuurosokeaa ja kuulonäkövammaista jäsentä (Suomen Kuurosokeat ry i.a. a). Suomessa käytössä oleva kuurosokeuden määritelmä pohjautuu Pohjoismaiseen kuurosokeuden määritelmään, jossa kuurosokeuden katsotaan olevan kuulon ja näön heikentymistä, jonka seurauksena henkilö tarvitsee erityispalveluita ja -teknologiaa voidakseen toimia tasavertaisena yhteiskunnan jäsenenä (Nordic Centre for Welfare and Social Issues i.a.).

Kuurosokeat voidaan jakaa ryhmiin vamman aiheuttajien mukaan. Kuurosokeus voi olla synnynnäistä tai vähitellen etenevää. Aikaisemmin synnynnäisen kuurosokeuden yleisin aiheuttaja oli raskausajan vihurirokko (Suomen Kuurosokeat ry 2013 d, 7). Nykyään aiheuttaja voi useimmiten olla Charge-oireyhtymä, jolla tarkoitetaan monivammaa, johon liittyy näkö- ja kuulovamman lisäksi muita aistivammoja sekä lievä tai vaikea kehitysvamma. Toinen yleinen kuurosokeuden aiheuttaja on Usherin oireyhtymä, joka on periytyvä sairaus. Siinä kuulo ja näkö heikkenevät eri tahtiin, mutta lopputuloksena on kuurosokeutuminen. Muita kuurosokeutumisen syitä voivat olla ikääntyminen, tapaturmat ja infektioaudit. (Suomen kuurosokeat ry 2013 c.)

Kuurosokeiden kommunikaatiomenetelmiä on monia. Oikean tavan valinta riippuu henkilöstä itsestään ja hänen kuulonsa ja näkönsä tilanteesta. Kommunikaatiomenetelmiä ovat taktiilikommunikaatio, kapean näkökentän kommunikaatio, sormiaakkosviestintä, puheentoisto sekä pistekirjoitus ja kirjoitustulkkaus. (Marttila 2006, 28–30.) Mikäli kuurosokea henkilö on syntymästään asti ollut kuuro tai huonokuuloinen, hänen äidinkielenään on ensisijaisesti viittomakieli.

Henkilö, joka on ollut syntyessään kuuleva ja näkevä, käyttää ensisijaisena kommunikaatiomuotona puhuttua kieltä. Aistien heiketessä hän saattaa opetella käyttämään myös viittomia ja/tai sormiaakkosia, joita hän voi myöhemmin käyttää taktiilisti eli kädestä käteen puheen tukena. Loppujen lopuksi osa kuurosokeista siirtyy kuitenkin taktiiliin kommunikaatiomenetelmään, eli käyttämään taktiilisti viittomakieltä, viitottua puhetta, sormiaakkosia tai suuraakkosia. Kuurosokeasta henkilöstä ja hänen näkönsä ja kuulonsa tilanteesta riippuen käytössä olevia kommunikaatiomenetelmiä voi olla useita. Kuurosokeat voivat käyttää omaa äidinkieltään tai myöhemmin elämänsä aikana opeteltua kieltä (Kovainen & Lahtinen 2006, 8).

Kuurosokean kommunikaatiomenetelmästä riippumatta kuurosokean kohtaamiseen liittyy tiettyjä käytäntöjä, jotka muiden ihmisten tulisi ottaa huomioon. Tärkeimmät ohjeet kohtaamiseen ovat lähestyä kuurosokeaa edestäpäin, ilmoittaa hänelle paikalla olosta hellällä kosketuksella käsivarteen, kertoa kuka on ja mitä tuli tekemään sekä ilmoittaa aina kun poistuu paikalta (Kallionpää 2003, 26; Kuurosokeat ry 2013 e). Asioista ilmoittaminen on kuurosokealle tärkeää, sillä hän ei pysty aavistamaan muutoksia, jos hänelle ei ole niistä kerrottu. Esimerkiksi annettaessa kuurosokealle jotain, tulee kertoa mitä annetaan ja sen jälkeen antaa mahdollisuus sen tunnusteluun. Tavaroiden sijoittelusta tulee aina mainita, jotta kuurosokea tietää missä ne ovat. Kun tavarat ovat paikoillaan, niitä ei tulisi siirtää. (Kuurosokeat ry 2013 e.) Ohjeet tulee ottaa huomioon kaikkien kuurosokeiden kanssa. Kuitenkin kohdatessa ikääntynyt kuurosokea tulee muistaa, että aistivammojen lisäksi heillä kokonaiskuvaan vaikuttaa myös terveydentila. Terveys saattaa vaikuttaa muun muassa toimintakykyyn, johon vaikuttavat myös aistivammoista johtuvat liikkumis- ja kommunikaatiovaikeudet. Näiden vuoksi ikääntyneellä kuurosokealla on muun muassa suuri tarve ulkopuoliseen apuun ja riski sosiaaliseen passivoitumiseen. (Mustakangas-Mäkelä 2002, 16.)



## 2.1 Taktiilikommunikaatio

Taktiilikommunikaatio tarkoittaa tiedon vastaanottamista tuntoaistin kautta, taktiillis-kinesteettisesti. Taktiililla tarkoitetaan tuntoaistia ja kinesteettisellä liikeaistia. Tarkemmin sanottuna kinesteettisellä aistilla tuotetut viestit ovat käsien, käsivarsien sekä sormien lihasten ja nivelten liikkeillä ja asennoilla tuotettuja liikesarjoja. (Mesch 2004, 20.) Taktiililla kommunikaatiolla tarkoitetaan kosketuksen kautta välittyvää viestintää, joka tapahtuu kädestä käteen viittomalla. Taktiilisti kommunikoimalla henkilökohtainen tila on pienempi kuin puheella ja viittomalla kommunikoidessa.

Taktiilikommunikaatio on yleisesti käytössä kuurosokeiden keskuudessa. Kommunikaatio tapahtuu niin, että viestin tuottaja viittoo ja vastaanottaja pitää käsiään kevyesti viittojan käsien päällä, jolloin hän pystyy tunnustelemaan tehtyjä liikkeitä ja sitä kautta ymmärtämään niitä. Taktiilikommunikaatio on vaativaa molemmille osapuolille, ja sen aikana on hyvä pitää taukoja. Lisäksi kommunikoinnin tulee olla rauhallista ja selkeää sekä ergonomista. Käytettävä kieli voi olla viittomakieltä, viitottua puhetta, taktiileja sormiaakkosia tai suuraakkosia. Suuraakkoset tarkoittavat aakkosten kirjoittamista esimerkiksi kuurosokean käteen tai selkään. (Kallionpää 2003, 22–23.) Seuraavaksi kerromme lisää käytettävistä kommunikointikielistä. Emme kuitenkaan avaa suuraakkosia enempää, koska työmme haastateltavista kukaan ei niitä käyttänyt.

### 2.1.1 Viittomakieli

Viittomakieli on kuurojen keskuudessa syntynyt luonnollinen kieli, joka perustuu käsin tehtäviin viittomiin, ilmeisiin ja eleisiin. Viittomakieltä käytetään kautta maailman, ja jokaisella maalla on oma kielensä. Suomessa on noin 5000 viittomakielistä, mutta heidän lisäksi on vielä noin 14 000, joille viittomakieli on toinen kieli tai vieras kieli (Malm & Östman 2000, 20). Suomen viittomakieli pohjautuu ruotsalaiseen viittomakieleen, josta se on tullut Suomeen jo 1800-luvulla.

Kuitenkin vasta vuonna 1995 suomalainen viittomakieli sai perustuslaillisen aseman (Malm & Östman 2000, 12).

Viittomakielessä on viisi erilaista osa-aluetta, jotka yhdessä muodostavat viittoman ja sen merkityksen. Näitä ovat käsimuoto, liike, käsien orientaatio, paikka sekä ei-manuaaliset tekijät eli ilmeet, eleet ja huulio. Käsimuodolla tarkoitetaan käden asentoa viittoman aikana. Liikkeellä ja orientaatiolla viitataan käsien liikkeeseen ja kämmenen suuntaan viittojaan nähden. Paikka tarkoittaa viittoman tekopaikkaa viittojan keholla tai sen ympärillä. Huulio, ilmeet ja eleet ovat merkittävä osa viittomakieltä. Huuliolla tarkoitetaan viittoman merkityksen samanaikaista lausumista ääneti. (Jantunen 2003, 28.) Ilmeiden ja eleiden merkitys viittomakielessä on suuri, koska niiden avulla viittoman merkitystä voidaan muuttaa. Viittomakieli on visuaalinen kieli ja sen vuoksi ilmeiden käyttö ja eläytyminen ovat tärkeitä asioita viittomakielisille. Niistä näkyvät muun muassa kysymys- ja kieltomuodot. (Jantunen 2003, 94.)

Taktiilissa viittomakielessä ei-manuaalisten käytöllä ei ole merkitystä, vaan niiden merkityssisällöt tulee kertoa taktiilisti. Viittojan tulee myös muistaa viittoa kaikki kieltomuodot ja kysymykset, jotka muuten voitaisiin ilmaista kasvojen eleillä ja ilmeillä. Taktiilissa viittomakielessä pitää keskittyä käsimuotojen, liikkeiden ja orientaation oikeellisuuteen, sillä taktiili vastaanottaja ei voi turvautua ei-manuaalisiin elementteihin, vaan hänen tulee ymmärtää viittoma ja merkitys pelkästään kosketuksen kautta.

### 2.1.2 Viitottu puhe

Viitottu puhe on rakenteeltaan eli käsimuodoiltaan ja liikkeiltään samanlaista kuin viittomakieli, mutta se ei ole virallinen kieli. Toisin kuin viittomakielellä viitottulla puheella ei ole omaa kielioppia, vaan se noudattaa suomen kielioppia. Se on niin kutsuttu välikieli, koska siinä on piirteitä kahdesta erilaisesta kielestä (Kovanen & Lahtinen 2006, 10). Viitotussa puheessa viitotaan sanotut sanat ja ne toistetaan myös huuliossa, jopa sellaiset, joilla ei ole viittomavastinetta. Viitottulla puheella on omat suositukset, joissa on määriteltä, kuinka sitä tulee käyttää

ja viittoa. Näissä säännöissä määritellään esimerkiksi huulion käyttö, joka on viitotussa puheessa erityisen tärkeää. (Lauren 2006, 216.)

Taktiilisti viitotulla puheella ei-manuaaliset menetelmät menettävät taas merkitystään. Viitottua puhetta käyttävät useimmiten aikuisiällä kuuroutuneet, koska he ovat jo lapsena oppineet suomen kielen, ja se on heidän ensikielensä. Riitta Lahtisen mukaan kuitenkin taktiililla viitotulla puheella kommunikoiva henkilö käyttää viittoessaan myös viittomakielisiä ratkaisuja (Riitta Lahtinen, henkilökohtainen tiedonanto 14.1.2014).

### 2.1.3 Sormiaakkoset

Sormiaakkosilla tarkoitetaan viittomakielisiä aakkosia, jotka muodostetaan erilaisin käsimuodoin, Suomessa käyttäen yhtä kättä. Jokaisella aakkosella on oma käsimuotonsa ja jotkin niistä vastaavat muodoltaan kirjoitettua aakkosta. Sormiaakkosia käytettäessä puhutaan usein sormittamisesta tai sormituksesta. Sormiaakkosten tarkoituksena on sormittaa lausuttu tai kirjoitettu sana kokonaisuudessaan noudattaen suomen kielioppia. Periaatteessa sormittaminen on suomen kieltä ilmaistuna muulla tavalla, mutta se ei ole oma kieli. (Roslöf & Veitonon 2006, 173.) Viittomakielessä aakkosia käytetään yleensä vain nimien sormituksissa ja termien kanssa, joilla ei ole viittomaa. Kuitenkin osalle kuurosokeista sormiaakkoset ovat yksi kommunikointitapa. Kuurosokea henkilö, joka käyttää kommunikointiinsa sormiaakkosia on todennäköisesti ensikiellettään suomenkielinen eikä ole aistien heiketessä ehtinyt tai halunnut opiskella viitottua puhetta tai viittomakieltä (Kallionpää 2003, 22).

