

NAPPI

4 | 2025

Lapsiperhearki voi
olla kuormittavaa
kaikenlaisissa
perheissä

Teemana vanhemmuus

Eugenian kaiut

Äidin ei tarvitse
aina jaksaa

På väg mot
flerspråkighet

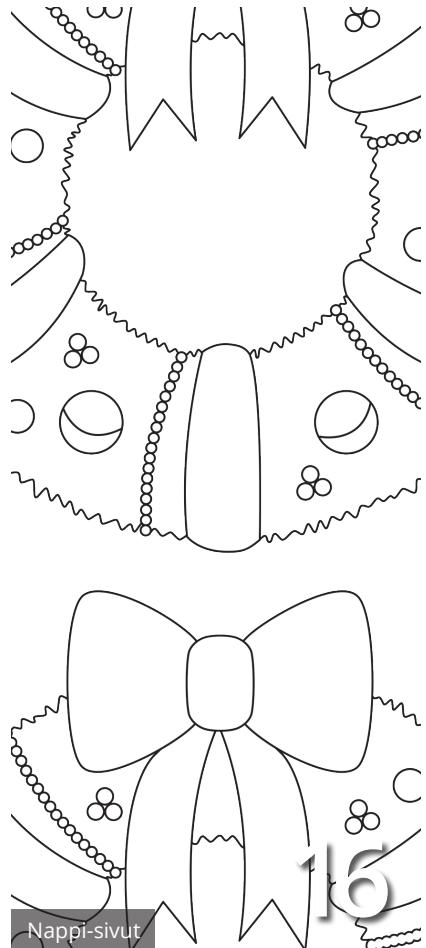
K L V L

Kuulovammaisten Lasten
Vanhempien Liitto ry

4 | 2025 | SISÄLTÖ

- 3 Pääkirjoitus
- 4 Vanhempien on tärkeää huolehtia myös parisuhteestaan
- 8 Matkalla monikielisyteen
- 10 Eugeniikan kaiut
- 16 Nappi-sivut
- 18 Kaverisivu
- 19 Kolumni
- 20 Äidin ei tarvitse aina jaksaa
- 24 Vinkkisivut
- 26 Ajankohtaiset
- 28 Svenska sidor

Kannen kuva Aku von Bell



NAPPI

Kuulovammaisten Lasten
Vanhempien Liitto ry:n jäsenlehti

58. vuosikerta | Ilmestyy neljä kertaa vuodessa | Julkaisija: Kuulovammaisten Lasten Vanhempien Liitto ry, Ilkantie 4, 00400 Helsinki, puh. 040 7554 551, www.klvl.fi | Vastaava päätoimittaja: Ari Haaranen, puh. 040 5954 826, ari.haaranen@klvl.fi | Toimitus ja valokuvaus: Marie von Bell, puh. 050 4122 822, marie.vonbell@klvl.fi | Taitto: Tapio Lipasti, puh. 040 5711 259, tapio.lipasti@gmail.com | Toimitusryhmä: Ari Haaranen, Kirsi Koskinen, Sari Suokas, Aku von Bell, Toni Hilden, Satu-Maria Turunen | Kääntäjä Hannele Rabb | Painopaikeita: Suomen Uusiokuori Oy | Osoiteenmuutokset ja tilaukset: puh. 040 7554 551, toimisto@klvl.fi | Postitus: Itella | Tilaushinta: 40 e/vuosikerta | Aineiston lainaaminen sallittua, jos lähde mainitaan täydellisesti | KLVL ry vastaa artikkeleissa esitetyistä näkemyksistä ja asia-issäillöstä vain, jos artikkeli mainitaan edustavan KLVL ry:n virallista kantaa | ISSN 0357-9476

Nro	Aineistopäivä	Ilmestyy
1/2025	29.1.	7.3.
2/2025	7.5.	13.6.
3/2025	13.8.	19.9.
4/2025	5.11.	12.12.



KLVL ry:n henkilökunta:

Sari Suokas, toiminnanjohtaja, 050 5613 752, sari.suokas@klvl.fi, hallinto ja talous, edunvalvonta ja verkostot

Toni Hilden, järjestökoordinaattori, 040 7554 551, toni.hilden@klvl.fi, viestintä, jäsen- ja yhdistyspalvelu, hallinto ja laskut, tapahtumien ja kurssien järjestäminen

Tarja Lindholm, vertaistointiminnan koordinaattori, 050 3010 503, tarja.lindholm@klvl.fi, tapahtumien, leirien ja kurssien suunnittelu ja järjestäminen, lastenohjauksen koordinointi

Aku von Bell, toimittaja, aku.vonbell@klvl.fi, Nappi-lehti

Marie von Bell, toimittaja, mariem.vonbell@gmail.com, Nappi-lehti



Kuulovammaisten Lasten
Vanhempien Liitto ry

NAPPI | PÄÄKIRJOITUS

Perheemme ääni

Meillä on viisi lasta. Jokaisella on oma äänensä. Mutta yhden ääni opetti meidät kuulemaan aivan uudella tavalla. Kun Alvar syntyi, emme tienneet vielä, millaiselle polulle olimme astumassa. Hän sai sisäkorvaimplantti jo vauvana, ja niiden mukana alkoi matka, joka on opettanut meille enemmän kuulemisesta, toivosta ja yhteisöstä kuin olisimme koskaan osanneet kuvitella.

Alussa tieto oli hajanaista ja tulevaisuus sumuinen. Mutta kun tieto lisääntyi, toivo kasvoi sen mukana. Kuulokeskuksen kuntoutusohjaaja vinkkasi meille KLVL:stä, ja siitä alkoi jotain uutta merkittävää. Löysimme perheitä, jotka ymmärsivät meitä ilman selityksiä. Ihmisää, joille ei tarvinnut perustella, miksi väsymys iskee eri tavalla tai miksi jokainen onnistunut äänne tuntuu pieneltä ihmeeltä.

Alvarin myötä viittomakielestä on kasvanut osa perheemme arkea – ja ehkä myös vähän sydäntä. Se ei ole vain kommunikaatiokeino, vaan meidän yhteinen ”salakielemme”. Sen avulla voi kuulla ja tulla kuulluksi muutenkin kuin puhumalla. Kun sanat joskus loppuvat, kädet jatkavat tarinaa. Viittomat lentävät keittiön pöydän yli, oviaukossa ja auton takapenkillä, ja niiden mukana kulkee ymmärrys, joka ei tarvitse ääntää ollakseen aito.

Vertaistuki ei ole pelkkää vertaisten seuraa – se on turvaverkko, joka kannattelee silloinkin, kun viralliset tukimuidot horjuvat. KLVL:n kesäpäivät jäävät meille mieleen erityisesti siitä, että siellä sai olla osa yhteisöä – kirjaimellisesti ja henkisesti, kun perheemme voitti vertaisperheen kanssa joukkuekilpailun, kyse ei ollut vain leikistä. Se oli muistustus siitä, että yhdessä olemme vahvempia.

Opimme vanhempina aikaisin, että kuulovammaisen lapsen arki ei ole erityistä siksi, että siinä olisi jotain outoa – vaan siksi, että se paljastaa, miten tärkeää on yhteys. Oikeus kuulla, tulla kuulluksi ja saada tukea on perusoikeus. Se ei ole etuoikeus, josta voidaan leikata, kun resurssit tiukkenevat. Kun yhteiskunta tukee perheitä ajoissa ja riittävästi, se ei vain säästää rahaa vaan kasvattaa toivoa.

Meidän perheellämme KLVL on ollut enemmän kuin järjestö. Se on ollut ystävä, neuvonantaja ja yhteisö, joka ymmärtää, että kuuleminen on paljon muutakin kuin ääntä. Se on yhdessä olemista, yhteyden rakentamista ja sen oivaltamista, ettei kukaan meistä pärjää yksin.

Vanhemuus on matka, joka välillä väsyttää, mutta vielä useammin yllättää ilolla. Jokainen pieni edistys, jokainen uusi sana, jokainen hetki ilman selitteilyä – ne ovat ne hetket, joiden varaan toivo rakentuu.

Älä jää yksin. Tule mukaan – niin maailma tuntuu paremmalta paikalta.

Kalevi Mannermaa – Hunnit jonoon!



Mannermaan perhe

Teksti Aku von Bell
Kuvat Väestöliitto / Meeri Utti



Vanhempien on tärkeää huolehtia myös parisuhdeestaan arjen lomassa

Keväällä Väestöliittoon sulautettu Parisuhdekeskus Kataja on tukenut parisuhteilijoiden hyvinvointia yli kolme vuosikymmentä.

Parisuhdekeskus Katajan asiantuntija näkee kaksi tehokasta keinoa hyvän parisuhteen ylläpitämiseksi vanhempien välillä: hyviin asioihin keskittyminen sekä aikalisän ottamisen ajoissa.

Laura Huuskonen on työskennellyt 5 vuotta asiantuntijana Väestöliiton Parisuhdekeskus Katajalla. Hän on koulutukseltaan sosionomi ja lisäkouluttautunut parisuhdeteemoihin. Ennen nykyistä asiantuntijatehtävää Huuskonen on työskennellyt lastensuojelussa sekä kiintiöpäkolaisten parissa, joten hänellä on pitkään kertynyttä asiantuntemusta vanhemmuuden ja parisuhteilijoiden haasteista:

– Olen hirveän kiitollinen, että saan työskennellä nimenomaan parien ja perheiden tukena. Nautin ihmisten kohtaamisesta ja koen työni todella tärkeäksi. Vanhemmuus aiheuttaa muutoksia sekä omaan identiteetimme että parisuhteen dynamiikkaan. Osa niistä on positiivisia ja osa taas haasteita. Jos lapsella on lisäksi, esimerkiksi neurokehityksellisiä tai muita haasteita käytätyymisen ja tunnesäätelyn kanssa, se voi herättää vanhemmissa ikäviä tunteita, kuten häpeää tai syyllisyyttä. Pidän todella arvokkaana sitä, että pääsen purkamaan näitä tunteita vanhempien kanssa, Huuskonen kertoo.

Parisuhdekeskus Kataja on vuonna 1994 perustettu asiantuntija- ja kansalaisjärjestö, jonka tarkoituksena on vahvistaa parisuhteilijoiden ja perheiden hyvinvointia. Parisuhdekeskus Kataja tarjoaa ennaltaehkäisevää ja maksutonta mata-

lan kynnyksen tukea pareille. Parisuhdekeskus Kataja toimi itsenäisenä yhdystyksenä tämän vuoden toukokuuhun asti, jolloin se yhdistyi Väestöliittoon:

– Parisuhdekeskus Katajan liittymisen Väestöliittoon on seuraus järjestökentälä tallä hetkellä tapahtuvista muutoksista. Käytännössä Parisuhdekeskus Kataja sulautettiin Väestöliiton alaisuuteen. Yhdistämällä osaamistamme turvaamme sen, että perheillä ja pariskunnilla on jatkossaakin tarpeksi palveluja saatavilla. Meillähän on Väestöliiton kanssa paljon yhteistä ja siten yhdistyminen oli aika luonnollista. Me Väestöliiton Parisuhdekeskus Katajalla keskitymme tarjoamaan palveluja hankalassa elämäntilanteessa oleville pariskunnille ja Väestöliitto tarjoaa esimerkiksi Perhepalma-palvelua, joka on avoin kaikilla lapsiperheille, Huuskonen kertoo.

Lapsiperhearki voi olla kuormittavaa kaikenlaisissa perheissä

Väestöliiton Parisuhdekeskus Katajan Parina perheen arjessa -hankkeen toiminta on vanhemmille tarjottavaa keskustelutukea asioista, joita vanhemmat kokevat arjessaan hankalaksi erityisesti heidän välisessään parisuhteessa:

– Lapsiperhearki on tavallisesti hirveän intensivistä ja kuormittavaa. Tämä

koskee ihan jokaista perhettä. Erityislasten vanhemmillä on lisätyönä lapsen arjen ja hoitotahojen koordinointia. Lisäksi erityislasten vanhemmatkin voivat olla kuormittuneita ihan muusta syystä kuin erityislapsen vanhemmuudesta. Vanhemmuus itsessään aiheuttaa useammille kuormitusta parisuhteen dynamiikkaan – ei aina ja väistämättä, koska lapset, perheet ja heidän tilanteensa ovat yksilöllisiä, Huuskonen kuvaa.

Parina perheen arjessa -hankkeeseen hakeutuneiden pariskuntien kanssa tavaltaan yleensä keskustelutilaisuuksissa kolmesta viiteen kertaan. Keskustelussa pyritään purkamaan niitä tilanteita ja toimintatapoja, joita hyödynnetään kuormittavassa arjessa selviytymiseksi. Huuskosen mukaan kuormitustilassa tyypillisesti kummallakaan vanhemmalta ei riitä kapasiteetti keskustella toisen kanssa, jolloin keskustelun sijaan tilaa saavat erilaiset tulkinnot:

– Tulkinnot ovat aika negatiivisia ja usein perustuvat väärinymäryksiin. Saattaa olla, että molemmat vanhemmat kokevat samaan aikaan, etteivät tule ymmärtynä, vaikka todellisuudessa molemmat yrittävät vain huolehtia omasta selviytymisestään. Selviytymiskeinot harvoin ovat mitenkään rakentavia tai yhteyttä hakevia, koska varsinaisen pyrkimys on puolustaa itseään kaikelta lisäkuormitselalta, jolloin toisen käytös tulkitaan

helposti päämäröinniksi, syttelyksi tai välinpitämättömyydeksi. Keskustelujemme tavoitteena on käsittellä näitä erimielisyystilanteita ja pohtia omia ja toisen toimintatapoja ja niiden syitä, Huuskonen kuvaan.

Erityisen haastavaksi useimille pareille Huuskonen näkee nimenomaan kuulluksi ja ymmärretynäksi tulemisen kokemuksen. Kun näissä on haasteita, se on omiaan synnytämään negatiivisen kehän. Kehä käynnistyy siitä, kun toinen syttää toista, jolloin toinen vetätyy, mikä pahentaa toisen kokemusta, ettei tule kuulluksi:

– Keskustelemme omista toimintatavoisamme sekä tunteista: yksinjäämisestä ja hylkäämisestä pelosta, riittämättömyyden tunteista. Monet kokevat, etteivät kelpaa tai riitää toiselle sellaisena kuin ovat. Käsitelemällä näitä tunteita voimme ymmärtää paremmin, mitä itsessä ja toisessa tapahtuu, mikä lisää myötätuntoa toista ja itseämme kohtaan. Nämä ovat ihan tavallisia parisuhteen ilmiöitä, jotka usein korostuvat erityislapsiperheissä, Huuskonen kuvaan.

