



Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

KATARIINA NIEMI JA NELLI RAKKOLAINEN

# **Struktuurin merkitys autismikirjon piirteitä omaavan henkilön arjessa**

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA  
2023

## TIIVISTELMÄ

Niemi Katariina, Rakkolainen Nelli  
Strukturin merkitys autismikirjon piirteitä omaavan henkilön arjessa  
Opinnäytetyö, AMK  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Toukokuu 2023  
Sivumäärä: 43

Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä tietoisuutta strukturista ja sen merkityksestä osana arkea. Tarkoitus oli luoda kokonaisuus, joka toimii samalla tiiviinä tietopakettina aiheestamme. Opinnäytetyö toteutettiin aiheen parissa työskenteleville sekä aiheesta lisätietoa haluaville. Halusimme myös kartoittaa mahdollisimman laajasti tämän hetken tietämystä ja osaamista strukturista ja sen hyödyistä sekä tarttua teemoihin, joita nousi tutkimuksemme tuloksista.

Opinnäytetyössä perehdyttiin strukturin ja autismin käsitteisiin sekä niiden alakäsitteisiin. Kerroimme myös kirjallisuuden, omien kokemusten sekä toteuttamamme kyselyn ja haastattelun tulosten pohjalta strukturin vaikutuksista autismikirjonpiirteitä omaavan henkilön arjessa.

Opinnäytetyö toteutettiin tutkimuksellisenä opinnäytetyönä. Toteutimme aiheestamme teemahaastattelun, yhteistyössä autismikirjolla olevien kaksosten äidin kanssa. Lisäksi teimme aiheeseen liittyvän kyselyn, joka jaettiin meidän molempien omissa sekä tilaajamme Samdy ry:n Facebook-seinällä. Haastattelusta sekä kyselystä nousi paljon samansuuntaisia vastauksia, ja kokemukset strukturista olivat yhtä poikkeusta lukuun ottamatta ehdottoman positiivisia.

Opinnäytetyön tulosten mukaan strukturi on hyvin tärkeää autismikirjoa omaaville henkilöille. Sen koetaan auttavan arjesta selviytymistä ja erilaiset toiminnot helpottuvat strukturin avulla huomattavasti. Kyselyyn vastanneet kokivat tärkeäksi asiaksi toimivan yhteistyön eri tahojen välillä. Tämä on tullut esille myös meidän omassa työssämme ja myös me koettiin se tärkeäksi.

Avainsanat: Autismi, strukturi, strukturointi, toiminnanohjaus

## Abstract

Niemi Katariina, Rakkolainen Nelli

The importance of structure in the everyday life of a person with the characteristics of the autism embroidery.

Master's thesis University of Applied Sciences

Social Services

May 2023

Number of pages: 43

The aim of the thesis was to raise awareness of structure and its importance as part of everyday life. The aim was to create an entity that will at the same time serve as a concise information package on our subject. The thesis was carried out for those working on the topic and for those who want more information on the subject. We also wanted to map out as far as possible the knowledge and knowledge of the structure and its benefits and to grasp the themes that emerged from our research.

The thesis studied the concepts of structure and autism and their subconcepts. We also reported on the effects of structure in the everyday life of a person with autism characteristics, based on literature, personal experiences and the results of the survey and interview we conducted.

The thesis was carried out as a research thesis. We conducted a theme interview on our subject, in cooperation with the mother of twins on the autism spectrum. We also conducted a questionnaire on the subject, which was distributed to several sites. The interview and the survey showed a lot of similar responses, and with one exception, the experience of structure was absolutely positive.

In our thesis we concluded that structure is very important for people with autism. It is seen as helping to cope with everyday life and makes the various functions considerably easier by means of structure. Those who replied to the questionnaire felt that working cooperation between the various parties was an important issue. This has also come up in our own work and we also felt it was important.

Keywords: autism, structure, structuralization, ERP

## ALKUSANAT

Haluamme kiittää opinnäytetyömme tilaajana toiminutta Satakunnan Samdy Ry:tä hyvästä ja sujuvasta yhteistyöstä sekä kyselymme jakamisesta omilla sivuilla. Kiitokset kuuluvat myös kaikille opinnäytetyömme kyselyyn vastanneille sekä haastattelemallemme henkilölle. Saimme heiltä arvokasta tietoa ja erilaisia kokemuksia opinnäytetyömme aiheesta. Lisäksi haluamme välittää lämpimät kiitokset opinnäytetyötämme ohjanneelle Satakunnan ammattikorkeakoulun lehtori Elina Elolle korvaamattomasta tuesta ja opastuksesta.

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	7
2 AUTISMI .....	8
2.1 Autismikirjon häiriö .....	8
2.2 Ilmeneväisyys .....	9
2.3 Sosiaaliset taidot .....	10
2.4 Vuorovaikutuksen haasteet .....	11
2.5 Kykyprofiili .....	12
2.6 Neuropsykiatrinen häiriö .....	12
3 TOIMINNANOHJAUS .....	13
4 STRUKTUURI .....	14
4.1 Strukturoitavat asiat ja tilanteet .....	16
4.1.1 Aika .....	16
4.1.2 Paikka .....	17
4.1.3 Toiminta .....	17
4.1.4 Henkilöt .....	18
4.1.5 Kommunikointi .....	19
4.2 Struktuureja käyttävät henkilöt .....	19
4.3 Esiintyminen .....	20
4.4 Vaikuttavat tekijät .....	20
4.5 Vaikutukset .....	21
4.6 Historia .....	22
5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI .....	22
5.1 Tutkimuskysymykset ja tavoitteet .....	22
5.2 Kohderyhmä .....	23
5.3 Aineistonkeruumenetelmät ja aineiston analysointi .....	23
5.4 Aikataulu .....	24
6 TUTKIMUSMETODIT .....	25
6.1 Kysely .....	26
6.1.1 Kyselylomakkeen saateteksti .....	27
6.1.2 Kyselylomakkeen jakaminen .....	27
6.2 Haastattelu .....	27
6.2.1 Haastattelun kohdehenkilöt .....	28
6.2.2 Haastattelun toteutus .....	28
7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	30
7.1 Kyselyn tulokset .....	30

7.2 Haastattelun tulokset .....	34
7.3 Johtopäätökset .....	36
8 POHDINTA .....	37
8.1 Jatkotutkimus ehdotuksemme .....	41
LÄHTEET .....	42

## 1 JOHDANTO

Suomessa autismikirjon omaavia henkilöitä on arvioltaan noin 55 000–65 000. Tämä arvio perustuu eri tutkimuksiin, jossa on tutkittu, että arviolta 1,0–1,2 % väestön ihmisistä on autismi. Autismin syitä ei kunnolla tunneta mistä piirteet johtuvat, ja kuinka ne ilmenevät, mutta joitakin autismiin vaikuttavia asioita kuitenkin tiedetään. Tutkimusten mukaan autismikirjioon liittyy perintötekijöitä yhdessä ympäristöön vaikuttavien tekijöiden kanssa. (Autismiliitto, 2022) Autismikirjon omaava henkilö tarvitsee struktuuria. Tässä aineistossa käymme läpi autismia ja struktuurin merkitystä autismikirjonpiirteitä omaavan henkilön arjessa. Meillä on omaa kokemusta aiheesta työkokemuksen ja harjoitteluiden kautta, joten aihe kiinnosti meitä erityisesti ja haluamme saada aihetta enemmän näkyville ja tuoda struktuurin merkitystä esille.

Sanana struktuuri kuulostaa vaikealta ja jos sitä ei ole aiemmin käyttänyt sitä voi olla vaikea ymmärtää. Struktuurit ovat pieniä asioita arjessa, joka helpottaa esimerkiksi autismikirjon omaavan henkilön arjen toimintoja. Struktuuri tarkoittaa esimerkiksi kuvien kautta asian läpikäymistä, tai seuraavan toiminnon eri vaiheita. Tämä auttaa ennakkoinnissa ja siinä, ettei mitään yllättävää tapahdu, koska kaikki on kuvilla ilmaistuna järjestyksessä.

Opinnäytetyö toteutetaan yhteistyössä SAMDY ry. kanssa. Aiheeseen päädyimme senkin takia, että emme löytäneet mitään vastaavaa opinnäytetyötä, jossa olisi tutkittu struktuurin merkitystä autismikirjon omaavan henkilön arjessa.

Teoriaosuudessa käymme läpi hieman autismikirjoa, kuitenkin tämä osuus on pienempänä osuutena, koska se ei ole opinnäytetyömme pääaihe. Opinnäytetyössä emme käyneet miten autismikirjo diagnosoidaan tai laajemmin autismikirjon eri piirteitä kuten Asperger. Aihe on rajattu tarkasti ja niin, että

struktuuri pysyy opinnäytetyömme pääaiheena ja sen teoretieto on laaja. Sekä kysely ja haastattelu pohjautuu struktuurin merkitykseen, kuitenkin kohdehenkilöt näissä on autismikirjon piirteitä omaavat.

Mainitsemme opinnäytetyössämme useaan otteeseen kohdehenkilö -termin. Tällä tarkoitamme asiayhteyteen sopivaa autismikirjon piirteitä tai autismidiagnoosilla olevaa henkilöä.