Sormiaakkosten käyttö on vaativaa ja aikaa vievää. Viittomakielessä sormiaakkoset tehdään ilmaan lähellä kasvoja. Viitotussa puheessa ne tehdään mahdollisimman lähellä suuta, jotta vastaanottaja voi samalla seurata huuliota. Kuurosokealle henkilölle sormiaakkoset sormitetaan taktiilisti kämmeneen, niin sanottuun peukalon hankaan (Lahtinen 2006, 190). Suomessa on käytössä erilliset taktiilit sormiaakkoset (Liite 1), jotka pohjautuvat suomalaisen viittomakielen sormiaakkosiin (Liite 2).

## 2.2 Sosiaalishaptinen kommunikaatio

Kuurosokeat henkilöt voivat käyttää myös sosiaalishaptista kommunikaatiota, joka on kosketukseen eli haptiikkaan perustuvaa kommunikaatiota (Lahtinen 2008, 50). Haptiikka- ja taktiili-termit sekoitetaan helposti keskenään, mutta niillä on kuitenkin eri merkitys. Haptiikka viittaa kosketusviestiin, jossa on mukana liike ja liikkeen orientaatio, sekä taktiili kosketus. Taktiili-termi on siis haptiikan alakäsite ja se viittaa vain kosketuksen kautta välittyvään tuntemukseen. (Lahtinen 2008, 31.) Sosiaalishaptisen kommunikaation yksittäistä kosketusviestiä kutsutaan nimellä haptiisi (Lahtinen, 2008, keskeiset termit ja merkinnät). Ne voivat olla esimerkiksi viittomapohjaisia liikkeitä, numeroita tai visuaalisia symboleja, jotka ovat muokattu keholle tehtäviksi (Riitta Lahtinen, henkilökohtainen tiedonanto 14.1.2014). Sosiaalishaptisen kommunikaatiomuodon avulla kuurosokealle henkilölle voidaan välittää tietoa ympäristöstä ja sen tapahtumista hänen keskustellessaan toisen ihmisen kanssa (Lahtinen 2008, 50).

Sosiaalishaptinen kommunikaatio voidaan jakaa erilaisiin osa-alueisiin, joita ovat sosiaaliset pikaviestit, tunneilmaisut, yksityiset viestit, opastamisen ja liikumisen viestit, ympäristöön ja tilaan orientoitumisen ilmaisut, kehon liikemene-  
telmät, taiteiden ja harrastusten ilmaisut, kontaktit ympäristöön ja esineisiin sekä erityistilanteiden ilmaisut (Lahtinen 2008, 51). Haastatteluissamme nousivat esille sosiaaliset pikaviestit, joista kerromme myöhemmin lisää.

### 3 IKÄÄNTYMINEN

Ikääntyminen on vanhenemista, jolloin ihmisten elämässä ja kehossa tapahtuu muutoksia. Ikääntymisen vaikutus ihmisiin on yksilöllistä, mutta väistämätöntä. Useimmiten ikääntymisen ajatellaan tuovan mukanaan vain negatiivisia asioita kuten sairauksia, loukkaantumisia, väsymystä ja jopa yksinäisyyttä.

Biologisen vanhenemisen voi katsoa alkavan jo syntymän jälkeisistä muutoksista kehossa, joita tapahtuu aina kuolemaan asti. Fysiologista vanhenemista alkaa tapahtua noin 20–30 ikävuoden aikana, mutta niiden muutokset huomataan yleensä noin 40–50 ikävuoden tienoilla. Muutokset johtuvat solujen vanhenemisestä ja tuhoutumisesta. On kuitenkin yksilöllistä, kuinka vanheneminen etenee, mutta esimerkiksi gerontologian dosentti Pertti Pohjolainen kirjoittaa, että niin sanottuna normaalina vanhenemisnopeutena pidetään elimistön toimintojen keskimääräistä heikkenemistä noin 1 % verran vuodessa. (Pohjolainen i.a., 2).

#### 3.1 Tuki- ja liikuntaelinten vanheneminen

Lihaksissa, nivelissä ja luustossa tapahtuu ikääntyessä muutoksia. Parhaimmillaan lihasten suorituskyky on 20–30 ikävuoden aikana, mutta sen jälkeen se alkaa heiketä. Suurin muutos lihaksissa tapahtuu 50–60 ikävuoden tienoilla. Lihaksien lihasmassa pienenee, rasvan ja sidekudosten määrä kasvaa ja lihas-soluihin kerääntyy kuona-aineita. Iäkkäillä ihmisillä myös erilaiset yleiset lääkitykset, pitkäaikaissairaudet, aliravitsemus ja lihasten käyttämättömyys sekä hermostolliset muutokset vaikuttavat lihasten heikentymiseen. Samoin nivelten liikkuvuus vähenee iän myötä, mikä johtuu nivelnesteiden vähentymisestä ja päinvastoin sidekudoksen lisääntymisestä. (Pohjolainen i.a., 4.) Tällaiset muutokset kehossa saattavat rajoittaa ikääntyneiden elämää, sillä muutokset hidastavat ja rajoittavat tiettyjen asioiden tekoa, ja voi olla, että joistain toiminnoista on luovuttava kokonaan toiminnan vajauksen tai kykenemättömyyden takia. Esimerkiksi nivelten liikeratojen pienentyessä viittominen saattaa vaikeutua, sillä oikeiden käsimuotojen tuottaminen voi olla haastavaa. Samoin lihasten

heikkous vaikuttaa siihen, kuinka hyvin jaksaa tuottaa ja vastaanottaa viittomista.

Ikääntymiseen liittyy pitkälti myös luuston haurastuminen, osteoporoosi. Niin sanottu luukato on yleisempää naisilla kuin miehillä, mutta sen katsotaankin liittyvän estrogeenin vähenemiseen, jota tapahtuu naisilla vaihdevuosien jälkeen. Luiden haurastumisessa osa hohkaluuaineksesta ja kuoriluusta katoaa. Ikääntymisen kanssa käsi kädessä kulkeva luun haurastuminen on lähtöisin muun muassa hormonoiminnan muutoksista, vähäisestä liikunnasta ja erilaisista ravintotekijöistä. Myös alkoholin runsas käyttö ja tupakointi vaikuttavat luun mineraalien nopeampaan pienenemiseen, jota tapahtuu jo 35–50 ikävuoden tienoilta lähtien muutenkin. Liikunnalla katsotaan olevan suuri merkitys luiden mineraalitiheyteen, joka taas vaikuttaa positiivisesti luiden vahvuuteen ja ihmisten toimintakyvyn ylläpitoon. (Pohjolainen i.a., 3.)

### 3.2 Aistitoimintojen vanheneminen

Näön ja kuulon heikkeneminen on ikääntyneillä hyvin yleistä. Tavallisin näköaistin ensimmäisistä vanhenemisoireista on lähinäön heikentyminen. Tällöin silmä ei pysty tarkentamaan lähietäisyydelle, vaan henkilö tarvitsee lukuksit. Toinen yleinen oire on hämäränäön heikentyminen, jolloin silmät eivät totu hämärään yhtä nopeasti kuin aikaisemmin. Myös silmien mukautuminen hämärään jää epäselväksi. Nämä oireet ilmenevät noin 40–50 ikävuoden paikkeilla. (Pohjolainen i.a., 4.) Näön muutokset vaihtelevat yksilöllisesti. Jo 20 ikävuoden jälkeen silmän mykiö eli linssi alkaa menettää joustokykyään, jolloin linssien elastisuus vähenee ja lähinäkö heikkenee (Suomen optinen toimiala i.a.). Myös kuulo heikkenee ikääntyessä. Erityisesti ikääntyneiden kuuloherkkyys erottaa korkeita ääniä huononee. Toki erotuskyky alkaa heiketä jo 20–30 ikävuoden tienoilla, mutta sitä pidetään tavallisena ikääntymisen muutoksena. (Pohjolainen i.a., 4.) Kuulon heikentyminen on jälleen yksilöllistä, ja siihen vaikuttavat niin perinnölliset kuin ulkoiset tekijät. Ulkoisia tekijöitä voivat olla jatkunut altistuminen melulle, jotkin sairaudet ja sisäkorvan sekä kuulohermon rappeutuminen. (Kuuloliitto 2009.)

Sisäkorvan rakenteiden muutokset iän myötä vaikuttavat myös yhteen ikääntymisen tavallisimpaan muutokseen, tasapaino-ongelmiin. Tasapainon kannalta ensisijaisen tärkeässä roolissa on näkökyky, jonka avulla visuaalisesti tuetaan liikkumista ja seisomista. Toinen tärkeä tekijä ovat nivelet ja erityisesti jalkapohjien tuntoaistit, jotka tiedottavat jalkojen ja maaston välisistä eroista ja muutoksista sekä kertovat, missä asennossa keho on. Asentojen kannalta tärkeässä asemassa ovat myös lihakset, jotka ylläpitävät tasapainoa ja hoitavat mahdolliset korjausliikkeet. Koska lähes kaikissa tasapainon kannalta oleellisissa ominaisuuksissa tapahtuu ikääntymisen myötä muutoksia, tasapaino kärsii. Erityisesti alaraajojen lihasten väsyminen johtaa tasapaino-ongelmiin. Näön ja kuulon heikkeneminen sekä lihasten ja nivelten reseptoreiden heikkenemisestä johtuvat epätarkkuudet huonontavat tasapainoa, minkä takia ikääntyessä kaatumisvaara suurenee. (Pohjolainen i.a., 5.)

Ikääntymiseen kuuluu oleellisena osana myös tiedon käsittelyn hidastuminen ja vaikeutuminen. On yksilöllistä, kuinka hyvin tai huonosti muisti ihmisillä toimii. Yleensä kuitenkin vanhemmalla iällä muistin käyttö muuttuu haasteellisemmaksi aikaisempaan verrattuna. Usein huomataan, että ikääntyneet henkilöt muistavat vanhoja opittuja asioita paremmin kuin pystyvät oppimaan uusia asioita. Vaikka muistin toiminta saattaa olla heikentynyttä, se ei tarkoita välttämättä, että henkilöllä olisi jokin muistisairaus. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014.)

## 4 KUUROSOKEIDEN KOMMUNIKOINTIA JA LIIKKUMISTA TUKEVAT MENETELMÄT

Kuurosokealle tuntoaistin kautta välittyvä tieto on paljon muutakin kuin vain kielellistä tietoa. Tuntoaistin kautta kuurosokea henkilö hahmottaa fyysisen ympäristön ja sen toiminnot sekä erilaiset tapahtumat. (Kovanen & Lahtinen 2006, 19.) Kommunikointia tukevia menetelmiä ovat muun muassa kuvailu, sosiaalishaptinen kommunikaatio sekä tulkkauspalvelu. Kuurosokean tiedonsaantia ja kommunikointia on helpotettu erilaisin apuvälinein. Apuvälineillä tuetaan myös kuurosokean liikkumista itsenäisesti. Näiden lisäksi liikkumista voidaan tukea opastuksella.

### 4.1 Kuvailu

Jokainen ihminen vastaanottaa ja käyttää itse kuvailua. Kuvailu voi tapahtua niin huomaamattomasti, että ihmiset eivät sitä tiedosta. Esimerkiksi selitettäessä toiselle ostettua vaatekappaletta kuvaillaan, millainen se on, tai kerrottaessa nähtyä onnettomuutta kuvaillaan tapahtuma. Kuvailu, josta kerromme työssämme, on osa kuurosokeiden, kuulonäkövammaisten ja näkövammaisten kommunikaatiota.

