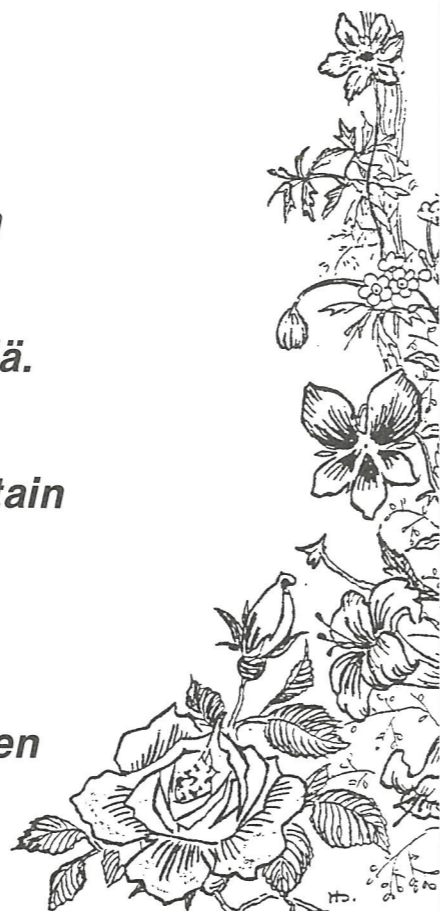


Toukokuun kukat

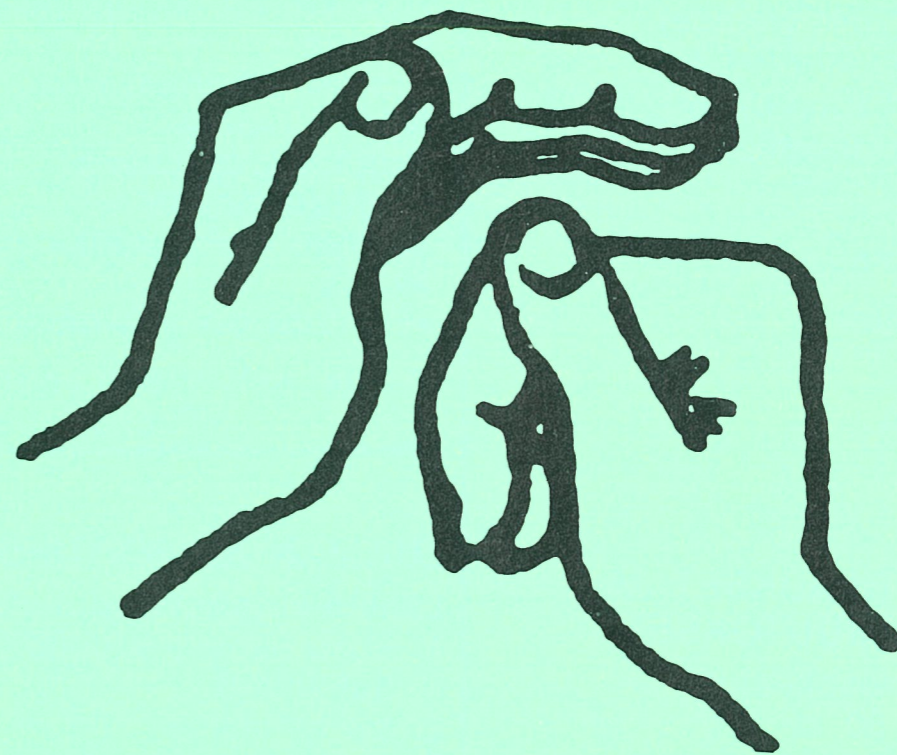
*Toukokuussa tosissaan
luonnon kukat loistaa.
Valkovuokko valkomeren
nurmen päälle levittää,
sinivuokko sineänsä
samaan mattoon sävyttää.
Leskenlehti väriänsä
sinne tänne toi.
Toukokuun kukat vuosittain
ne väriänsä loi.*

Vieno Hyttinen



TUNTOSARVI

Suomen Kuurosokeat ry • toukokuu 5/1989



TUNTOSARVI

Suomen Kuurosokeat ry
toukokuu N:o 5/1989



Lehti ilmestyy 11 kertaa vuodessa isokirjoituksella ja pistekirjoituksella. 15. vuosikerta

JULKAISIJA

Suomen Kuurosokeat ry
Mäkelänkatu 50
00510 Helsinki

Puhelin: 90-77041 (vaihde)
Tekstipuhelin: 90-7704 355

Pankki: KOP Keski-Töölö,
Helsinki 101210-168221

PÄÄTOIMITTAJA

Leena Turunen

TOIMITTAJA

Raili Kupi

TOIMITUS, TILAUKSET JA OSOITTEENMUUTOKSET

Suomen Kuurosokeat ry
Mäkelänkatu 50
00510 Helsinki
Puhelin: 90-7704 343

TILAUSHINTA

Kuurosokeille lehti on maksuton.
Muut: 110 mk 12 kk

PAINOPAikka

Vammalan Kirjapaino Oy
38200 Vammala

SISÄLLYS

Terveys on henkistä tasapainoa	3
Puheenjohtajan palsta — Seminaari vammais- liikkeestä	4
Kysymyksiä silmälääkärille Mistä tietää silmien sairastuneen	5
»Olen ikuinen laihduttaja» ..	6
Kriisit ja miten niistä selvittäään	8
Hoidetuilla jaloilla jaksat kävellä	10
Kirkon ikkunasta	11
NAK:n palsta Neljä kuurosokeaa valmistumassa	12
Valmennuskurssilta elämisen eväitä	14
»Pahinta on yksinäisyys» ...	15

Takakansi: Vieno Hyttinen
Toukokuun kukat

LUKIJAN KIRJOITUKSET

Lähetä kirjoituksesi mukana tiedot:

1. koko nimesi (etunimet ja sukunimi)
2. syntymäaika
3. sosiaaliturvatunnus
4. tarkka osoite
5. pankkiyhteys

Seuraava lehti ilmestyy
21. 6.