## 2 AUTISMI

### 2.1 Autismikirjon häiriö

Autismikirjo on vanhalta nimeltään Aspergerin oireyhtymä ja laaja-alainen kehityshäiriö. Tällä hetkellä virallinen termi on kuitenkin autismikirjon häiriö. Kirjo tarkoittaa diagnoosissa laaja-alaisuutta, eli häiriö vaikuttaa monella osa-alueella. (Terveystalo, 2022.) Osalla kohdehenkilöistä ilmenee autismin piirteitä, mutta kuitenkin aina niitä ei ole niin paljoa, että autismin diagnoosin piirteet täytyisivät. Autismin piirteet eroavat eri ihmisillä hyvin eri asteisina. Tämä nousi myös esiin haastattelussa, kun haastateltavamme oli perheen äiti, jolla on kaksoset autismin diagnoosilla. He ovat hyvin erityyppisiä sekä heidän haasteensa esiintyy eri asioissa, vaikka kyse on muuten identtisistä kaksosista. Tästä voidaan todeta, että autismikirjo on hyvin persoonaan ja yksilöön liittyvää ja voi olla hyvin eri asteista eri henkilöillä. Autismikirjo harvoin esiintyy yksittäisenä diagnoosina. Usein myös henkilöllä todetaan, jokin toinen neuropsykiatrinen sairaus tai piirteitä niistä, kuten ADHD tai esimerkiksi epileptisiä oireita. Tämä vaikuttaa diagnoosin toteamisen vaikeuteen, kun on monta oiretta ja ne voi osakseen sekoittua, eikä osata kohdentaa mistä mikäkin oire johtuu. (Oksanen & Sollasvaara, 2017-2019, s.10-11.)



## 2.2 Ilmeneväisyys

Yleisesti autismikirjon häiriö ilmenee poikkeavuuksina vuorovaikutuksessa ja kommunikoinnissa sekä joustamattomina käytösmalleina ja poikkeavina kiinnostuksen kohteina. Piirteet ovat kuitenkin yksilöllisiä ja moninaisia. (Terveyskirjasto, 2022.) Ne aiheuttavat usein hankaluuksia sosiaalisissa suhteissa tai tilanteissa. Haastattelussa kävi myös ilmi, että kielenkehityksen hidastuminen ja sen haasteet ovat tyypillistä autismikirjon omaavilla henkilöillä. Monella autismikirjon häiriöön kuuluu myös aistipoikkeavuuksia.

Autismikirjon häiriöitä ei enää erotella omiksi diagnooseikseen, vaan esimerkiksi aiemmin Aspergerin oireyhtymäksi kutsuttu kokonaisuus on nykyään osana laajaa autismikirjoa. Häiriöiden syyt ovat biologisia, mutta syntyyn vaikuttavia mekanismeja ei vielä tunneta. (Terveyskirjasto, 2022.)

Olemme kuitenkin työelämässä lasten kanssa toimiessa huomanneet, että autismikirjonpiirteitä tunnistetaan jo varhaisemmassa vaiheessa. Sekä autismikirjonpiirteiden diagnoosinkriteerit ovat tarkentuneet ja selkeytyneet ajan myötä, jolloin niitä on helpompi tulkita.

Kuten piirteet, myös tuen ja kuntoutuksen tarve on yksilöllinen. Tarve ja toimintakyvyn vaihtelu voi näkyä monin eri tavoin. Yleistä on kokemus siitä, että perheessä voidaan mennä asioissa kolme askelta eteenpäin ja myöhemmin tulla kaksi askelta yllättäen takaisin päin. Tämä juuri kertoo toimintakyvyn vaihtelusta. Kohdehenkilö voi esimerkiksi toimia asiantuntijatason tehtävissä, mutta ei suoriudu joistakin arkiaskareista toivomallaan tavalla tai kykene toimimaan vapaa-ajallaan. Omassa elämässä suoriutumista ja osallistumista on mahdollista tukea hyvin, kunhan tuen tarve tunnistetaan. (Autismiliitto, 2022.)

Kuntoutusta järjestetään monipuolisesti ja varmasti kaikille löytyy oikea omanlaisensa väylä. Kuntoutuksia järjestää muun muassa eri järjestöt, niin kuin meidän opinnäytetyön tilaajamme Samdy Ry. Kuntoutuksia on vertaistapaamisista esimerkiksi erilaisiin viikon mittaisiin sopeutumisvalmennuksiin.

Kykyjen epätasaisuus voi olla toisinaan huomattavaa ja monella autismikirjon piirteitä omaavilla henkilöillä on myös paljon vahvuuksia. Tällaisia ovat esimerkiksi hyvä muisti; erityisesti valokuvamuisti, täsmällisyys, sinnikkyys ja tarkkuus. Haastattelumme kohdehenkilöt ovat hyvin visuaalisesti lahjakkaita, tämä vastaa juuri autismikirjon yllä mainittuihin vahvuuksiin. He ovat usein myös rehellisiä, jota ei aina sosiaalisissa tilanteissa osata arvostaa, jolloin käytös voi vaikuttaa tökeröltä. Kiinnostuksen suuntauduttua aiheeseen, voi henkilöllä olla siitä huomattava määrä taustatietoa. (Nylander, 2010, s. 36.) Kohdehenkilöt voivat esimerkiksi valokuvamuistinsa avulla muistaa päiväjärjestyksen ulkoa, kun sitä on aamulla kerran katsonut ja painanut mieleensä. Tämä on mahdollista, vaikka siirtymiä ja erinäisiä vaihtoja olisi päivän aikana monia.

### 2.3 Sosiaaliset taidot

Autismikirjon omaavalla henkilöllä on vaikea luoda sosiaalisia kontakteja sekä ylläpitää niitä. Heillä on muita vähäisempi tarve ihmissuhteisiin tai asioiden jakamiseen toisen henkilön kanssa. Lapsien ja nuorien ystävyysuhteet erityisesti omanikäisten kanssa ovat hyvin niukkoja. (Savikuja & Puustjärvi, 2022. s.59.) Tätä asiaa käsitelimme myös tutkimuksessamme. Haastattelun kohdehenkilöt hakeutuvat usein aikuisen tai avustajan luokse. Tämä johtuu siitä, kun kommunikointi on hyvin pientä, aikuinen ymmärtää lapsen asian nopeammin ja kohdehenkilö ei turhaannu.

Lapsi kuitenkin usein on kiinnostunut aikuisen seurasta, mutta kuitenkin lapsi saattaa sitten leikkiä itseään paljon nuoremman ja pienemmän kanssa. Sosiaalisen kiinnostuksen vähyyks voi liittyä siihen, kun autismikirjon henkilöllä on vaikeuksia tulkita sosiaalisia tilanteita. Tällöin vuorovaikutustilanteista toisen kanssa voi tulla hyvinkin kuormittavia ja siksi niitä saatetaan usein vältellä. Kuitenkin autismikirjon henkilöllä on elämässään merkityksellisiä ihmissuhteita ja osakseen hän kokee tarvetta olla toisten seurassa, oman sietokykynsä rajoissa. (Savikuja & Puustjärvi, 2022. s.59.)

Kohdehenkilöt usein havahtuvat siihen, kun heillä ei olekaan aikuisena kavereita samalla tavalla, kuin muilla heidän ikäisillään. Tällöin he turvautuvat edelleen mahdollisesti omiin vanhempiin tai muuhun tuttuun turvalliseen aikuiseen. Samalla heidän on vaikea tutustua uusiin ihmisiin, joka haittaa aikuisuudessaakin uusien ystävien löytämistä. Selvitimme tutkimuksessamme myös tätä, että millaisista paikoista ja tilanteista on löytynyt uusia ihmissuhteita tai ystäviä elämään.

## 2.4 Vuorovaikutuksen haasteet

Vuorovaikutuksen haasteet voivat näkyä keskustelun ylläpidon haasteena sekä keskustelun aloittamisen vaikeutena. Puhetapa autismikirjon omaavalla henkilöllä saattaa olla äänensävyiltään tai korkeudeltaan poikkeavaa ja kirjakielistä. Lapsi voi ennen mitään sosiaalista kontaktinottoa, kommunikoida äänilemmällä, tai esimerkiksi itkemällä. Itku voi tulla hyvin herkästi pienestäkin muutoksesta asioiden etenemisessä. Kun lapsi oppii jotenkin kommunikoidaan, vuorovaikutus tapahtuu hyvinkin pitkään lapsella pelkästään kuvien tai muun kommunikointi apuvälineen kautta. Usein puhe tai kommunikointi on eikielellistä ja eleet ja ilmeet puuttuvat lähes aina. Kohdehenkilö harvoin ymmärtää kielikuvia tai osaa lukea rivien välistä eli päinvastaista tarkoitusta asiaan, vaan ottaa asiat juuri kerrotulla tavalla kirjaimellisesti. Myös ympäristön havainnointi ja oman toiminannan siihen sopeuttaminen on usein vaikeaa ja haasteellista. (Savikuja & Puustjärvi, 2022 s. 59.)

Autismikirjon henkilön on haastavaa olla vastavuoroisessa vuorovaikutuksessa, sekä ottaa vastaan ja huomioida toisen henkilön ehdotuksia, reaktioita ja toiveita. Käsittelemme aihetta tarkemmin tutkimuksessamme ja sen tuloksissa.