Tärkeää on tunnistaa, ettei ajaudu negatiiviseen kehään

Huuskosen mukaan on tärkeää, että kiinnitämme huomiota siihen, mitä ajattelemme kumppanistamme ja suhteesta välillämme. Ajatustemme muuttuessa negatiiviseksi on todella typillistä, että alamme myös kiinnittämään enemmän huomiota negatiivisiin asioihin:

– Kun koemme, että on rankkaa emmekä tule kuulluksi, meille tulee usein todella yksinäinen olo ja kumppani koetaan välinpitämättömäksi. Harvoin kuitenkaan on niin, että vain toinen kokee olonsa yksinäiseksi ja toinen ajattelee asioiden olevan ihan hyvin, vaan usein molemmat kokevat olevansa aivan yhtä yksin selviytymässä kuormittavasta arjesta. Hyvin harvoin kyse on oikeasti toisen itsekkydestä tai välinpitämättömyydestä, mutta kun huomaa jääneensä jumiin tällaisen ajatuksen kanssa, pitäisi aktiivisesti kuunnella ja ymmärtää toista. Parisuhteessa molemmat ansaitsevat tulla kuulluksi ja ymmärretynäksi, minkä takia kuuntelun ja ymmärtämisen vahvistaminen on erityisen tärkeää, kun asiat tuntuvat menevän pieleen, Huuskonen kuvaan.

Huuskonen ymmärtää, ettei kuor-

mittuneessa tilassa ole luonteva pyrkää ymmärtämään toista. Helposti herää ajatus, että miksi minun pitäisi kiittää toista, kehua ihanaksi tai jakaa halausia, kun se olen minä, joka jää vaille huomiota. Huuskonen painottaa kuitenkin, että parisuhde rakennetaan yhdessä ja olemme itse vastuussa vain omasta toiminnastamme. Molemmat voivat kuitenkin vaikuttaa siihen, miten toiselle puhutaan, osoitetaan huomiota ja annetaan helliyttää.

Kaksi vinkkiä vanhemmille ja pareille, joilla pärjätä paremmin kuormittavassa arjessa

– Ensimmäiseksi kannattaa kiinnittää huomioita hyviin asioihin ja laskea kynnystä kehuille. Ilmapiiri muuttuu huomattavasti, jos puolisoaan kiittää siitä, että olemme yhdessä tsepattu ja siitä, että jaksetaan jakaa arki yhdesä. Myös itselleen voi pyytää huomionosoituksia humoristisellakin tavalla: ”Hei, eikö ollutkin hieno iltapala, jonna laitoin?” tai ”Eikö ollut kiva, että sain lapset nukkumaan menettämättä malttiani?”. Suomessa on aika heikko kehumisen kulttuuri, joten voi tuntua aluksi epäluontealta, mutta harjoittelemalla se muuttuu luontevammaksi. Monet ovat kysyneet, että pitäkö itsestäänselvyyksistä, kuten murujen pyyhkimisestä pöydältä tai suklien poimimisesta lattialtakin kiittää. Vastaan aina, että kyllä se kannattaa, koska se kertoo, että molemmat arvostamme siisteyttä ja järjestystä. Me aikuiset kaipaamme ihan samoja juttuja kuin lapsetkin: kehuja, huomionosoituksia ja kannustusta, Huuskonen huomauttaa.

– Toinen neuvoni on, että on aina hyväksyttää ottaa aikalisä. Lastensuojelussa vanhempien kanssa puhutaan paljon siitä, että on parempi laskea vauva hetkissä alas, kun pinna meinaa pettää ja jättää hänet yksin kuin yrittää väkisin kestää. Jos vauvan itku alkaa mennä ihon alle ja huomaa otteensa kiristynä, on vauvalle kaikkein parasta, että hänet lasketaan alas ja vanhempi menee pois, kunnes on itse rauhoittunut. Sama koskee isompiakin lapsia ja parisuhdetta: kun arki on hetkistä ja kuormittaa, eikä aikaa palautumiselle löydy, on todella paljon parempi sanoa tarvitsevansa 5 minuuttia itsekseen kuin sanoa tai tehdä jotain, jota katuu

myöhemmin. Kun on nurkkaan ajettu olo, on tosi vaikea olla rakentava. Kun vetäytyy hetkeksi, vaikka vessaan hengittämään, juomaan vettä tai tekemään itselleen leivän, on mahdollisuus rauhoittua ja miettiä kunnolla, mikä on sopiva reaktio siihen, että kumppani tulee huomauttamaan viemättömistä roskapusseista tai lapsi siitä, ettei löydä omia housujaan. Harvoin pystymme hallitsemaan omia tunteitamme, mutta toimintaamme voimme ja on tärkeää huolehtia siitä, että on mielentilassa, jossa toimintaansa voi hallita niin vanhempana kuin kumppanina, Huuskonen summaa.

Toimivakin parisuhde vaatii aktiivista ylläpitoa

Moni pitää toimivan parisuhteen merkinä sitä, ettei pariskunnan välillä ilmeine juurikaan riitelyä. Riitely on osoitavinaan, ettei arki suju molempien toiveiden mukaisesti. Riitelemistä ei siinänsä kannattaisi pelätä, jos se päättyy sovintoon ja jonkinlaiseen yhdessä sovittuun ratkaisuun. Riitelyhän on loppujen lopuksi kommunikointia, jossa neuvoitellaan käsityksistä arjen toimivuudesta. Jos riitely päättyykin toisen tai molempien luovuttamiseen ja vetäytymiseen, jää ongelma ratkaisematta ja siihen todennäköisesti palataan aiemmin kuin myöhemmin.

Pariterapiaan tai muihin apukeinoihin nähdään tarpeelliseksi tarttua vasta sitten, kun parisuhteen ongelmat ovat kriisiityneet, eikä niitä voi enää ohittaa. Kriisitilanteissa molempien on tärkeää kommunikoida sekä oma tapansa että hyväksyä toisen tapa käsittellä kriisejä. Voi olla, että toinen tarvitsee paljon yhteistä keskustelua kriisistä selviytymiseen, kun toinen taas tarvitsee itsenäisesti aikaa asian käsittelyyn. Kun molemmat osapuolet tiedostavat toisen tavan käsittellä kriisejä, voidaan yrittää löytää jokin ratkaisu, jossa molempien tarpeet tyydyttyvät.

Kaikki kriisitilanteisiin ei voi ennalta varautua, mutta ongelmien kriisiitymistä voi ehkäistä. Toimivassakin parisuhdeessa on hyvä välillä pysähtyä pohtimaan parisuhteen tilaa ja miten hyvin se vastaa molempien osapuolet tarpeisiin. Kokevatko molemmat tulevansa nähyksi, ymmärretynäksi, arvostetuksi ja rakastetuksi? Joillekin pariskunnille riittää aiheesta satunnainen keskustele-



Parisuhteessa molemmat ansaitsevat tulla kuulluiksi ja ymmärretyiksi, minkä takia kuuntelun ja ymmärtämisen vahvistaminen on erityisen tärkeää, kun asiat tuntuvat menevän pieleen

nen, mutta joskus aktiivinen tutustuminen aiheeseen sekä erilaisten harjoitusten hyödyntäminen voi olla tarpeen. Harjoitukset auttavat saamaan keskusteluun uutta näkökulmaa.

Väestöliiton Parisuhdekeskus Katajan verkkosivulta löytyy paljon erilaista materiaalia parisuhteen tueksi. Itsenäiseen tutustumiseen on tarjolla verkkoluentoja, -kursseja, harjoituksia sekä erilaista tietomateriaalia. Lisäksi saatavilla on parikohtaista neuvontaa, chatti, puhelin soittoaika sekä pariohjausta. Materiaaleissa käsitellään muun muassa erilaisia vuorovaikutustapoja, tunnetaitoja, ristiirittätilanteiden selvittämiskeinoja, seksuaalisuuta sekä uskottomuutta.

Erityisesti tunnetaidot ovat aihe, joka on viime vuosina olleet paljon pinnalla lasten kasvatuksessa. Moni vanhempikin voi hyötyä tunnetaitojen opettelusta. Tunnetaidot ja toisten tunteiden ymmärtäminen lähtee siitä, että kykenee tunnistamaan ja hyväksymään omia tun-

teitaan. Tämä saattaa olla erityisen haastavaa niille, jotka on lapsena kasvatettu hillitsemään tunnelmaisuaan. Osaa on voitu jopa rangaista tunteiden ilmaisusta, jolloin tunteiden ilmaisua voi olla vaikea hyväksyä muissa ihmisisissä. Vanhemmilta on hyvä tilaisuus kehittää tunnetaitojaan opettelemalla niitä yhdessä omien lastensa kanssa.

Apukeinoihin tukeutumista saatetaan pitää myös todisteena parisuhteen toimimattomuudesta. Aikomusta kehittää tai parantaa parisuhdetta ei pitäisi koskaan nähdä negatiivisesti. Tavoitteena on kehittää parisuhdetta entistä vahvemmaksi sekä ehkäistä ongelmia ennen kuin ne syntyvät tai kasvavat niin isoiksi, että niihin tarjuminen on liian raskasta. Syitä siihen, miksi pariskunnat kävät esimerkiksi pariterapiassa on monia, eikä sen takia kannata olettaa, että syy olisi aina negatiivinen. Esimerkiksi elämämuutokset voivat olla hyvä hetki käydä pariterapiassa tai hyödyntää muita kei-

noja parin dynamiikan tarkasteluun.

Ei kannata myöskään olettaa, miten muut suhtautuvat, jos itse hakeutuu apukeinojen piiriin. Yllättäen vastaanotto saattaa olla jopa positiivinen, koska yleensä olettettua suurempi määrä painii samojen haasteiden kanssa, vaikka niistä ei avoimesti kerrotaisikaan.

Parina perheen arjessa -hanke tukee nepsy-lasten vanhempien jaksamista

Huuskonen toimii asiantuntijana Parina perheen arjessa -hankkeessa, jonka tarkoituksena on tukea vanhempija parisuhteen ja vanhemmuuden kysymyksissä, kun lapsella tai nuorella on neurokehityksellisiä haasteita. Hanke on saanut STEA-rahoituksen vuoteen 2027 asti. Huuskosen mukaan toiminta on lähtenyttä hyvin käyntiin:

– Tarjoamme valtakunnallista keskusteluapua, johon aikojen on hyvin saatavilla, joten ei tarvitse epäröidä ottaa yhteyttä. Jono vapaisiin aikoihin on tällä hetkellä korkeintaan kaksi viikkoa. Hankkeessa on julkaistu lisäksi ilmainen verkkokurssi, jossa voi tutustua hankkeen teemoihin. Jos verkkokurssilla herää kysymyksiä voi ottaa yhteyttä ja jatkaa keskustelua asiantuntijan kanssa, Huuskonen kertoo.

Huuskosen mukaan hyvä merkki siitä, että kannattaa hakea tukea parisuhdetilanteeseensa on se, että asia tulee mieleen. Materiaalit ovat hyödyllisiä ihan kaikille, eikä missään tapauksessa kannata odottaa, että tilanne on jotenkin katastrofaalinen tai hirveän pielessä. Me kaikki tarvitsemme apua ja tukea, eikä niiden hakeminen ole mikään merkki parisuhteen epäonnistumisesta:

– Vaikka parisuhteen arjessa kaikki toimisikin hyvin itsehoitomenetelmistä on se hyöty, että ne myös suojaavat arjen kuormitukselta, eivätkä ainoastaan korja jo syntyneitä ongelmia. Vaikka suhde olisi tosi turvallinen, ristiriitatalanteissa tulee väkisinkin jännittynyt olo, joka herättää epävarmuuden tunteita. Jos olemme riittävästi hankkineet työkaluja näiden tilanteiden ratkaisuun, on paljon helpompi näyttää ja vakuuttaa toiselle, että hän on juuri hyvä ja rakas sellaisena kuin on. Tällöin voimme palautua riidoista ja tarjota myötätuntoa toiselle ja itsellemme ajoissa, Huuskonen painottaa.

Teksti Aku von Bell
Kuvat Mikael Johnsonin kotialbumi

Matkalla monikielisyyteen



Mikael Johnson on KVL:n hallituksen jäsen viidettä vuotta ja valittiin tänä vuonna KVL:n suomenruotsalaisen jäsenjärjestön DHBS – Döva och hörselskadade barns stödförening (Kuurojen ja kuulovammaisten lasten tukijärjestö) puheenjohtajaksi. Mikaelilla ja hänen kumppanillaan Ninnillä on kaksi kuulovammaista lasta: 11-vuotias Elsa ja 5-vuotias Klara. Molemmilla tytöillä on sisäkorvaistute. Kummallakaan vanhemmista ei ollut ennestään mitään yhteyttä viittomakieliseen yhteisöön, mutta nyt suomenruotsalainen viittomakieli on heidän toinen kotikielensä.

Viittomakielen opettelu lähti alun perin tukiviiittoista, joka oli ihan luonollista, kun lapsen kuuloikä on jäljessä, koska implantointi tehtiin yksivuotiaana. Vasta kolmivuotiaina lapsilla oli ikätaisonsa mukainen puhekeli. Emme lähteneet kuitenkaan tutustumaan viittomakielen, koska emme tienneet tarvitsimmeko sitä ja miksi sitä pitäisi opetella. Viittomakieli tuntui etäiseltä, koska siitä sai tietoa enimmäkseen Kuurojen Liitosta. Emme kuitenkaan ymmärtäneet, että heidän tietonsa koskisi meitä, kos-



kiviittomat olivat, koska ne tarjosivat toisen kanavan kommunikoida, joka täydensi puheen ja kuulemisen katveita. Haaste alussa oli se, ettemme tienneet, miten viittomakieltä opitaan. Perheopetus oli vaikea saada toimimaan arjessa, ja kunnan myöntämät tunnit loppuivat heti. Olimme kuulleet Kuurojen Palvelusäätiön Juniori-ohjelmasta, mutta pidimme ongelmallisena sitä, ettei toimintaa ole suomenruotsalaisella viittomakielellä.

Helsingin ruotsinkielisessä työväenopisto Arbiksessa järjestettiin Finlandssvenska teckenspråkiga (Suomenruotsalaisen viittomakielen) -yhdistyksen kurssi suomenruotsalaisen viittomakielen alkeista. Kerroin opettajalle perheestämme, miksi olin kurssilla ja kuinka tarvitsisimme jonkinlaisen paikan, jossa voisimme oppia viittomaan. Se oli kipinä Leiki viittomien kanssa -tapaamisille, joissa pääkaupunkiseudun suomenruotsalaisia perheitä kokoontui viikoittain yhdessä viittomaan.