PÄÄKIRJOITUS



Kaija Salekari

Terveys on henkistä tasapainoa

Eräs määritelmä terveydestä on: »Terveys on fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Se on kyky selviytyä elämän pulmista. Ihminen on terve, kun hän pystyy tekemään työtä tai opiskelemaan. Terveys sisältää mahdollisuuden rakastaa ja olla rakastettu. Se on tarkoituksellista ja tavoitteellista elämää.»

Eri kulttuureissa on erilaiset käsitykset terveydestä ja sairaudesta. Nämä käsitykset vaihtelevat myös eri aikakausina. Joskus aikaisemmin sairautta on pidetty synnin palkkana, kohtalona tai pahojen henkien työnä. Kun lääketiede kehittyi, ajateltiin että sairauden merkinä ovat mitattavissa olevat oireet ja terveys merkitsee oireettomuutta. Nykyisin ollaan sitä mieltä, että terveyteen ja sairauteen vaikuttavat hyvin monet tekijät. Korostetaan psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden sekä ympäristön yhteisvaikutusta.

Lähetän kaikille Tuntosarven lukijoille lämpimät kevätterveiset ja mukaan liitän Sammatin »Suuren Pojan» Elias Lönnrothin 1800-luvulla kirjoittamat ajatukset terveyden edistämiseksi. Ne ovat yhä vieläkin ajankohtaisia.

»Mielenliikunnat koskevat ruumiiseenki, sillä niin ovat henki ja ruumis välillänsä yhdistetyt, ettei mikään yksinänsä kärsi. Lepo, toivo, tyytyväisyys ja kohtuullinen ilo pitävät ihmisen terveenä, ja vielä toisinaan parantavat sairaanki. Mutta vahingollinen on ylellinen ilo ja riemu, jos liiallinen suru, murhe ja alamielisyyskin. Kauniit ilot, leikit ja huvitukset ovat rasisuksen jälkeen virvoittavia. Kohutuullisesti nautittuna ne kartuttavat sekä ruumiin että hengen hyvän. Itse kullekin iälle ovat huvituksensa. Jos vanhatkin voisivat nuorukaisten iloihin yhtyä, olisi se kylä kaunis.»

PUHEENJOHTAJAN PALSTA

Seminaari vammaisliikkeestä

Kynnys ry:n seminaarissa pohdittiin vammaisliikkeen toimintaa. Vieraana oli amerikkalainen Judith Heumann, joka kertoi maailman vammaisliikkeen toiminnasta. Kuulimme hänen elämäntarinansa.

Judith sairastui lapsena polioon. Jalkojen liikuntakyky katosi. Judith joutui pyörätuoliin. Hänen vanhempansa tahtoivat antaa hänelle kuitenkin samat mahdollisuudet kuin muillakin lapsilla oli. Judith otettiin mukaan kaikkialle, missä perhe liikkui. Judith tottui muihin ihmisiin.

Vasta kouluun mennessään hän huomasi olevansa erilainen kuin muut lapset. Pyörätuoli rajoitti elämää. Sen kanssa törmäsi esteisiin. Ihmiset suhtautuivat häneen ennakkoluuloisesti.

Amerikan perustuslaki estää syrjimästä ketään vamman vuoksi. Judith kävi yliopistoa. Liikkuminen oli vaikeaa. Mutta Judith ei antanut periksi. Aikanaan hän läpäisi kaikki tutkinnot, mutta ei läpäissyt lääkärin tarkastusta: lääkäri kun halusi nähdä miten hän selviää omin neuvoin WC:hen!!! Judith ei omin jaloin selvinnyt, joten lääkäri piti häntä sopimattomana puheterapeutin työhön.

Taistelu oikeuksien puolesta

Judith alkoi etsiä itselleen oikeutta. Asiaa ajoi mustaihoinen lakimies, jolla oli oikea asenne. Judith voitti ja sai luvan toimia opettajana sekä tuntevan korvauksen henkisistä kärsimyksistä.

Amerikan vammaisilla on turvanaan perustuslaki, mutta heillä ei ole oikeutta kuntoutukseen tai muihin palveluihin. Terveystieteitä ei ole järjestetty kuten meillä Suomessa. Kuljetuspalveluitakaan ei ole. Perustuslakiin nojaten jokainen voi käydä koulua ja päästä työhön, mutta vain jos osaa vaatia ja jaksaa vaatia.

Judith alkoi toimia muiden vammaisten kanssa. Kerrankin he kokosivat erälle sillalle kymmeniä pyörätuolin kanssa liikkuvia ja tukkivat liikenteen. Tarkoitus oli painostaa kaupunkia rakentamaan julkiset bussit siten, että niihin pääsi pyörätuolilla. Poliisi siirsi ihmiset pyörätuoleineen poliisiasemalle sakkoja varten, sakot jäivät saamatta, koska poliisipäällikkö oli itse kokenut halvauksen. Nyt kaupungissa on 800 bussia; niistä 500 sopii myös pyörätuolin käyttäjille.