Kohdehenkilölle on haastavaa sosiaalisessa kontaktissa tilanteen lukutaito varsinkin, jos kanssa käymisessä ilmeet ja eleet ovat ristiriidassa toisiinsa. Tilanteet tulkitaan usein tunnekokemuksen perusteella, ja harvoin tullaan ajatelleeksi, että nämä voivat poiketa toisen samassa tilanteessa olleen kanssa

huomattavasti. Tällöin tilanne voi näyttäytyä muille, että kohdehenkilö käyttäytyy itsekkäästi tilanteessa. (Savikuja & Puustjärvi, 2022 s. 59.)

Autismikirjon henkilöt omaavat useasti merkittävän kiinnostuksen kohteen, josta kohdehenkilö voi kertoa hyvinkin kauan, ajattelematta toisen näkökulmasta asiaa. Kohdehenkilö harvoin osaa tulkita, koska kuuntelija on kyllästynyt hänen pitkään selostukseensa, kun hän on itse hyvin hyvinkin kiinnostunut ja ”sisällä” omassa asiassaan. Tämä on tullut esille myös meidän kokemuksissamme työkentällä. (Savikuja & Puustjärvi, 2022 s. 59.)

## 2.5 Kykyprofiili

Autismikirjon omaavalla henkilöllä usein on haasteiden rinnalla joitain todella hyviä kykyjä, jotka nousevat selkeästi esille. Tällaisia on esimerkiksi kiinnostus jostain asiasta, niin silloin henkilö perehtyy siihen syvällisesti ja tietää asiasta todella paljon. Tätä kutsutaan epätasaiseksi kykyprofiilliksi. Usein kohdehenkilöllä on jokin suuri kiinnostuksen kohde tai taito, jossa on erityisen taitava. Tällaisia voivat olla esimerkiksi värit, autot tai erilaiset animaatiot. (Oksanen & Sollasvaara, 2017-2019, s.10-11.)

Kykyprofiili voi olla niin suuri, että kohdehenkilö perehtyy ja saavuttaa suuria tavoitteita. Meillä tutkijoilla on aikaisempaa kokemusta henkilöstä, joka on erityisen kiinnostunut rubriikin kuutioista. Hän keräilee eri muotoisia ja eri värisiä kuutioita. Hän on myös erittäin taitava ja nopea sen tekemisessä. Hän tietää tarkat kaavat, vaikka kuka sekoittaisi kuution ja pyytäisi häntä tekemään sen valmiiksi.

## 2.6 Neuropsykiatrinen häiriö

Kaikista lapsista ja nuorista noin 5–10 % esiintyy neuropsykiatrisia häiriöitä. Tässä prosenttimäärässä on otettu huomioon Tourette, aktiivisuuden- ja tarkkaavuuden häiriö (ADHD), sekä autismikirjon häiriö. (Oksanen & Sollasvaara, 2017–2019. s.10–11.)

Useissa erilaissa tutkimuksissa on selvinnyt, että liikunnalla on paljon positiivisia vaikutuksia neuropsykiatrisia haasteita omaaville henkilöille. Liikunta voi muun muassa vähentää impulsiivisuutta sekä parantaa keskittymiskykyä. Lisäksi toisilla levottomuus, tic-oireet sekä pakkoajatukset ovat selvästi vähentyneet. On siis tärkeää pitää mielessä, että ihminen on kokonaisuus, joka muodostuu niin fyysisestä, psyykkisestä kuin sosiaalisestakin osiosta ja tässä kokonaisuudessa kaikki vaikuttavat toisiinsa. (Savikuja & Puustjärvi, 2022. s.101.)

### 3 TOIMINNANOHJAUS

Toiminnanohjaus jaetaan kuuteen eri osa-alueeseen. Ne ovat aloitteellisuus, joustavuus, suunnittelu, käyttäytymisen säätely, organisointikyky ja palautteen vastaanottaminen ja sen hyödyntäminen. Toiminnanohjauksen osa-alueista struktuurin voisi jakaa kolmen eri osuuteen, eli organisointikyky, suunnittelu sekä aloitteellisuus. Struktuuri on toiminnanohjauksen tukikeino. Näistä kolmesta osa-alueesta struktuuri muun muassa koostuu. Toiminnanohjaus voi olla siis muun muassa jäsentelyä, suunnittelua, ja päämäärätietoisesti tavoitetta kohti menoa. (Oksanen & Sollasvaara, 2019. s. 60–72.)

Toiminnanohjaus alkaa kehittymään jo lapsena, kuitenkin erityislapsilla on tämän suhteen haasteita. Kun lapsella esiintyy toiminnanohjauksen haasteita, on lapsen vaikea esimerkiksi lopettaa ja aloittaa jotakin toimintoa, jos ei sitä ole selkeästi kerrottu, tai näytetty kuvilla. Tällaisten lasten on myös vaikea keskittyä ajan kuluun, tai ymmärtämään mikä asia kuuluu tehdä ensimmäiseksi. (Oksanen & Sollasvaara, 2019. s. 72–82.)

Ulkoiset ärsykkeet voivat myös viedä lapsen huomion itse tekemisestä. Tällöin on tärkeää strukturoida mitä ensin ja mitä sen jälkeen, jotta huomio pysyisi itse tekemisessä, jolloin myös siirtymätilanteet sujuvat jouhevammin. (Oksanen &

Sollasvaara, 2019. s. 72–82.) Myös tätä aihetta käsitteimme tutkimuksemme.

Autismikirjon henkilöllä voi olla vaikea ymmärtää ohjetta ”tyhjennä tiskikone”, vaan ohje pitää pilkkoa ja kertoa mitä se sitten tarkoittaa, ja mahdollisesti käydä kohdehenkilön kanssa tämä läpi mikä kuuluu minnekin. Tähän on hyvä myös ottaa esimerkiksi kuvat kertomaan toimintajärjestys, joka strukturoi tilanetta. Haastattelussa kysyttiin, että miten haastateltavamme kohdehenkilöt käyvät tilanteita pilkottuina läpi kuvien avulla. Haastattelussa kyselimme myös kohdehenkilöiden avustajiensa roolia päiväkotiarjessa. Johtopäätöksissä käymme läpi tuloksia tästä.

Tärkeä erityislasten kohdalla on muistaa se, että lapsi ei tahallaan myöhästele esimerkiksi koulusta, tai jätä läksyjä tekemättä, tai sekoita asioita keskenään. Lasta ei tule rangaista tällaisesta vaan tulee etsiä niitä keinoja, joiden avulla toiminta on sujuvampaa, lasta vähemmän kuormittavaa, ja asioiden ”suorittaminen” helpottuu. (Oksanen & Sollasvaara, 2019. s. 72–82.)

## 4 STRUKTUURI

Strukturi tarkoittaa rakennetta (Kerola ym., 2009, s. 167). Sen tarkoitus on selkeyttää arjessa tapahtuvia asioita ja toimintoja sekä auttaa niiden ymmärtämisessä, ennakoimisessa ja oman toiminnan ohjaamisessa. Strukturointi on arjen visualisointia eri aistikanavien kautta ja sen avulla arjesta saadaan sujuvampaa, kun erilaisia asioita pystytään ennakoimaan ja yllättäviltä tapahtumilta vältytään. Strukturiin luomat tutut tavat rauhoittavat ja luovat turvallisuuden tunnetta sekä lisäävät kykyä selviytyä uusissa ja yllättävissä tilanteissa. (Martikainen, 2017.)

Strukturia käytetään toiminnanohjauksen tukena. Sitä voidaan käyttää muun muassa autismikirjon tai tämänkaltaisia piirteitä omaavien henkilöiden

kanssa toimiessa tai he voivat vaihtoehtoisesti käyttää niitä myös itsenäisesti. Autismin kirjon henkilöiden arjessa kohtaamat haasteet liittyvät asioiden hahmottamiseen sekä vaikeuteen ymmärtää ja muodostaa erilaisia asiakokonaisuuksia. Struktuureilla pyritään tuomaan muun muassa näihin autismikirjon henkilöiden haasteisiin apukeinoja ja -välineitä ja tätä kautta saada helpotusta heidän arkeensa. Struktuureilla pyritään tuomaan muun muassa näihin haasteisiin apukeinoja ja -välineitä autismikirjon henkilöiden ja tätä kautta saada helpotusta heidän arkeensa. (Alho-Näveri ym., 2011, s. 18.)

Strukturoitavia asioita ovat aika, paikka, henkilöt, toiminta sekä kommunikointi. Strukturoimalla edellä mainittuja asioita pystytään vastaamaan autismin kirjolla olevien henkilöiden tärkeisiin missä, milloin, mitä, kuinka kauan, kenen kanssa sekä mitä seuraavaksi tapahtuu -kysymyksiin. Nämä tiedot luovat autismikirjon henkilölle turvallisuuden tunteen, joka mahdollistaa toimimisen tilanteissa sekä luo tärkeitä onnistumisen kokemuksia. (Kerola & Sipilä, 2017, s. 81; Martikainen, 2017.)

Yksinkertaistettuna strukturointi on toimintaympäristöjen ja toimintojen muokkaamista, pilkkomista, jäsentämistä ja järjestämistä visuaalisesti siten, että struktuurien kohdehenkilöllä on tiedossa esimerkiksi, että mitä hänen milloinkin täytyy tehdä. Tämä asioiden läpi käyminen tapahtuu esimerkiksi kuvien avulla. Struktuurien tullessa tutuiksi ja aktiivisesti osaksi arkea, muodostuvat niistä rutiineja, jolloin niitä on myös helpompi käyttää. (Lehtisare, 2022, s. 13.)

