

Om orienteringssvårigheter

Inledning

Har du alla sinnen i full funktion, så är synen av mycket stor betydelse. Enligt S:t Eriks ögonsjukhus tar vi in lite drygt 80% av våra intryck genom synen. Vad händer om vi helt eller delvis tar bort synen? Nedan kommer jag att beskriva hur det kan vara att orientera sig med 4 olika grader av synskada. Allt är dock individuellt beroende på typ av synnedsättning och andra förutsättningar. Jag kommer att förhålla mig till möjligheten att åka allmän kollektivtrafik och möjligheten att förflytta sig för egen hand.

Det bör också sägas att oavsett hur tillgänglig kollektivtrafiken är så försvinner inte orienteringssvårigheterna. Dessa går inte heller att lösa med ledsagning, något som för övrigt få synskadade blir beviljade, maximalt några timmar i veckan. Hjälpen med att lära sig nya vägar är också begränsad, då det kan ta lång tid att få tid hos syncentralen, som är de som oftast hjälper till med orienteringsträning.

Ingen syn

För personer helt utan syn är det avgörande att ha ljud eller känselintryck att använda sig av i sin orientering. Med hjälp av vit käpp hittar vi exempelvis trottoarkanter, gräskanter och liknande, utöver att undvika att krocka med saker. Har du en väl utvecklad orienteringsförmåga, så är det möjligt att lära sig ett fåtal sträckor, men majoriteten har inte den möjligheten.

Utmaningarna i att orientera sig är många. Det räcker med att tappa riktningen där du av en eller annan orsak inte har någon möjlighet att höra eller känna var vi är. Så fort någon bygger om, ställer ut gatupratrare, eller på annat sätt ändrar miljön att orientera sig i, så blir det som att orientera sig på en främmande plats. De sträckor vi lär oss utantill blir med andra ord sårbara och extremt känsliga för förändringar. De som har en någorlunda normal orienteringsförmåga eller sämre lär sig sällan mer än ett fåtal sträckor, vilket gör att den rörelsefrihet som merparten av befolkningen har inte finns.

När det gäller kollektivtrafik, så går det att åka sådan där utropen fungerar till 100%, har god hörbarhet, aldrig missar en hållplats och aldrig förmedlar felaktig information. Dock finns det utmaningar även där, så som att hitta rätt buss, hitta en sittplats, hitta dörren vid avstigning och så vidare.

Grav synskada, men lite syn

För de som lever med en grav synskada med lite syn, så kan synen fungera väldigt olika. En del ser enbart skillnad på ljus och mörker, vissa ser konturer och skuggor, en del ser även färger och några kan läsa väldigt förstorad text på väldigt kort avstånd.

För personer med grav synskada kan det gå att hitta riktningen med hjälp av ljus, annars är orienteringsmöjligheterna likartade som för en person utan syn.

Utmaningarna är i stort sett de som även finns för personer utan syn. Visserligen ser många konturer, vissa färger och så vidare, men hus ser likadana ut, precis som exempelvis människor, bussar och träd. När jag själv tillhörde den gruppen personer brukade jag beskriva skillnaden mellan människor och lyktstolpar som att människorna var kortare, bredare och rörde på sig. Den syn som gravt synskadade har försöker de använda så mycket som möjligt, men det gör inte att det blir lättare att orientera sig. När allt ser mer eller mindre liknande ut, så är det svårt att hitta orienteringspunkter som hjälper till att visa var personen är.

I kollektivtrafiken är förutsättningarna i stort sett lika som för en person som inte ser alls. Fullt fungerande utrop hjälper, men gör inte kollektivtrafiken användbar för alla.

Lite bättre syn än grav synskada

De som ser lite bättre än att ha en grav synskada upplevs ofta ha bättre förutsättningar än vad de egentligen har. Den syn de har kan vara allt från suddig, men att personen ser långt, begränsad till en viss del av ögat, eller bara fungera på vissa avstånd eller i vissa ljusförhållanden. Några saker som är relativt vanliga, men som utomstående sällan lägger märke till är:

Vissa kan läsa en text utan förstoring om texten kommer in i rätt del av synfältet, men missar personer som hamnar precis utanför synfältet.

Vissa har svårare att se i mörker, medan många andra är ljuskänsliga. En kombination av dessa är inte ovanlig.