Tänään Judith johtaa Maailman vammaisliikettä. Hänen viestinsä meille on: toimikaa itse. Vammaisten pitää näkyä ja kuulua. Vakuuttavinta on, kun vammaisen itse puhuu puolestaan.

Pirkko Virtanen

Kysymyksiä silmälääkärille

Mistä tietää silmien sairastuneen?

Silmälääkäri Esko Aine kertoi silmien sairauksista Tampereen palvelutalolla 12. 4. Kuulijoiden huolet purkautuivat kysymyksiksi: »Miten voi ensimmäisen kerran todeta verkkokalvon sairastumisen» tai »mistä tiedän, että lapsellani on Usherin syndrooma»?

Ensimmäisiä oireita ovat näkökentässä olevat pimeät alueet. Värierojen havaitseminen muuttuu, häikäistyminen lisääntyy ja heikentää näkemistä. Murrosikäisenä alkaa hämärässä näkeminen vaikeutua.

— Päällisin puolin tarkastellen lääkäri ei pysty verkkokalvon muutoksia toteamaan. Tutkimus on tehtävä perusteellisesti, jotta muutokset voi todeta. Silmän tappi- ja sauvasolujen muutoksia tarkkaillaan ERG-tutkimuksessa. Samoin tutkitaan silmän sopeutumista valaistuksen sekä näkökentän muutoksiin, Esko Aine kertoo.

Minkä ikäisenä toteaminen on mahdollista?

Ensimmäiset löydökset voi tehdä noin kymmenen ikävuoden tienoilla. Mutta tuossa iässä taudin määrittely on varsin epäselvää.



Miten silmävamma etenee?

— Ensin ilmaantuu näkökentän keskipaikkeille rengasmaisen pimeä alue. Ihminen kokee hankaliksi nopeasti vaihtuvat tilanteet. Tavallisesti vamma etenee silmän reunaa sekä keskustaa kohti. Reuna-alueen näkö häviää, mutta silmän keskialueen näkökyky jää usein kiikarimaiseksi. Tästä johtuu nimitys »putkinäkö». Silmälääkäri näkee muutoksia »luusoluja», verkkokalvolla.

Miten silmänsairaus periytyy?

— Periytymistapoja on monia. Jos lähisuvussa on tautia, vaara on aina olemassa. On todistettu periytymisestä, sekä päinvastoin.

Mitä ovat »tähtenlennot» joita joskus havaitsee näkökentässä?

— Ne johtuvat muutoksista verkkokalvolla ja niiden aiheuttamista verenkierron häiriöistä. Ne ovat vaarattomia ilmiöitä, eikä niitä voi valitettavasti hoitaa.

... edelliseltä sivulta

Entäpä kangerruksen tunne, kuin olisi rikka silmässä. Mistä se johtuu?

— Ilmiö on tuttu erityisesti vanhemmilla ihmisillä. Todennäköinen syy on kyynelnesteen lievä toimintahäiriö. Parannuskeinoa ei tähänkään ole, sen kanssa on vain tultava toimeen.

Voiko Usherin syndroomaa sairastava käyttää piilolaseja?

— Jos kyynelkanavat toimivat normaalisti, ei piilolasien käyttöön ole estettä. Ongelma voi olla siinä miten piilolasit saa paikoilleen.

Aiheuttaako näkökentän supistuminen huimausta?

— Ei aiheuta. Kuulovamma voi tuoda huimauksen, jos katseen kohdistaminen on puutteellista.

Kumpi tulee ensin, näkö- vai kuulovamma?

— Tähän ei voi antaa varmaa vastausta. Molempia kokemuksia on. Monasti lapsi tai nuori ei tajua itse että näkökentässä on puutteita.

Voiko taudin etenemisen pysäyttää leikkauksella. Entä vitamiinihoidoilla?

— Kaikkea on yritetty, jopa lapsen napanuoran soluja on yritetty siirtää silmään. On yritetty ultraääniä ja monta muuta asiaa. Mikään ei ole toistaiseksi onnistunut.

Onko lääkäreillä taitoa tutkia kuurosokeaa? Pystyykö lääkäri ymmärtämään potilastaan?

— En osaa viittomakieltä, mutta jotkut lääkärit osaavat auttavasti. Onneksi tällä alueella (Tampere) tulkkipalvelut toimivat upeasti.



Hilkka Yli-Penttilä:

»Olen ikuinen laihduttaja»

Näin ne ajat muuttuvat: nyt kuurosokeat haastattelevat alue-sihteereitä, eikä päinvastoin. Helmikuun Tuntosarvessa tutustuimme Kuopion aluesihteeriin, Risto Manniseen. Maaliskuussa Helsingin Kaarina Muukari tilitti tuntojaan puhumalla ystäväydestä. Nyt on Hilkka Yli-Penttilän vuoro. Hilkka on Oulun aluesihteeri.

Ilmeisen mielellään Hilkka olisi mennyt piiloon kuin antautunut haastatteluun. Fiksuna tyttönä hän kuitenkin totesi, että kaikkeen on totuttava. Näin haastattelu alkoi.

Minkä ikäinen olet?

Lehden ilmestymisen aikaan tulee 38 vuotta täyteen, eli olen »hirveän vanha jo».

Minkä kokoinen olet?

Olen suuri tai ylisuuri, koko L tai XL. Toivon että toukokuun loppuun mennessä pääsen M-kokoon eli keskikokoon. Olen ikuinen laihduttaja.

Millainen perhe sinulla on?

Olen ollut vuoden kihloissa Esan kanssa. Asumme yhdessä. Omien lasten hankkiminen ei kuulu 5-vuotissuunnitelmaan.