Käsittelimme tutkimuksessamme laajasti struktuuria. Hyvin suunnitellut ja toimivat struktuurit tuovat apua monenlaisiin haasteisiin. Ne helpottavat muun muassa pysymistä aikatauluissa, tavaroiden pysymistä tallessa ja omilla paikoillaan sekä toiminnan aloittamista ja lopettamista sekä ylipäätään toiminnasta suoriutumista. Haastattelussa tämä nousi ilmi ylimääräisen kiukuttelun vähentymisenä muun muassa. Struktuurit on mahdollista toteuttaa toimintokohtaisesti, yhdeksi kokonaiseksi päiväksi tai jopa viikoksi tai kuukaudeksi. (Huotari & Tamski, 2010, s. 230–231.)

#### 4.1 Strukturoitavat asiat ja tilanteet

On henkilöitä, joiden toimintakyky perustuu kokonaan erilaisille struktuureille. Etenkin tällöin struktuurit ovat hyvin merkittävä arjen apuväline ja, joita ilman he eivät pysty toimimaan. (Ikonen ym., 2015, s.20.) Haastattelumme kohdehenkilöt ovat juuri tällaisia, joiden arki ja toimintakyky rakentuu säännöllisistä toiminta- ja päiväjärjestyksistä. Alla esimerkkejä erilaisista struktuureista ja niiden käyttämisestä erilaisissa tilanteissa.

##### 4.1.1 Aika

Aikaa strukturoimalla saadaan välitettyä tietoa siitä, että milloin toiminta alkaa, kuinka kauan se kestää ja milloin päättyy. Myös toiminnon toistojen määrä voidaan kertoa. Lisäksi voidaan välittää tieto siitä, että mitä tapahtuu seuraavaksi ja miten kauan on aikaa ennen kuin toiminta alkaa tai vaihtuu. (Kerola ym., 2009, s. 172.)

Ajan strukturoinnissa voidaan käyttää apuna esimerkiksi päivä-, viikko- ja kuukausijärjestyksiä. Päivän kulun jäsentäminen konkreettisesti esimerkiksi kuvien avulla auttaa henkilöä näkemään ja ymmärtämään paremmin mitä tapahtuu missäkin järjestyksessä ja mihin aikaan. Tällaisesta on myös helppo vaihtaa jotakin menoa, jos se on esimerkiksi peruuntunut. Tämän auttaa kohdehenkilö ymmärtää helpommin, että meno peruuntui.

Myös erilaisilla kelloilla ja ajastimilla henkilö voi koko ajan nähdä miten kauan esimerkiksi toiminta kestää tai minkä ajan päästä pitäisi lähteä kotoa liikkeelle. Tähän hyviä apuvälineitä ovat tavallisen kellon lisäksi visuaalinen kello Time Timer sekä tiimalasi tai munakello. (Huotari & Tamski, 2010, s. 230; Ikonen ym., 2015, s.21.) Kärsivällisyys pysyy myös huomattavasti pidempää toiminnossa, kun kohdehenkilö tietää kuinka kauan jotakin toimintaa tai toimintoa on jäljellä. Sekä kun hän pystyy näkemään kellosta esimerkiksi punaisella värillä sen jäljellä olevan ajan, vaikka ei ymmärtäisi sitä minuutteina, silti se on selkeästi hahmotettavissa värin avulla.



#### 4.1.2 Paikka

Toimintaympäristön strukturoimisella saadaan karsittua henkilön keskittymistä häiritsevät tekijät pois tilasta, jossa hän työskentelee. Toimintaan keskittymisen lisäksi ympäristön tarkasti mietitystä visuaalisesta ilmeestä on muutenkin usein paljon hyötyä, sillä erilaisten struktuurien käyttäjillä on yleisesti helpompi ymmärtää ja oppia uusia asioita sekä asiayhteyksiä konkreettisesti silmillä nähden kuin esimerkiksi vain puhetta kuuntelemalla. (Karjalainen ym., 2020, s.260.) Tämä on tullut vastaan myös työelämässä, kun esimerkiksi oppitunnilla opettaja on antanut ohjeet, mutta tehtävien tekoa aloittaessa muistaakin vain jonkun yksittäisen asian tehtäviin liittyen. Autismikirjonhenkilöllä usein ajatukset harhailevat, jos asia ei kiinnosta tai ole muuten mielekäästä. Tällöin usein ohjeet on parempi antaa pienemmissä osissa, kirjallisena tai kuvitettuna.

Käytännössä tämä tarkoittaa muun muassa sitä, että jokaiselle toiminnolle on mietitty oma tila tai paikka, joka pysyy aina samana. Näitä eri toimintoihin tarkoitettuja tiloja ja paikkoja voidaan jäsentää muun muassa erilaisia kuvia ja värikoodeja käyttämällä, maton avulla aluetta rajaamalla sekä valaistusta säättämällä. Lisäksi jokaiselle tavaralle on määritelty omat kuvin tai sanoin nimetyt paikkansa. On myös tärkeä huomioida tilan esteettisyys ja erilaiset aistiherkyydet esimerkiksi valaistuksen ja melun suhteen. (Karjalainen ym., 2020, s.260–261; Kerola ym., 2009, s. 171.)

#### 4.1.3 Toiminta

Yksittäisen toiminnon strukturoinnilla mahdollistetaan monimutkaiseltakin tuntuvan tehtävän suorittaminen jopa itsenäisesti, ja samalla tuottaa kohdehenkilölle onnistumisen kokemuksia. Toiminnan strukturointi tapahtuu kyseessä olevan toiminnan pilkkomisella pienempiin osiin esimerkiksi kuvajärjestyksen avulla. Kuvajärjestys on selkeä kuvaus toiminnasta, jossa on kuvat selkeän alun ja lopun lisäksi jokaisesta vaiheesta toimintajärjestyksessä. (Ikonen ym., 2015, s.21.)

Tehtävissä ja toiminnoissa tarvittavat välineet on myös hyvä olla katsottu valmiiksi esille, ennen kuin suorittaminen aloitetaan. Tällöin tekemistä ei tarvitse keskeyttää ja henkilön keskittyminen pysyy itse toiminnassa paremmin. Lisäksi kokonaisuus hahmottuu helpommin, kun tarvittavat välineet ja vaiheet ovat koko ajan näkyvillä. Toimintajärjestyksen vaiheita voidaan konkretisoida myös eri värisillä alustoilla, joiden avulla voidaan käyttää lisäksi sanallista ohjausta mitä tehdään nyt ja mitä seuraavaksi. (Karjalainen ym., 2020, s.260–261.) Pitää kuitenkin ottaa huomioon myös se, jos kohdehenkilöä häiritseekin kaikkien esineiden samanaikainen esillä olo. Tämä voi joillain aiheuttaa tekemiseen haitallista käytöstä. Tällöin tulisi huomioida, että on vain yhden vaiheen tavarat esillä kerrallaan. Tämä saattaa selkeyttää ja helpottaa henkilön keskittymistä ja etenemistä toiminnassa.

#### 4.1.4 Henkilöt

Henkilöiden strukturoinnista hyötyy etenkin sellaiset kohdehenkilöt, joilla on haasteita sosiaalisissa tilanteissa. Yhteistyö ja toimiminen uusien ihmisten kanssa voi tuntua kohdehenkilöstä haastavalta ja tämä voi väliaikaisesti jopa viedä jotain jo aiemmin opittuja taitoja. Henkilöiden strukturointia on muun muassa yhteistyön alussa kohdehenkilön kanssa toimivien ihmisten rajaaminen vain tiettyyn ohjaajaan tai miettiä mahdollisesti toimintakohtaiset ohjaajat. Tällöin kohdehenkilön on helpompi toimia, kun hän tunnistaa ohjaajan sekä osaa jopa yhdistää tietyn ohjaajan ja toiminnan yhteen. (Huotari & Tamski, 2010, s.232.)

Henkilöitä voidaan strukturoida esimerkiksi päiväjärjestyksessä asumisyksikössä. Tällainen tilanne tulee usein asumisyksikössä, kun työntekijä sairastuu, voidaan hänen kuvansa päälle vetää rasti ja näin saadaan ymmärrys kohdehenkilölle, että hän nyt ei saavu tänään esimerkiksi iltavuoroon sovitusti.

Myös uusia asioita ja taitoja on usein helpompi harjoitella jo entuudestaan tutun ohjaajan kanssa. Harjoittelun ja taidon rutinoiduttua, on kuitenkin hyvä aloittaa toiminnon tekeminen vaiheistetusti myös eri ohjaajien kanssa. Ennen

kuin ohjaaja vaihtuu, tulee neuvot ja ohjeet ohjaamisesta ja toimintatavoista kertoa perusteellisesti toiselle ohjaajalle. Lisäksi ennen omaa ohjaustilannetta uuden ohjaajan on tärkeää olla seuraamassa ja havainnoimassa aiemmin tilanteessa toiminutta ohjaajaa. Tällöin ohjaus pysyy mahdollisimman samantyyppisenä ohjaaja vaihdoksesta huolimatta. (Karjalainen ym., 2020, s.261.)

