

Tunnistamaton lukivaikeus voi aiheuttaa ongelmia työelämässä – Saana Alanko sai diagnoosin aikuisena: "Isoin juttu on häpeä ja ulkopuolisuuden tunne"

Lukivaikeus voi aiheuttaa työelämässä uupumusta, sairauslomia tai jopa syrjäytymistä. 24.9.2020



Saana Alanko toimii Erilaisten oppijoiden liiton kokemusasiantuntijana. Hän käyttää itse termiä erilaiset oppijat, kun hän puhuu ihmisistä, joilla on lukivaikeuksia tai muita oppimisvaikeuksia. Paula Collin / Yle

Turkulainen **Saana Alanko** istuu olohuoneensa ruskeakukallisella sohvalla ja nojaa värikkäisiin tyynyihin, joissa on palmuja ja oransseja autoja. Sängyn päiväpeitteessä on erivärisiä ruutuja, ja verhot hehkuvat kirkkaan sinistä, keltaista ja pinkkiä.

Visuaalisuus on tärkeää Alangolle, jolla on lukivaikeus ja vaikeuksia hahmottamisessa, matemaattisissa asioissa ja tarkkaavaisuudessa. Värit auttavat keskittymään.

Alanko ei ole yksin. Arviolta [kymmenellä prosentilla aikuisista](#) on lukivaikeus ja vielä useammalla muista syistä johtuvia lukemisen ja kirjoittamisen haasteita. Suuri osa

aikuisten lukivaikeuksista jää kuitenkin tunnistamatta, mikä aiheuttaa ongelmia muun muassa työelämässä.

– Usein lukivaikeus liitetään lapsuuteen, ehkä koulumaailmaan, opiskeluihinkin vielä. Sitä ei kuitenkaan osata ajatella, että lukivaikeus olisi haaste myös työelämässä. Jotenkin ajatellaan, että se mystisesti vain katoaa, kun siirrytään työelämään, kuvailee Erilaisten oppijoiden liiton erityisasiantuntija **Riikka Marttinen**.

Osittain syynä on se, että asiaa ei osata tai uskalleta ottaa puheeksi. Lukivaikeus ja muut oppimisvaikeudet ovat edelleen tabu.

Toisaalta monet eivät itsekään tiedosta, että heillä on lukivaikeus. Lasten ja nuorten lukivaikeudet diagnosoidaan jo varsin hyvin, ja kouluissa on tarjolla tukea. Siitä huolimatta osan ongelmat saattavat jäädä huomaamatta.

Lisäksi on vanhempi ikäluokka, jonka kouluaikana lukivaikeusdiagnoosia ei ole tehty.

Näin on myös Saana Alangon kohdalla, jonka lukivaikeus diagnosoitiin kolmekymppisenä.

Piilottelua ja häpeää

Jo lapsena Saana Alanko huomasi, että hän oli erilainen. Koulunkäynti tuotti haasteita.

Erityisesti äidinkieli ja matematiikka tuntuivat vaikeilta: oli hankalaa lukea ja muistaa sanoja, eikä kertotaulun opettelusta tullut oikein mitään.

– Se ei ollut laiskuutta tai sitä etten olisi yrittänyt, se ei vain jäänyt mieleen, Alanko kertoo.

Samalla äidinkieli ja matematiikka olivat kaikessa kovin tärkeitä. Ne tulisivat olemaan tärkeitä opiskeluissa, ja opiskelut olisivat tärkeitä jotta pääsisi työelämään. Alangosta tuntui siltä, ettei hänellä ollut minkäänlaista tulevaisuutta.

Myös itsensä ilmaiseminen tuntui vaikealta. Toisinaan Alanko hämmentyi, kun oikeita sanoja ei löytynyt. Tuli tunne siitä, että hän ei kuulu joukkoon.

– Isoin juttu on häpeä ja ulkopuolisuuden tunne.

Se näkyi myös ammattikoulussa, jonne Alanko lähti peruskoulun jälkeen opiskelemaan metallialaa. Olisi pitänyt mitata ja luoda kaavioita.

Alanko teki töitään piilossa ja loi taiteellisia luomuksia, jotka eivät kuitenkaan välttämättä olleet sellaisia kuin alalla olisi vaadittu.

– Lähtökohtana oli sellainen itsensä piilottaminen, sillä tunsin olevani valeammattilainen. Pahinta oli se, että joku näkisi, että olen tyhmä.

Ulkopuolisuuden tunne ja hyväksytyksi tulemisen tarve johtivat lopulta myös syömishäiriöön. Saana Alanko sanoo, että syömishäiriön syynä oli tuskin pelkästään lukivaikeus tai muut oppimisvaikeudet, mutta se oli osa sitä.

Alla olevalla videolla Alanko kertoo siitä, miten ulkopuolisuuden tunne johti syömishäiriöön.