Mitä harrastat?

Minulla on paljon harrastuksia, vaikka niille jää aivan liian vähän aikaa. Olen armoton penkkiurheilija. Päällimmäisenä on tietenkin kansallispelimme pesäpallo. Kuulun mm. Oulun Lipon johtokuntaan. Olen erityisen iloinen, että Lipon tytöt pelaavat tulevana kesänä naisten mestaruussarjassa. Pelin organisoiminen vaatii paljon työtä, mutta kesällä jää onneksi päätyöltä enemmän aikaa harrastamiseen. Omat urheiluharrastukset ovat lääneet kesannolle. Liekö syy laiskuus vai ajanpuute?

Köyhä aluesihteeri ompelee myös itse vaatteensa. Matkustelimme mielellään kotimaassa ja ulkomailla, mutta...

Millainen on aluesihteeri Yli-Penttilän alue?

OYKS:n ja Keski-Pohjanmaan keskussairaalanpiirit kuuluvat tällä hetkellä alueeseen. Olen iloinen tämän alueen pienentämisestä. Ei tarvitse olla niin paljon tien päällä eikä yöpyä ikävissä hotelleissa. Tässä työssä olen ollut reilut 5 vuotta.

Miten tulit tähän työhön?

Voisin sanoa, että suurin syyllinen on nyt jo eläkkeellä oleva kaupunkiseurakunnan kuurojen diakonissa Aune Kulmala. Sain olla hänen mukanaan tehdessäni seurakunta-harjoitteluani. Sain »herätyksen» tehdä työtä kuurojen tai kuurosokeiden kanssa. Kului noin 10 vuotta ja sitten tämä paikka tuli auki. Hain, ja pääsin. En ole katunut hetkeäkään.

Mitä toivot työltäsi?

Työni on haastavaa ja mielenkiintoista. Paras puoli on se että en ole sidottu kellokorttiin. En voi kieltää että en joskus olisi aivan loppuun palanut. Mieleen on tullut ajatus »sapatti-vuodesta». Nyt se on mahdollista sillä anon syksyllä johtokunnalta 9 kuukauden opiskeluvapaata. Minut on hyväksytty Oulun terveydenhoito-oppilaitokseen opiskelemaan psykiatrista sairaanhoitoa. Toivottavasti saan palata opiskelun jälkeen pirteänä ja virkeänä. Kaikkea hyvää kuurosokeiden työn tekijöille ja yhdistyksemme johtokunnalle. (Haastattelija Seija Troyano)



Graham Hicks
(Englantilainen kuurosokea)

Jos halusin tehdä jotakin — päätin myös sen tehdä. Jos en onnistunut siinä, ei se ollut siksi, etten olisi yrittänyt.

Käännös Working Together -lehestä 1987



Kriisit ja miten niistä selvittäään

Normaaliin elämään kuuluu aina eriasteisia kriisitilanteita. Niistä selviytyminen on ihmiselle haaste, joka kasvattaa henkistä minää, kertoo lastenkeskuksen psykologi Elina Lehtinen.

Kriisit voidaan jakaa kahteen ryhmään.

— Kehityskriisit kuuluvat ihmisen eri ikäkausiin ja jokainen meistä käy ne läpi elämänsä eri vaiheissa. Kehityskriisejä ovat kouluunmeno, murrosikä, perheen perustaminen, lasten itsenäistyminen, ikääntyminen, eläkkeelle jääminen jne. Jokainen kokee nämä vaiheet omalla tavallaan. Niiden voimakkuuteen vaikuttavat ihmisen persoonallisuus, lapsuuden kokemukset ja elinympäristö.

Toiseen kriisiryhmään kuuluvat odottamattomat tapahtumat kuten sairastuminen, läheisen ihmisen kuolema, äkillinen vammautuminen ja avioero.

Kriisin eri vaiheet

— Kun ihmiselle tapahtuu jokin odottamaton, tulee ensimmäisenä shokkivaihe. Se saattaa kestää muutamista minuuteista muutamaan päivään. — Shokkivaiheen jälkeen seuraa pettymyksen ja puolustelun vaihe.

Tapahtunutta selitellään ja syyllisiä tapahtuneeseen: Jos olisi toimittu toisin... , jos... , jos... Syytellään sairaalan henkilökuntaa, yhteiskuntaa, ystäväpiiriä, työtovereita. Avio- puoliset syyttelevät toisiaan. Joskus kriisissä elävä kieltää koko tapahtuman olemassa olon. Hän voi kieltää itseltään surun.

— Seuraavana on sopeutumisvaihe. Ihminen alkaa toipua tilanteesta ja alkaa etsiä kuntoutumismahdollisuuksia tai uusia ratkaisuja. Hän alkaa suuntautumaan tulevaisuuteen. Vaikea asia ei ole enään keskeisimmällä sijalla elämässä. Tapahtuma on olemassa, mutta se on hyväksytty osaksi elämää.

Miten kriisitilanteisiin voi varautua?

Kehityskriisit tulevat jokaisen kohdalle. Murrosiän kriiseihin vanhemmat voivat varautua hankkimalla tietoa lapsen normaalista kehityksestä. Lapselle kannattaa kertoa erilaisista asioista, myös odottamattomista kriiseistä. Lapsi suhtautuu tietoon asiallisesti, kunhan se kerrotaan hänelle hänen omalla tietotasollaan.