#### 4.1.5 Kommunikointi

Kommunikoinnin avulla ihminen ilmaisee itseään ja tarpeitaan. Se on puheen lisäksi muun muassa ilmeitä, eleitä sekä kehonkieltä. Ihmisen vuorovaikutus oman toimintaympäristönsä välillä ei onnistu ilman kommunikaatiota eikä uusien asioiden oppiminen ei ole tällöin mahdollista. Tämän takia kommunikaatiokeinoiksi ja sen tueksi on tarvittaessa aina etsittävä toimivia puhetta korvaavia ja/tai tukevia kommunikaatiokeinoja. Tällaisia ovat esimerkiksi kuvat ja muut visuaaliset menetelmät kuten tukiviittomat, esineet, piirtäminen ja lisäksi on myös erilaisia kommunikointi sovelluksia, joita on mahdollista ladata älylaitteille. Kohdehenkilön lisäksi on tärkeää, että myös ohjaaja osaa kyseisen kommunikointikeinon, jotta kommunikointi toteutuu. (Kerola ym., 2009, s.171; Kerola & Sipilä, 2017, s. 84.)

Kommunikointi vaatii paljon harjoittelua itse kohdehenkilöltä, sekä ohjaajalta. Tämä saattaa aiheuttaa aluksi turhautumista, mutta silti on tärkeää, että sitä harjoitellaan ja tehdään toistoja useasti. Ilmaisun kommunikointi välineen avulla aluksi voi olla hidasta ja kohdehenkilön voi olla vaikeaa sanoittaa asiaa, jota juuri silloin yrittää apuvälineen avulla kertoa.

#### 4.2 Struktuureja käyttävät henkilöt

Struktuurien käyttäjiksi voidaan ajatella niin kohdehenkilö kuin kohdehenkilön kanssa työskentelevät ohjaajat ja läheiset. Kohdehenkilö voi toimia struktuurien kanssa itsenäisesti tai häntä voidaan ohjata erilaisissa toimissa ja ympäristöissä niiden avulla. Struktuurien käyttäjiksi voidaan ajatella niin kohdehenkilö kuin kohdehenkilön kanssa työskentelevät ohjaajat ja läheiset.

### 4.3 Esiintyminen

Struktuuria voi olla monenlaista, monen tasoista ja monenlaisessa ympäristössä. Niitä voidaan käyttää ja tarkastella niin struktuurien kohdehenkilön kuin häntä ohjaavien henkilöiden näkökulmasta. Struktuurit voivat olla arjessa hyvinkin näkyviä, tai vain tarpeen mukaan esillä olevia arjen apukeinoja.

Koko ajan esillä olevia struktuureita ovat esimerkiksi konkreettiset erilaisten toimintojen kuvitetut toimintaohjeet, tavaroiden paikkaopastukset, erilaiset kommunikoinnin apuvälineet tai koko ajan nähtävillä oleva päiväjärjestys. Hie-man näkymättömämpiä struktuureja puolestaan ovat esimerkiksi tiimalasi, kalenteri tai kännykässä mukana kulkevat muistutukset ja hälytykset.

Struktuureja voi esiintyä ja niitä voidaan suunnitella kaikkialle missä kohdehenkilö niitä tarvitsee ja mitkä kuuluvat hänen toimintaympäristöönsä. Tällaisia paikkoja ovat esimerkiksi kohdehenkilön koti sekä iän ja toimintakyvyn mukaan joko päiväkotia, koulu, työpaikka tai päiväaikainen toiminta sekä erilaiset harrastus- ja vapaa-ajan viettopaikat.

### 4.4 Vaikuttavat tekijät

Strukturoinnissa on paljon asioita, joita tulee ottaa huomioon. Yksi hyvin tärkeä asia struktuureita suunniteltaessa ja käyttäessä on kohdehenkilön yksilöllisten tarpeiden huomioiminen. Vain nämä huomioimalla struktuurit toimivat toivotulla tavalla ja tuovat avustusta ja tukea arkeen niin henkilölle itselleen kuin myös hänen kanssaan toimiville henkilöille. (Martikainen, 2017.) Mahdollisuuksien mukaan myös kohdehenkilön olisi hyvä osallistua itse struktuurien suunnitteluvaiheeseen. Tämä auttaa niiden ymmärtämisessä sekä sitouttaa ja motivoi henkilöä niiden käytössä. (Kerola & Sipilä, 2017, s. 80–81.) Lisäksi tämä auttaa myös kohdehenkilöä rutinoitumaan tulevaan viikkoon, kun hän täyttää kalenteria mahdollisuuksien mukaan itse tai avustettuna. Tällainen tulevien tapahtumien läpikäyminen on myös ennakoitua, joka helpottaa esimerkiksi mahdollisia tilanteisiin liittyviä jännitteitä. Toiset henkilöt tarvitsevat päiväkohtaisen

aikataulun, kun joillekin riittää kooste koko viikon menoista. (autismforum, 2012.)

Konkreettisten opasteiden lisäksi on tärkeää huomioida, miten kohdehenkilön kanssa kommunikoidaan. Kommunikointia ajatellen tulee aina huomioida kohdehenkilön tarpeet ja kiinnittää sen mukaan huomioita muun muassa eleisiin, ilmeisiin sekä äänensävyyn ja sen voimakkuuteen. Rauhallisuudesta ja rauhallisena pysymisestä on myös usein apua kohdehenkilöiden kanssa toimiessa. (Kerola & Sipilä, 2017, s. 87.)

#### 4.5 Vaikutukset

Hyvin suunnitelluilla ja toteutetuilla struktuureilla on parhaimmillaan merkittävän isoja positiivisia vaikutuksia kohdehenkilön sekä hänen kanssaan työskentelevien henkilöiden arjessa. Kohdehenkilölle löytyneet hänelle sopivat struktuurit voivat parhaimmillaan muuttaa arkea merkittävästi ja tuoda apua niin pienemmissä kuin isommissakin arjen haasteissa ja askareissa. Toimivien struktuurien myötä kohdehenkilöt saavat onnistumisen kokemuksia, joka kannustaa jatkamaan struktuureiden käyttöä.

Toimivat struktuurit mahdollistavat muun muassa itsenäisempää toimintaa ja arjessa pärjäämistä. Lisäksi uusien asioiden ja taitojen oppiminen mahdollistuu uudella tavalla, kun osataan hyödyntää struktuuria esimerkiksi pienentämällä opeteltavaa asiaa tai toimintaa osiin, jolloin kaikki ei tule kerralla opittavaksi. Uuden asian oppiminen voi myös helpottua, kun asia on käyty läpi mitä tulee tapahtumaan ja missä järjestyksessä, silloin jo osataan ennakoida tulevaa, joka saattaa auttaa kohdehenkilöä suoriutumisessa tehtävässä. Onnistuneilla struktuureilla myös mahdollista haastava käytös on mahdollista saada kitkettyä pois erilaisissa tilanteissa.

## 4.6 Historia

Käsite ja käytäntö strukturoidusta opetuksesta on saapunut Suomeen 1990-luvulla TEACCH-kuntoutusmallin (Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped CHildren) mukana. Suomeksi lyhenne tarkoittaa autististen ja kielihäiriöisten lasten kuntoutusta ja opettamista. Alun perin TEACCH-kuntoutusmallin on perustanut tohtori Eric Scholper vuonna 1972 Pohjois-Carolinan osavaltiossa, josta se on myöhemmin lähtenyt leviämään ympäri maailmaa. (Kerola ym., 2009, s. 168; Teacch Autism Program, n.d.) Kyseinen kuntoutusmalli on suunnattu erityisesti autisminkirjon henkilöille, mutta sitä voidaan käyttää myös esimerkiksi toiminnanohjauksen haasteita omaavien henkilöiden kanssa. Kuntoutusmalli toi mukanaan ympäristön visualisoinnin, jonka kautta mahdollisuudet oppimistehtäviin keskittymiseen lisääntyivät myös toiminnan ohjaamisen ja kuulonymmärtämisen haasteita omaavilla henkilöillä. (Kerola ym., 2009, s. 168.)

## 5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

### 5.1 Tutkimuskysymykset ja tavoitteet

Opinnäytetyömme tavoitteena on tutkimuksemme avulla sekä kirjallisuuteen viitaten tuoda esille struktuurin merkitystä. Aihetta ja tutkimustamme tukemaan jaamme lisäksi myös omia kokemuksiamme aiheesta. Lisäksi selvitämme luomamme kyselyn sekä tekemämme haastattelun perusteella autisminkirjolla itse olevien tai heidän kanssaan läheisissä tekemisissä olevien henkilöiden ajatuksia struktuurista sekä sen vaikutuksista arkeen.

Opinnäytetyömme tutkimuskysymykset ovat:

Kuinka saada strukturi osaksi arkea?

Miten strukturi helpottaa arkea?

Mitä kaikkea voidaan strukturoida?

## 5.2 Kohderyhmä

Meidän opinnäytetyömme kohderyhmä koostui autismitutkimuksen piirteitä omaavista henkilöistä, niin aikuisista kuin lapsistakin. Tutkimustamme varten toteutettuun kyselyymme vastasi vain perheiden vanhemmat, joiden perheessä ilmeni autismia tai aikuinen, joka on itse autismitutkimus. Tutkimusta tukeva haastattelumme toteutui myös perheen vanhemman kanssa, jossa hän kertoi heidän perheensä struktuureista.