Kuvailu on menetelmä saada tietoa ympäristöstä ja asioista, jotka jäisivät aistivajauksien takia muuten havaitsematta. Kuurosokealle henkilölle kuvaillaan kaikki kuulon- ja näönvaraiset tapahtumat, joilla ajatellaan olevan tilanteessa merkitystä. Yleisimpiä kuvailukohteita ovat ympäristö, tila, mahdolliset esteet ja ihmiset. Erilaisissa tilanteissa kuvailu mahdollistaa kuurosokean orientoitumisen ympäristöön. Kuvailun kautta henkilö saa jatkuvaa tietoa muutoksista, kuten siitä, milloin joku ihminen astuu tilaan tai poistuu tilasta tai kuinka ihmiset reagoivat ja käyttäytyvät erilaisissa tilanteissa. Kuvailun avulla kuurosokea voi kokea olonsa itsenäiseksi ja sopeuttaa itsensä ympäristöön sekä valintoihin osallistujaksi (Lahtinen, Palmer & Lahtinen 2009, 61).



Usein kuvailu tapahtuu kielellisesti selittämällä, mutta sitä voidaan myös tuottaa vastaanottajan keholle. Keholle piirtäminen on kuvailun osa-alue, jolla tuetaan ja täydennetään vastaanottajan havainnoiteja ja edesautetaan näin tilan hahmottamista. Tavallisimpia kuvailukohtia keholla ovat selkä, kädet ja reidet. Kuvailupaikka muodostuu kommunikointiasennon ja henkilöiden tuttuuden mukaan. Paras paikka kuvailla on selkä, koska siihen on mahdollista piirtää suuria-kin kokonaisuuksia. (Lahtinen ym. 2009, 123–124.) Vastaanottajalta tulee aina ensin varmistaa, mihin kohtaan hän haluaa kuvailua. Mikäli vastaanottaja ei halua kuvailua tehtävän keholleen, kuvailija voi piirtää jollekin pinnalle, esimerkiksi pöydälle. Pöydälle piirrettäessä viestin vastaanottajan käsi on kuvailijan käden päällä, jolloin hän pystyy seuraamaan piirroksen ääriviivoja, tai kuvailija voi käyttää vastaanottajan sormeja ikään kuin kynänä, jolloin vastaanottaja seuraa ja havainnoi sormensa tekemiä liikkeitä. (Lahtinen ym. 2009, 123–124.) Yleisempiä piirtämällä kuvailtavia asioita ovat tilan muoto, ovien, ikkunoiden ja pöytien sekä ihmisten sijainnit. Tilojen hahmottamisen jälkeen myös reittien kartoittaminen on kätevää. Kuvailua voi käyttää hyödyksi oikeastaan kaikenlaisissa tilanteissa, joissa siitä saattaa olla apua vastaanottajalle.

Kuvailua voi tehdä kuka tahansa. Pääasiassa kuvailu tulee osaksi kommunikaatiota jonkin ammattiryhmän tarjoaman palvelun kautta. Näitä ammattilaisia ovat esimerkiksi viittomakielentulkit ja kuvailutulkit. Myös perheenjäsenet, henkilökohtaiset avustajat, hoitajat sekä muut kuvailua haluavan henkilön kanssa työskentelevät, näkevät henkilöt voivat kuvailla. (Lahtinen ym. 2009, 15.)

#### 4.2 Sosiaaliset pikaviestit

Sosiaaliset pikaviestit ovat yksi osa-alue sosiaalishaptista kommunikaatiota. Ne ovat käytännöllisiä esimerkiksi arkipäivän tilanteissa, joissa kuurosokean henkilön kädet eivät ole vapaana, kuten imuroidessa. Tällaisessa tilanteessa hänelle voidaan viittoa haptisesti olkapäähän KAHVI, jolloin vastaanottaja tietää, että kahvia on tarjolla ja voi reagoida siihen. (Lahtinen 2008, 50–51.) Pitää kuitenkin muistaa aina tarkistaa vastaanottajalta, mihin häntä saa koskea ja mihin ei.

Koskettaminen on oleellinen osa sosiaalishaptista kommunikaatiota. Siitä huolimatta tulee ajatella, että kaikki eivät pidä siitä, että heitä kosketaan keholle.

#### 4.3 Tulkkauspalvelu

Tulkkauspalvelu on keskeinen tekijä kuurosokean henkilön arjessa ja se myös tukee kuurosokean henkilön itsenäisyyttä. Kuurosokeilla on ollut oikeus tulkkauspalveluun jo vuodesta 1979 lähtien. Tulkkauskeskukseen on kuulunut varsinaisen tulkkauksen lisäksi myös opastaminen ja kuvailu. (Lahtinen 2004, 12.) Tulkkauspalvelun järjestämismääräys on aikaisemmin ollut kunnilla, mutta vuodesta 2010 lähtien tulkkauspalvelua on järjestänyt Suomen Kansaneläkelaitos (Kela 2012). Tulkkauspalvelujen saanti edellyttää, että henkilöllä on kuulo-, kuulonäkö- tai puhevamma, jonka vuoksi hän tarvitsee tulkkausta voidakseen toimia tasavertaisena henkilönä yhteiskunnassa. Tulkkauspalvelu on hakijalleen ilmaista, ja kuurosokealle henkilöllä on oikeus saada tulkkauspalvelua vähintään 360 tuntia vuodessa. Kuulo- ja puhevammaisille tuntimäärä on vähintään 180 vuodessa. (Laki vammaisten henkilöiden tulkkauspalvelusta 2010.) Tulkkauspalvelupäätöksen yhteydessä luodaan asiakasprofiili. Profiili sisältää tietoa asiakkaan tulkkaustavasta, -kielestä ja erityistarpeista, kuten mitä menetelmää asiakas haluaa käytettävän kuvailtaessa. (Marttila 2006, 48–49). Profiili edesauttaa sopivan tulkin löytämistä tilaukseen.

Ensisijainen tavoite tulkkauspalvelulla on edistää kuurosokeiden tiedonsaantia ja sujuvoittaa kommunikaatiota (Marttila 2006, 15). Kun kuurosokea on oikeutettu tulkkauspalveluun, hänellä on myös oikeus luoda itselleen tulkkirinki. Tulkkiringillä tarkoitetaan yhtä tai useampaa tulkkiä, joiden kanssa kommunikaatio sujuu parhaiten. Hän voi myös tarvittaessa muuttaa rinkiään lisäämällä tai poistamalla tulkin. Kuurosokean henkilön tehdessä tulkkitilausta etsitään tulkkiä ensisijaisesti tulkkiringistä. Jos kukaan ringin tulkeista ei ole vapaana, etsitään tulkkiä sen ulkopuolelta. (Kovanen, Mielityinen & Västilä 2012, 121.) Asiakkaan toiveita pyritään kuitenkin aina noudattamaan.

#### 4.4 Apuvälineet

Kuurosokeuteen sopeutuminen vie aikaa, ja se tuo tullessaan myös paljon uutta opittavaa. Miten tähän asiaan suhtautuu ja sopeutuu, riippuu paljon ihmisestä itsestään. Kuurosokean henkilön arjesta selviytymistä voi kuitenkin helpottaa erilaisilla apuvälineillä. Nykyään on kehitetty laitteita ja keinoja, joiden avulla kuurosokea voi elää täysipainoista elämää. Kehitys menee myös koko ajan eteenpäin, ja uusia laitteita sekä menetelmiä kehitetään jatkuvasti lisää. Apuvälineiden tarkoituksena on auttaa kuurosokeaa henkilö tulemaan toimeen arjessa ja joskus jopa edistämään turvallisuutta. Apuväline voi olla väline, laite tai ohjelma. (Forsberg 2010, 6.) Kuurosokeille hyödyllisiä apuvälineitä ovat lukemisen, kommunikoinnin ja liikkumisen apuvälineet. Näiden avulla hän saa tietoa maailman tapahtumista ja pääsee keskustelemaan niistä muiden ihmisten kanssa. Lukemisen apuvälineitä ovat esimerkiksi äänikirjat, pistekirjat ja -lehdet (Forsberg 2010, 32). Täysin taktiilisti kommunikoivalle kuurosokealle henkilölle pistekirjat ja -lehdet ovat käteviä ja pistekirjoitusta on hyödynnetty myös taktiilikommunikaation apuvälineissä. Ulkomailla käytetään monia pistekirjoitukseen pohjautuvia kommunikoinnin apuvälineitä, mutta Suomessa niiden käyttäjämäärät ovat niin vähäisiä, ettei niitä ole kannattanut tuoda Suomeen. Suomessa on kuitenkin käytössä tietokoneita ja matkapuhelimia, joilla voidaan kirjoittaa pistekirjoituksen avulla. (Forsberg 2010, 26.)

Tärkein liikkumisen apuväline on valkoinen keppi. Valkoinen keppi on yleinen tunnusmerkki sokeasta henkilöstä, mutta se on myös paljon käytössä kuurosokeiden keskuudessa. Valkoinen keppi on nimensä mukaan valkoinen ja sen pää valitaan maaston mukaan. Pääsääntöisesti valkoisen kepin tarkoitus on toimia tuntoaistin tukena ja ilmoittaa liikkumisympäristön maastovaihtelut ja mahdolliset esteet. (Näkövammaisten Keskusliitto ry i.a.) Valkoinen keppi voi olla kokoontaitettava, jolloin se kulkee kätevästi mukana tai se voi olla yksiosainen. Muita liikkumisen apuvälineitä ovat esimerkiksi opaskoira, tuntoaistilla toimivat kompassit ja kulkuväylien pintarakenteet sekä opastavat materiaalit. (Forsberg 2010, 13–15.) Kuurosokeuteen liittyy tasapainon heikentymistä, mikä ikääntymisen myötä heikentyy entisestään. Muun muassa sen vuoksi liikkumisen apuvälineet ovat tärkeitä kuurosokeille henkilöille. Hyviä apuvälineitä liik-

kumiseen ovatkin rollaattori ja kävelykepit, jotka auttavat säilyttämään tasapainon.

Apuvälineiden hankinta on pääasiassa maksutonta ja niitä saa esimerkiksi kunnan sosiaalitoimesta, terveyskeskuksesta, keskussairaalasta tai Kansaneläkelaitokselta. Apuvälineiden tarve kartoitetaan yleensä palvelusuunnitelmaa tehdessä. Palvelusuunnitelma tehdään yhdessä sosiaalitoimen kanssa, ja tähän suunnitelmaan voidaan lisätä mahdolliset apuvälineet. (Forsberg 2010, 6–8.)

#### 4.5 Opastus

Opastus on kuurosokeiden käyttämä palvelu, jonka tarkoituksena on edesauttaa kuurosokeiden liikkumista paikasta toiseen. Opastus jaetaan kahteen erilaiseen tyyliin: fyysiseen ja ei-fyysiseen opastukseen. (Lahtinen 2004, 194.) Fyysisessä opastuksessa oppaan ja opastettavan välillä on fyysinen kontakti, kun taas ei-fyysisessä opastuksessa opas ja opastettava kulkevat erillään toisistaan. Fyysisessä opastuksessa opastettava kulkee oppaan vierellä yhden askeleen perässä ja pitää kädellään kiinni oppaansa käsivarresta, hieman kyynärpään yläpuolelta. Tätä opastusotetta kutsutaan pullonkaulaotteeksi, ja se on yleisin opastusote. Opastusote voi vaihdella, esimerkiksi osapuolten pituuserojen ja turvallisuuden vuoksi. Jos opastettava on opastaan pidempi, hänen on helpompi ottaa kontakti olkapäästä. Jos taas kulkureitti on hyvin ahdas eivätkä opas ja opastettava mahdu kulkemaan siitä vierekkäin, on turvallisempaa tarttua kiinni hartioista peräkkäin liikuttaessa. Ei-fyysisessä opastuksessa opastettava kulkee oppaansa perässä ja seuraa tämän hahmoa. Ei-fyysistä opastusta voidaan käyttää, kun opastettavalla on näköä ja/tai kuuloa tallella. (Lahtinen 2004, 194.) Opastettaessa opas menee edellä. Oppaana voi toimia kuka vaan, kunhan opastettavan turvallisuudesta huolehditaan. (Suomen Kuurosokeat ry, 2013 b.)