Tarvitsimme konteksteja, joissa viittomakieltä käyttää, koska perhearki ei vain ollut riittävä moottori viittomakielen oppimiselle. Seuraava askeleemme oli Pirkkolan uimahallissa järjestetty viittomakielinen uimakoulu, jossa pääsimme tutustumaan toisiin perheiisiin pukuhuoneessa ja saunaassa, joissa oli pakko käyttää viittomakieltä. Uskaldimme osallistua myös Finlandssvenska teckenspråkiga -yhdistyksen tapahtumiin sen jälkeen, kun saimme tietää, että tapahtumiin järjestettiin tulkkeja tarpeen mukaan. Olimme myös uimakoulussa saaneet tietää, että Kuurojen Palvelusäätiöltä sainsi viikoittaista kotiopetusta viittomakieleen. Koronan aikaan se toteutettiin etänä ja etäopettajamme oli tässä vaiheessa jo tuttu opettaja uimakoulusta ja kursseilta.

Näihin aikoihin meille syntyi Klara ja kun hänenlekin diagnosoitiin kuulovamma, aloimme pohtia, olisiko hänenle mahdollista järjestää viittomakielisesti avustajaa päiväkotiin. Imppalapsihan ei tarvitse avustajaa oikeastaan muuhun kuin kommunikoinnin tueksi, jolloin viittomakielinen avustaja olisi tarpeellisempi, kun Klarakaan ei osaisi vielä puhua. Asia järjestiykin niin, että meille kotiopetusta pitäneestä uimakoulututusta tuli Klaran avustaja, jolloin viittomakieli tuli jokapäiväiseen käyttöön, mikä vahvisti meidän koko perheen osaamista.

Kieltä oppii helpoiten silloin, kun on

Tarvitsimme konteksteja, joissa viittomakieltä käyttää, koska perhearki ei vain ollut riittävä moottori viittomakielen oppimiselle.

jokin sosialinen piiri tai tapahtuma, jossa sitä käytetään. Ongelma viittomakielen tapauksessa on se, että piirit ovat hyvin pienet, mutta vielä pienemmät ovat suomenruotsalaisen viittomakielen piirit. Halusimme tukea lastemme identiteettiä kaksikielisänä, emmekä aluksi menneet mukaan tilaisuksiin, joissa käytettiin suomalaista viittomakieltä. Samalla tavalla kuin vanhempi haluaa, että lapsi oppii puhtaasti puhutun ja kirjoitetun äidinkielsä, halusimme, että lapsemme oppivat suomenruotsalaisista viittomakieltä.

Meille selvisi vasta myöhemmin, etteivät viittomakilet noudata kielisukuja puhuttujen kielten kanssa: suomalainen ja suomenruotsalainen viittomakieli ovat paljon lähempänä toisiaan kuin niiden puhutut kielet. Sen lisäksi viittomakilet eivät ole niin vakaita, koska kirjoitettu kieli puuttuu. Suomenruotsalainen viittomakieli ottaa jatkuvasti vaikutteita sekä ruotsalaisesta että suomalaisesta viittomakilestä. Alueellisia eroja on sitten paljon ja sen lisäksi sukupolvien väillä on eroja, koska kieli myös kehittyy niin nopeasti. Erityisesti nuorilla, joiden maailma on tänä päivänä paljon visuaaliseksi sosiaalisen median ansiosta.

Viimeiset pari vuotta olemme olleet paljon joustavampia ja lähteneet rohkeammin mukaan viittomakielisiin tapahtumiin riippumatta siitä, käytetäänkö niissä suomalaista vai suomenruotsalista viittomakieltä. Kaikki suomalaiset viittomakielten käyttäjät kyllä ymmärtävät toisiaan viimeistään pienien totuttelon jälkeen. Arkisistaasioista osaamme jo viittoa, emmekä enää stressaa sitä, viitommeko "oikein", kunhan ymmärrämme toisiamme. Emme myöskään enää ota paineita siitä, jos lasten impat eivät ole päässä. Vaikka määränpää ja reitti oli aluksi hämärän peitossa, jokainen otetti askel johtaa seuraavaan, vaikkei niitä osannut kuvitellakaan matkan alkupäädessä.

ka he puhuivat kuuroista ja kuuroudesta. Viittomakieltä omaksuvia imppalapsia ei näkynyt siihen aikaan heidän verkkosivuillaan, eikä sujuvasta kaksikielisyystä ollut puhetta. Me vanhemmat emme itse olleet kuuroja ja olimme jo omaksuneet Kuulokeskuksesta kuuloaleneman käsitleteen kuurouden sijasta.

Aloimme kuitenkin huomata, etteivät implantit olleet täydellisiä: Meiltä loppui kyky kommunikoida aamuisin, iltaisin, sauna ja peseytyessä. 2-vuotiaana lapset alkoivat lukea huulilta, eikä sellainen lapsi opisi sitä, joka ei sitä tarvitse. Ymmärsimme, miten tärkeitä tu-

Kuvat ja teksti Aku von Bell

Eugeniikan kaiut – Miten rodunjalostusoppi vaikuttaa s viittomakieliseen yhteisöön



3 Suomen kuuroihin ihmisiin ja



Suomessa oli vielä viime vuosisadalla säädetyjen lakiens perusteenä rodunjalostuksellisia periaatteita, jotka vaikuttivat erityisesti kuuroihin ja viittomakieliseen yhteisöön. Vaikka lait ovat nyt pyörretty, monet niistä kärsineet ovat vielä elossa ja tarinat elävät yhteisön sisällä. Maija Koiviston tuore väitöskirja tuo vaiettuja tarinoita esiin ja osoittaa, miten eugenikkaa vaikuttaa tänä päivänä.

Maija Koivisto väitti Helsingin yliopistossa valtioiteellisessä tiedekunnassa tohtoriksi viime elokuussa. Hänen väitöskirjansa "The Legacy of Eugenics: The Struggle for Self-Determination and Its Impact on the Lives of Deaf People and the Sign Language Community in Finland" (Eugenikan perintö – Kamppailu itsemääriämisoikeudesta ja sen vaikutus Suomen viittomakielisen yhteisön ja kuurojen elämään) kertoo eugenikan historiasta Suomessa ja miten se vaikuttaa viittomakieliseen yhteisöön tänä päivänä: – Väitöskirjani ei alun perin ollut tarkoitus olla näin laaja. Olin kiinnostunut kuurojen naisten sterilisoinneista vuosien 1955–1970 välillä, mutta sitten tutkimukseni laajeni vuoden 1929 avioliittolaki ja siitä nykypäivään Suomessa käynnissä olevan kuurojen ja viittomakielisten valtiollisen totuus- ja sovintoprosessin kautta, Koivisto kertoo.

Eugenikka Suomen lainsäädännössä

Eugenikka eli rodunjalostusoppi yhdistetään usein natsi-Saksaan, jossa valtiojohto rakensi mielikuvaan ylivervaisesta arjalaisesta ihmisrodusta, tunnisti siihen yhdistettäviä piirteitä ja pyrki vahvistamaan niitä kansalaisten keskuudessa. Epäasopiaivia piirteitä sen sijaan pyrittiin hävittämään.

Eugenikkaa ei kuitenkaan kehitetty Saksassa, eikä sen kehityskulkua päättynyt Saksan antautumiseen, vaan se jatkoi elämäänsä ympäri maailmaa. Myös Suomessa säädettiin vuonna 1935 laki, jonka myötä, esimerkiksi mielisairaita voitiin pakkosterilisoida. Vuoden 1929 avioliittolaki kielsi avioliiton kahden epileptikon tai syntymäkuuron välillä. Avioliittolaki pyöreittiin 1969 ja sterilisoimislaki vuonna 1970.

Kuurojen naisten oikeus äitiyteen oli tutkimuksen lähtökohta

Koivisto on kuuro viittomakielinen tutkijatohtori ja kutsuu itseään kivikuuroksi, eli hän ei käytä ollenkaan puhuttua kieltä. Tutkijan lisäksi hän on aktivisti ja myös kahden lapsen äiti: – Olen aina ollut kiinnostunut erityisesti kuurojen ihmisoikeusasioista. Minulle tutkimuksessani oli alun perin tärkeintä kuurojen naisten sterilisaatiot, joista olin kuullut puhuttavan yhteisössämme. Tietoa sterilisointien perusteista, määristä tai kenelle niitä oli tehty ei oikein kenelläkään ollut. Myöskään tutkittua tietoa kuurojen naisten sterilisoinneista ei ollut. Halusin itsekin kuurona äitinä ymmärtää yhteiskuntaamme ja sitä, miten minut nähdään kuurona äitinä: miten oikeuteeni lisääntyy suhtaudutaan yhteiskunnassa, jossa kuuroja ei aiemmin ole pidetty soveltuvinä äideiksi tai heidän äitiytensä nähdään riskinä synnyttää lisää kuuroja lapsia, Koivisto kuvaa.

Koivisto perehdytti tutkimuksensa vuosien 1955–1970 lääkintöhallitukselle lähetettyihin abortointi- ja sterilisointihakemuksiin, joita löytyy noin 25 000 kappaletta Kansallisarkistosta. Näiden hakemusten joukosta Koivisto löysi 79 hakemusta, joissa hakija oli ollut kuuro nainen:

– Kuulevien naisten hakemuksia selaillessa minulle syntyi kuva, että hakemuksista löytyi lääkärin kirjaamat perusteet abortille tai sterilisoinnille, jotka oli tehty potilaan kanssa käydystä keskusteluista. Kuurojen naisten osalta nämä perusteet puuttuivat tai niissä saattoi olla merkintä, että lääkäri on keskustellut potilaan läheisen, esimerkiksi äidin tai muu lähisukulaisen kanssa. Ensiksi minulla heräsi huoli siitä, ovatko nämä kuurot naiset olleet tietoisia toimenpiteistä, joita heille ollaan tekemässä ja ovatko he voineet edes ilmaista omaa tahtoaan keskustelussa, Koivisto kuvaa.

Koiviston kolmas huoli koski hakemuksia, joissa oli haettu abortin lisäksi sterilisointia. Hakemuksesta ei aina voinut nimittäin päättää, onko potilaas ollut hakemassa vain aborttia, johon lääkäri tai viimekädessä lääkintöhallitus on voinut omatoimisesti lisännyt sterilisoinnin. Tätä tukee 60-luvulta peräsin olevat hakemukset, joissa on pyydetty sterilisoinnin perumista: kolmen kuuron naisen hakemuksissa kahden perusteluisa mainittiin, että he eivät olleet saaneet riittävästi tietoja heille tehtävistä toimenpiteistä. Koivisto väittää, että erityisesti nuorten naimattomien naisten sterilisointihakemukset tuskin ovat olleet vapaaehtoisia:

– Hakemusten merkinnöistä selviää, ettei lääkärin ja potilaan välinen kommunikaatio ole onnistunut, lääkäri on kommunikoинut jonkin muun kuin sterilisointia hakevan naisen kanssa ja vain kahdessa hakemuksessa on selkeästi tuotu esille naisen



oma ilmaistu tahto sterilisaatioille. Tässä on kyse vallankäytöstä, jossa lääkärit ovat todenneet, etteivät he ole voineet olla varmoja naisten suostumuksesta, muta hakemukset ovat silti laitettu eteenpäin. Olen yhteisössämme kuullut hoitoalalla työskenteleviltä naisilta tarinoita vanhemmista kuuroista naisista, jotka ovat harmittelleet, ettei heille ole siunaantunut koskaan lapsia. Osalla näistä naisista on ollut vartalossaan leikkausarpi, joka viittaa sterilisointiin. Ainakin yhden henkilön tiedän, joka on kertonut, että hänet on abortin yhteydessä sterilisoitu, vaikkei hän ole sellaista hakenut, Koivisto kertoo.

Vielä viime vuosisadalla lainsääädäntö määritteli, kenellä on oikeus lisääntyä

Koivisto perehdyti myös kuurojen väliisin avioliittoihin 1800-luvulta alkaen sekä vuoden 1929 avioliittolakiin, joka kielsi kahden syntymäkuuron välisen avioliiton. Hän havaitsi, että viittonakielisen yhteisön muodostumisesta 1850-luvulta lähtien kahden kuuron välistä avioliittoa pidettiin oletusarvoisena ja jopa toivottuna. Yhteisö vastustikin kovasti uutta avioliittolia, mutta vastustuksesta huolimatta se astui voimaan:

– En ole tutkinut lainsääädäntöprosessia itse, mutta muut tutkijat ovat todenneet, että lainsääädännön taustalla on ollut roudunjalostukselliset perusteet. Syntymäkuuroudestahan ei voida päättää kuuroiden periytyvyyttä, mutta ilmeistä on, että kuuroina syntyvien lasten määrä on haluttu vähentää kieltämällä nimenomaan kahden syntymäkuuron välistet liitot. Syntymäkuurojen lisäksi laki eksplisiittisesti kielsi kahden epileptikon välisen liiton. Siitä en osaa sanoa, miksi juuri nämä kaksi ryhmää valittiin, Koivisto pohtii.

Koiviston mukaan avioliittojen kielto ei kuitenkaan kokoonaan estänyt kuuroja avioitumasta tai saamasta lapsia: naimisiin edelleen mentiin etsimällä pappi, joka on suostunut vihkimään ja lapsia on tietysti saatu ilman avioliittoakin. Kuurot saivat edelleen avioitua tietysti keskenään, jos he ovat pystyneet todistamaan, että ainakin jompikumpi on syntynyt kuulevana. Lainsääädäntö muutti kuitenkin ilmapiiriä ylipäätään negatiivisemmaksi. Sen myötä muuttui sallittavamaksi kysyä, onko suvussa kuuroutta ja vanhemmista tuli tarkempia lastensa puolisovalintojen suhteen:

– Ihmiset ovat aina suhtautuneet kuulovammaisuuteen hyvin eri tavoin. Osa säikähääasiaa kovastikin ja osa taas suhtautuu yhtenä ominaisuutena, joka lapsella saattaa olla. Suomi on pieni maa erityisesti geneettisestä näkökulmasta. Jotkin suvut ovat hyvinkin kuororikkaita. Kuulovammaisia lapsia syntyy kuitenkin eniten kuuleviin perheisiin, jolloin on mahdollista, ettei vanhemmillä ole mitään valmista yhteyttä kuurojen tai viittonakielisen yhteisöön, Koivisto huomauttaa.

Koivisto on syntynyt 80-luvulla kuulevaan perheeseen. Hänen tätinsä opiskeli erityislänttarhanopettajaksi, johon sisältyi suomalaisen viittonakielen opetusta. Koiviston takia hänen koko perheensä ja suurin osa muistakin suvusta opetteli viittonomaan. Kaikki osaavat vähintään sormiaakkoset:

– Siihen aikaan oli melkein automaatio, että perheissä, joihin syntyi kuulovammainen lapsi, opeteltiin viittonomaan. Ei tietenkään täyssin, mutta siihen aikaan viittonakielen nähtiin olevan saavutettavin kommunikointitapa, jolla kuuroon lapsen ei tarvitse pinnistellä tullakseen ymmärretynäksi. Vanhempani liittyivät aikanaan KLVL:ään ja olen osallistunut sen sekä muiden viittonakielisen yhteisön järjestöjen tapahtumiin ja toimintaan



koko ikäni. Kuulovammaisten yhteisö oli siihen aikaan todella tiivis, mutta koen, että tänä päivänä tilanne on hyvin erilainen: olen huomannut, ettei kuulovammalainen lapsi tai hänen vanhempana välttämättä kohtaa toisia yhteisön jäseniä. Se huolestuttaa minua kuulovammaisen nuoren minäkuvan sekä vanhempien puolesta, Koivisto kertoo.