Lukivaikeus voi johtaa jopa syrjäytymiseen

Erilaisten oppijoiden liiton Riikka Marttinen sanoo, että aikuisiällä on vaikea päästä lukitestiin. Julkisessa sosiaali- ja terveydenhuollossa ei ole valmiita rakenteita, eikä työterveyskään yleensä osaa auttaa. Usein ainoa vaihtoehto on mennä omalla rahalla erityisopettajalle lukitestiin.

Lukivaikeuden tunnistaminen olisi tärkeää, sillä se voi aiheuttaa työssä monenlaisia ongelmia. Jos työntekijä joutuu tekemään pitkää päivää selvitäkseen työtehtävistään, hän kuormittuu pikkuhiljaa paineen alla. Syynä voi olla esimerkiksi tekstin tuottamisen hitaus, jolloin työtehtäviä ei ehdikään tehdä työpäivän aikana.

Joskus lukivaikeus voi tulla esille vasta silloin, kun työtehtävät vaihtuvat. Marttinen kertoo esimerkin henkilöstä, joka oli huolissaan, kun työkieleksi tulikin englanti.

– Hän mietti, miten hän työssä pärjää ja voiko asian ottaa puheeksi, jos ei ole työhaastattelussa puhunut, että on haasteita kielten opiskelussa.

Jos perustaidoissa on ongelmia, työntekijä kuormittuu ja voi uupua, hän voi pettyä itseensä, turhautua ja alkaa joskus jopa välttelemään työtehtäviään. Tästä voi seurata sairauspoissaoloja tai ristiriitoja työpaikalla. Pahimmillaan työntekijä voi syrjäytyä työelämästä.

– Lisäksi on työturvallisuuteen liittyviä asioita. Jos perehdytys on tehty esimerkiksi pelkästään tekstimuodossa, niin osaako työntekijä tehdä työnsä turvallisesti.

Diagnoosi olisi helpottanut

Saana Alanko työskenteli kymmenisen vuotta metalliteollisuudessa. Nyt jälkikäteen hän sanoo, että tieto oppimisvaikeudesta olisi helpottanut työelämää. Hän olisi voinut olla oma itsensä.

Käytännössä haasteita tuli esimerkiksi siinä, että töitä piti tehdä millimetrin tarkkuudella. Oli hahmotettava isoja kokonaisuuksia, ja virheiden pelko oli suuri.

– Samalla oli pelko siitä, että paljastun. Olihan se raskasta. En uskaltanut olla esillä ammatillisesti, joten en myöskään kehittynyt.

Voit katsoa videolta, miten lukivaikeus vaikutti Saana Alangon työhön metalliteollisuudessa.



Elämä muuttui, kun Saana Alanko tapasi ammattiliiton tapahtumassa kaksi yhteisöpedagogia. He onnistuivat sanoittamaan Alangolle sen, että hänessä on hyviä piirteitä: innostusta, kehittämishalua ja luovuutta, joita hän ei vain ole päässyt nykyisessä työssään käyttämään.

Tämä ja kaikki Alangon työssään kokemat negatiiviset tilanteet aiheuttivat yhdessä sen, että hän päätti vaihtaa alaa. Hän opiskeli ensin nuoriso- ja vapaa-ajan ohjaajaksi ja sen jälkeen haki ammattikorkeakouluun opiskelemaan yhteisöpedagogiksi.

– Ajattelin, etten ikinä voisi saada papereita, koska ammattikorkeakoulussa vaaditaan virkamiesruotsin suorittamista. Hain silti.

Vasta ammattikorkeakoulun kautta Alangolla todettiin lukivaikeus ja muita oppimisen vaikeuksia. Lukilausunto antoi hänelle mahdollisuuden anoa vapautta kielitaitotasovaatimuksista, ja vihdoinkin saatu diagnoosi toi lopulta selville moniin muihinkin asioihin.

Videot avuksi viestintään

Riikka Marttinen Erilaisten oppijoiden liitosta sanoo, että hyvä keino lukivaikeuden tunnistamiseen työpaikoilla olisi työhyvinvointikysely. Siinä voitaisiin kartoittaa, onko työntekijöillä haasteita lukemiseen tai kirjoittamiseen liittyen. Näin asia olisi helppo ottaa esille, eikä tarvitsisi kysellä suoraan keneltäkään tietyltä henkilöltä – aihe kun on usein arka.

– Toinen on, että asian voisi ottaa puheeksi kehityskeskusteluissa kaikkien kohdalla, Marttinen ehdottaa.