Opastus kuurosokealle eroaa jonkin verran sokealle opastamisesta. Sokean kanssa voidaan kommunikoida puheella ja kertoa, mitä on tulossa, mutta kuurosokean kanssa kommunikointi on haasteellisempaa. Opastuksen aikana kuu-

rosokean kanssa voi kommunikoida, mutta se tapahtuu yksikätisesti. Kommunikointi on hyvä tehdä paikallaan, jotta ei aiheuta vaaraa opastettavalle eikä op-  
paalle itselleen. Kuurosokean opastukseen on kehitetty erilaisia kehomerkkejä ja -liikkeitä, jotka helpottavat kommunikointia. Näiden liikkeiden ja merkkien avulla kuurosokea tietää, mitä on tulossa tai mitä pitää tehdä. Esimerkiksi olkapään nosto tarkoittaa opastuksessa kynnystä tai pientä ylitettävää estettä. Kun opas nostaa olkapäätänsä kynnyn kohdalla, opastettava tietää astua kynnyn yli. Kun taas olkapäätä lasketaan, astutaan pieni askelma alaspäin. Joskus opastuksessa pitää muuttaa opastuspuolta. Puolen vaihto ilmaistaan kahdella napautuksella kylkeen. Opastuspuolen vaihto on yleistä portaisiin mentäessä, sillä yleisin sääntö on, että opastettava on portaissa kaiteen puolella, jotta hän saa siitä tukea. Opastettaessa portaissa pitää myös kuvailla portaat ja kertoa, mihin suuntaan ne kulkevat. (Lahtinen 2006, 195.)

## 5 ERGONOMIA TAKTIILIKOMMUNIKAATIOSSA

Ergonomia-käsite kattaa sisäänsä tietoa tekniikasta sekä ihmisten fysiologiasta ja psykologiasta. Ergonomia tutkii ihmisten ja toimintojen vuorovaikutusta ja sitä kautta kehittää ihmisen hyvinvoinnin parantamista ja työvälineiden suorituskykyä. (Launis, Lehtelä 2011, 19.) Useimmiten ergonomia liitetään työoloihin ja työskentelytapoihin ja siten erilaisiin teknisiin laitteisiin. Tässä työssä tarkoitamme ergonomiasta puhuessamme ihmisten välistä vuorovaikutusta ja siinä huomioonotettavia ergonomisia asentoja ja toimintatapoja.

Taktiilikommunikaatioissa ergonominen toimiminen korostuu. Tilanteesta riippuen taktiilikommunikaatio voi tapahtua istuen tai seisten. Erityisesti istuma-asentojen variaatiot määräytyvät kuurosokean henkilön tottumuksista. Kommunikointi voi tapahtua suorassa vastakkaisasennossa, jossa viittojat istuvat joko polvet lomittain, tai niin että toisen jalat ovat yhdessä toisen jalkojen välissä. Toinen kommunikointi asento on viisto rinnakkaisasento, jossa viittojat istuvat hieman kulmittain toisiinsa nähden vain polvien ulkoreunat koskettaen toisiaan ja muodostaen näin suoran kulman. Kolmas asento on suora rinnakkaisasento, jossa viittojat istuvat rinnakkain ja molempien keho ovat suuntautuneena eteenpäin. Neljäs asento on viisto vastakkaisasento, joka muistuttaa viistoa rinnakkaisasentoa. Tätä käytetään enemmän seisten ja silloin, kun kuurosokealla henkilöllä on näön jäänteitä tallella, sillä pidempi etäisyys viittojien välillä edesauttaa huulion lukua. (Kovanen & Lahtinen 2006, 26–32.)

Kaikkiin muihin asentoihin paitsi suoraan vastakkaisasentoon vaikuttaa viittojien kätisyys. Suorassa vastakkaisasennossa käytetään viittomiseen molempia käsiä, kun taas muissa asennoissa on käytössä vain toinen käsi. Kehon ja käsien asennot sekä viittojien kokoerot (suuret erot kehon ja käsien koossa) tulee huomioida taktiilisti kommunikoidessa, sillä epäergonomiset asennot ja liikera-dat voivat aiheuttaa jännittyneisyyttä käsissä, hartioissa ja selässä. Erityisesti ikääntyneillä lihasten nopeus ja voima ovat heikentyneet sekä nivelten liikkuvuus ja lihasten notkeus vähentynyt (Launis & Lehtelä 2011, 77). Nämä ovat kriittisiä muutoksia, jotka vaikuttavat taktiilikommunikaation sujuvuuteen ja kestävyYTEEN.

Yksi ergonomian tärkeä osa-alue on taukojen pitäminen. Erityisesti hyvin intensiivisessä vuorovaikutuksessa taukojen pitäminen korostuu, sillä informaatiota tulee paljon. Tällöin aivot eivät pysty vastaanottamaan loputtomasti tietoa, ja myös keho rasittuu pitkäjänteisestä vuorovaikutuksesta. Väsymyksen seurauksena keskittyminen herpaantuu sekä saattaa aiheuttaa lihas- ja nivelvaivoja. Näiden ehkäisemiseksi suositellaankin pitämään muutaman minuutin taukoja tunnin sisällä. (Työterveyslaitos 2013.) Taukojen pitäminen kommunikoinnin välissä on tärkeää, jotta kuurosokea jaksaa keskittyä ja hänen tarkkaavaisuutensa säilyy. Tämä on erityisen tärkeää esimerkiksi tulkkausta vastaanotettaessa, jossa informaatiota saattaa tulla paljon (Launis & Lehtelä 2011, 116). Ergonomian kannalta myös olosuhteiden arvioiminen kommunikaatiotilanteessa on tärkeää. Täysin taktiileille kuurosokeille ääni- ja valomaailma eivät ole oleellisia, mutta huomioon otettavia asioita ovat tilan ilmavirtaukset ja lämpötila.

## 6 TEEMAHAASTATTELU JA TOTEUTUS

Tämän työn aineistona olemme käyttäneet haastatteluja, jotka toteutettiin teemahaastatteluina (Liite 3). Päädyimme käyttämään teemahaastattelua, koska halusimme selvittää tietyn ryhmän omia kokemuksia ja toiveita liittyen kommunikointiin.

### 6.1 Tutkimusmenetelmä

Valitsimme aineistonkeruumenetelmäksi puolistrukturoidun teemahaastattelun, sillä siinä voi vapaamuotoisesti esittää haluttuja kysymyksiä eikä tarvitse noudattaa tiettyä rajattua kaavaa (Hirsjärvi & Hurme 1995, 84). Olimme etukäteen rajanneet teemoiksi kolme osa-aluetta: ikääntyminen, fyysiset kommunikaation muutokset ja ergonomian muutokset. Kysymyksiä oli yhteensä 29. Vastauksista riippuen kaikkia kysymyksiä ei kuitenkaan esitetty jokaiselle. Esimerkiksi pitkäaikaissairauksien vaikutuksia kommunikaatioon ei kysytty, mikäli haastateltavalla niitä ei ollut. Teemahaastattelu antoi meille liikkumavaraa kysymysten esittämisjärjestykseen sekä haastateltavien monipuolisten vastausten tulkitsemiseen. (Hirsjärvi & Hurme 1995, 86.) Teemahaastattelun monipuolisuuden takia pystyimme kyselemään haastateltaviltamme haluamiamme kysymyksiä ja kokemuksia, joiden kautta työstämme muodostui fenomenologinen tutkimus (Jyväskylän yliopisto i.a.).

Analysointivaiheessa kävimme kaikkien haastateltavien vastaukset kysymys kerrallaan läpi. Vertasimme haastateltavien vastauksia keskenään ja etenimme kysymyskohtaisesti haastattelurungon läpi. Tutkimme vastauksia ja etsimme samankaltaisuuksia sekä eroavaisuuksia niistä, jonka jälkeen kokosimme vastauksista teemojen mukaisia kokonaisuuksia tuloksiin.



## 6.2 Kohderyhmä

Kohderyhmä koostui kuudesta yli 65-vuotiaasta taktiilia kommunikaatiomenetelmää käyttävästä kuurosokeasta. Määrittelimme työssämme ikääntymisen alkavaksi 65 ikävuoden jälkeen nojautuen Tilastokeskuksen ja Kansaneläkelaitoksen määritelmiin. Tilastokeskus jakaa väestön ikärakenteen kolmeen kategoriaan: lapset 0–14-vuotiaat, työkäiset 15–64-vuotiaat ja vanhukset yli 65-vuotiaat (Tilastokeskus 2003). Kansaneläkelaitos on rajannut vanhuuseläkkeen saamisen ikäraajaksi 65 vuotta (Kela 2013).

Haastateltavien ikäjakauma oli 65–85 vuoden väliltä. Mukana oli kolme miestä ja kolme naista. Heidän kommunikaatiomenetelmänsä vaihtelivat taktiilista viittomakielestä taktiileihin sormiaakkosiin sekä taktiiliin viitottuun puheeseen. Kaikki haastateltavat olivat pitkäaikaisia taktiilin kommunikaatiomenetelmän käyttäjiä, ja suurin osa oli syntymäkuuroja.

Olemme tuloksissa käyttäneet haastateltavista kirjaimia A–F:ään. Kerromme alla haastateltavien iän, mutta emme paljasta kommunikaatiomenetelmää tai muutakaan yksityiskohtaa heistä. Olemme tehneet tämän rajauksen suojellaksemme heidän yksityisyyttään.

Haastateltavien iät:

A = 67 vuotta

B = 72 vuotta

C = 80 vuotta

D = 74 vuotta

E = 82 vuotta

F = 82 vuotta

### 6.3 Teemahaastattelun toteutus

Haastatteluihin osallistui kuusi taktiilia kommunikaatiomenetelmää käyttävää kuurosokeaa henkilöä. Haastattelut toteutettiin haastateltavien asuinpaikkakunnilla. Jokainen haastattelu oli yksilöllinen, ja paikalla oli 1–2 tulkkia, jotka oli tilattu asiakkaan puolesta. Halusimme tulkit paikalle, koska ajattelimme sen olevan parempi ratkaisu haastateltavien ymmärtämisen ja tilanteen luontevuuden kannalta. Se myös helpotti haastattelujen tekoa, sillä näin me saimme keskittyä kysymysten esittämiseen ja vastausten kirjoittamiseen. Yhteen haastatteluun käytimme aikaa noin tunnin ja 15 minuuttia. Haastattelukysymykset olivat paperilla, johon myös teimme vastauksista muistiinpanoja. Olimme näyttäneet kysymykset tulkeille etukäteen, mutta haastateltavilla ei ollut kysymyksistä tietoa ennen haastattelua. Ensimmäiseksi esittelimme itsemme, kerroimme mitä olemme tulleet tekemään, ja kysyimme lupaa haastattelun videokuvaamiseen. Kysyimme lupaa myös tulkeilta ja selitimme molemmille, että videomateriaalia ei tulla käyttämään muussa tarkoituksessa kuin analysoinnin tukena.