Koivisto ei ole tutkinut, miten eugenikka vaikuttaa kuulovammaisten lasten vanhempiin tänä päivänä, mutta yhteisössä hän on kuullut kokemuksista, että vielä nykypäivänä on kuuroja ja kuuleviakin kuulovammaisten lasten vanhempiä neuvoittu hienovaraiseksi olemaan tekemättä lapsia, jottei kuuroja lapsia syntyisi. Vaikkei viestintä olisikaan aina näin suoraa, Koivisto näkee, etteivät eugenikan kaiut ole tänä päivänäkään täysin vaimenneet:

– Uskon, että tänä päivänä kuuroilla vanhemmillä on enemmän tietoa ja he hahmottavat oman tilanteensa paremmin. Eugenistiset ajatuksset eivät kuitenkaan kohdistu vain kuuroihin vanhempiin: itse ainakin ajattelen, että jos äiti – oli hän kuuleva tai kuulovammalainen – kokee, ettei voisi synnyttää kuuroa lasta, silloin on olemassa yhteiskunnallista eugenistista painetta, Koivisto summaa.

Tutkimus ei ole koskaan neutraalia

Koivisto identifioituu Deaf studies -tutkijaksi. Deaf Studies on tutkimusalta, joka keskittyy kuurojen yhteisön, kulttuurin ja viittomakielen tutkimukseen. Erityisesti Norjassa järjestettävät Dr. Deaf -verkoston kokoonkumiset ovat olleet hänen väistöskirjaprosessissaan tärkeitä inspiraation lähteitä:

– Suomessa kuuroja tutkijoita on hyvin vähän ja väitöstutkijoita on erityisen vähän. Siitäkin syystä tuntuu, että tarvitsee väillä sellaisen paikan, jossa voi kokea olevansa omien seurassa ilman tulkkeja, vaikka tulkkienkin kanssa yhteistyö usein hyvin sujuukin. Dr. Deaf -kokoonkumisissa Norjassa muodostuu kuurojen tutkijoiden ja opiskelijoiden kupla, jota arjen asiat eivät särje: ruuat ja majoituminen ovat valmiiksi järjestetty, jolloin voi rauhassa osallistua kirjoitusretritteihin ja työpajoihin. Kommunikoinme kansainvälistä viittomissa, joita jokainen osaa kykynsä mukaan. Aina löydämme keinon ymmärtää tosiame, Koivisto kuvaa.

”Ei mitään meistä ilman meitä” on keskeinen periaate YK:n vammaissopimuksessa. Sen mukaan vammaisten ja heitä edustavien järjestöjen tulisi aina olla mukana neuvottelemassa vammaisia koskevista asioista. Tutkimusmaailmassa periaatetta sovelletaan siten, että marginalisoituja ryhmiä tutkivalla tutkijalla tulisi olla jonkinlainen yhteys näihin ryhmiin. Koivisto näkee, että periaate sopii myös Deaf studiesiin:

– Tutkijan asema on alallamme todella tärkeä. Tutkijan on todella tehtävä itsetutkiskelua ja oltava avoin omista motiiveistaan ja tavoitteistaan. On tärkeää pohtia omaa asemaansa suhteessa yhteisöön: onko tavoitteena yhteisön aseman parantaminen, pyrkikö sovittamaan yhteisön jäseniä normeihin ja milloista toiseuttamista tutkimuksessa tapahtuu. En sano, ettei kukaan yhteisön ulkopuolin saisi tehdä meistä tutkimusta, mutta tutkimusetiikan pitää olla todella vahva, tutkimuksen tavoitteet avoimet sekä halua tehdä tiivistä yhteistyötä yhteisön kanssa. Tutkimus saattaa myös edellyttää riittävää kielitaitoa, Koivisto kertoo.



Koiviston väitöstitaisuuteen osallistui noin 200 henkilöä läsnä ja toiset 200 etänä.



Dr. Deaf -verkoston jäseniä Norjan konferenssissa.

– Kuurot tutkijat sekä Dr. Deaf -verkosto toivottavat kaikki tervetulleksi yhteisönsä myös ne, joille viittomakieli ei ole äidinkieli. Monet verkoston tutkijoista ovat implantoituja tai huonokuuloisia. Monet ovat oppineet viittomaan myöhemmin elämääsään. Kansainvälistä ja Euroopassa on yleisempää, että viittomaan opetellaan vasta myöhemmin. Suomessa ja Pohjoismaissa kehitys on alkanut olla samansuuntaista, Koivisto lisää.

Tieto ei ole koskaan neutraalia

Suomessa on käynnissä Valtioneuvoston käynnistämä kuurojen ja viittomakielisten totuus- ja sovintoprosessi, jonka tavoitteena on kerätä ja levittää tietoa kuurojen kohtaamista vääryyksistä, tunnistaa nykyisiä rakenteellisia syrjiviä tekijöitä ja esittää toimenpiteitä, joilla tulevaisuudessa vahvistetaan kuurojen ja viittomakielisten oikeuksien toteutumista Suomessa. Prosesсин lopullinen tavoite on tehdä sovinto Suomen valtion ja kuurojen yhteisön välillä. Koivisto tutki väitöskirjassaan myös tästä prosessia:

– Totuus- ja sovintoprosessi on ainutlaatuinen, koska se on ensimmäinen erityisesti kuuroihin tai ylipäätään vammaisiin kohdistuva sovintoprosessi. Aiemmat vastaavat ovat yleensä liittyneet alkuperäisväestön kohtaamiin vääryyksiin, esimerkiksi Etelä-Afrikan apartheidiin, eli rotuerottelupoliitikkaan. Vammaiskeskustelu usein ohitetaan yhteiskunnassa, eikä heidän kohtaamastaan syrjinnästä keskustella. Ajatellaan, että vammaisia saa kohdella huonosti. Vaikka tämä prosessi liittyy pää-

asiassa kuuroihin, sen kautta tuodaan muitakin tahoja esiin, jotka on aiemmin sivuutettu, Koivisto kertoo.

Koivisto havaitsi tutkimuksessaan, että monille viittomakielisen yhteisön jäsenelle totuus- ja sovintoprosessi on epäselvä, jonka takia prosessissa voi syntyä haasteita. Koivisto näkee tämän liittyvän kuurojen kokemien vääryyksien aiheuttamaan sisäistetyyn sortoon:

– Totuus- ja sovintoprosessin kannalta on tärkeää, että vääryyden kokemuksista päästään eteenpäin pohtimaan ratkaisuja. Monet kuulovammaisista kokevat alemmuutta, että he ovat huonompia kuuleviin nähden, koska he ovat kohdanneet esteitä, jotka ovat rajoittaneet heiltä mahdollisuksia taiasioita sen takia että ovat kuulovammaisia. Osa ajattelee itsekin niin, että kuulovammaisuus rajoittaa heitä, eli he sensuroivat itseään, jättätyvät ulkopuolelle kiertämään kehää ajatustensa kanssa. Tätä kutsutaan sisäistetyksi sorroksi. Se estää monia pääsemästä irti väärrysokokemuksissa vellomisesta ratkaisujen löytämiseen, mikä uhkaa koko prosessin mielekkyyttä, Koivisto kuvaa.

Vaikka eugenistiset perustelut on purettu Suomen lainsäädännöstä, ei se tarkoita, että eugenistiset asenteet olisivat puretu ihmisten mielestä ja yhteiskunnallisia rakenteista:

– Vaikken vastusta tutkimusta, pitää ymmärtää, että niiden tuottama tieto ei ole neutraalia: kun raskaana oleville äideille tehdään sikiöseulontoja, on selvää, että käytännössä suositellaan raskauden keskeytystä, jos seulonta tuottaa pojakeavia havaintoja. Siitä huolimatta, että sanotaan, että valinta on vanhempien. Sama koskee geenitutkimuksia. Monille kuulovammaisen

lapsen vanhemmille tarjotaan geenitutkimuksia, joilla pyritään selvittämään kuulovammaisuuden periytyvyyttä. Jos vanhempi tulee tietoiseksi, että hänellä on esimerkiksi yleisin kuurouteen viittaava Connexin 26 -geeni, alkaahan hän ja ympäristö väkisinkin pohtimaan omien lasten lapsia ja kuulovammaisuuden periytymistä, Koivisto huomauttaa.

Koiviston mukaan tärkeintä olisi ymmärtää, että kuulovammaisuus on yksi ominaisuuksista, joka meissä esiintyy ja yksi tapa kokea maailma, joka on samanarvoinen muiden tapojen kanssa. Kuulovammaisten kokemat esteet syntyvät vuorovaikeutuksessa yhteiskunnan kanssa, jonka kuulevat luovat itselleen. Hän toivoisikin, että vanhemmat olisivat mukana muuttamassa yhteiskuntaa sellaiseksi, jossa kuulovammaisuus ei ole este, sen sijaista, että lasta opetetaan tulemaan toimeen esteiden kanssa tai ylittämään niitä:

– Suurin osa kuulovammaisista lapsista syntyy kuuleville vanhemmille. On selvää, että jos vanhemmillä ei ole mitään yhteyttä kuulovammayhteisöön etukäteen, voi kuulovammaisen lapsen saaminen olla traumaattinen kokemus. Vanhempien oli tärkeää pystyä käsittelemään tästä traumaa ja saada siihen tukea, jottei se trauma siirtyisi vanhemmilta heidän lapselleen. On tärkeää, että lapsi kokee, että hän saa olla kuulovamainen, eikä siinä ole mitään peiteltävää. Hänellä ei ole velvolisuutta muuttua kuulevaksi, Koivisto toteaa.

Kuulovammaisten ja heidän yhteisönsä tulevaisuus on turvattava

Väitöskirjan kirjoittaminen oli Koiviston mukaan kova puristus, joka vei kaiken vapaa-ajan, jota kahden lapsen äidillä oli jäljellä. Aihe oli myös raskas, koska kuurona äitinä oli vaikeaa tutustua eugenikkaan, joka määritteli, kenellä on oikeus olla vanhempi ja kenellä on oikeus olla olemassa. Nimenomaan kuuroihin naisiin kohdistunut syrjintä, joka konkretisoitui liääntymiskyyvin viemiseen, korosti Koivistolle aiheen merkitystä:

– Näistäasioista ei ole haluttu kertoa, joten ne ovat jääneet piimentoon. Koin, että velvollisuuteni oli tuoda näiden naisten kokemat vääryydet esiin, jotta ne voidaan käsitellä. Vaikkei tutkimukseni tuonut varsinaisesti esiin yhteisöllemme uutta tietoa, se on jollain tavalla konkreettisempaa, kun se on julkaisussa väitöskirjassa, eikä vain kerrottuja tarinoita. Monet ovat kertoneet, että väitöskirja on ollut heille tärkeä. 200 henkilöä oli paikalla väitötilaisuudessa ja toiset 200 osallistui tilaisuuteen etäyhteydellä, Koivisto kertoo.

Koiviston mukaan myöskään hänen lapsuuden perheessään ei olla puhuttu väitöskirjan aiheesta. Hänen äitinsä on kuitenkin jäänyt pohtimaan, oliko hän saanut helpommin sterilisaation, koska oli synnyttänyt kuuron lapsen. Normaalisti sterilisaatioon vaaditaan puolison lupa, mutta tästä ei hänen äitiiltään ollut vaadittu.

Koiviston toiveena on, että väitöskirja tukee prosessia kohti yhteiskuntaa, jossa kuulovammaisten oikeudet toteutuvat paremmin. Koivisto ei ole kuitenkaan tällä hetkellä optimistinen toiveensa suhteen. Hän näkee, että viime vuosina kehityskulku ei ole ollut positiivista:

– Monet ajattelevat, että ihmisoikeudet kehittyvät aina parempaan suuntaan, mutta tämä ei pidä paikkaansa: kehitys on muutosta hyväan tai huonoon suuntaan. Esimerkin voi nähdä

katsomalla mitä Yhdysvalloissa tällä hetkellä tapahtuu. Kuulovammaisten yhteisö on Suomessa hajanaisempi kuin koskaan aiemmin. Yksi syy tähän on se, että pääosin lapset kävät yksin kuulevien kouluissa, eivätkä kohtaata toisia kuulovammaisia lapsia. Taustalla on ajatus inkluusiosta, mutta koska resursseja ei ole tarpeeksi, he jäävät usein vaille riittävää tukea. Esimerkiksi heidän kielenkehitystään ei tueta viittomakielellä, vaikka meillä on yli 100 vuoden kokemus siitä, mitä tapahtuu, kun viittomakielit otetaan pois yhteisöltämme, Koivisto summaa.

Koivisto on tutkijatohtorina mukana uudessa tutkimushankkeessa, joka keskittyy tulevaisuuteen. Hankkeen tarkoitus on tutkia oikeudenmukaisuuden, kestävän kehityksen ja ilmasitonmuutoksen diskursseja vammais- ja queer-näkökulmista: – Ehkä tutkimushankkeen tavoitteineen voisi tiivistää siihen, että jos katsoo sci-fi -sarjoja tai -elokuvia, miten monimuotoisia ihmisiä niissä esitetään? Mitä se kertoo tulevaisudesta ja mitä tulee tapahtumaan, jos vammaisia ei enää tulevaisuudessa ole? Kenellä on oikeus määritellä, kuka on oikeanlainen tähän maailmaan? Edustan hankkeessa vammaisnäkökulmaa ja tuon esiin omaa näkökulmaani kuurona. Meitä on aina ollut, meitä on nyt ja meitä tulee aina olemaan. Maailmaan tarvitaan erilaisia ihmisiä, jotta voimme oppia toinen toisiltamme ja kehittyä yhteiskuntana ei vain oikeudenmukaisempaan vaan kestävämpään suuntaan, Koivisto tiivistää.



Kuka?