Kun lukivaikeus on tiedossa, työpaikalla olisi syytä miettiä, mitä toimenpiteitä pitäisi tehdä. Tärkeintä on laittaa oma asenne kohdalleen. Marttinen kertoo, että hiljattain toteutetussa [OPPI-VA -hankkeessa\(siiiryt toiseen palveluun\)](#) tuli usein eteen ajatus, että “ei meidän työpaikalla työntekijöillä ole lukivaikeutta, koska meillä on akateemisesti koulutettuja ihmisiä”.

– Kyllä siellä saattaa olla. Jos lähtöoletus on tämä, niin asia on vähän hankala.

OPPI-VA -hankkeen puitteissa syntyi [Työ sujuvaksi\(siiiryt toiseen palveluun\)](#) -materiaali, jossa on konkreettisia neuvoja siihen, miten erilaiset oppijat voi ottaa työpaikalla huomioon.

Tällaisia ovat esimerkiksi selkeä viestintä ja ymmärrettävä perehdyttäminen. Usein visuaalisuus auttaa tiedon välittämisessä. Marttinen kertoo, että esimerkiksi palveluyritys SOL:in siivoojille tehtiin ohjaus- ja perehdytysmateriaali, jossa ohjeet olivat videomuodossa.

– Siitä hyötyvät ihan kaikki, ja erityisesti he, joilla on lukivaikeus tai jotka ovat vasta opettelemassa suomea.

Marttinen vinkkaa, että työnantajalle on tarjolla myös taloudellista tukea, jos työpaikalle pitää hankkia vaikkapa lukemista helpottavia apuvälineitä. Monissa yrityksissä on kuitenkin jo valmiiksi käytössä Microsoftin tai Googlen palveluita, joista löytyy paljon hyödyllisiä sovelluksia.



Saana Alanko käyttää kotona opiskellessaan paljon fläppitaulua, sillä sen avulla hänen on helpompi hahmottaa kokonaisuuksia. Paula Collin / Yle

Tärkeää olisi turvallinen ympäristö

Myös Saana Alanko toivoo, että lukivaikeus ja muut oppimisen vaikeudet tunnistettaisiin paremmin ja erilaisuus hyväksyttäisiin. Hän painottaa erityisesti Riikka Marttisen jo mainitsemia selkeää viestintää ja visuaalisuutta.

Tärkeää olisi, että ympäristö olisi turvallinen ja asioista uskaltaisi puhua.

Lisäksi työtapoihin olisi hyvä kiinnittää huomiota. Etätyöt ovat koronapandemian myötä yleistyneet valtavasti, mikä aiheuttaa lisää murhetta monelle. Lukivaikeudesta kärsivä tekee monin verroin töitä, kun hän yhtäkkiä joutuukin viestimään pääosin kirjallisesti, ja suullisestikin vain puhelimen välityksellä.

– Oma viestintäni on pohjautunut paljon sanattomaan viestintään: olen lukenut ilmeitä ja eleitä ja myös itse viestinyt vahvasti eleiden kautta. Nyt tulee helposti olo, etten tule nähdyksi tai kuulluksi, Alanko sanoo.

Sähköpostin kirjoittaminen vie paljon aikaa, sillä kirjoittamisen lisäksi viesti pitää tarkistaa monta kertaa. Alanko pohtii, että se pitäisi ottaa huomioon työajassa.

Toinen asia on sosiaalinen media, jossa nykypäivänä melkein jokaisen odotetaan olevan.

– Mutta en ole se tyyppi, joka pystyy kirjoittelemaan sinne kaikkia näppäriä ajatuksia. Kun sitä kykyä ei ole, jää tosi paljon ulkopuoliseksi, Alanko sanoo.



Lokakuun 5. päivä alkaen vietetään dysleksiaviikkoa, jolloin puhutaan lukivaikeudesta työelämässä. Paula Collin / Yle
Yhteisöpedagogina Saana Alangon odotetaan kirjoittavan blogitekstejä ja artikkeleita. Hän miettii jo nyt, noin vuosi ennen valmistumistaan, miten hänen käy, kun kirjoittaminen ei suju.

Käykö hänelle niin kuin metallialalla, että hän ei pysty olemaan oma itsensä ja näyttämään kaikkea potentiaaliaan.

– Taas päästään siihen, että tunnistetaan se ongelma. Pitää kehittää itse jotain juttuja siihen, ja myös puhua ääneen näistä asioista. Olen kuitenkin unelma-ammattissani. Saan luoda ja kehittää erilaisia työkaluja, jotta kukaan ei jäisi yksin.

Myös Riikka Marttinen muistuttaa, että vaikka lukivaikeuteen liittyy haasteita, ei saa unohtaa työntekijän potentiaalia.

– Se, että oppii vähän eri tavalla kuin muut, voi johtaa siihen, että työntekijä on itse asiassa erityisen luova ja sinnikäs, ja hänellä on hyvä ongelmanratkaisukyky. Kunhan kulttuuri on avoin ja asiasta voi puhua.