— Elina Lehtinen korostaa tiedon hankkimisen ja puhumisen tärkeyttä. — Jo tieto siitä mitä ihminen kokee odottamat-

tomissa kriisitilanteissa, auttaa häntä selviytymään vaikean tilanteen yli. Kriisitilanteisiin varautumista on myös ystävyys-suhteiden hoitaminen nk. hyvinä aikoina. Vaikeassa tilanteessa on hyvä, kun on olemassa ihminen, jolle voi puhua tapahtuneesta.

Samanlaisen kriisin jo aikaisemmin läpikäynyt ihminen on hyvä kuuntelija, sillä tilanne on hänelle jo tuttu. Hän osaa suhtautua siihen oikein; hän ei pelkää kriisissä olevan kohtamista. Puhuminen auttaa ihmistä elämään tapahtuneen yhä uudelleen ja uudelleen, kunnes suru alkaa hellittää.

— Kriisiin liittyy aina surua. Sen läpikäyminen on tärkeää, sillä se tulee kuitenkin jossain vaiheessa esille. Elina viittaa vanhaan kiinalaiseen sanontaan; Kriisi on samalla kertaa sekä vaara että mahdollisuus.



Eila Paju

Olen elämäni kokemusten summa

Monille kuurosokeille tuttu tulkki **Eila Paju** kertoo itse olevansa luonteeltaan räiskyvä ja kokevansa voimakkaasti ilot ja surut. Itse hän kertoo elämänsä vaikeimmasta kriisistä.

— Pahin ja vaikein kriisi elämässäni on ollut se, kun tyttäreni todettiin kaksivuotiaana kuuroksi. Itse olin silloin 20-vuotias ja pelkästään lapsen syntymä oli minulle suuri ja mullistava kokemus. Silloin tunsin koko maailman romahtavan niskaani. Kesti useita vuosia, ennenkuin tajusin elämän jatkuvan ja pystyin hyväksymään tosiasiat.

— Kun kriisi on suurin, ei apua juuri jaksa lähteä hakemaan. On vain kaksi tietä; joko vaipuu itsesääliin ja ryhtyy marttyyriksi tai hyväksyy tosiasiat ja alkaa etsimään uutta järjestystä elämään, Eila toteaa.

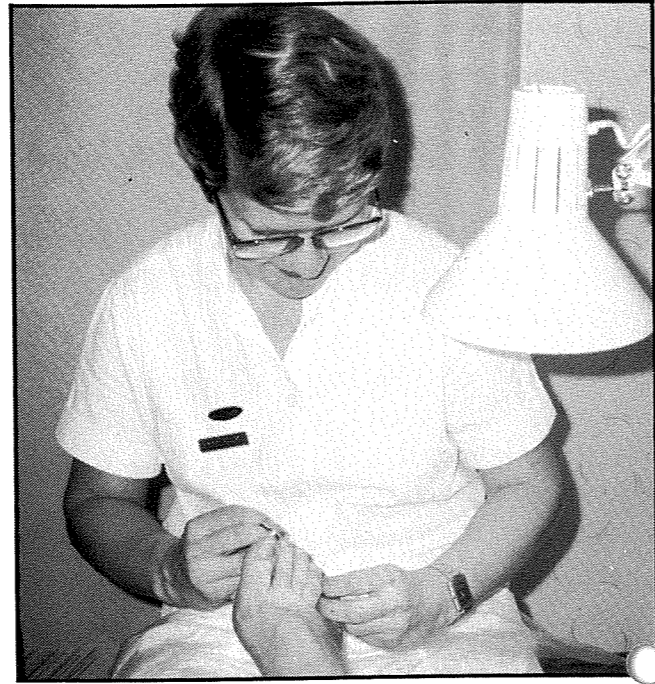
— Itse valitsin jälkimmäisen tien. Edessä oli uuden kommunikointitavan opetteleminen ja vaikeat kasvattajan tehtävät. Opin iloitsemaan jokaisesta pienestäkin edistymisestä.

Miten kokemus on vaikuttanut elämääsi?

— Olen kyllä sitä mieltä, että ihminen kasvaa vain vaikeuksien ja kokemusten kautta; nämä kokemukset ovat kasvattaneet minua. Enää en pelkää vaikeuksia enkä uusia haasteita. Jos nyt joutuisin valitsemaan, niin minusta tuntuu että valitsisin juuri tällaisen elämän. Ilman näitä kokemuksia en olisi tällainen ihminen, Eila Paju toteaa.

Hoidetuilla jaloilla jaksat kävellä

- Käynti jalkahoitajan luona on yksi elämisen nautintoja. Kipeät kovettumat, liikavarpaat ja muut kyhmyt saavat kyytiä. Olo tuntuu mukavalta, kun jalat voivat hyvin.



Jalkahoitaja Ursula Alestalo ja varpaat.

Moni ottaa yhteyttä jalkahoitajaan siinä vaiheessa kun kävelminen tekee kipeää. Syynä voi olla vaikkapa paksuntunut, sisäänpäin kasvanut kynsi, kertoo jalkahoitaja **Ursula Alestalo**. Sitä on vaikea hoitaa kuntoon kotikonsteilla.

Känsät aiheuttavat myös vaivoja. Känsät syntyvät helposti jalkapohjiin ja varpasiin. Syynä on useimmiten liian pieni tai muuten sopimaton kenkä. Iho suojautuu syntyvää hankausta vastaan ja tekee kovettuman. Känsät voi poistaa ja ne pysyvät poissa, kunhan ihoa ei rasiteta enää liian pienillä kengillä. Liikavarpaiden poistaminen on hankalaa ja vaatii pitkää hoitoa.