Kohderyhmä valikoitui heti alussa meidän omien erityisosaamisemme ja kiinnostuksiemme perusteella. Meidän kiinnostuksemme kohdistuu siis erityisesti neurokirjolla oleviin henkilöihin ja vielä eritoten lapsiin. Olemme molemmat työskennelleet useamman vuoden lasten parissa ja kohdanneet työelämässä erilaisia neurokirjolla olevia lapsia.

## 5.3 Aineistonkeruumenetelmät ja aineiston analysointi

”Kun tutkitaan ihmisiä, miksi ei käytettäisi hyväksi sitä etua, että tutkittavat itse voivat kertoa itseään koskevia asioita?” (Hirsjärvi ym., 2007, s. 199). Haastattelu on ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä verrattuna esimerkiksi kyselyyn, koska siinä ollaan suorassa vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa. Tämä mahdollistaa joustavan vuorovaikutuksen ja sen myötä mahdollistuu esimerkiksi haastattelutilanteessa heränneiden lisäkysymysten esittäminen. Kysely on tutkimusmenetelmänä kuitenkin huomattavasti tehokkaampi, sillä se ajankäytön kannalta haastattelua huomattavasti nopeampi menetelmä. Kyselyn avulla saadaan myös samalla kerralla monta vastausta samaan kysymykseen, kun haastattelusta saa vain yhden vastauksen kerralla. Google forms:iin luomamme kyselyn avulla saimmekin nopeasti selkeää tutkimustulosta haluamistamme kysymyksistä. (Hirsjärvi ym., 2007, s.190.)

Tutkimuksessamme meille tärkeätä oli saada haastateltava, jolle saamme esittää mahdollisia tarkentavia kysymyksiä, jota kyselyyn vastanneiden kesken ei ole enää mahdollista tehdä. Molemmissa tiedonkeruumenetelmissä on kuitenkin hyviä ja huonoja puolia. Kyselyssä tavoitetaan pienemmällä ajalla

enemmän ihmisiä, ja samalla myös vastaaja pystyy anonyymisti kertomaan heidän perheensä käytännöistä, tulematta itse ilmi nimellisesti. Tämä on joillekin helpompi tapa vastata kyselyihin, kun ne ovat anonyymisti toteutettuja. (Hirsjärvi ym., 2007, s.200.)

Aiheemme on osalle hyvinkin arka ja saattaa tuoda tunteen, että pitäisi tehdä arjessa vielä paljon enemmän lisää lasten eteen esimerkiksi erilaisia strukturointeja, mihin kuitenkaan perheen voimavarat eivät riittäisi. Tämä asia nousi esille tekemässämme haastattelussa. Strukturoiminen vaatii hyvin intensiivistä toistamista, ja jos arki on muutenkin jo kuormittavaa, on sinne vaikea lisätä kuitenkaan uusia käytäntöjä, ilman muiden tukea. Jotta struktuurit saadaan arkeen ja arjesta toimiva, on hyvästä tukiverkosta suuri apu ja hyöty. Tukiverkon tulisi olla sellainen, joka osaa toteuttaa saumatonta yhteistyötä perheen kanssa, sekä he osaavat toteuttaa ja sitoutua itsekin struktuurin käytäntöihin. Tukiverkolla emme tarkoita vain isovanhempia vaan tukiverkko voi koostua tässä tilanteessa esimerkiksi päiväkodin henkilöstöstä, neuropsykiatrisesta valmentajasta ja/ tai esimerkiksi puheterapeutista.

#### 5.4 Aikataulu

Aloitimme opinnäytetyöprosessin keväällä 2022. Silloin teimme suunnitelman valmiiksi ja etsimme meidän opinnäytetyöllemme tilaajan. Tilaajan löytyminen meille oli nopea prosessi. Löysimme potentiaalisen tilaajan nopeasti ja muutamien sähköpostien jälkeen kirjoittelimmekin jo sopimukset kuntoon. Sopimuksen olemme tilaajan kanssa kirjoittanut siis keväällä 2022.

Kesällä 2022 aloimme lukemaan paljon materiaaleja opinnäytetyötämme varten. Kirjoitustyön aloitimme virallisesti saman vuoden syksyllä ja kunnolla vauhtiin päästiin pitkän 10 viikon ammatillisen harjoittelun jälkeen, joka loppui marraskuun lopulla. Harjoittelu hidasti prosessiamme suunniteltua enemmän, mutta harjoittelun päätyttyä sovimme säännöllisesti viikoittain tapahtuvat kirjoituspäivät, jotka toteutuivat suunnitellusti.



Kirjoitusprosessi on ollut pitkä ja edistynyt pikkuhiljaa, mutta kuitenkin tasaisesti koko ajan edeten. Kirjoittaminen lähti käyntiin siitä, että loimme ensin useampia word-tiedostoja aihealuittain. Tämän jälkeen aloimme kokoamaan teoriaosuutta viralliseen opinnäytetyöpohjaan sekä työstämään tutkimuksessamme käytettyä kyselyä sekä haastattelua.

Kyselyn toteutimme lokakuussa 2022 ja haastattelun helmikuussa 2023. Näiden molempien läpikäynnin ja tulosten käsittelyn aloitimme vasta haastattelun toteutuksen jälkeen. Näiden käsittely tapahtui helmi-, maaliskuu- ja huhtikuun aikana. Toukokuussa opinnäytetyön raamit alkoivat olla kunnossa ja keskityimme kappaleiden viilaamiseen ja opinnäytetyön viimeistelyyn.

Alusta asti meidän tavoitteenamme on ollut saada opinnäytetyömme valmiiksi keväällä 2023 ja tässä myös onnistuimme. Prosessi on tuntunut pitkältä ja vaatinut molemmilta joustavuutta, sekä keskeneräisen työn sietämistä. Välillä olemme epäröineet tuotostamme, mutta olemme kuitenkin aina saaneet luotua uskoa työhömmä ja päässeet etenemään. Meillä on myös ollut mukana kulke-massa rinnalla opinnäytetyönohjaajamme Elina Elo, jolta olemme saaneet avustusta ja ajatuksia aina kun olemme sitä tarvinneet.

## 6 TUTKIMUSMETODIT

Tarkkaan mietityt tutkimuskysymyksemme johdattelivat meitä tutkimuksessamme johdonmukaisesti eteenpäin. Opinnäytetyössämme toteutimme niin laadullisen haastattelun kuin myös kyselyn. Haastattelun toteutimme kaksos-tyttöjen äidin kanssa, joilla molemmilla lapsilla on diagnosoitu autismi. Haastateltavamme antoi luvan kertoa yksityiskohtaisesti heistä ja mainita heidät tutkimuksessamme. Kyselyn kohdensimme puolestaan hieman laajemmin henkilöille, joilla on itsellä autismi tai autismikirjon piirteitä tai jotka ovat läheisesti tekemisissä tällaisen henkilön kanssa. Kyselyn kohdehenkilöiden oli mahdollisuus vastata kyselyyn tietyn aikamäärän sisällä.

## 6.1 Kysely

Toteutimme oppinäytetyötämme varten kyselyn google forms -pohjan avulla. Kartoitimme siinä tietämystä struktuurista sekä sen merkityksestä ja vaikutuksista arjessa. Lisäksi halusimme tietää mistä vastaajat ovat saaneet tietoa struktuurista, ja mistä he vielä kaipaisivat lisätietoa avoimen kysymyksen avulla. Halusimme selvittää myös, että minkälaista tukea kyselyyn vastanneet haluaisivat vielä arkeensa. Myös heidän erilaiset kokemuksensa struktuurista kiinnostivat meitä.

Ennen kyselyn julkistamista lähetimme kyselyn oppinäytetyöntilaaajallemme sekä ohjaavalle opettajalle. Tällä kartoitimme sitä, että kysymykset ovat selkeitä ja helppo lukea. Meille oli tärkeää saada kysymyksistä selkeitä, jotta jokainen vastaaja varmasti ymmärtää mitä kysytään ja millaista vastausta haetaan. Saamiemme kommenttien pohjalta tehtiin pieniä muokkauksia kysymyksiin. Lauseilmaisujen on tärkeää onnistua hyvin kyselyssä, koska vastaajat eivät voi palata kyselyyn, emmekä me kysyä heiltä enää mitään tarkentavaa. (Hirsjärvi ym., 2007, s.197).

Kysely laitettiin julkiseen jakoon maanantaina 24.10.2022 ja kysely sulkeutui saman viikon sunnuntaina 30.10.2022. Kyselymme tavoitti kaiken kaikkiaan 14 vastaajaa. Saimme paljon hyviä ja mielenkiintoisia vastauksia, vaikkakin toivoimme tavoittamamme enemmän vastaajia.

Vastaajamäärä kyselyssämme oli hyvin pieni, suhteessa siihen kuinka paljon ihmisiä näissä foorumeissa oli, joihin kyselyä jaettiin. Jostain syystä kysely tavoitti tai innosti vain pientä osuutta heistä. Saatetextissä kerroimme kyselyn olevan lyhyt sekä laitoimme maininnan myös lahjakortti arvonnasta, jossa kaikkien vastanneiden kesken arvoimme s-ryhmän lahjakortteja viidelle vastaajalle. Tämäkään ei valitettavasti tuonut kyselyymme suurempaa vastaajamäärää.