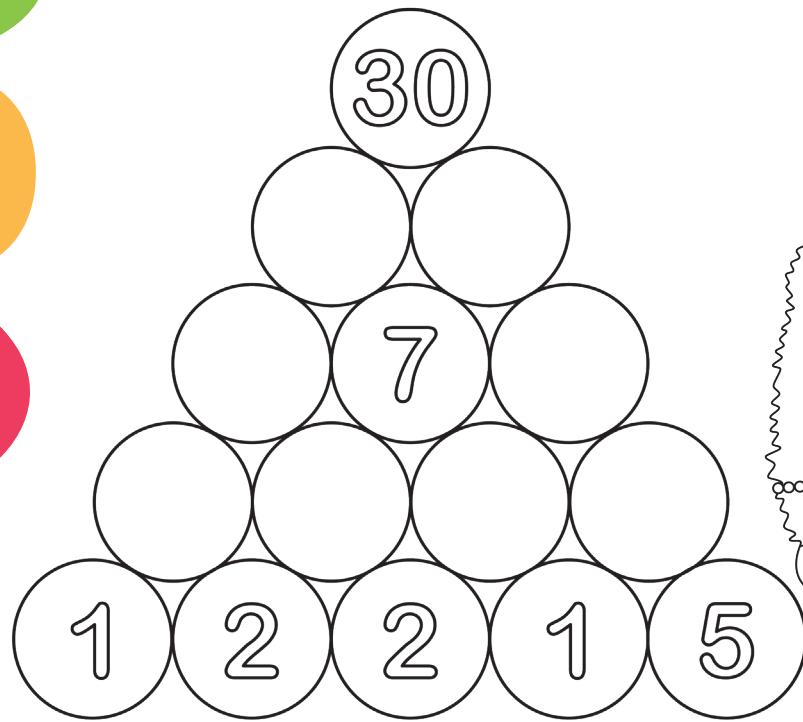
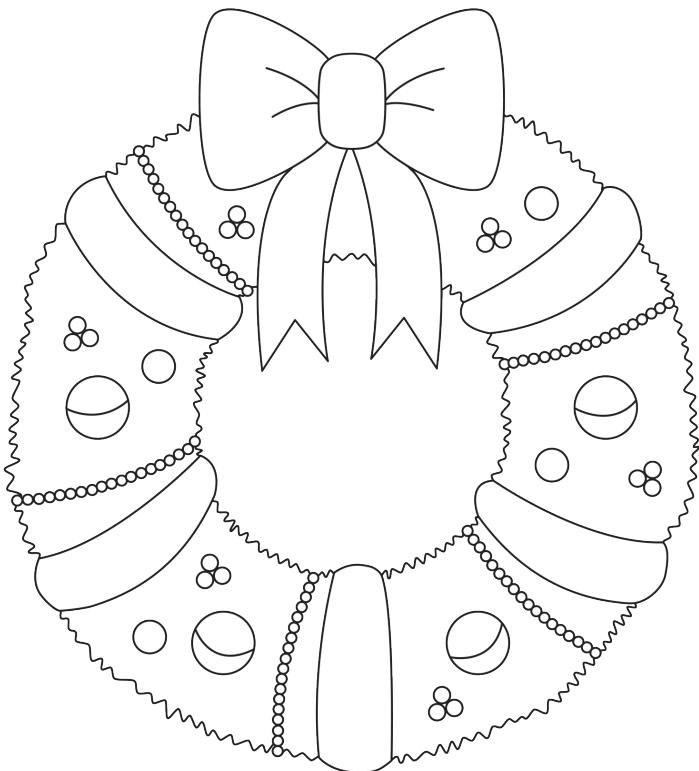
Maija Koivisto,

Tutkijatohtori Helsingin yliopistolla
Kuuro, viittomakielinen, aktivisti ja kahden lapsen äiti
Viittomakielinen,
Tykkää matkustella ja käydä mökillä. Omat harrastukset
pitää väitöskirjaprosessin jälkeen löytää uudestaan, nyt
lähiinä vietän aikaa lasten ja perheen kanssa.

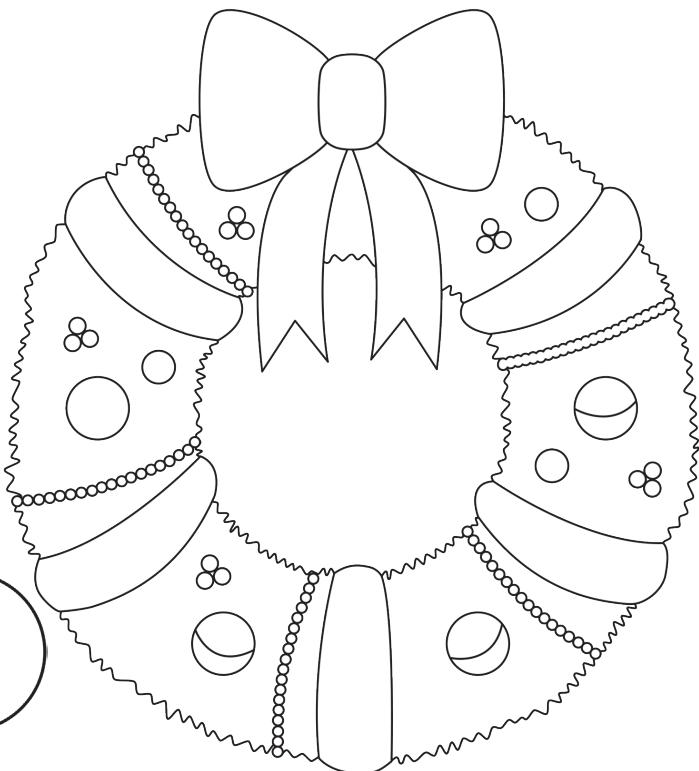
LASTEN NAPPISIVUT



Nappi-sivujen tehtävä Sallamaari Lasanen
Lumiukko Adobe Stock



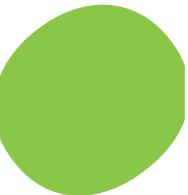
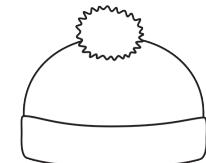
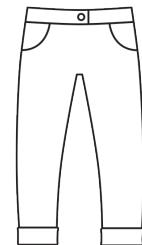
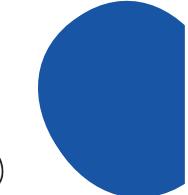
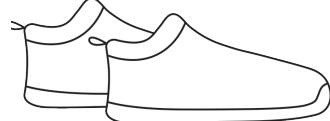
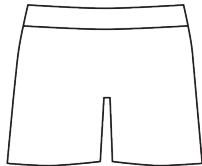
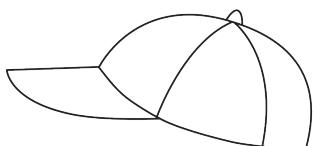
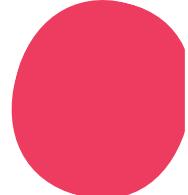
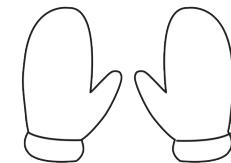
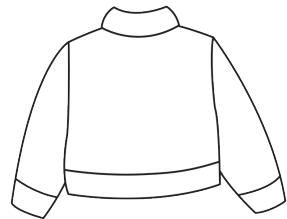
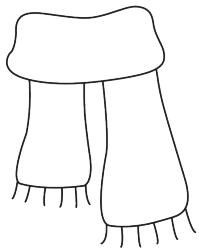
Osaatko täyttää lumilyhtyn puuttuvat luvut?
Vinkki: aloita alhaalta!



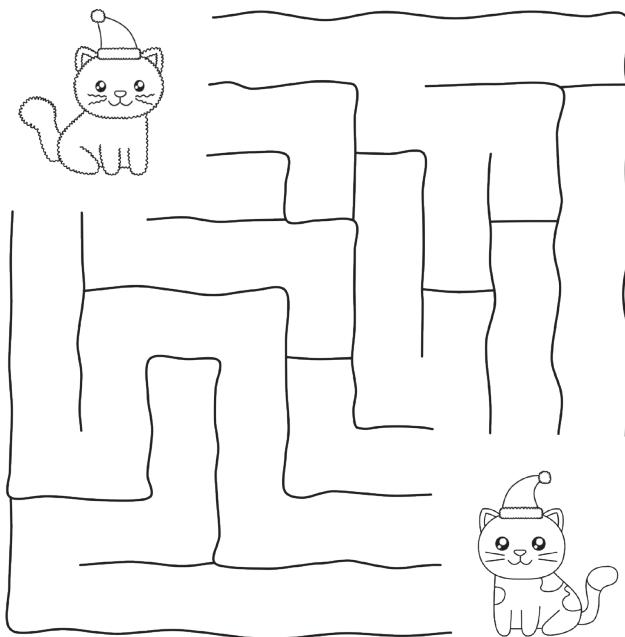
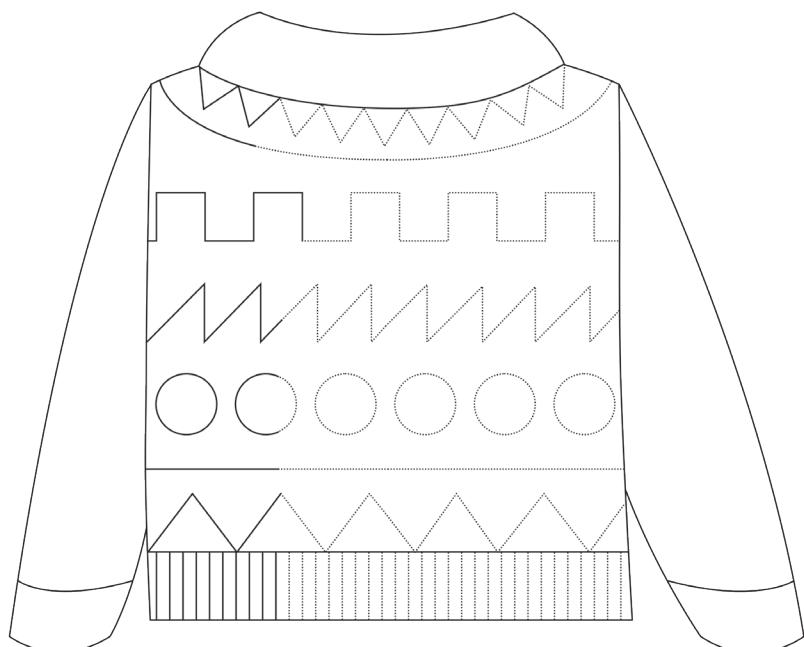
Etsi kuvista viisi eroavaisuutta!

LASTEN LEIKIT

Banaanihippa Rajataan sopiva alue leikkijöiden ikätaasoon sopivasti. Seuraavaksi valitaan ensimmäinen hippa. Hippa liikkuu alueella ja yrittää saada pelaajia kiinni. Jos pelaaja jää kiinni, hän nostaa kädet korkealle ylös suoriksi ja jää paikalleen seisomaan. Toiset pelaajat voivat pelastaa kiinni jääneitä "kuorimalla" (laskemalla kiinni jääneen pelaajan kädet alas). Liikkuvaperhekasvatus.fi



Talven pakkasilla täytyy pukeutua lämpimästi. Väritä talveen sopivat vaatteet!



Vahvista villapaidan kuviot ja väritä kuva omilla suosikkiväreilläsi!

Etsi oikea reitti kaverusten välille!

Nimijooga Leikkijöiden tehtäväնä on muodostaa kehoistaan eri kirjaimia. Päätetään vuorotellen senen nimistä aloitetaan, muodostetaan jokainen omasta kehosta kirjaimia yksi kerrallaan. Pienempien leikkijöiden kanssa aikuiset voivat näyttää esimerkkiä asenkoista, joita muut kopioivat omalla kehollaan. Leikkiä voi leikkiä myös niin, että muodostetaan kirjaimia yhdessä. Voidaan myös sopia, että kirjaimia pitää muodostaa seisten tai lattialla maaten tai niin, että kaikki on sallittua. Liikkuvaperhekasvatus.fi

Kuvat Ellin perhealbumi ja Adobe Stock



Elli

9-vuotias Pieksämäeltä



Alvarille!

Perheeseeni kuuluvat: Äiti, isi, pikkuveli Iivo ja suomenpystykorvakoira Góllas.

Kotini on: Punainen puutalo, jonka naapurissa asuu paras kaverini.

Kuuloapulitteet, joita käytän: Implanttia oikeassa korvassa ja vasemmassa kuulokoje.

Kielet, joita käytän: Suomi, vähän englantia ja viittomakieltä.

Kuulokavereitani ovat: Venla, Frida, Jaakko, Eevi, Alvar, Teemu, Juuso, pikkuveli Iivo, Elsi ja on muitakin, joiden nimiä en muista.

Mukavin muistoni kuulokaverin kanssa on: Kivoja muistoja on monia, mutta paras on, kun hypimme uimahallissa Venlan ja Jaakon kanssa pommeja veteen.

Vanhempani ovat arkisin: Äiti on perheterapeutti ja isi on työntohtaja.

Vanhemmissani parasta on: Kun ne aina vievät kaikkialle missä on superkivaa.

Vanhempieni kanssa teen: Isin kanssa on kiva potkia palloa, pyöräillä, seikkailla ja pelata shakkia. Äidin kanssa on kiva jutella, kävellä metsässä, käydä elokuvissa, askarrella, lukea kirjoja, reissuilla ja olla vaan.

Asioita, joita vanhempani eivät ymmärrä: He eivät tajua antaa minulle riittävästi karkkia.

Haluaisin olla vanhempi, joka on tosi kiva ja reilu ja taitava kaikessa.

Haluaisin perheen, jossa sovittaisiin riidat sekä ollaan reiluja kaikille perheenjäsenille.

Lempiruokiani ovat: Nuudelit, pinaattilelut, makaronilaatikko, pizza, hampurilainen ja ranskikset.

Lempivärini: Oranssi ja neonkeltainen.

Harrastuksiani ovat: Jalkapallo, kotona lukemin, pyöräily, ajanvietto kavereiden kanssa, laskettelu, graffitienviittäminen, kiipeily, uiminen, skuuttaus, jäätelon syöminen, legoilla rakentelu ja joskus leikkiminen.

Mielensiintoinen asia minussa: Olen kova hassuttelija.

Lähetän ystäväkirjasivun seuraavaksi:





Aku ja Marie von Bell

Kiitos teille

Napin neljäs lehti on saatu kansiin ja samalla taas yksi vuosi pakettiin. Meille on ollut koko lehden tekemisen ajan tärkeää, että lehti oli si mahdollisimman paljon jäsenperheiden näköinen tarjojen samalla vertaistukea, inspiraatiota sekä ajankohtaista tietoa.

Lukijapalaute on ollut hyvästä tänäkin vuonna, mutta noudatamme parhaamme mukaan antamaanne palautetta, jonka takia näitä kolumnuja ei ole tänä vuonna kirjoitettu.