— Olemme jalkavaivaista joukkoa, sillä arviolta 90 prosenttia aikuisista kärsii jonkinlaisesta jalkaviasta.

Kynsivaivoista yleisimpiä ovat sienitaudit. Oireina ovat kynnen irtaantuminen alustastaan ja paksuntuminen. Sienisairauksia voi saada mistä vain, missä kuljetaan avojaloin. Myös sienisairaudet ovat hankalia hoidettavia.

Tule sellaisena kuin olet

— Jalkojensa kuntokoulun voi jokainen aloittaa jalkahoitajan luona. Etukäteen ei tarvitse hoitaa jalkoja, vaan voit tulla sellaisena kuin olet, Ursula Alestalo rohkaisee.

Hän antaa myös ohjeita jalkojen hoitoon kotona: jalkakylpyjä varten jalkasuolaa, jalkaraspi (mieluiten hiekkapaperinen), kynsisakset ja kynsiviila sekä rasvapurkki ovat tarpeen.

Ja kun hoidetut jalat työnnetään puhtaisiin sukkiin ja mukaviin kenkiin, askel on kevyt ja olo virkeä.



KIRKON IKKUNASTA

Ari Suutarla

Sukupuoliongelmia

Keski-ikänsä sivuuttanut mies kirjoittaa:

— **Mikä on viidenkymmenen villitys? Vaimoni haluaisi olla sukupuolisesti lähelläni. Minun on paha olla, kun minusta ei ole siihen. Siitin ei kovetu. Olen varmaan joutunut syömään liikaa lääkkeitä. Rakastan vaimoa, mutta hän ei ymmärrä minua; on vihainen ja kääntää selkensä. Olenko kirottu, kun en auta kiimaista?**

Hyvä veljeni. Sukupuolinen kyvyttömyys on varsinkin vanhenemisen myötä hyvin yleistä. Se ei kuitenkaan lohduta sinua.

Viidenkymmenen villitys tarkoittaa naisella usein sitä, että sukupuolinen kiinnostus miestä kohtaan lisääntyy. Yksi syy tähän on, että naisen ei enää tarvitse pelätä raskaaksi tuleamista. Näin voi vapaasti iloita ja nauttia sukupuolisesta kanssakäymisestä.

Kirjeestäsi ei käy ilmi, millaista teidän sukupuolielämäsi on ollut viime vuosina. Otaksun, että se ei ole ollut kovin ahkeraa. Nyt se on herännyt henkiin vaimosi taholta, ja sinä kärsit, kun siitin ei kovetu. — Lääkkeillä on varmaan osuutensa asiassa. Kun seuraavan kerran menet lääkäriin, kysy lääkkeiden vaikutuksia sukupuoliseen kyvykkyyteen. Lääkäri voi etsiä sinulle uusia lääkkeitä, joilla ei ole sivuvaikutuksia.

Minusta on tärkeätä, että olet vaimosi lähellä silloin, kun hän haluaa sitä tai sinä itse haluat. Ei ole lopullisen tärkeätä, kovettuuko siitin vai ei. Lähellä olominen ja toista vasten painautuminen ovat tärkeitä. Silloin puolisoa ei panna pois, eikä kumpikaan käännä selkää.

Muistelet Raamatun sanaa »kiimaisen auttamisesta«. Et sinä ole millään tavalla kirottu. Autat vaimoasi lähellä olemisen asioissa niin hyvin kuin kykenet. Vaimosi voi varmasti auttaa sinua esimerkiksi hyväilemällä siittimen kovettumisessa. Ehkä siihen pitää varata aikaa, eikä se joka kerta onnistu. Voit myös itse hyväillä vaimoasi. Se on varmasti hänelle arvokasta.

Voit lähettää »Kirkon ikkunaan» kysymyksiäsi ja mielipiteitäsi. Osoite on: Pastori Ari Suutarla; PI 185. 00161 Helsinki. — Nimeäsi ei julkaista. Vastaa kysymyksiisi parhaan ymmärryksen mukaan, tai otan kantaa mielipiteisiisi. »Kirkon ikkuna» on Tuntosarven keskustelupöytä papin kanssa kaikista asioista maan ja taivaan välillä.

NAK:N PALSTA

Toimittanut: Tuula Hartikainen

Neljä kuurosokeaa valmistumassa ammattiin

Kevät on ehtinyt jo pitkälle. Koulutiellä astellessa kuuluu virkistävää lintukonserttia, monien lintujen laulaessa yhtäaikaan. Nurmi jo vihertää ja lehtipuiden silmut ovat lupaavasti pullistuneet. Joissakin puissa voi jo nähdä pieniä lehtiä. Kevät on pitänyt tosiaan kiirettä; kunhan ei vain tulisi takatalvea...!

Tätä kirjoittaessa lukuvuotta on jäljellä noin kuukausi. Suvivirsi kajahtaa toukokuun 20. päivä. Tällä hetkellä kiireisin koeruuha on edessä. Mutta kaiken touhun keskellä ajatukset karkaavat kesälomaan ja monilla opiskelijoilla myös kesätöihin. Tänä keväänä NAK:sta valmistuu monien muiden joukossa neljä kuurosokeaa. Päästötodistuksen saavat Esa Keskitalo verhoilijalinjalta, Seija Pirhonen (integroituu lukujärjestys päivittäistoiminnoissa), Päivi Rantatalo kudontalinjalta ja Anja Väänänen vaihetyölinjalta.

Miltä nyt tuntuu Päivi ja Esa, kysyin kahdelta opiskelunsa päättävältä? Tässä haastateltavat kertovat elämästään ja odotuksistaan.