Aloitimme haastattelun mukavalla keskustelulla, jotta saisimme haastateltavat tuntemaan olonsa viihtyisäksi ja muodostettua välillemme eräänlaisen luottamussuhteen. Näiden asioiden kautta haastattelusta on mahdollista tulla mukavan tuntuinen kaikille osapuolille (Hirsjärvi & Hurme 1995, 81). Kerroimme myös työmmme teemat ja tarkoituksen sekä korostimme haastateltaville kysymisen tärkeyttä, mikäli he eivät ymmärtäneet mitä tarkoitimme. Hirsjärven ja Hurmeen mukaan haastattelu on hyvä aloittaa helpoilla avauskysymyksillä, joilla saadaan haastateltavat kokemaan itsensä vastaamiskykyisiksi (Hirsjärvi & Hurme 1995, 87). Ensimmäiset kysymyksemme olivatkin peruskysymyksiä iästä ja taktiilikommunikaation alkamisajankohdasta. Alkukysymysten jälkeen kävimme kysymykset läpi teemoittain, välillä soveltaen vastausten mukaan.

## 7 TULOKSET

### 7.1 Ikääntymisen vaikutukset kommunikaatioon

Ensimmäinen teema koostui kysymyksistä, jotka liittyivät ikääntymisen yleisiin vaikutuksiin. Kysymykset olivat muun muassa ikääntymisen vaikutuksesta elämään, apuvälineiden tarpeellisuudesta ja mahdollisista pitkäaikaissairauksista.

Ikääntyminen oli vaikuttanut haastateltaviin monin eri tavoin, mutta he eivät itse kokeneet vaikutusten olevan merkittäviä. Ainoastaan haastateltava E kertoi ikääntymisen ahdistavan häntä ja saaneen hänet tuntemaan alemmuutta muihin ihmisiin nähden. Sama haastateltava koki myös uusien viittomien muistamisen ja oppimisen haasteelliseksi. Osa haastateltavista kertoi huomanneensa muistinsa hieman heikentyneen, mikä ilmeni pieninä unohteluina. Unohtelut eivät kuitenkaan olleet vaikuttaneet kommunikoinnin sujumiseen. Ikääntymiseen liittyviä apuvälineitä oli vain kahdella haastateltavalla: rollaattori ja pyörätuoli. Osa käytti ulkoilun yhteydessä kävelysauvoja huonon tasapainon vuoksi

Haastateltavat kertoivat ikääntymisen ilmenneen pääasiassa avuntarpeena vaikeissa olosuhteissa, kuten pimeällä ja liukkaalla säällä, sekä lievinä kielellisinä vaikeuksina. Haastateltava F mainitsi, että sokeutumisen myötä hänen piti alkaa tilata tulkkia enemmän aikaisempaan verrattuna. Lisäksi haastateltava B koki itsensä ja nuorten välillä kielieroja ja sen vuoksi vaikeutta ymmärtää toisiaan. Hänen ratkaisuna ongelmaan oli, että ”nuoria pitää tavata enemmän, jotta kielieroihin tottuu”. Haastateltava D oli huomannut ikääntymisen myötä pistekirjoituksen lukemisen hidastuneen, sillä aivot eivät vastaanota enää tietoa samalla vauhdilla kuin ennen. Myös haastateltavat A ja B totesivat lopettaneensa pitkissä tulkatuissa tilaisuuksissa käymisen, sillä he väsyvät nopeammin kuin ennen.

Suurin osa haastateltavista ajatteli myös väsymyksen kommunikointitilanteissa johtuvan ikääntymisestä. Taukoja kommunikoidessa kaipasivat haastateltavat B, C, D ja F. Haastateltava A taas sanoi, että hän ei väsy, vaan nauttii taktiilisti kommunikoimisesta. Hän kommentoi myös, että liikunnan avulla hän on pitänyt itsensä hyvässä kunnossa, mikä on edesauttanut hänen jaksamistaan. Haasta-

teltava E vuorostaan totesi, että hän ei osaa pitää taukoja, vaan hänen tulisi opetella niiden pitämistä. Haastateltava B toivoi myös kommunikointipuolen vaihtoa, erityisesti pitkäaikaisissa tulkkaustilanteissa, sekä hän halusi mahdollisuuksia venyttelyihin taukojen puitteissa. Lähes jokainen haastateltavista kertoi pitkäaikaisessa kommunikoinnissa käsien väsyvän. Haastateltava F mainitsi jopa konkreettisen olkapään naksumisen.

Työterveyslaitos suositteleeekin työssä, jossa vaaditaan tarkkaavaisuutta ja keskittymistä pidettävän taukoja säännöllisin väliajoin sekä keskeytettävän toisto- liikkeitä lyhyillä lepotauoilla (Launis ym. 2011, 202). Vaikka suositukset on kohdistettu työelämään, niitä voi kuitenkin verrata myös kuurosokeiden taktiiliin kommunikoimiseen. Erityisesti taktiileissa tulkkaustilanteissa taukojen merkitys korostuu.

Suurimmalla osalla haastateltavista ei ollut ikääntymiseen liittyviä pitkäaikais- sairauksia. Haastateltava E:llä oli todettu osteoporoosi useampi vuosikymmen sit- ten, mutta se ei ollut hänen mukaansa vaikuttanut kommunikointiin. Hän sanoi, että hyvällä kehon ja käsien asennolla pystyy välttämään käsien ja hartioiden väsymistä. Haastateltava F:llä on ollut aikaisemmin toispuoleinen halvaus, joka aiheutti vasemman puolen väliaikaisen heikentymisen. Kommunikaatio sujui hänen mukaansa kuitenkin normaalisti vasemman käden heikkoudesta huoli- matta. Haastateltava B:llä ei ollut pitkäaikais- sairauksia, mutta hänellä oli ennen ollut niskavaivoja, jotka vieläkin toisinaan väsyttävät häntä.

## 7.2 Fyysiset kommunikaatiomuutokset

Toinen teema käsitteli fyysisiä muutoksia ja niiden vaikutuksia kommunikaati- oon. Kysyimme haastateltavien kommunikointitavoista sekä kommunikoinnin määrästä iän lisääntyttyä. Teema sisälsi myös kysymyksiä kuvailun ja sosiaa- lishaptisen kommunikaation tarpeellisuudesta.

Haastateltavista osa toivoi keskustelukumppanin viittomisen olevan normaali- tahtista, vaikka he itse viittoivat ja kommunikoivat melko nopealla tahdilla. Haastateltava B huomautti, että tahti ei saa kuitenkaan olla liian hidasta eikä

liian nopeaa, koska kädet rasittuvat molemmissa. Haastateltava A, D ja E toivoivat rauhallista ja selkeää viittomista. Erityisesti tätä toivottiin pitkissä tilaisuuksissa. Haastateltava D totesi nopeassa sormituksessa haluavansa rauhallisuutta ja selkeyttä, koska nopeaa tahtia on vaikea vastaanottaa. Haastateltava E tarvitsi sormitusten yhteydessä rauhallisuutta, koska hänen on niitä muutenkin vaikea ymmärtää. Sama haastateltava kertoi myös kokevansa viittomakielen muuttuneen haasteellisemmaksi.

Kysyessämme haastateltavilta muiden kanssa kommunikoinnista, he kertoivat pääasiassa kommunikoivansa viittomakielentulkkien kanssa. Haastateltavien mukaan he olivat vain vähän tekemisissä muiden kuurosokeiden kanssa, vaikka haastateltava A koki sen kuitenkin tärkeäksi. Haastateltavat kertoivat myös kuurojen aristelevan taktiilisti viittomista, joten kommunikointi heidän kanssaan jäi hyvin vähäiseksi. Haastateltava A kommentoi myös nuorten kuurojen viittovan niin nopeasti, että hän ei aina ymmärrä, mitä he haluavat sanoa. Kommunikointi ympärillä olevien kuulevien kanssa oli myös vähäistä, sillä kuulevilla ei välttämättä ole tarvittavaa kielitaitoa. Haastateltava A sanoi kommunikoinnin sujuvan parhaiten aina viittomakielentulkkien välityksellä.

Haastateltavista viisi käytti säännöllisesti opastusta. Pääsääntöisesti he käyttivät sitä kaupassa, kaupungilla, uimassa ja ulkona liikkuessaan. Opastuksen tarve oli neljällä jonkin verran muuttunut ajan kuluessa. Muutokset olivat lähinnä kävelytahdin hidastuminen ja opastusotteen muuttuminen. Vauhdin hidastuminen johtui ikääntymisestä, minkä seurauksena toivottiin rauhallista kävelytahtia opastettaessa. Haastateltava E totesi lyhyiden askelten olevan parempia tasapainon kannalta, koska kovin pitkissä askeleissa tasapainon säilyttäminen hankaloituu. Opastusote oli kolmella haastateltavista muuttunut pullonkaulaotteesta käsikynkkään, sillä se tuntui heistä turvallisemmalta otteelta. Opastusotteen muuttumiseen vaikutti tasapainon heikentyminen. Haastateltava B kommentoi, että uimassa ollessa paras opastusote on kuitenkin oppaan olkapäästä.

Kaikki haastateltavat käyttivät kuvailua, ja haastateltava E kommentoi sitä jopa ”maailman tärkeimmäksi asiaksi”. Kuvailutavat vaihtelivat haastateltavien kesken. Osa otti kuvailua vastaan taktiilisti sekä piirrettynä keholle tai pöydälle. Haastateltava C ei halunnut kuvailua tehtävän keholleen, ja haastateltava D ei

halunnut kuvailua selkäänsä, koska ei pysty tuntemaan sitä kunnolla. Kuvailua haluttiin käytettävän muun muassa jääkiekko-otteluista aina teatterin kuvailuun sekä erilaisten muotojen kertomiseen. Haastateltava B kertoi ymmärtävänsä kuvailun kautta asioita eri tavalla.

Sosiaalishaptinen kommunikaatio oli haastateltaville käsitteenä hieman vieraampi, mutta osa kertoi käyttävän toisinaan muutamia osaamia sosiaalisia pikaviestejä. Erityisesti haastateltavat A ja B vastaanottivat niitä mielellään, koska kokivat ne mielekkäiksi ja helpoiksi. Molemmille henkilöille sai viestittää minne tahansa keholle, kunhan se ei tapahdu yllättäen. Loput haastateltavat eivät käyttäneet aktiivisesti sosiaalisia pikaviestejä eivätkä sen johdosta kokee neet niitä tärkeiksi.

### 7.3 Ergonomian muutokset kommunikaatiossa

Kolmas teema käsitteli kommunikoinnin ergonomiaa ja siinä tapahtuneita mahdollisia muutoksia. Kysymykset liittyivät kommunikointiasentoon ja -käytisyyteen. Ergonomiaan liittyen tiedustelimme myös mahdollisten apuvälineiden vaikutuksia kommunikaatitilanteissa. Viimeisen kysymyso-alueen olemme avanneet omaksi alaluvuksi, koska se sisälsi haastateltavien omia toiveita kommunikoinnista.

Kommunikointiasento on ollut kaikilla haastateltavilla sama koko taktiilikommunikaatiovaiheen ajan. Kaikkien asento oli viisto rinnakkaisasento eli niin sanottu v-asento. Jokainen totesi sen olevan paras asento ymmärtämisen kannalta. Haastateltava A totesi v-asennon olevan paras, sillä siinä viittominen sujuu parhaiten ja istumisasento on mukava. Hänen mukaansa liian lähekkäinen asento hidastaa viittomista. Suorasta vastakkaisasennosta kukaan haastateltavista ei pitänyt. Haastateltava E:n mukaan siinä asennossa on vaikea ymmärtää viittomista ja haastateltavat B ja C kokivat asennon epämiellyttäväksi.