Vissa kan läsa text på större skyltar om de läser på 2 centimeters avstånd, i rätt ljus och med mycket tydliga kontraster, något som gör att de måste komma extremt nära skyltarna.

Att beskriva orienteringsmöjligheten och utmaningarna för gruppen som ser lite bättre än grav synskada är något svårare, då det finns en större variation av problematik. Det som liknar är att kollektivtrafikens förutsättningar är i stort sett likadana som för någon med grav synskada eller ingen syn alls. Fullt fungerande utrop är till hjälp, men gör inte kollektivtrafiken användbar och pålitlig ur tillgänglighetssynpunkt för alla.

För att ändå beskriva utmaningarna för de som ser lite bättre än en grav synskada så kommer här några exempel:

Har du bortfall i synfältet, exempelvis tunnelseende där du enbart ser rakt fram, så är risken stor att missa avgörande detaljer för att veta var du är.

Ser du suddigt, så är det liknande som att ha en grav synskada, det går att urskilja vissa saker, men de sakerna ser liknande ut. Detta kan medföra att ett grått hus på gata x ser likadant ut som ett brunt hus på gata y.

Har du sämre mörkerseende, så blir det svårare att orientera i mörker.

Är du ljuskänslig, så kan det räcka med att solen nästan bryter igenom molnen för att bli så bländad att det inte går att använda synen.

Har du både sämre mörkerseende och är ljuskänslig, eller är ljuskänslig i ganska hög grad, så riskerar du att få tillfälligt försämrad syn så fort ljusförhållanden ändras, innan ögat i bästa fall hinner vänja sig.

Behöver du se på nära håll, så är du beroende av att skyltar och liknande sitter i ögonhöjd, utan att något står i vägen, så att du kommer tillräckligt nära. Då tar det bara väldigt lång tid att få veta exempelvis vilken gata du är på, eller vilken buss som avgår från hållplatsen.

Synskadade som mist synen i vuxen ålder

För de som blivit synskadade i vuxen ålder är utmaningarna egentligen samma som alla jag beskrivit ovan, men vid en betydligt högre medicinsk grad av syn. En person som lärt sig leva med en viss grad av synskada kan ha lärt sig att orientera vissa sträckor, medan en person som blivit synskadad i vuxen

ålder, men som ser betydligt bättre, inte har haft möjligheten att lära sig hantera sin synskada. De flesta som redan tappat syn tappar dessutom mer syn med åren, vilket gör att förutsättningarna ständigt ändras. Detta gör att personer som blivit synskadade i vuxen ålder har väsentligt mycket svårare att orientera sig även i kända miljöer.

När det gäller kollektivtrafiken, så har inte de som blivit synskadade i vuxen ålder lärt sig lyssna efter utrop, hitta plats på bussen, veta var stoppknappen är och så vidare, vilket gör möjligheten att använda allmän kollektivtrafik avsevärt mindre.

Avslutning

Alla förutsättningar där jag säger att något är möjligt gäller i kända miljöer. Så fort vi kommer till en okänd miljö, vilket majoriteten av vår närmaste omgivning fortfarande är, så är våra orienteringsmöjligheter ytterst begränsade. Detta gör att vi anser att orienteringssvårigheter utgör en väsentlig svårighet att förflytta oss på egen hand.

Allt fler som har en synskada har även flerfunktionsnedsättningar, vilket medför ytterligare svårigheter att orientera sig.

Gällande kollektivtrafiken så finns det ingen tillgänglighetslösning som bygger bort orienteringssvårigheterna. All teknik riskerar att krångla eller sluta fungera, vilket gör att vi inte längre vet var vi är eller när det är dags att stiga av, för att inte tala om att vi inte vet vilken buss vi ska stiga ombord på. En god tillgänglighet gör att fler kan resa färre färdtjänstresor, men behovet av färdtjänst är och kommer alltid att vara stort bland synskadade.

Kontaktuppgifter

Vill du komma i kontakt med Synskadades riksförbund, så går det att nå mig på följande sätt:

Mail: christoffer.ornevik@srfstockholmgotland.se

Telefon: 08-462 45 20

För att nå ansvarig person på riksförbundet, så kontaktar ni Jimmy Pettersson på följande sätt:

Mail: jimmy.pettersson@srf.nu

Telefon: 08-39 94 46