Päivi valmistui kudontalinjalta

Päivi Rantatalo on kotoisin Reijärveltä ja asuu nykyisin Tampereen palvelutalossa Eeromiehensä kanssa. Hänen harrastuksiaan ovat shakin pelaaminen ja kotityöt. Lisäksi hän osallistuu kuurojen yhdistyksen kerhotoimintaan. Hän on käynyt Oulussa 11 vuotta kuurojen koulua. Päivi kertoo saaneensa tietoja ammattikoulusta mieheltään, joka on opiskellut NAK:ssa korityölinjalla. Ennen kouluun tuloa hän oli tutustumassa kahden viikon ajan oppilaitokseen.

Päivi kertoo viihtyneensä hyvin NAK:ssa. Tavoitteena on ollut saada perustietoutta kutomisesta. Välillä opiskelu on tuntunut raskaalta; siihen on osasyynä ollut viikottainen matkustaminen kotiin Tampereelle. Tulevaisuudesta Päivi ei osaa tarkemmin sanoa. Hän on tyytyväinen nykyiseen tilanteeseensa. Käsitöiden markkinointikin on vielä avoimena, mutta Päivi uskoo että keinot löytyvät aikanaan.

NAK:N PALSTA

Toimittanut: Tuula Hartikainen

Verhoilijan työ odottaa Kemissä

Esa Keskitalo on 48-vuotias. Hän harrastaa hiihtoa, marjastusta ja kalastusta. Taiteellisia kykyjä omaavana henkilönä hän on osallistunut mm. maalaus- ja savytyökurseille. Lisäksi hän on tehnyt moottorilla toimivia lennokkeja.

— Aikanaan kansakoulun lopettuaan Esa kävi ammattikoulua maalarilinjalla. Ammattikoulu jäi kuitenkin kesken, sillä se ei tuntunut mielenkiintoiselta. Armeijan jälkeen Esa kiersi isänsä mukana erilaisilla rakennustyömailla usean vuoden ajan, isänsä kuolemaan saakka. Sen jälkeen hän oli kotona työttömänä, kunnes aloitti opiskelun.

Hän oli Malmin kartanossa Oulussa kuntoutettavana. Siellä oli puhuttu ja suunniteltu hänelle koulutusta. Samalla reissulla hän oli tutustunut muutaman päivän ajan Näkövammaisten ammattikouluun, jota hänelle suositeltiin koulutuspaikaksi. Ennen tuloaan Esa kertoi epäroineensa, lähteäkö lainkaan Espooseen opiskelemaan. Tänä hän on tyytyväinen päätökseensä. Esa suhtautuu luottavaisesti tulevaisuuteensa. Työ- ja asuntoasioiden järjestyttyä Kemissä, hän on päättänyt luopua jatkokoulutushaaveista.

Koulunsa lopettaneille ja muillekin hyvän jatkon toivotukset Gibranin sanoin:

Ihmisen merkitys ei ole siinä, mitä hän saavuttaa, vaan pikemminkin siinä, mitä hän kaipaa.



Päivi Rantatalo kangaspuiden ääressä

Valmennuskurssilta elämisen eväitä

Sopeutumisvalmennus on elämisen taitojen opiskelua. Kurssin jälkeen kuurosokea pystyy paremmin selviytymään jokapäiväisistä kotiaskareista, liikkumaan kotipiirissä ja kodin ulkopuolella. Valmennuskurssilla harjoitellaan myös niitä taitoja, joilla voi pitää yllä yhteyksiä muihin ihmisiin ja saada tietoja.

Kainuun opisto Kajaanin lähellä kokosi yhteen yhdeksän kuurosokeaa 17—21. 4. 89. Joku sai pistekirjoituksen opetusta, joku harjoitteli viittomakieltä, liikkumisentaitoja ja keittiöaskareita. Joku taas opetteli Dia Logoksen tai tekstipuhelimen käyttöä. Kurssipäivien ajan paikalla oli myös psykologi Merja Seppälä. Hänen kanssaan jokainen voi keskustella omista huolistaan ja ongelmistaan. Ongelmat tuntuivat noiden keskustelujen jälkeen paljon pienemmiltä.

Kuurosokea selviytyy

Kunnan viranomaiset eivät uskoneet, että kuurosokea selviytyy. Maija-Liisa Halonen, 68, on esimerkki siitä, että iäkkäänäkin kuurosokea kyllä tulee toimeen. Hän ei tarvitse laitoshoidoa.

Aiemmin Maija-Liisa eleli omassa mökissään, josta hänet siirrettiin Toppilan vanhainkotiin. Kesti kahdeksan vuotta, ennenkuin Maija-Liisalle järjestyi taas