Haastateltavat käyttivät kommunikoinnin vastaanottamiseen pääasiassa vasenta kättä. Haastateltavat A, B, C ja E turvautuivat vastaanottamaan molemmilla käsillä, mikäli he eivät ymmärtäneet kunnolla. Oikealla kädellä vastaanottami-

nen tuntui haastateltava F:stä oudolta, ja sen vuoksi hän ei halunnut sitä käytettävän. Haastateltava A kommentoi vasemman kätensä ymmärtävän kaiken, mutta oikealla kädellä vastaanottaessa saattaa helposti tapahtua ymmärrysvirheitä. Tämän takia hän pitääkin mieluummin tauon vasemman käden väsyessä kuin vaihtaa sitä oikeaan.

Apuvälineiden käyttö kommunikoinnin yhteydessä koettiin jonkin verran ongelmalliseksi. Neljällä haastateltavista oli käytössä valkoinen keppi. Heistä yksi käytti keppiä vain sisätiloissa, koska ei luota siihen ulkona. Suurin osa valkoista keppiä käyttävistä haastateltavista sanoi kepin häiritsevän kommunikointia. He pyrkivät asettamaan kepin joko taskuun, laukkuun tai nojaamaan seinää vasten. Haastateltava A totesi, että kommunikointi ei suju hyvin kepin ollessa kainalossa, sillä se voi sotkea ymmärtämistä. Haastateltava E:llä oli ongelmia kepin asettelussa ja hän kertoikin heittävänsä kepin aina lattialle, vaikka tiedosti sen olevan huono ratkaisu, sillä sen etsiminen ja nostaminen tuottavat vaivaa. Ainoastaan haastateltava F sanoi, ettei keppi kainalossa tuota lainkaan ongelmia. Rollaattorin ja pyörätuolin käyttäjät eivät kokeneet apuvälineiden vaikuttavan häiritsevästi.

#### 7.4 Haastateltavien kommunikaatioiveet

Haastattelujen päätteeksi kysyimme haastateltavien toiveita liittyen kommunikation eri osa-alueisiin. Haastateltavien toiveiden perusteella saadaan suuntaa antavia ohjeita kommunikaatiotilanteisiin ja siihen, mitä niissä tulisi ottaa huomioon. Kysyimme haastateltaviltamme toiveita kommunikointiasennosta, -etäisyydestä, käsien otteesta ja korkeudesta, viittomisen tahdistista, selkeydestä ja liikeradoista. Lisäksi annoimme heille mahdollisuuden kertoa muista toiveistaan ja ajatuksistaan. Pääsääntöisesti esiin nousseet haastateltavien kommunikaatioiveet kohdistuivat tulkkaustilanteisiin ja tulkkeihin.

Kaikki haastateltavat toivoivat kommunikointiasennon olevan viisto rinnakkaisasento eli v-asento. Tämä asento mahdollistaa luontevan istuma-asennon, sopivan läheisyyden ja oikeanlaisen käden kulman vartaloon nähden. Haastatel-

tava E kommentoi, että v-asento toimii parhaiten kun istutaan lähellä pöydän kulmaa, jolloin on enemmän tilaa kommunikoida ja lisäksi pöydästä on helpompi ottaa tukea. Noin puolet haastateltavista kertoi kommunikoivansa joskus myös seisten, mutta tällöin keskustelutuokiot ovat lyhyitä. Esimerkiksi haastateltava E sanoi, ettei halua keskustella pitkiä aikoja seisten. Kaikki haastateltavat toivoivat vastaanottapuolen olevan vasen. Kuitenkin haastateltava B toivoi tulkkauksissa vastaanottapuolen vaihtoa toisen puolen väsyessä. Muilta haastateltavilta samanlaista toivetta ei tullut. Tästä syystä kannattaa aina varmistaa kuurosokealta henkilöltä, kuinka hän haluaa toimittavan jos aktiivinen vastaanottokäsi väsy.

Kommunikointietäisyyden toivottiin olevan sopiva. Sopivalla etäisyydellä tarkoitetaan etäisyyttä, jossa huomioidaan henkilön fyysinen rakenne ja sitä kautta hyvän ergonomian toteutuminen. Haastatteluista ilmeni, että on parempi pitää lyhyempi etäisyys kuin pidempi, sillä siinä kädet eivät väsy lihasten jännittämisen takia. Sopivalla etäisyydellä kuurosokean henkilön ei tarvitse nojautua eteenpäin, vaan hän voi istua rennosti. Sopivan etäisyyden avulla myös ymmärtäminen helpottuu.

Seuraavaksi kysyimme käsien otteesta ja korkeudesta. Haastateltavat olivat näistä melko yksimielisiä. Käsien otteen tulee olla kevyt eikä missään nimessä puristava. Otteen tulee kohdistua kämmeneen. Haastateltava C kommentoi, ettei ranteesta saa koskaan ottaa kiinni. Käsien korkeus olisi haastateltavien mukaan paras niin, että olkapää ei pääsisi kohoamaan, sillä se saattaa aiheuttaa käden väsymistä ja kipua sekä vaikeuttaa ymmärtämistä. Käsien asennoksi toivottiin noin 90 asteen kulmaa. Tällöin käsi olisi suunnilleen vatsan korkeudella rennossa asennossa. Haastateltava D toivoi erityisesti, että hän saisi kyynärpäälle tukea käsinojasta. Haastateltava C kommentoi, että käsien otteen tulee olla hyvä, jotta kommunikointi olisi kaunista.

Rauhallisuutta ja selkeyttä viittomiseen toivoivat puolet haastateltavista. Erityisesti sormiaakkosilla kommunikointiin haluttiin lisää rauhallisuutta ja toivottiin turhaa kiirettä vältettävän. Esimerkiksi nousi kirjain K, joka voi mennä helposti sekaisin V:n kanssa, mikäli sormet ovat jääneet liian lähekkäin ja tahti on ollut liian nopeaa. Loput haastateltavista halusivat säilyttää normaalin viittomistah-



din. Haastateltava A kommentoi kuitenkin viittomistahdin mukautuvan aina kommunikointikaverin mukaisesti. Käsien liikeratojen toivottiin olevan pieniä ja pysyvän kehon etupuolella. Haastateltava A kertoi esimerkiksi, ettei viittomaa JUMALA tarvitse viittoa normaaliin paikkaansa pään yläpuolelle vaan riittää, että sen viittoo suunnilleen kasvojen korkeudella. Kaikki haastateltavat toivoivat suuria liikeratoja vältettävän. Haastateltava C muistutti jälleen kielen kauneuden tärkeydestä ja haastateltava F puolestaan totesi suurien liikkeiden olevan ras- kaita vastaanottaa.

Viimeisin kysymyksemme liittyi haastateltavien omiin kommunikaatioiveisiin. Esiinnousseita asioita olivat kommunikoinnin määrä, tauot, kuvailu sekä kommunikointiasento. Haastateltava A toivoi enemmän kommunikointia muiden ihmisten kanssa, niin kuurosokeiden kuin kuulevien. Hän toivoi tapaavansa enemmän ystäviään ja että vieraat tulkit tulisivat tervehtimään. Erityisesti hän toivoi tulkeilta hyvää taktiilikommunikaatiota. Haastateltava B:llä ei ollut mitään erityisiä toiveita. Hän toivoi ainoastaan, että kommunikoidessa säilyisi molemminpuolinen kunnioitus ja, että hän saisi pitkissä tilaisuuksissa tuttuja tulkkeja. Haastateltava C toivoi tulkeilta tarkkaa ja täsmällistä viittomista, mitään pois jättämättä. Samalla hän toivoi itselleen myös taukoja tulkkauksien aikana, koska tulkitkin niitä saavat. Hän esitti myös yleisen toiveen kaikille kohtaamisestaan, jonka tulisi tapahtua rauhallisesti kontaktin ottamisella.

Haastateltava D:n toiveisiin kuului hyvä kommunikointiasento. Hänen mukaansa se muodostui sopivasta etäisyydestä ja aina vasemmalta puolelta. D toivoi myös, että kuurosokeiden kanssa työskentelevät kuulevat osaisivat edes sormittaa taktiileja sormiaakkosia riittävän hyvin. Lisäksi hän toivoi kaikilta yhteneväisiä taktiileja sormiaakkosia. Haastateltava E toivoi erityisesti tarkkaa kuvailua ympäristöstä ja ihmisistä sekä taustatietoa läsnäolijoista, jolloin on helpompaa keskustella heidän kanssaan. Nämäkin toiveet kohdistuivat lähinnä tulkkeihin. E toivoi haastateltava B:n tavoin myös pitkiin tilauksiin tuttuja tulkkeja. Hän kertoi tulkkien tiheän vaihtumisen väsyttävän häntä. Haastateltava F:n ainoat toiveet liittyivät hänen kohtaamiseensa ja kuulevien kielitaitoon. F toivoi häntä lähestyttävän taputtamalla ensin olkapäälle, jonka jälkeen tervehditään ja toinen kertoo, kuka on. Toiseksi hän toivoi, että kuulevat voisivat opetella edes taktiilit sormiaakkoset, jolloin heidänkin kanssaan voisi hieman kommunikoida.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Jokainen ihminen on oma yksilönsä, niin myös kuurosokea. Selvitimme työsämme ikääntyneiden taktiilia kommunikaatiomenetelmää käyttävien kuurosokeiden kommunikaatiomuutoksia ja -toiveita. Odotimme haastattelun vastauksista monipuolisia, minkä perusteella olisimme voineet jakaa työmme lukijoille hyviä vinkkejä taktiilisti kommunikointiin. Vastaukset olivat kuitenkin hyvin samankaltaisia eikä esiin noussut yllättäviä uusia asioita. Joka tapauksessa olemme tyytyväisiä työmme lopputulokseen, josta voi saada varteenotettavia ohjeita taktiilisti kommunikoivan ikääntyneen kuurosokean kanssa toimimiseen.

Kuurosokeiden kanssa kommunikoidessa tulee tiedustella heidän tapansa kommunikoida ja toimia. Me opimme tämän asian haastatteluidemme kautta, sillä niissä huomasimme että taktiilikommunikaatio ei ollutkaan aivan sitä, mitä olimme luulleet. Käsityksemme oli, että taktiilisti kommunikointi tapahtuu enimmäkseen suorassa vastakkaisasennossa kahdella kädellä, mutta haastatteluiden pohjalta ilmeni, että asia ei oikeastaan koskaan ole näin.

Haastattelutuloksissa meidät yllätti tieto, ettei ikääntyminen ollut haastateltavien mukaan vaikuttanut taktiilikommunikaatioon. Olimme varmoja, että ikääntyminen vaikuttaisi merkittävästi siihen, sillä se on jo kommunikaatiomenetelmänä fyysisesti vaativa. Vaikka haastateltavat eivät kokeneet ikääntymisen muutoksia, he toivoivat enemmän taukoja kommunikoinnin väliin. Kommunikoinnilla he tarkoittivat erityisesti tulkkauksilanteita, joissa tulkit saavat taukoja tulkkausvuoroja vaihdellen, mutta he itse joutuvat koko ajan vastaanottamaan informaatiota. Tämä olikin hyvä huomio kuurosokean näkökulmasta, joka tulisi ottaa aina huomioon tilanteissa, joissa on kuurosokeita läsnä. Vaikka taukoja olisikin tiettyin väliajoin, tulisi kaikkien osapuolien ottaa huomioon läsnäolijoiden jaksaminen ja vireystilan säilyminen. Jo itsessään huomaa väsymisen merkkejä erityisesti pitkissä kommunikointitilanteissa, ja me sentään voimme vain auditiivisesti kuunnella eikä meidän tarvitse liikauttaa lihastakaan.