Kyselyä oli mielestämme helppo ja mukava analysoida. Meidän vahvuutemme on prosenttien tulkitseminen. Google Forms teki osasta kysymyksistä

suorat diagrammit vastanneiden vastauksien kautta, joka myös helpotti meidän analysointiamme ja tuloksien auki kirjoittamista. Kyselyn kysymykset olivat selkeitä (LIITE 1). Koemme, että jokainen kyselyyn vastannut oli ymmärtänyt kysymyksen ja vastannut juuri siihen mitä olimme kyselyssä kysyneet.

### 6.1.1 Kyselylomakkeen saateteksti

Kyselyn saateteksti oli selkeä ja lyhyehkö. Kerroimme siinä, keitä me kyselyn teettäjät olemme ja mihin tarkoitukseen kyselyä toteutettiin. Mainitsimme myös kyselyn arvioidun vastaamisajan sekä lahjakortti arvontaan osallistumismahdollisuuden, joka pystyi halutessaan osallistumaan kirjoittamalla viimeiseen kyselyn kohtaan oman sähköpostiosoitteen.

### 6.1.2 Kyselylomakkeen jakaminen

Kyselylomaketta jaoimme useille eri Facebook sivulle, meidän omissa profiileissamme sekä tilaajamme SAMDY ry jakoi kyselyämme omalla Facebook sivullaan. Saimme kyselyyn valitettavasti melko vähän vastauksia suhteessa siihen, kuinka isolle joukolle kyselyä jaettiin. Laitoimme kyselyn loppuun myös vapaaehtoisen osallistumisen S-ryhmän lahjakortti arvontaan, mutta tämäkään ei innostanut vastaajia toivotulla tavalla. Kyselyn vastausaika oli noin arviolta noin 5-10min riippuen siitä, kuinka laajan vastauksen kirjoitti avoimiin kysymyksiin.

## 6.2 Haastattelu

Toteutimme haastattelun helmikuussa 2023. Haastattelimme äitiä, jolla on identtiset kaksoiset ja molemmilla on diagnosoitu autismi. Löysimme haastattelun kohdehenkilön helposti omien kontaktiemme avulla. Tämä helpotti ja nopeutti työtämme paljon, kun haastateltavan etsimiseen ei mennyt aikaa.

Haastateltavamme oli opinnäytetyömme aiheesta todella innoissaan ja tuli mielellään haastattelumme kertomaan heidän autismin ja struktuurin

väritymää arjesta. Hän piti aiheitamme hyvin tärkeänä ja haluaakin, että tietoisuus niin autismista kuin struktuurista yleisellä tasolla kasvaisi. Haastateltava kertoi myös, että hän ajattelee meidän onnistuneen haastattelukohteemme löytämisessä hyvin, sillä usein lapsilla saattaa olla pitkäkin viive autismin diagnoosiin, jos siihen tarvittavat kriteerit eivät täysin täyty. Hänen kaksostytönsä ovat kuitenkin saaneet diagnoosin jo noin kolmevuotiaana kriteerien täytyttyä. Autismi diagnoosin lisäksi meidän toiveissamme oli haastattelua ajatellen, että kohdehenkilönä olisi sellainen lapsi, jolla on useita yhteistyötahtoja kuten esimerkiksi koulu, päiväkotiki sekä erilaiset tuen tahot. Tätä ajatellen löysimmekin siis erinomaisen haastateltavan.

### 6.2.1 Haastattelun kohdehenkilöt

Haastattelumme kohdehenkilöt olivat tällä hetkellä viisivuotiaat kaksostytöt, joilla on diagnosoitu autismi. Haastattelumme kohdehenkilöitä ei tue kuvalliset ohjeet, koska heillä on taipumus repiä heille annettuja kuvallisia ohjeita, sekä kuvakommunikaatioita. Tämä aiheuttaa haastetta kuvallisten strukturoinnin keinojen käyttöön. Kuvat ovat kuitenkin osana heidän arkeansa päiväkodissa sekä henkilökohtasilla avustajilla on kaulassaan kuvanauhat, jossa on päivän päätapahtumia sekä ihmisiä, joiden kanssa päivän aikana omassa ryhmässä kohdataan. Puheterapeutin kanssa he tekevät tiiviistä yhteistyötä, joka tuo heille käytäntöön uusia kuvia ja kuva käytäntöjä koko ajan mukaan.

### 6.2.2 Haastattelun toteutus

Haastattelua suunnitellessa meille tuli nopeasti mieleen mahdollinen henkilö, joka olisi tähän tarkoitukseen sopiva. Lähdimme heti suunnittelun alussa kysymään häneltä olisiko tällaiseen haastatteluun kiinnostusta. Onneksemme hän oli alusta alkaen hyvin innostunut ja valmis osallistumaan haastatteluun ja auttamaan meitä prosessissamme ja sen etenemisessä. Haastateltavaksemme saatu henkilö oli työn kautta entuudestaan tuttu toiselle meistä. Onnistuimme löytämään meille sopivan haastateltavan siis melko nopeasti ja helposti.

Haastattelun ajankohdan löytäminen oli meille hieman haasteellista meidän omien opintojen, töiden, sekä harrastuksien yhteensovittamisen kanssa. Suoritimme haastattelun etukäteen mietittyjen kysymysten avulla. Meillä oli mietittynä paljon myös avoimia kysymyksiä, koska emme entuudestaan tiedeet juuri heidän käytäntöjensä struktuurin suhteen, jolloin olisimme voineet kysyä kysymyksiä tietyistä tavasta toimia tai tietyistä materiaalin käytöstä. Tällöin meidän oli haastattelun aikana vastauksien perusteella helpompi muokata kysymyksiä koskemaan nimenomaan juuri heidän arkeaan. Haastattelu tapahtui kasvokkain äänityksen avulla. Äänityksen avulla pystyimme litteroimaan haastattelun myöhemmin.

Koimme haastattelun onnistuneen hyvin. Olimme hyvin tyytyväisiä saamaamme haastateltavaan. Hän osasi kertoa hyvin ja laajasti heidän perheensä tilanteesta ja arjesta. Saimme paljon vastauksia myös ohi kysymysten, jonka koimme positiivisena ja haastattelua rikastavana asiana, jolloin haastattelu oli paljon laajempi kuin ajattelimme sen olevan.

Haastattelun kysymyksiä tekeminen ja etenkin niiden selkeäksi muotoilu tuntui meistä alussa hieman haastavalta. Päädyimmekin jättämään kysymyksiä osittain hieman avoimiksi. Kysymyksiä tehdessä oli koko ajan pidettävä mielessä se, että vaikka itse tiedämme paljon aiheesta niin emme tiedä mikä haastateltavamme tämänhetkinen tieto on. Hioimme kysymyksiä paljon, jotta saimme niistä varmasti selkeät ja helposti ymmärrettävät. Tämä helpotti meitä myös itse haastattelu tilanteessa, kun kysymykset olivat valmiiksi hyvin mietitty niin niitä tarvinnut haastattelutilanteessa avata enempää. Vastauksen jälkeen esitimme kuitenkin myös tarkentavia lisäkysymyksiä aina kun sellaisia heräsi ja etenkin avoimempien kysymysten kohdalla.

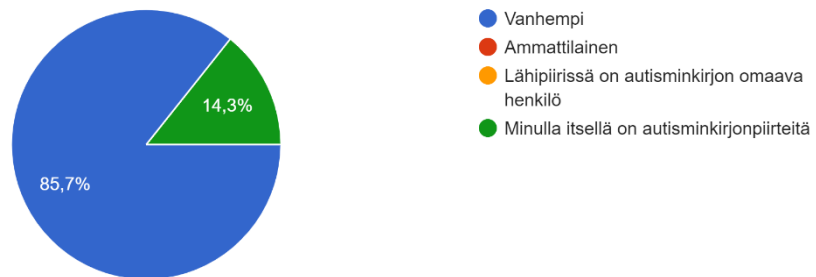
Olimme tietoisesti valinneet pelkästään kysymyksiä, jossa puhutaan struktuurista, koska struktuuri on meidän pääaiheemme tässä opinnäytetyössä, ja siitä halusimme saada hyvää ja luotettavaa materiaalia. Autismia ja autismin eri piirteitä tutkimme tutkittujen teorioiden kautta.

## 7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 7.1 Kyselyn tulokset

Kyselymme tavoitti vanhempia, joilla on autismikirjonpiirteitä omaava lapsi/lapsia sekä henkilöitä, joilla on itsellään autismikirjonpiirteitä. Vastajista 85,7 %, eli selvä enemmistö oli vanhempia ja 14,3 % kertoi heillä itsellään olevan autismikirjonpiirteitä. (Kuva 1.)

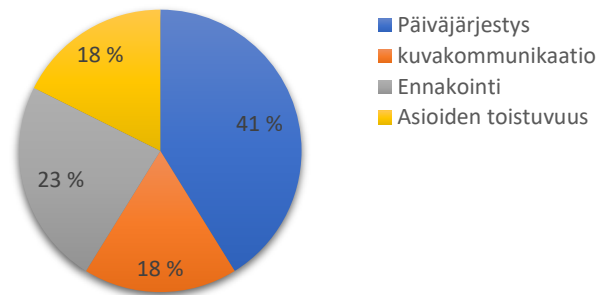
Oletko...?  
14 vastausta



Kuva 1. Kyselyyn vastaajat

Kyselyyn vastanneet kertoivat, että heillä on tällä hetkelläkin käytössä struktuureita, joista olemme teoriaosassakin kertoneet. Näitä olivat muun muassa päiväjärjestys, erilaiset kalenterit, kuvat, kuvapolut sekä aikaa erikseen jäsentämässä visuaalinen time timer -kello. Kyselyyn vastanneiden kesken tärkeimmäksi ja selvästi eniten käytössä olevaksi struktuuriksi nousi päiväjärjestys (Kuva 2). Yllä olevassa teoriaosassa on kerrottu näiden eri struktuurien käyttömahdollisuuksista.