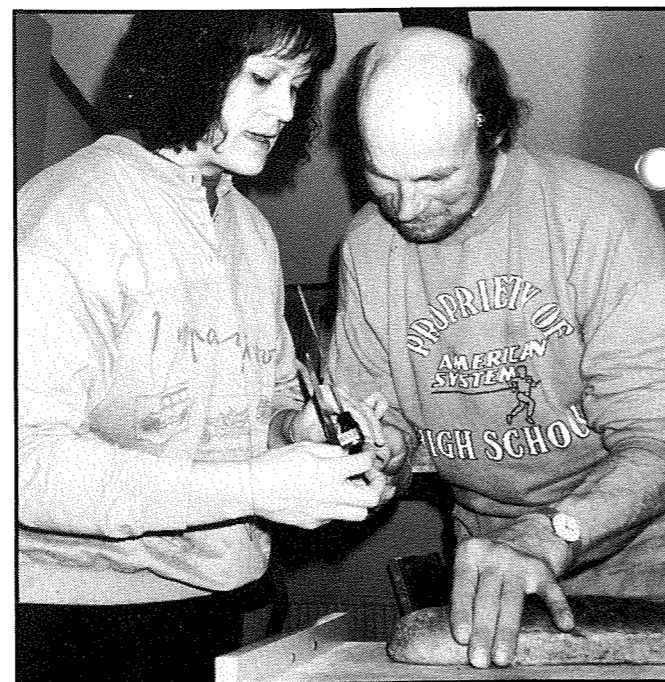
asunto. Viranomaiset eivät millään tahtoneet uskoa että kuurosokea selviytyy. Koko tuon kahdeksan vuoden ajan Maija-Liisaa on kuurosokeiden toimesta tuettu, jotta hän ei menettäisi toivoaan ja itsenäisen elämisen taitojaan.

Keittiötaitoa oppimassa

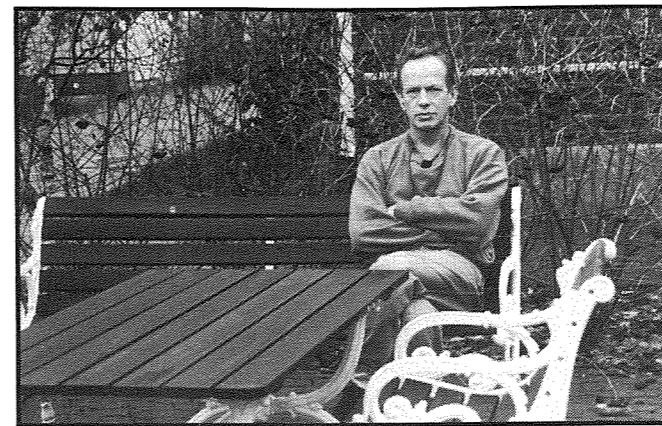
Yksinään asustava Matti Anttila on sopeutumisvalmennuksessa harjoitellut keittiötaitoja. Tutuiksi ovat tulleet uunikintaat ja keittiökellot, mitat ja tiskiharjat. Leivänleikkuu ja kahvin keittäminen sujuvat jo hyvin.

Matti asuu yksin, mutta lähellä on sukulaisia joilta hän saa apua. On kuitenkin tärkeää, että yksinkertaiset arkiaskareet sujuvat ilman apua.

Matti Anttila on kuuro, mutta hän näkee vähän. Hän pystyy lukemaan isokirjoitusta ja lukee puhetta huulilta.



Matti Anttila opetteli leivänleikkuuta Pirjo Neuvosen avustuksella.



»Pahinta on yksinäisyys»

Alpo Ravelinin elämän tärkeitä tavoitteita ovat oman asunnon saaminen sekä rauhallinen, onnellinen elämä. Tuohon kuvaan kuuluu myös hyvä ihmissuhde. Hän kaipaa ihmistä, joka hyväksyy toisen ihmisen vikoineen ja puutteineen. Riitelyä Alpo ei voi sietää. Asiat pitää selvittää keskustelemalla.

Alpo Ravelin on saanut kuurouden ntymävikana. Alle 20-vuotiaana todettiin putkinäkö. Nyt, 45-vuotiaana, Alpo näkee hyvässä valaistuksessa lukulasien avulla, mutta kovin kirkas valo tahtoo häikäistä. Pimeässä kulkeminen on mahdotonta, mutta hyvän katuvalaistuksen avulla Alpo pystyy kävelemään vielä ulkona. Pieni asunto hänellä on Kolarin kehitysvammaisten asuntolassa. Kolari tuntuu kotiseudulta ja sinne hän haluaa jäädä mieluummin, kuin muuttaa takaisin Tampereen palvelutaloon. Kolarissa hänellä on myös työpaikka Työkeskuksen puutyöosastolla.

Ihmissuhteet tärkeitä

Alpolla on neljä siskoa ja kolme veljeä. Isä ja äiti ovat jo kuolleet. Siskoista kaksi asuu Kolarissa ja heitä Alpo tapaa joskus. — Käyn toisen siskon luona syömässä silloin tällöin, hän kertoo. Mieliruokia ovat lihapullat, uunimureke ja makkarat. Siskon luona ne maistuvat tosi hyviltä. Joskus hän hyppää taksiin ja ajaa virastotalolle syömään.

Monen poikamiehen läilla Alpo Ravelin kaipaa itselleen omaa ruoanlaittajaa. Hän myöntää, että pahinta elämässä on yksinäisyys. Sitä tunnetta eivät poista työpaikalla olevat ihmiset. Eivät myöskään juttukaverit, joita hän tapaa kylän baarissa. — Joskus käyn tanssimassa, tykkään käydä tanssiravintolassa. Kumppania ei kuitenkaan sieltä ole löytynyt.

Leireille ja kursseille hän kertoo tulevansa mielellään. Kukapa ei tulisi. Pari kertaa hän ollut myös sosiaalilomalla Tampereen palvelutalossa. Pientä jännitystä elämään Alpo saa veikkaamalla. Hän lähettää terveisiä Helsingin toimiston tytöille sekä kaikille muille ympäri Suomea.

Kirjoita Alpolle

Kirjeen saaminen on mukavaa ja kirjeen kirjoittaminen myös. Sinun kirjettäsi odottaa Alpo Ravelin
Työkeskus
95900 Kolari