Nyt haluaisimme kuitenkin vielä pidemmin kiittää teitä lukijoita, haastattelun antaneita asiantuntijoita, nuoria ja perheitä sekä kaverikirjaan pitäneitä. Tarinoidenne kirjoittaminen on ollut meille suuri ilo ja ylpeyden aihe, ja olemme oppineet niistä valtavasti lisää yhteisöstänne. Teidän maailmaanne on olut ilo ja kunnia tutustua.

Sanomme yhteisöstänne, koska mehän emme siihen kuulu, sillä perheessämme kaikki ovat kuulevia. Palaute, joka on ollut meille haastavin, on että Nappi on liian pinnallinen. Tulkitsemme sen siten, ettemme pääse juttuissamme haastamaan teitä lukijoina tarpeeksi. Tämä johtuu siitä, että olemme ulkopuolisia, jotka yrityvät ymmärtää maailmaanne pienistä kurkistusikkunoista. Vie vuosia ennen kuin ymmärrämme siitä maailmasta tarpeeksi, jotta juttumme saavuttaisivat asiantuntijamaisen syvyyden. Toivottavasti ne ovat kuitenkin olleet sy-

vällisempiä lehti lehdeltä.

Toisaalta puolustukseksemme on sanottava, että moni tulee yhteisöönne tietämättä mitään kuulovammaisuudesta tai kuurojen ja viittomakielisten yhteisöstä. Jokainen Nappi-lehti voi olla heille se ensimmäinen lehti, jolloin jonkinasteinen pinnallisuu voi olla hyväkin asia. Se on meillä ehkä useimmiten mielessämme lehtiä toimittaessamme, jonka ansiosta lehden toimittaminen on monesti tuntunut tärkeimmältä työltämme.

Tietysti olisi paras, jos pystyisimme samaan aikaan puhuttelemaan uusia ja vanhoja lukijoita. On taitolaji pyrkiiä tasapainoilemaan risteävien odotusten kanssa. Tunnemme usein, ettemme uskalla keskustella joistakin aiheista syvälyisemmin, koska aihe ei suoraan kosketa meitä. Esimerkki tällaisesta aiheesta on viittomakieli. Se on meistä hirveän kiinnostava aihe, mutta ymmärrämme, että se saattaa herättää joissakin vanhemmissa painostamisen kokemusta. Asiantuntijoiltaan ei tunnu olevan selkeää yhteistä linjaaa, pitäisikö vanhempia rohkaista sen käyttöön vai ei.

Meidän ratkaisumme asiaan on tuoda esiin tietoa sekä perheiden kokemuksia laidasta laitaan ja antaa teidän lukijoiden tehdä omat johtopäätöksenne.

Hyvää jouluja ja onnellista uutta vuotta
Aku ja Marie von Bell

Teksti Aku von Bell
Kuvat Aada Huovisen kotialbumi

Äidin ei tarvitse aina



Joensuussa asustavaan Huovisten perheeseen kuuluvat Aada-äiti ja 5-vuotias Eemi-poika. Aada opiskelee toimintaterapeutiksi ja haaveilee suurperheestä. Aadaan voi tutustua lisää uusimmalla Maajussille morsian -kaudella.

jaksaa



Eemi muutamaa viikkoa kuulolaitteiden saamisesta

Ensimmäistä lastaan yksin odottaneella Aada Huovisella ei ollut minkäänlaista kosketusta kuulovammaisuuteen ennen esikoislapsi

Eemin syntymää:

– Eemi ei läpäissyt kuuloseulaa synnytyksen jälkeen, mutta vasta kolmikuiseen hänен kuuloaan tutkittiin lisää. Lääkäri epäili, että korvissa olisi lapsivettä, jonka takia Eemin korvat oli tarkoitusti putkittaa. Toimenpiteen yhteydessä kuitenkin huomattiin, ettei korvissa mitään lapsivettä ollutkaan ja jatkotutkimuksissa todettiin, että Eemillä on vasemmassa korvassa keskivaika ja oikeassa vaikea kuulovamma. Muistan, että alkushokki oli iso: koin oloni sekavaksi ja menin tietynlaiseen paniikkiin. En ollut ajatellut, että näin voisi ikinä käydä, Aada muistelee.

Eemi on käyttänyt kuulolaitteita diagnoosista lähtien. Aada koki, että hän sai eniten tukea kuntoutusohjaajan kanssa juttelemisesta sekä sosiaalisen median ryhmistä:

– Oli kova tarve päästä juttelemaan ja tunsin kaipaavani vertaistukea. Kun osallistuin keskusteluihin ja luin toisten perheiden tarinoita ne toivat lohtua siitä, ettei maailma tähän kaadu. Kuulovamaisuudesta tuli perheemme uusi normaali. Erityisesti, kun Eemistä näki, että

hän alkoi kuulla kuulolaitteiden avulla ja häneen sai yhteyden, Aada kuvaa.

Monimuotoiset vertaistapahtumat houkuttelevat uusia osallistujia

Aada sai esitteen KLVL:sta Eemin kuulovammadiagnoosin yhteydessä ja liittyi pian jäseneksi. Meni kuitenkin kolme vuotta ennen kuin perhe osallistui ensimmäiseen vertaistapahtumaansa:

– Olin seurannut KLV:n vertaistapahtumia, mutten vain saanut aikaiseksi lähteä. Kun huomasin, että KLV järjestää nepsy- ja kuulovammavertaiskurssin syksyllä 2023, ajattelin sen olevan niin meidän juttumme. Sen jälkeen olemme käyneet KLV:n kesäpäivillä ja haaveena on, että kävisimme aina, kun se on mahdollista. Vertaistuki on todella ihanaa ja antoisaa, koska pääsee kuulemaan muiden perheiden tarinoita sekä jakamaan ja keskustelemaan yhdessä arjen haasteista ja onnistumisista, Aada kertoo.

Eemillä on laaja-alainen kehityshäiriö sekä autisminkirjon häiriö, jonka takia hänellä on ikätaisoaan heikommat sosiaaliset taidot sekä haasteita kommunikaatiossa. Eemi on päiväkodissa pienryhmässä ja tarvi tsee aikuisen tukea ja ohjausta jokaisessa päivittäisessä toiminnoissa:

– Eemin puhe on vokaalivoittoista tällä hetkellä. Hän puhuu kolmen neljän sanan lauseita, muttei taivuta sanoja. Hän käyttää tukiviittomia ja puhetta rinnakkain. Hänellä on tähän asti ollut vain kojeet, mutta niillä ei saada tarpeeksi hyvää vastetta. Olemme sisäkorvaistutelonossa. Eemille on tarkoitus leikata istute toiseen korvaan, jotta hän kuulisi konsonantit paremmin ja puhe muuttuisi selkeämäksi, Aada kertoo.

Aada ja Eemi käyttävät puheen tukena tukiviittomia ja kuvakommunikatiokansiota. Kuvakansio on kommunikaation tukena arjessa. Eemi käyttää kansiota usein vieraiden ihmisten kanssa kommunikoidessa tai silloin, kun kokee, ettei pysty täysin selittämään tai ymmärtämään jotakin asiaa. Tukiviittomiin he ovat saaneet perhepetusta.

Vanhempien tukiverkko perhearjen tukena

Aada opiskelee kolmatta vuotta toimintaterapeutiksi ja valmistuu pian. Aiemin hän on työskennellyt koulunkäynnin ohjaajana sekä avustajana päiväkodissa. Opinnoissaan hän on tehnyt harjoittelua kehitysvammaisten päivätoiminnassa. Hänen toiveensa on päästää mahdollisimman pian osa-aikaisesti työskentelemään lasten tai kehitysvammaisten parissa, joita aikaa jää Eemin kanssa arjen pyörätämiseen. Aadasta toimintaterapiian ala tuntuu omalta:

– Toimintaterapiaan tutustuin Eemin kautta, koska Eemillä on kuulovamman lisäksi muitakin diagnooseja, olemme saaneet tukea arjen haasteisiin. Nautin ja minulle tulee hyvä olo siitä, että saan auttaa toisia ihmisiä elämään mielekästä arkea. Toimintaterapijan tavoitteena on turvata kaikille tasavertainen mahdollisuus osallistua yhteiskuntaan. Kaikilla on oikeus mielekkäaseen arkeen, toimintaan ja harrastuksiin vammoista riippumatta. Olen jo nähty työn arvon harjoiteluissa kehitysvammaisten päivähoidossa, Aada kertoo.

Aadan ja Eemin arkea tukevat Aadan vanhemmat, joita he näkevät viikoittain. Vanhemmat ovat eronneet ja heillä on molemmilla uudet puolisot. He viettävät paljon aikaa Eemin kanssa ja joskus Eemi on yötä isovanhemmillä jopa viikoittain:

– Vanhemmat ovat olleet todella iso tuki ja turva meille. Heillekin Eemin kuulovamaisuus oli iso alkujärkytys. Kaikilla oli paljon kysymyksiä esimerkiksi siitä, mistä se johtuu ja mitä seuraavaksi tapahtuu. Sittemmin siitä on tullut osa heidänkin normaalista arkeansa. Pyydän heiltä tai pikkuiskoltani aina apua, kun oma jaksamiseni on lopussa. Vain hetkenkin oma aika, jolla voidin käydä yksin kävelyllä tai kuntosalilla, antaa minulle todella paljon. Liikunta on minulle tösitärkeä saareke, Aada kertoo.

Aadalle on ollut pienestä lapsesta lähtien selvää, että hän haluaa lapsia ja niemenomaan nuoren. Aada epäilee, että se on tuntunut luontevalta, koska hänen omat vanhempansa olivat nuoria, kun he



saivat Aadan isoveljen, Aadan ja hänen pikkusiskonsa. Aada sai 22-vuotiaana tietää odottavansa Eemää:

– Se tuntui silloin oikealta ajalta, mutta puolivälissä raskautta päätin, että parisuhde Eemin biologiseen isään oli päättävä. Koin parisuhteemme turvattomaksi ja ajattelin, että lapselleni riittää yksi turvallinen vanhempi. Tarjosin Eemin biologiselle isälle mahdollisuutta olla mukana lapsensa elämässä, mutta hän ei ole halunnut tutustua lapseen. Vaikka minä ja Eemin läheiset riitämme turvallisina aikuisina, toivon, että joskus Eemillä olisi myös toinen turvalli-

nen van hempi sekä kaksi sisarusta. Yhteen autoon meidän pitää mahtua, Aada hymäähtää.

Maajussille morsian auttoi Aadaa tunnistamaan omia vahvuksiaan ja haaveitaan

Aada on etsinyt uutta kumppania myös uusimalla Maajussille morsian -kaudella. Ohjelma oli Aadalle ensimmäinen kokemuksista kameran linssin sekä koko kansan silmien edessä. Päätös lähteää ohjelmaan syntyi, kun hän tutustui kauden maajus-

seihin:

– Katsoin maajussien esittelyjaksoit ja Perttu herätti sen verran kiinnostusta, että kirjoitin hänelle kirjeen. Hän vastasi, että haluaisi minut mukaan ohjelmaan. Se oli aivan hirveän jännittävää olla ensimmäistä kertaa kameran edessä, mutta se muuttui luontevammaksi, kun ohjelma eteni. Televisiosta ei välyt se, miten paljon aikaa kuvaaamiseen menee ja miten paljon tuontaoihmisiä on kuvauskissa läsnä. Esimerkiksi kahdenkeskeisillä pikatreffeilläkin oli viisi henkilöä meidän kahten lisäksi, Aada kuvaillee.

Tosi-tv:hen osallistumiseen kuului paljon tunteita laidasta laitaan. Erityisesti Eemistä kertominen jännitti Aadaa. Hän koki, että asia tuottiin ohjelman hyvin ja hienotunteisesti esiin, vaikka hän kokikin, että erityislapsen yksinhuoltajuudesta muovattiin hänelle yksilotteinen rooli:

– Minun ei ollut mikään pakko kertoa, mutta kun meillä oli pidemmät kahdenkeskiset treffit, halusin kertoa Pertulle Eemistä. Kertominen olisi tietysti ollut jännittävää joka tapauksessa, mutta koska olimme televisiossa, tiesin että moni muukin saisi tietää. Koen, että äitiys on niin iso osa omaa elämääni, mutta meidän keskustelustamme otettiin muukaan melkein pelkästään kohtia, joissa puhuin äitiydestä ja Eemistä. Asia tuottiin hyvin esille lopullisessa ohjelman massaan. Eemin diagnooseja ei esimerkiksi otettu mukaan, Aada huomauttaa.

Loppujen lopuksi kokemus oli kuitenkin pelkästään positiivinen:

– Minulle jäi ihanasta matkasta todella hyvä olo sekä paljon uusia ystäviä ja kokemuksia. Opin itsestään sekä odotukisistäni tulevaisuudesta ja parisuhdesta todella paljon, koska niitä joutui pohtimaan ohjelman aikana runsaasti. Huomasin, ettei yksinhuoltajuus ja erityislapsen äitiys määritä minua kokonaan ja minä riitän sellaisena kuin olen. Olen varma, että löydän vielä sellaisen ihmisen elämääni, jonka kanssa voidaan saavuttaa tulevaisuuden haaveitani, Aada summamaa.

Aada kokee, että hänen haaveensa suurperheestä, omakotitalosta sekä kesämökistä ovat tavallisia. Suurimpana haasteena ovat suuret saappaat, jotka uuden kumppanin on täytettävä:

– Koska Eemin biologinen isä ei ole mukana arjessämme, kaikki eivät ole valmii aloittamaan seurustelua kanssani, kun

lapsi on koko ajan läsnä. Jos minut taho tuo elämäänsä, pitää ottaa heti kättelyssä meidät molemmat. Ehkä se toimii minulle sopivana filterinä, koska olen todella perhekeskeinen ihminen. Perheen yhteinen aika ja läsnäolo on tärkeää minulle, koska minulla on niin hyvä suhde omiin vanhempiini ja sisaruksiani. Kaipaan tasapainoista ja turvallista parisuhdetta, johon ei kuulu turhia riiittoja. Tasapainoinen arki, jossa molemilla on aikaa omille harrastuksilleen ja jutuilleen sekä aikaa yhdessä pariskuntaa ja perheenä, on se minun unelmani, Aada tiivistää.

Vanhemman ei tarvitse uhrata itseään lapsen tarpeiden täyttämiseksi

Arki Eemin kanssa on opettanut Aadalle paljon äitiyden merkityksestä, arjen pienistä iloista nauttimisesta sekä irti päästämisestä:

– Eemi on opettanut minulle eniten rakkaudesta ja siitä miten ääretöntä rakkaus voi omaa lastaan kohtaan olla. Me nauhimme arjen pienistä iloista, vaikka arki onkin joskus haastavaa Eemin jumiutumisten takia. Eemillä on sellaisia mielenkiinnonkohteita, joiden parissa hän voi viettää tuntikausia. Esimerkiksi kerran uimahalliretkestämme ei meinannut tulla mitään, mutta sitten jäimmekin ihastelemaan parkkipaikan liikennemerkiä. Vaikkei alkuperäinen retki onnistunutkaan, siitä tuli silti päävämme paras juttu, Aada huomauttaa.