Fyysisessä kommunikaatiossa ei ollut haastateltavien mukaan myöskään tapahtunut suuria muutoksia. Taktiilikommunikaatioon siirryttyä haastateltavat kuitenkin sanoivat opastuksen ja kuvailun tarpeen ja niiden merkityksen lisää-

tyneen. Tämä ei sinällään ollut yllättävä tieto, mutta opastusote vaihteli haastateltavilla eikä suinkaan ollut aina pullonkaulaote, mikä meille on tulkkikoulutuksen aikana opetettu parhaimmaksi ja turvallisimmaksi otteeksi. Haastateltavista osa kommentoi, että käsikynkkäote on ehdottomasti turvallisimman tuntuinen heille tasapaino-ongelmien takia. Tästä huomaa, että ihmisten toiveita tulisi tiedustella ja kunnioittaa, vaikka itse olisi oppinut asian eri tavalla. Haastatteluista ilmeni myös, että osa haluaa kuvailua enemmän ja osa vähemmän, joten kuurosokealta tuleekin tiedustella kuvailutoiveita. Kuvailutapoja on kuitenkin yhtä monta kuin on kuvailun vastaanottajia ja tuottajia.

Kysyimme kommunikaation muutoksiin liittyen haastateltavien sosiaalisista suhteista, mitkä ihmetykseksemme rajoittuivat lähes ainoastaan viittomakielentulkkeihin. Olimme tietoisia kuurosokeiden ja kuurojen vähäisestä kanssakäymisestä, mutta eritoten kuurosokeiden keskinäisen kommunikoinnin vähyys yllätti meidät. Olimme molemmat ajatelleet, että yhteinen kommunikaatiomenetelmä olisi yhdistävä tekijä, jonka kautta keskustelu ja yhteydenpito olisi tiivistä. Osasimme itsekkin arvata keskustelun olevan vähäistä kuulevien kanssa. Kuulevilta puuttui haastateltavien mukaan tietyn tasoinen kielitaito ja uskallus kohdata kuurosokea. Mielestämme olisi hyvä, että kuurosokeiden kanssa toimivat kuulevat haluaisivat kehittää kielitaitoaan kohtaamalla rohkeasti kuurosokeita. Olemme itsekkin huomanneet, että käytännön kautta oppii parhaiten, sillä jokaisella kuurosokealla on omat tapansa kommunikoida ja ajatuksensa sen sujuvuudesta.

Kommunikoidessa hyvä ergonomia on oleellista. Taktiilikommunikaatiossa kehon asennolla on suuri merkitys mukavuuden kannalta. Siksi usein kommunikointi tapahtuu istuen. Kuurosokealta tulee aina varmistaa, missä asennossa ja miltä puolelta hän haluaa kommunikoida. Samoin tulee selvittää, haluaako kuurosokea väsyttyään pitää tauon vai vaihtaa kommunikaatiopuolta. Haastatteluita nousi esiin muun muassa toive, jossa henkilö toivoi, että esimerkiksi tulkit harjoittelisivat kommunikoimaan molemmilla käsillään, jotta puolenvaihto olisi helpompaa tai ylipäänsä mahdollista. Meistä ajatus kommunikaatiopuolen vaihdosta tuntuu haastavalta, sillä olemme molemmat oikeakätisiä ja vasemmalla kädellä kommunikointi tuntuu työläältä, mikä vaatisi myös enemmän keskittymistä ja voimavaroja. Jokaisen onkin tärkeää tiedostaa kykynsä toimia erilaisissa

tilanteissa ja huolehtia omasta jaksamisesta. Hyvä ergonomia edesauttaa sujuvaa vuorovaikutusta ja vireystilan ylläpitoa pitkäkestoisessakin kommunikaatiotilanteessa.

Tärkeimmät esiinnoisseurat tutkimuksemme perusteella ovat selkeä kommunikointi, kattava kuvailu, ergonominen asento ja mahdollisuus taukoihin. Kyseiset asiat eivät välttämättä ole työmme lukijalle yllättäviä, mutta niihin tulee kiinnittää huomiota, sillä kaikki osa-alueet yhdessä vaikuttavat kuurosokean hyvinvointiin.

Selkeä kommunikointi edesauttaa ymmärtämistä eikä tällöin kuurosokean tarvitse pinnistellä ja sitä kautta uuvuttaa itseään. Selkeys tarkoittaa rauhallista, mutta jouhevaa kommunikointia sekä tarkoin tehtyjä käsimuotoja. Kattava kuvailu on nimensä mukaisesti tilanteen ja ympäristön monien erinäisten tapahtumien selostamista kuvaillen. Sen kautta kuurosokea saa tietoonsa asioita, jotka muuten voisivat jäädä tiedostamatta. Me kuulevat ja näkevät saamme auditiivisesti ja visuaalisesti tietoa ympäristöstä. Tieto voi olla tärkeää ja mielenkiintoista tai myös vähemmän kiinnostavaa. Kuitenkin meillä itsellä on mahdollisuus päättää tiedon huomioimisesta. Kattavan kuvailun kautta tällaisten tietojen saaminen mahdollistuu myös kuurosokealla ja hän voi itse päättää huomioiko asian vai ei. Ergonominen asento on meistä kaikille maailman ihmisille tärkeä asia. Taktiilikommunikaatiossa sen merkitys korostuu, sillä kommunikointi vaatii keholta paljon. Taktiilisti kommunikoidessa tulee huomioida erityisesti ryhti ja käsien liikeradat, jotta mielekäs vuorovaikutus ja ergonomia säilyvät. Ergonomiaan liittyy myös taukojen pitäminen. Taukojen tärkeys korostuu entisestään taktiilikommunikaatiossa, koska se vaatii keskittymisen lisäksi keholta paljon kestävyyttä. Me olemme tämän työn aikana oppineet paljon kuurosokeiden kommunikaatiotavoista ja koemme työn antaneen meille eväitä tulevaisuuden työelämää varten.

Yhteistyömme on ollut koko ajan jouhevaa. Haastavinta oli teemahaastattelun kysymysten teko ja jälkikäteen ajatellen kysymykset olisivat voinut muokata selkeämmiksi. Haastattelut sujuivat kuitenkin hyvin, josta kiitos paikalla olleille tulkeille ja tietenkin haastateltaville. Kirjoittaminen oli suhteellisen helppoa, koska lähdekirjallisuutta ja -materiaalia on hyvin tarjolla, mikä helpottaa myös mahdollista jatkotutkimusta. Jatkotutkimusaiheita voisivatkin olla samankaltainen tutki-

mus kuulonäkövammaisille, jotka käyttävät muita kommunikaatiomenetelmiä kuin taktiilikommunikaatiota. Toinen jatkotutkimusaihe voisi perehtyä selvittämään mitä oikeastaan tarkoitetaan selkeällä kommunikoinnilla kuurosokeiden kanssa ja kolmas aihe voisi liittyä kuvailuun ja sen merkityksen tutkimiseen.

## LÄHTEET

- Forsberg, Kristina 2010. Kuurosokeiden apuvälineet – mitä, mistä, miten. Opas apuvälineiden käyttäjille. Kuurosokeiden apuvälineet, saatavuus, käyttö ja kehittäminen -projekti. Julkaisuja C6. Tampere: Suomen Kuurosokeat ry.
- Helen Keller National Center 2012. Who we serve. Who are "deaf blind". Viitattu 25.3.2014. <http://www.hknc.org/AboutUsWHOWESERVE.htm>  
<http://www.hknc.org/WhoAre.htm>.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 1995. Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.
- Jantunen, Tommi 2003. Johdatus suomalaisen viittomakielen rakenteeseen. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.
- Jyväskylän yliopisto i.a. Fenomenologinen tutkimus. Viitattu 25.3.2014. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/fenomenologinen-tutkimus>.
- Kallionpää, Heidi 2003. Kommunikointi kuurosokeiden kanssa. Kaarinan sosiaali- ja terveysalan oppilaitos. Vammaistyö.
- Kela 2012. Kuulo-, näkö- ja puhevammaisten tulkkauspalvelut. Viitattu 23.1.2014. <http://www.kela.fi/tulkkauspalvelut>.
- Kela 2013. Vanhuuseläke. Viitattu 5.12.2013  
[http://www.kela.fi/elakeika-lahestyy\\_vanhuuselake](http://www.kela.fi/elakeika-lahestyy_vanhuuselake).
- Kovanen, Merja & Lahtinen, Riitta 2006. Kohdataan ja kommunikoidaan. Tietoa taktiiliviittomisesta ja sen opettamisesta. Julkaisu A5. Tampere: Suomen Kuurosokeat ry.
- Kovanen, Merja & Mielityinen, Marianne, Västilä Tuija 2012. Kuurosokeus osana elämää. Tietoa ja kokemuksia kaksoaistivamman seurannaisvai-

kuutuksista. Toisenlainen toimintaympäristö -projekti. Tampere: Suomen Kuurosokeat ry.

Kuuloliitto ry 2009. Ikäkuulo – mitä se tarkoittaa? Viitattu 7.12.2013  
<http://www.kuuloliitto.fi/fin/kuulo/ikakuulo/>.

Lahtinen, Riitta 2004. Sujuva tulkkaus kuurosokeille. Selvitys kuurosokeiden tulkinkäytön kokemuksista. Kuurosokeiden eri kommunikaatiomahdollisuudet -projekti (2001–2005). Raportti 2. Suomen Kuurosokeat ry:n julkaisu B2/2004. Tampere: Suomen Kuurosokeat ry.

Lahtinen, Riitta 2006. Kuurosokeille tulkkaus – haasteellista ja vaihtelevaa. Teoksessa Niina Hytönen & Terhi Rissanen (toim.) Käden käännteessä. Viittomakielen kääntämisen ja tulkkauksen teoria sekä käytäntö. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab, 182–198.

Lahtinen Riitta 2008. Haptiisit ja hapteemit. Tapaustutkimus kuurosokean henkilön kosketukseen perustuvan kommunikaation kehityksestä. Väitöskirja, Helsingin yliopisto. Tampere: Cityoffset Oy.

Lahtinen, Riitta 2014. Kommunikaatiopäällikkö. Suomen Kuurosokeat ry. Helsinki. Henkilökohtainen tiedonanto. 14.1.

Lahtinen, Riitta, Palmer, Russ & Lahtinen, Merja 2009. Aisti kuvailu. Helsinki: Art-Print Oy.

Laki vammaisten henkilöiden tulkkauspalvelusta 19.2.2010/133. Viitattu 23.3.2014. <http://plus.edilex.fi/kela/fi/lainsaadanto/20100133>.

Launis, Martti & Lehtelä, Jouni 2011. Ergonomian periaatteet ja käyttöalueet. Teoksessa Martti Launis, Jouni Lehtelä (toim.) Ergonomia. Tampere: Tammerprint Oy.

Lauren, Sirpa 2006. Kielen sisäinen tulkkaus. Teoksessa Niina Hytönen & Terhi Rissanen (toim.) Käden käännteessä. Viittomakielen kääntämisen ja tulkkauksen teoria sekä käytäntö. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab, 199–225.