Aada näkee, että vanhemmuudessa tärkeintä on ymmärtää oma rajallisuus ja se, että avunpyytäminen on aina ok. Myös vanhemman on hyvä puhua omista tunteistaan lapsen kanssa ja joskus mennä sieltä mistä aita on matalin:

– Koen, että lapselle tärkeimmät asiat ovat rakastava vanhempi, turvallinen syli, lämpimät vaatteet ja riittävästi ruokaa. Ei mitään sen ihmeellisempää. En usko, että lapsi jäisi kaipaamaan huvi-puistoja tai ulkomaanmatkoja, jos hänellä on ollut rakkautta ja läsnä oleva vanhempi. Enkä tarkoita sitä, että hyvän vanhemman pitää aina jaksaa tehdä joitain hienoja ja olla koko ajan läsnä lapselle. Joskus mekin vietetään vain kotipäiviä: tilataan noutoruokaa ja makoillaan koko päivä sängyssä. Me puhumme Eemin kanssa paljon tunteista ja siitä kuinka vanhempikin saa olla väsynyt, vihai-

nen ja surullinen ja saa näyttää sekä itkuja että rakkautta ja tietysti iloa. Kyllä minä joskus sanon Eemille, että äiti on nyt todella väsynyt ja silloin viimeistään pyydän apua läheisiltä, Aada toteaa.

Aadan tärkein tavoite on se, että Eemi saa tulevaisuudessaan elää oman-näköistään elämää niin itsenäisesti, kuin vain mahdollista:

– Eemi käy päiväkodissa kuten muutkin lapset. Vuosi sitten hänellä oli päiväkotiryhmässä toinen kuulovammainen lapsi, mutta muita tuttuja kuulovammaisia ei

ole ollut. Hieman koen jännitystä siitä, miten Eemin koulunkäyti tulee sujuvana. Päivähoidossa ei ole ollut puhetta Eemin esteistä oppimiselle tai tulevaisiuden ammateille. Toivon, että Eemi saa ja uskaltaa olla sellainen kuin on, että hänellä on tasavertaiset mahdollisuudet osallistua asiaihin tässä yhteiskunnassa. Se on minusta se tärkein tehtäväni äitiinä, että saan tukea ja auttaa lastani kasvamaan, kehittymään ja oppimaan uusia taitoja, jotta hän voi saavuttaa omat unelmansa.



VINKKI-SIVUT

Teksti Napin toimitus
Kuva Marie von Bell

Tutustu maksuttomiin pari- ja ihmissuhteiden tukipalveluihin!





Väestöliitolta löytyy eri-ikäisille paria ihmissuhteiden tueksi erilaisia tukipalveluita verkkokurssista muutaman kerran etätapaamisiin. Palveluihin voi ilmoittautua itsenäisesti verkkolomakkeella. Alla olevalla QR-koodilla pääset suoraan sivulle: <https://www.vaestoliitto.fi/parisuhteet/palvelut/> tutustumaan palveluihin:



Verkkokurssi neurokehityksellisesti haasteellisen lapsen vanhemmille

Väestöliiton Parisuhdekeskus Katajan parisuhdeteemaisella verkkokurssilla neurokehityksellisiä haasteellisen lapsen vanhemmat voivat itsenäisesti tutustua keinoihin, joilla perhearjen rasittamaa parisuhdetta voi vahvistaa.

Kurssissa on kolme osaa, jotka koostuvat Laura Huuskosen noin viisi minuuttisista videoista sekä itsenäisesti tehtävistä harjoituksista. Kurssin on vapaasti saatavilla verkkosivulla ja varmasti hyödyllinen kaikille vanhemmille, vaikkei lapsille neurokehityksellisiä haasteita olisikaan.

Pääset tutustumaan kurssin sivuihin: <https://www.hyvakysymys.fi/kurssi/parisuhdeteemainen-verkkokurssi-vanhemmille-joiden-lapsella-tai-nuorella-on-neurokehityksellisia-haasteita/> alla olevasta QR-koodista:



Parina perheen arjessa -hankkeen sivut ja keskustelutukeen ilmoittautuminen

Väestöliiton Parisuhdekeskus Kataja tarjoaa lisäksi maksutonta keskustelutukea neurokehityksellisesti haasteellisen lapsen vanhemmille. Asiantuntijan keskustelutukea voi saada kolme kertaa verkkolomakkeella ilmoittautumalla.

Verkkolomake löytyy hankkeen sivulta: <https://parisuhdokeskus.fi/parina-perheen-arjessa/>, joihin pääsee alla olevalla QR-koodilla:



Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL)

Vanhemppainpuhelin, chat ja nettikirje. Maksutonta ja luottamuksellista keskustelutukea kaikista vanhemmuuteen liittyvistäasioista. Puhelin: **0800 922 77** (Vanhemppainpuhelin, ma-pe klo 10–13 ja ti klo 17–20) Chat: **Vanhemppainnetti**

SOS-Lapsikylä – Vanhemmuuden Apuu

Maksuton valtakunnallinen chat ja Vanhemmuuden Puntari -työkalu. Tukea arjen haasteisiin, kriiseihin ja kasvatukseen. Verkko: vanhemmuudenapuu.fi, Chat: avoinna päivittäin klo 17–22.

Parempi avioliitto ry

Tukiparitoiminta parisuhdekriiseissä, mikä tukee myös vanhemmuutta. Verkko: parempiavioliitto.fi

Hyvinvointialueiden perhekeskukset

Neuvola, perheneuvola, kotipalvelu, verstaistukiryhmät. Myös monet seurakunnat tarjoavat maksuttomia voimavarakursseja vanhemmille ja perheille.

Syyspäivillä puhuttiin koulupolusta ja kisailtiin talvisessa Amazing Syysracaessa



KLVL:n syysperhepäiviä vietettiin tällä kertaa Turengin Kiipulassa, jonne jopa 20 jäsenperhettä saivat kokonetta täysin omassa rauhassaan. Joukossa oli sekä ensikertalaisia että kokeneempia perheitä.

Leiri aloitettiin Amazing Syysracella, jossa muutamista perheistä kootut joukkueet kisasivat toisiaan vastaan ratkomalla haasteita talvisessa ulkoilmassa. Kisan jälkeen vanhemmat siirtyivät kuuntelemaan opetusneuvos Irja Seilolan alustasta perusopetuksen tuen muutoksista. Samaan aikaan lapset ja nuoret siirtyivät ikäryhmien mukaisesti nuoriso-ohjaajien vetämiin leikkeihin ja muuhun toimintaan.

Illalla ohjelmassa oli iltabileet sekä päivän kisan voittajien julkistus. Lisäksi arvottiin Kola-koalan uusi kotiperhe vuodelle 2026.





KLVL:n toimiston tontut hiipivät hetkeksi joulun viettoon.
Toimistomme on suljettuna 23.12.2025-6.1.2026.
Oikein hyvää joulua ja iloista uutta vuotta kaikille!

Kerro
juttuvinkkisi tai
ehdota haastateltavaa
Nappi-lehteen!
Lähetä WhatsApp-viesti
numeroon 0504122822.
Haluatko vastata
Nappi-lehden
kaverikirjaan?

**PYSY AJAN-
TASALLA
JA TILAA
UUTISKIRJE!**

Uutiskirjeemme kautta saat kätevästi ajankohtaisia kuulumisia järjestöstäme, kuulovamma-alalta sekä tietenkin myös parhaat kurssi- ja tapahtumatäripit. Tilaa sähköpostiisi Kuulovammaisen Lasten Vanhempien Liiton uutiskirje, joka ilmestyy kerran kuukaudessa: www.klvl.fi/tilaa-uutiskirje/



**PALAUTETTA
NAPPI-LEHDESTÄ
4/25**

Mitä pidit tästä Nappi-lehdestä? Koitko sen sisällön hyödylliseksi? Haluatko ottaa kantaa johonkin lehdessä olleeseen asiaan? Voit lähetä meille palautetta Nappi-lehdestä nyt myös kätevästi suoraan lehtikohtaisen palautelomakkeen kautta. Anna palautetta tästä lehdestä: <https://link.webropol.com/s/nappi-4-2025>



På väg mot flerspråkighet

För femte året är **Mikael Johnson** medlem i HBFF:s styrelse, och i år valdes han till ordförande i den finlandssvenska medlemsföreningen DHBS – Döva och hörselskadade barns stödförening. Mikael och hans partner Ninni har två hörselskadade barn: 11-åriga Elsa och 5-årige Klara. Båda flickorna har cochleaimplantat. Ingen av föräldrarna hade förr haft någon kontakt med den teckenspråkiga gemenskapen, men nu är finlandssvenskt teckenspråk deras andra hemspråk.

Inlärningen av teckenspråk utgick först från användningen av stöddecken, vilket var helt naturligt eftersom barnen fick implantat som ettåringar och därmed hade en hörålde som var fördöjd. Först som treåringar hade barnen ett talspråk som motsvarade åldersnivån. Vi började inte bekanta oss med teckenspråk, för vi visste inte om vi kommer att behöva det och varför vi borde lära oss det. Teckenspråk kändes som något avlägsset, för informationen om språket kom främst från Dövas Förbund. Vi förstod inte att deras information hade med oss att göra, för de pratade om döva och dövhet. På den tiden såg man inga teckenspråkiga CI-barn på deras nätsidor, och det var inget tal om flytande tvåspråkighet. Vi föräldrar var ju inte själva döva och vi hade

redan anammat begreppet ”nedsatt hörsel”, vilket var det som Hörcentralen använde.

Vi började ändå märka, att implantaten inte var perfekta. Det gick inte att kommunicera på morgnarna, kvällarna, i bastun och när vi tvättade oss. Som tvååringar började barnen läsa på läpparna, och det gör bara barn som verkligen behöver det. Vi förstod hur viktiga stöddecknen var, för de gav en annan kanal för kommunikation som fyllde i där talet och hörseln inte räckte till. En utmaning i början var att vi inte visste hur man lär sig teckenspråk. Det var svårt att få hemundervisningen att fungera i varden, och de timmar som kommunen beviljade tog genast slut. Vi hade hört om Dövas servicestiftsels Juniori-ohjelma, men tyckte att det var problematiskt att

verksamheten inte var på finlandssvenskt teckenspråk.

På Helsingfors svenska språkiga arbetsinstitut Arbis ordnades Finlandssvenska teckenspråkiga rf:s grundkurs i finlandssvenskt teckenspråk. Jag berättade för läraren om vår familj, varför jag var på kursen och att vi behövde en plats där vi kunde lära oss teckna. Det blev gnistan till Lek med tecken-träffarna, där finlandssvenska familjer i huvudstadsregionen samlades varje vecka för att teckna tillsammans.

Vi behövde sammanhang där man använde teckenspråk, för vardagen i familjen var helt enkelt inte en tillräcklig drivkraft för att vi skulle lära oss teckenspråk. Nästa steg var den teckenspråkiga simskolan som ordnades i simhallen i Britas. I omklädningsrummet och i bastun fick vi bekanta oss med andra familjer, och då måste vi använda teckenspråk. Vi fick också mod att delta i Finlandssvenska teckenspråkiga rf:s träffar, eftersom vi fick veta att de vid behov ordnar tolkning på träffarna. I simskolan hade vi också fått veta att man kunde få hemundervisning i teckenspråk en gång i veckan via Dövas servicestiftelse. Under pandemin gavs undervisningen på distans och vår distanslärare råkade vara bekant från simskolan.

Den här tiden föddes Klara, och då hon också diagnosticerades som hörsel-



skadad, började vi fundera om det var möjligt att hon kunde få en teckenspråkig assistent i daghemmet. Ett CI-barn behöver egentligen inte assistent till annat än för stöd i kommunikationen. Därmed skulle en teckenspråkig assistent vara till mer nytta, för Klara kunde ännu inte tala. Saken ordnades så, att den person från simskolan som gett oss hemundervisning blev Klaras assistent, och då teckenspråket användes dagligen, stärkte det också kunnandet för hela familjen.

Man lär sig språk lättast, då man befinner sig i ett socialt sammanhang eller på evenemang där språket används. Problemet vad gäller teckenspråk, är att kretsarna är mycket små, och ännu mindre är de kretsar där man använder finlandssvenskt teckenspråk. Vi ville stöda våra barns identitet som tvåspråkiga, så först gick vi inte på evenemang där man använde finskt teckenspråk. På samma sätt som en förälder vill att barnet lär sig tala och skriva sitt modersmål på ett korrekt sätt, ville vi att våra barn skulle lära sig finlandssvenskt teckenspråk.

Det klarnade först senare för oss, att teckenspråken inte hör till samma språkfamiljer som talade språk: finskt och finlandssvenskt teckenspråk ligger mycket närmare varandra än vad finskan och svenska gör. Dessutom är teckenspråken inte så normerade, eftersom de saknar skriftlig form. Det finlandssvenska teckenspråket tar ständigt intryck av både svenskt teckenspråk och finskt teckenspråk. Därmed finns det många regionala skillnader och dessutom finns det skillnader generationerna emellan, för språket utvecklas så snabbt. Särskilt för ungdomar, vars värld idag är så mycket mer visuell på grund av sociala medier.

De senaste åren har vi varit mycket mer flexibla och med större mod deltagit i teckenspråkiga evenemang, oberoende av om man där använt finskt eller finlandssvenskt teckenspråk. Alla som använder teckenspråk i Finland förstår nog varandra, senast efter att man har fått vänja sig en liten stund. Vardagliga saker klarar vi av att teckna, och vi stressar inte längre över huruvida vi tecknar ”rätt”, så länge som vi blir förstådda. Vi har inte heller press på oss att implantaten ska vara på. Även om både målet och färdvägen var oklara till en början, har varje steg vi tagit lett till ett annat, vilket vi inte hade kunnat föreställa oss när färden började.

NAPPI | LEDARE

Vår familjs röst

Vi har fem barn. Alla har de sin egen röst. Men en av rösterna har lärt oss att lyssna på ett helt nytt sätt. När Alvar föddes, visste vi ännu inte vilken väg vi skulle komma att vandra. Han fick cochleaimplantat redan som baby, och med dem började en resa som har lärt oss mera om hörande, hopp och gemenskap än vad vi någonsin hade kunnat föreställa oss.

I början var informationen sporadisk och framtiden oklar. Men då kunskapen blev större, växte hoppet i samma takt. Hörcentralens habiliteringshandledare tipsade oss om HBFF, och därmed inleddes något nytt och viktigt. Vi hittade familjer som förstod oss utan att vi behövde förklara någonting. Människor, som förstod varför tröttheten överväldigar en på ett annorlunda sätt eller varför varje lyckat ljudande känns som ett litet mirakel.