- Malm, Anja & Östman Jan-Ola 2000. Johdanto: Viittomakieliset ja heidän kielensä. Teoksessa Anja Malm (toim.) Viittomakieliset Suomessa. Helsinki: Finn Lectura.
- Marttila, Jaana 2006. Kuurosokeiden tulkkipalvelu. Tietoa tulkkipalvelusta ja tulkkauksesta. Tulkinkäyttö tutuksi -projekti. Suomen Kuurosokeat ry:n julkaisuja C4/2006. Tampere: Suomen Kuurosokeat.
- Mesch, Johanna 2004. Viitotaan yhdessä. Tietoa taktiilista viittomakielestä. Julkaisuja A3. Tampere: Suomen Kuurosokeat ry.
- Mustakangas-Mäkelä, Anne 2002. Kuurojen ja kuurosokeiden palvelut ja sosiaalialan osaamiskeskustoiminta. Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen julkaisusarja 3. Viitattu 22.4.2014  
[http://www.sosiaalikollega.fi/poske/julkaisut/julkaisusarja/Julkaistu\\_3.pdf](http://www.sosiaalikollega.fi/poske/julkaisut/julkaisusarja/Julkaistu_3.pdf)
- Nordic Centre for Welfare and Social Issues i.a. Te Nordic definition of deaf-blindness. Viitattu 24.3.2014  
<http://www.nordicwelfare.org/PageFiles/992/Nordic%20Definition%20of%20Deafblindness.pdf>.
- Näkövammaisten Keskusliitto ry i.a. Valkoinen keppi. Viitattu 25.3.2014  
[http://www.nkl.fi/fi/etusivu/palvelut\\_nakovammaisille/7636/7701](http://www.nkl.fi/fi/etusivu/palvelut_nakovammaisille/7636/7701).
- Pohjolainen, Pertti i.a. Fysiologinen vanheneminen. Ikäinstituutti, Helsinki. Viitattu 5.12.2013 <http://www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi/binary/file/-/id/1/fid/58>.
- Roslöf, Raija & Veitonen, Ulla 2006. Tavoitteena toimivat tulkkausikäytännöt. Teoksessa Niina Hytönen & Terhi Rissanen (toim.) Käden käänteessä. Viittomakielen kääntämisen ja tulkkauksen teoria sekä käytäntö. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab, 163–180.
- Suomen Optinen toimiala i.a. Aikuisnäkö ja ikänäkö. Viitattu 7.12.2013  
<http://www.optometria.fi/nakotieto/ikaantyminen-ja-nakokyky.html>.



Suomen Kuurosokeat ry 2013 a. Kuurosokeiden määrä Suomessa. Viitattu 6.11.2013. <http://www.kuurosokeat.fi/maara/index.php>.

Suomen Kuurosokeat ry 2013 b. Kuurosokean opastaminen. Viitattu 21.3.2014. <http://www.kuurosokeat.fi/liikkuminen/opastaminen.php>.

Suomen Kuurosokeat ry 2013 c. Kuurosokeuden ryhmät ja aiheuttajat. Viitattu 25.3.2014. <http://www.kuurosokeat.fi/ryhmat/index.php>.

Suomen Kuurosokeat ry 2013 d. Synnyynnäisen kuurosokeuden kuvaus. Toiminnanvajavuus kuurosokeus – Pohjoismaisen tienviitta. Viitattu 15.4.2014  
[http://www.kuurosokeat.fi/tiedosto/toiminnanvajavuus\\_kuurosokeus.doc](http://www.kuurosokeat.fi/tiedosto/toiminnanvajavuus_kuurosokeus.doc)

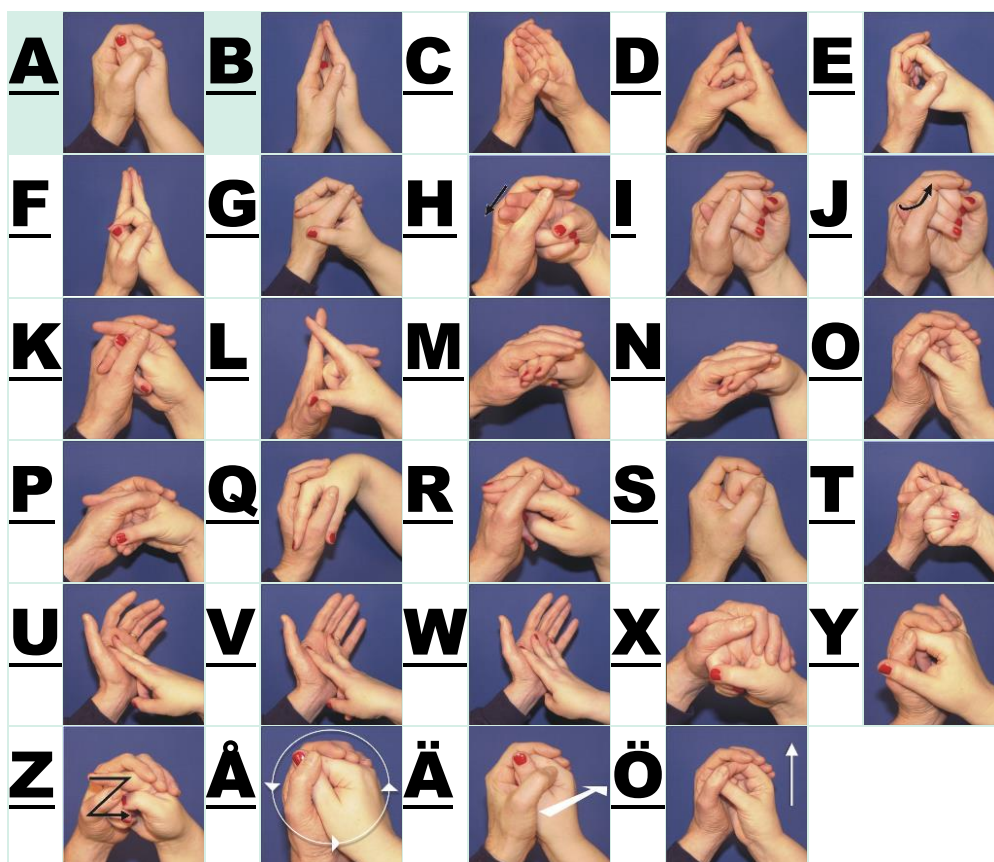
Suomen Kuurosokeat ry 2013 e. Kuurosokean kohtaaminen. Viitattu 22.4.2014  
[http://www.kuurosokeat.fi/tiedosto/SKS-ry\\_kohtaamisen\\_onnistumiseksi.doc](http://www.kuurosokeat.fi/tiedosto/SKS-ry_kohtaamisen_onnistumiseksi.doc)

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014. Ikääntyminen ja muisti. Viitattu 3.3.2014. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/hankkeet/finger/ikaantyminen](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/hankkeet/finger/ikaantyminen).

Tilastokeskus 2003. Väestön ikääntyminen on suhteellista. Viitattu 5.12.2013  
[http://www.stat.fi/tup/tietoaika/tilaajat/ta\\_05\\_03\\_nieminen.html](http://www.stat.fi/tup/tietoaika/tilaajat/ta_05_03_nieminen.html).

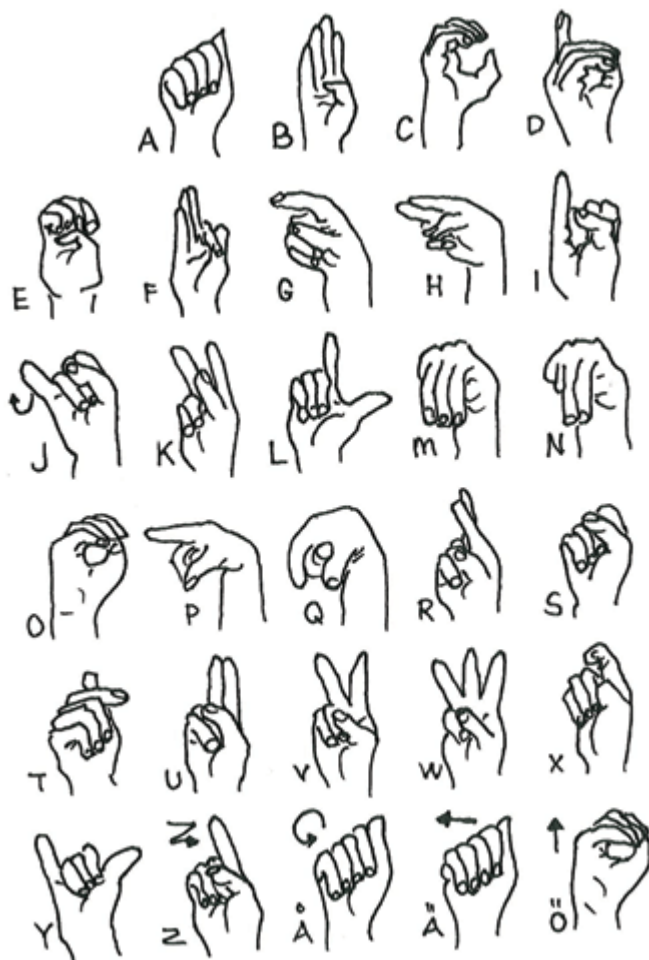
Työterveyslaitos 2013. Tauota työtäsi. Viitattu 13.2.2014  
[http://www.ttl.fi/fi/ergonomia/tauota\\_tyotasi/Sivut/default.aspx](http://www.ttl.fi/fi/ergonomia/tauota_tyotasi/Sivut/default.aspx).

## LIITE 1 Taktiilit sormiaakkoset



(Suomen Kuurosokeat ry, 2013).

## LIITE 2 Suomalaisen viittomakielen sormiaakkoset



(Kuuoliitto ry, i.a.).

## LIITE 3 Haastattelukysymykset

### Teemahaastattelukysymykset

#### Perustiedot:

- Ikä
- Sukupuoli
- Milloin siirtynyt taktiiliin viittomiseen

### Ikääntymisen vaikutus

1. Ikä?
2. Oletko huomannut ikääntymisen vaikuttaneen elämääsi?
  - a) Milloin olet huomannut iän vaikutukset ensimmäisiä kertoja, millaisissa tilanteissa?
  - b) Oletko huomannut muistin heikentymistä?
3. Käytätkö joitain apuvälineitä, esimerkiksi kävelysauvoja, rollaatoria?
  - a) Käytätkö opastusta, esimerkiksi tulkin kanssa liikkuessasi?
  - b) Onko opastus tai sen tarve muuttunut iän myötä? Esimerkiksi oletko huomannut tasapainosi heikentyneen, vauhtisi hidastuneen?
4. Onko sinulla jotain pitkäaikaissairauksia, esimerkiksi reumaa, parkinsonia, osteoporoosia?

### Fyysiset kommunikaation muutokset

1. Kuinka (mahdollinen) sairautesi on vaikuttanut kommunikointiisi?
  - a) Oletko joutunut muuttamaan kommunikointitapaasi sairautesi takia? Millä tavoin?

2. Oletko huomannut, että iän karttuessa, esimerkiksi väsyvät nopeammin tai tarvitset taukoja keskusteluiden/kommunikoinnin aikana?
  - a) Oletko huomannut, että vastaanottaessasi (viittomista), kaipaisit esimerkiksi selkeämpiä viittomia tai rauhallisuutta kommunikointiin?
  - b) Oletko huomannut oman viittomisesi muuttuneen?
  - c) Oletko huomannut muutoksia iän myötä kommunikoidessasi muiden kuurosokeiden kanssa?
  - d) Entä kommunikoidessasi kuulevien kanssa?
  - e) Millaista kieltä/viittomista haluaisit vastaanottaa?
  
3. Ovatko vastaan kuvailua?
  - a) Entä sosiaalishaptisia kommunikaatiota? (Esim. pikaviestinä KAHVI)
  - b) Ovatko ne tärkeitä sinulle, jaksatko vastaanottaa niitä?

### Ergonomian muutokset iän karttuessa

1. Millainen on kommunikointiasentosi, esimerkiksi onko se istuen: vastakkain, vierekkäin tai vinottain?
  - a) Onko asentosi muuttunut iän lisääntyttyä?
  - b) Jos kommunikoiit seisten, ovatko valkoinen keppi tai muut mahdolliset apuvälineet tiellä?
  - c) Vastaanotatko yhdellä vai kahdella kädellä ja onko se muuttunut iän myötä?
  - d) Millaisissa tilanteissa kätisyys saattaa muuttua?
  
2. Mitä toiveita sinulla on toiselle osapuolelle kommunikoidessanne,
  - a) asennostanne
  - b) etäisyydestänne
  - c) käsien otteestanne ja korkeudesta
  - d) viittomisesta: sen tahdistusta, selkeydestä, liikeradoista jne.?
  - e) Muita toiveita?