För Alvars skull har teckenspråket blivit en del av vardagen i vår familj – också lite en del av hjärtat. Teckenspråket är inte bara ett kommunikationssätt, utan vårt gemensamma ”hemliga språk”. Med hjälp av det kan man höra och bli hörd på annat sätt än att tala. Om orden ibland tar slut, fortsätter händerna att berätta. Tecknen flyger över köksbordet, i dörröppningen och i baksätet i bilen, och med dem följer en förståelse som inte behöver ljud för att vara sann.

Kamratstöd innebär inte bara sällskap av andra i samma situation – det är ett skyddsnett, som bär då de offentliga stödformerna vacklar. HBFF:s sommardagar gjorde särskilt intryck på oss, för där fick vi vara en del av gemenskapen – bokstavligen och andligen, då vår familj och en annan familj tillsammans vann lagtävlingen. Det var inte frågan om bara en lek, utan en påminnelse om att vi är starkare tillsammans.

Som föräldrar lärde vi oss tidigt, att vardagen för det hörselskadade barnet inte är speciellt på grund av att det är någonting konstigt – utan för att det avslöjar vikten av kontakt. Rätt att höra, bli hörd, och få stöd är en grundrättighet. Det är ingen förmån som man kan skära ned i då resurserna blir mindre. Då samhället stöder familjerna i god tid och i rätt mån, sparar man inte bara pengar utan får hoppet att växa.

För vår familj har HBFF varit mera än en organisation. Det har varit en vän, en rådgivare och en gemenskap, som förstår att hörsel är så mycket annat än ljud. Det är att vara tillsammans, knyta kontakter och att inse att ingen av oss klarar sig ensam.

Föräldraskapet är en resa, som tröttar ut en ibland, men som ännu oftare överraskar en med glädje. Varje litet framsteg, varje nytt ord, varje stund utan ursäkter och förklaringar – de är de stunder då hoppet växer.

Förbli inte ensam. Kom med – så känns världen som en bättre plats.

Kalevi Mannermaa – Hunnit jonoon!



Familjen Mannermaa



Viktigt att föräldrarna tar hand om parrelationen i vardagen

Parförhållandecentret Parisuhdekeskus Kataja, som numera verkar under Befolkningsförbundet, har stött välbefinnandet i parförhållanden i över tre decennier. En sakkunnig på centret tipsar om två effektiva sätt för föräldrar att upprätthålla en god parrelation: fokusera på det som är bra och ta timeout i god tid.

Laura Huuskonen har arbetat som sakkunnig på Parisuhdekeskus Kataja i fem år. Till utbildningen är hon siononom och hon har vidareutbildat sig inom teman som berör parförhållanden. Före det nuvarande arbetet jobbade Huuskonen inom barnskyddet, samt med kvotflyktingar, så hon har länge samlat på sig expertis angående utmaningar i föräldraskap och i par-

förhållanden.

– Jag är otroligt tacksam över att jag får jobba med att uttryckligen stöda par och familjer. Jag njuter av att möta mäniskor och jag upplever arbetet som mycket viktigt. Föräldraskapet för med sig förändringar både i den egna identiteten och i dynamiken i parförhållandet. En del saker är positiva och andra utgör utmaningar. Om barnet dessutom har utmaningar angående exempelvis den neuropsykiatiska utvecklingen eller annat som har med beteende och känsloreglering att göra, så kan det leda till negativa känslor hos föräldern, såsom skam eller skuld. Jag ser det som verkligen värdfullt, att jag kan reda ut dessa känslor med föräldrarna, berättar Huuskonen.

Parisuhdekeskus Kataja grundades 1994 och är en sakkunnig- och medborgarorganisation, vars syfte är att stärka välbefinnandet i parförhållanden och familjer. Centret erbjuder paren förebyggande stöd med låg tröskel. Stödet är gratis. Centret verkade som en självständig förening fram till maj i år, då det gick samman med Befolkningsförbundet.

– Sammanslagningen med Befolkningsförbundet är en följd av de förändringar som nu sker inom organisationsfäl-

Text Aku von Bell

Bild Parförhållandecentret / Meeri Utti

tet. I praktiken står centret nu under Befolkningsförbundet. Genom att slå samman vårt kunnande säkrar vi att familjerna och paren får tillräckligt med service framöver. Vi har ju mycket gemensamt med Befolkningsförbundet, så det var ganska naturligt att vi gick samman. Centret fokuserar på att erbjuda tjänster för par i besvärliga livssituationer och Befolkningsförbundet erbjuder till exempel en tjänst som heter Perhepulla, som är öppen för alla barnfamiljer, berättar Huuskonen.

Vardagen i en barnfamilj kan vara belastande för alla familjer

Centrets projekt Parina perheen arjessa är en verksamhet som erbjuder föräldrarna diskussionsstöd om saker som föräldrarna upplever som betungande i vardagen, särskilt med tanke på parrelationen.

– Vardagen i en barnfamilj är vanligtvis mycket intensiv och belastande. Det gäller precis varje familj. Föräldrar till specialbarn har som extra arbete att koordinera barnets vardag och vårdenheter. Dessutom kan föräldrar till specialbarn vara belastade av helt andra orsaker än av att de är föräldrar till ett specialbarn. Föräldraskapet i sig orsakar förändringar i dynamiken mellan de flesta par – men inte alltid, för barn, familjer och deras situationer är alltid individuella, beskriver Huuskonen.

De par som är med i projektet Parina perheen arjessa träffar man oftast tre till fem gånger och har gemensamma diskussioner. I diskussionerna försöker man reda ut de situationer och handlingsmönster man tar till för att klara av den tunga vardagen. Enligt Huuskonen är det typiskt vid utmattning att ingen av föräldrarna har tillräcklig kapacitet att diskutera med den andra, och utan diskussion får tolkningar fritt spelrum.

– Tolkningarna är ganska negativa och bottnar ofta i missförstånd. Det kan hända att båda föräldrarna upplever att de inte blir förstådda, och att den andra bara bestämmer, anklagar eller är likgiltig, för båda försöker se till att de själva uthärdar. Överlevnadsknepen är sällan uppbyggliga eller kontaktsökande, för det främsta målet är att försvara sig själv mot all extra belastning. Målet med våra diskussioner är att reda ut dessa situationer där man inte kommer överens, och

fundera på de handlingsmönster båda har, och orsakerna till dem.

Huuskonen anser att det som är särskilt utmanande för de flesta par handlar om upplevelsen av att bli hörd och förstådd. Då dessa inbegriper svårigheter, finns tendensen att det uppstår en ond cirkel. Cirkeln uppstår, då den ena anklagar den andra, och den andra drar sig tillbaka, vilket förvärrar upplevelsen av att inte bli hörd.

– Vi diskuterar handlingsmönster och känslor: rädsan att bli ensam och övergiven, känslan av otillräcklighet. Många upplever att de inte duger eller inte räcker till som de är. Genom att behandla dessa känslor, kan vi bättre förstå vad det händer i oss själva och i andra, vilket ökar empatin för den andra och för oss själva. Det här är riktigt vanliga fenomen i ett parförhållande, och ofta accentueras de i familjer med specialbarn, beskriver Huuskonen.

Viktigt att identifiera och undvika den onda cirkeln

Enligt Huuskonen är det viktigt att fästa uppmärksamhet vid vad man tänker om sin partner och det förhållande man har. Om tankarna blir negativa, så följer ofta att man fäster mer uppmärksamhet vid negativa saker.

– Då vi upplever att det är jobbigt och vi inte blir hörda, så känner vi oss ofta riktigt ensamma och man upplever att partnern inte bryr sig. Sällan är det ändå så att bara den ena känner sig ensam och den andra tycker att allt går riktigt bra, utan ofta är det så att båda upplever att de är lika ensamma i sin strävan efter att klara den tunga vardagen. Mycket sällan är det faktiskt frågan om den andras själviskhet eller likgiltighet, men då man märker att man har fastnat i såna här tankar, borde man aktivt lyssna på och förstå den andra. I ett parförhållande förtjänar båda att bli hörda och förstådda, och om det känns som om allt går åt pipan, är det extra viktigt att sätta kraft på att lyssna och förstå, säger Huuskonen.

Huuskonen förstår att i en situation med svår belastning är det inte lätt att försöka förstå den andra. Lätt väcks tanken att varför är jag den som ska tacka den andra, säga att han eller hon är underbar eller dela ut kramar, då jag är den som inte får någon uppmärksamhet. Huuskonen poängterar ändå, att man

bygger ett parförhållande tillsammans och att vi själva är ansvariga enbart för våra egna handlingar. Båda två kan ändå styra hur man talar till den andra, hur man ger uppmärksamhet och ömhet.

Huuskonen har två tips som underlättar då vardagen är betungande.

– Först lönar det sig att fästa uppmärksamhet vid de saker som är bra och sänka tröskeln för beröm. Atmosfären förändras märkbart, om man tackar sin partner för de gemensamma ansträngningarna och för att man orkar dela vardagen tillsammans. Man kan också be om att få uppmärksamhet på ett humoristiskt sätt: ”Hördu, visst hade jag lagat fantastisk kvällsmat?” eller ”Visst var det trevligt att jag lyckades få barnen i säng utan att flippa ut?” I den finländska kulturen är man inte så snabb med att ge beröm, så det kan känna onaturligt i början, men då man över på det, börjar det komma naturligt. Många har frågat om man måste tacka för självklarheter som att torka bort smulorna från bordet eller plocka upp strumporna från golvet. Jag svarar alltid, att det lönar sig att tacka, för det indikerar att båda uppskattar att det är städat och i ordning. Vi vuxna längtar efter precis samma saker som barnen: beröm, uppmärksamhet och uppmuntran, påpekar Huuskonen.

– Det andra rådet är att det alltid ska vara godtagbart med en timeout. Inom barnskyddet pratar man ofta med föräldrarna om att det är bättre att lägga ner babyn en stund, då man känner att man håller på att tappa humöret, och lämna babyn ensam, än att tvinga sig till attstå ut. Om babyn gråt kryper under huden på en och man märker att greppet kring babyn hårdnar, är det allra bäst för babyn att man lägger den ner och föräldern går bort och lugnar ner sig. Det samma gäller också större barn och parförhållanden: då vardagen är hektisk och tung och det inte finns tid över för återhämtning, så är det verkligen mycket bättre att säga att man behöver fem minuter för sig själv än att säga eller göra någonting som man sen får ångra. Om man känner sig inträngd i ett hörn, är det verkligen svårt att vara konstruktiv. Om man drar sig undan en stund, går till wc för andas, dricker vatten, gör en smörgås åt sig, så får man möjlighet att lugna ner sig och

noga tänka efter vad som är en lämplig reaktion på att partneren påpekar att soppasen ska föras ut eller att på barnet inte hittar sina byxor. Sällan kan vi styra våra känslor, men vi kan styra våra handlingar och det är viktigt att se till att man är i ett sinnestillstånd där man kan styra sina handlingar både som förälder och som partner, summerar Huuskonen.

Projektet Parina perheen arjessa hjälper föräldrar till nepsy-barn att orka

Huuskonen är sakkunnig inom projektet Parina perheen arjessa, vars syfte är att stöda föräldrar i frågor som berör parrelationen och föräldraskapet, då barnet eller den unga har svårigheter kopplade till neuropsykiatrisk utveckling. Projektet stöds av STEA fram till 2027. Huuskonen tycker att verksamheten har fått en bra start.

– Vi erbjuder landsomfattande hjälp via samtal, och det är lätt att få tider, så man behöver inte tveka inför att ta kontakt. För tillfället är det högst två veckors kö. Inom projektet har vi dessutom publicerat en gratis nätkurs, där man kan bekanta sig med projektets teman. Om nätkursen väcker frågor, kan man ta kontakt och fortsätta diskussionen med en sakunnig, berättar Huuskonen.

Huuskonen säger att ett bra tecken på att det lönar sig att söka stöd för sin parrelation, är att man har tänkt tanken. Det finns material som är nyttigt för alla, och man ska inte under några som helst omständigheter vänta tills situationen är katastrofal eller helt åt skogen. Alla behöver vi hjälp och stöd, och att söka det är inget tecken på att parförhållandet är misslyckat.

– Även om allt fungerar bra i parrelationen, så har egenvårdsmetoderna den nytan att de också fungerar som skydd mot belastningen i vardagen, och inte bara löser problem som redan uppstått. Även om förhållandet är riktigt tryggt, uppstår det ändå spänning i konfliktsituationer, och det väcker känslor av osäkerhet. Om vi har skaffat oss tillräckliga verktyg för att lösa sådana situationer, är det mycket lättare att visa och betyga för den andra, att just han eller hon är bra och älskad just som han eller hon är. Då kan vi återhämta oss från grälen och vara empatiska i tid, både inför den andra och oss själva, poängterar Huuskonen.

Kuulovammaisten Lasten Vanhempien Liitto
TULEVAT TAPAHTUMAT 2026



Tule mukaan KLVL:n kursseille, leireille ja tapahtumiin!
Julkaisemme vuoden 2026 tapahtumakalenterin alkuvuodesta.

Miksi kannattaa tulla mukaan?

Kuulovammaisten Lasten Vanhempien Liiton vertaisperhekurssit, perhepäivät ja leirit tarjoavat mahdollisuuksia tutustua muihin samankaltaisessa elämäntilanteessa oleviin perheisiin, vanhempiin, lapsiin ja nuoriin. Toimintaan osallistuu perheitä, joissa on kuulovammaisia lapsia vauvasta teini-ikäisiin. Erityisen tärkeitä nämä vertaiskohtaamiset ovat juuri lapsille ja nuorille, sillä heidän itsetunnon ja identiteetin kehitykselle tekee hyvää tavata muita kuulovammaisia ja huomata, ettei ole ainoa maailmassa.

Kurssit ja perhepäivät pitävät sisällään paljon hauskaa ohjelmaa koko perheelle, hyödyllistä tietoa ja arjen vinkkejä sekä ennen kaikkea mahdollisuuksia vertaistukeen. Leireillä lapset ja nuoret pääsevät luomaan elinkäisiä kaverisuhteita sekä kokeilemaan omien siipiensä kantavuutta turvallisesti kokeneiden ohjaajiemme kanssa. Kerromme vuoden 2026 vertaistilaisuuksista lisää verkkosivuillamme alkuvuodesta ja tiedotamme kanavissamme heti kun ilmoittautuminen avautuu. Järjestämme vuoden aikana myös verkkotilaisuuksia ajankohtaisista aiheista.

Lämpimästi tervetuloa mukaan!



**Ilmoittautuminen ja lisätiedot:
KLVL.FI/TAPAHTUMAKALENTERI**

KLVL
Kuulovammaisten Lasten
Vanhempien Liitto ry