Minkä olette kokeneet tärkeimmäksi struktuuriksi arjessanne? 14 vastausta



Kuva 2. Vastaajien arjessa tärkeimpiä struktuureja

Autismikirjonpiirteitä omaavan henkilön käyttäytymiseen liittyen kyselyyn vastanneet olivat yhtä vastaajaa lukuun ottamatta sitä mieltä, että struktuurin ja ennakkoinnin vaikutus arjessa on positiivinen. Näiden avulla muun muassa kohdehenkilön kiukkukohtaukset ovat huomattavasti vähentyneet. Lisäksi yleisemminkin erilaiset haastavatkin asiat ja tilanteet ovat arjessa keskimääräisesti helpompia ja sujuvampia, kun ne ovat ennakkoon tiedossa ja niitä on etukäteen käyty lävitse ja niistä keskusteltu.

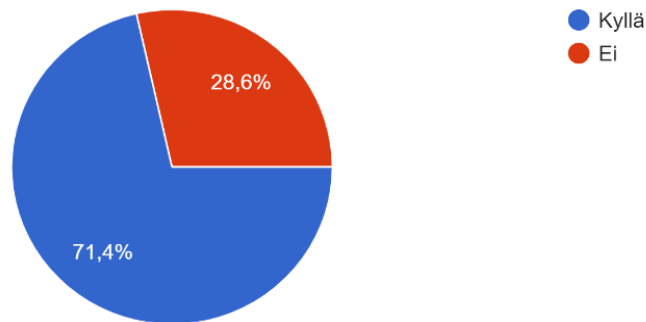
Vastaajista reilusti yli puolet kertovat saaneensa vertaistukea ja opastusta aiheen tiimoilta. (Kuva 3). Kyselystä selvisi, että vertaistukea sekä neuvoja on mahdollista saada ja on saatu useista eri paikoista. Tämä oli ehdottomasti positiivinen tieto, että väyliä saada apua ja tukea on useita. Tämä myös suurentaa mahdollisuuksia löytää omia tarpeita vastaavaa tukea sekä vertaisia. Kyselyyn vastaajat kertoivat saaneensa vertaistukea seuraavista paikoista:

- Aune-hanke
- Satakunnan SAMDY ry
- Puheterapia
- Toimintaterapia
- Sopeutumisvalmennuskurssi
- Nepsy-ohjaaja
- Sosiaalityön perhetyö
- Perhekeskus ja kuntoutus

- Lastensuojelu
- Neuvola
- Lastenpsykiatria
- Facebookin erilaiset vertaistukiryhmät

Oletteko saaneet vertaistukea/neuvoa/ keinoja? (struktuurin toteutukseen arjessa)

14 vastausta



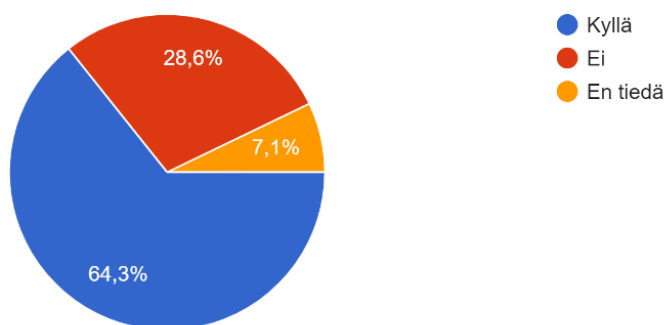
Kuva 3. Vertaistuen ja neuvojen saajat

Tiedustelimme kyselyssä myös kohdehenkilön iän mukaan päiväkodin/koulun/työpaikan roolia strukturoinnin huomioimisessa. Vastaukset tähän olivat monijakoisia. Kolmestatoista saamastamme vastauksesta kolme kertoi, että struktuurien tärkeyttä ei osata huomioida. Koulu- ja päiväkotiympäristöt ovat vastauksien mukaan kuitenkin pääsääntöisesti ainakin osittain strukturoituja, joka on itsessään helpottanut jonkin verran arkea. Molemmista ympäristöistä löytyi kuitenkin myös poikkeavia vastauksia ja etenkin struktuurien yksilöllistäminen ja niiden toteuttaminen on tuonut toisissa paikoissa haasteita. Yli puolet vastanneista kertoi myös vieneensä kotona toimivia struktuureja yllä mainittuihin toimintaympäristöihin (Kuva 4).



Onko kotona hyväksi todettuja struktuureja viety päiväkotiin/kouluun/työpaikalle?

14 vastausta



Kuva 4. Struktuurien vieni toimintaympäristöön

Ennen toimivan struktuurin löytymistä lähes kaikki vastaajat kertoivat haastaviksi tilanteiksi kaikenlaiset siirtymätilanteet. Haastaviksi tilanteiksi nostettiin myös ruokailut, peseytyminen ja erilaiset yksittäiset toiminnot. Vastaajat kertovat toimivien struktuurien löytyttyä niiden tuoneen arkeen rutiineja, ennakoitavuutta, selkeyttä ja sujuvuutta. Kaikkia arjen haasteita struktuurit eivät kuitenkaan ole kyselyyn vastanneilla poistanut, mutta merkittävää helpotusta ne ovat kuitenkin arkeen tuonut.

Kaikki kyselyyn vastanneet olivat opetellut itsenäisesti heidän arkeensa sopivia struktuureita. Lisäksi yli puolet olivat saaneet myös eri ammattilaisilta opastusta ja hyviä neuvoja. Yksi vastaajista kertoi itse olevansa 1970-luvulla syntynyt autismikirjolla oleva henkilö ja joutuneensa itse oppimaan ja oivaltaamaan kaiken. Nyt omien lasten kohdalla hän kertoo, että tilanne on toinen ja hän on saanut apua ja tukea monilta eri tahoilta. Tästä vastauksesta voimme huomata, että nykyään tietoisuus struktuurista on laajentunut huomattavasti ja sen merkitys ymmärretään paremmin. Lisäksi ammattilaiset osaavat etsiä ja löytää paremmin sopivia strukturoinnin keinoja arkeen.

Vastaajat kertovat etenkin yllättävien tilanteiden kuormittavan kohdehenkilöä ja näyttäytyvän arjessa monin eri tavoin. Tyypillisimmiksi ilmenemismuodoiksi vastaajat kertoivat jumituksen, raivo- tai kiukkukohtauksien sekä impulsiivisen

käytöksen. Nämä olivat myös asioita, joihin vastaajat toivovat eniten löytävänsä lisäkeinoja.

Kyselyssä nousi myös esille, että kohdehenkilöt löytävät usein ystäviä vertais-tukiryhmästä, ja samalla kokivat tämän erittäin merkitykselliseksi osana heidän arkeansa.

## 7.2 Haastattelun tulokset

Haastattelussa kävi ilmi samoja piirteitä, kuin meidän tutkimusprosessissamme on noussut esille. Struktuurin merkitys nousi arjessa todella tärkeäksi, ilman sitä haastattelun kohdehenkilöiden arki olisi äärimmäisen haastavaa. Heidän tämänhetkinen arkeensa koostuu lähes minuutti aikataulusta, jotta siitä on saatu toimiva. Tämän lisäksi asioiden aina samalla kaavalla toistuminen oli haastattelun kohdehenkilöille tärkeää. Tästä hyvänä esimerkkinä haastattelussa nousi esiin, että jos reitti päiväkotiin muuttuu tutusta ja turvallisesta eri kautta kiertävään reittiin, tämä aiheuttaa todella haastavan tilanteen ja mahdollisesti jopa raivokohtauksen.

Haastattelussamme esille nousseita tärkeitä asioita olivat struktuurin säännöllisyys sekä sen toistuvuus. Tähän liittyen tärkeiksi asioiksi haastateltavamme kertoi myös, että eri toimintojen on tärkeää tapahtua kohdehenkilön kaikissa toimintaympäristöissä mahdollisimman samanlaisena toteutuksena. Toimintaympäristöllä tarkoitetaan ympäristöjä, joissa kohdehenkilöt sekä heidän perheensä viettävät aikaansa eli tässä tapauksessa koti, päiväkotia ja muut heidän käyttämänsä ympäristöt.

Eri toimintaympäristöjen lisäksi on tärkeää, että perheessä ja lähipiirissä kaikki noudattavat samalla tavalla struktuureita. Tällöin niistä saadaan yhtenäisiä ja sitä kautta toimivampia. Tämän suhteen nousi esille, että jos strukturointi ei ole yhtenäistä niin se voi menettää tehonsa lähes täysin tai ainakin huomattavasti. Lisäksi se voi pahimmillaan kostautua toimintakyvyn hetkellisenä takapakkina kyseisissä asioissa. Esimerkkinä haastattelussamme käytettiin vessassa

käyntiä ja vaipan vaihtoa. Tämän pitää toteutua yhtenäisin toimintamallein ja hyvällä yhteistyöllä. Lisäksi kaikkien tulee toimia samassa järjestyksessä sekä samassa paikassa (vessassa), jolloin lapsi oppii esimerkiksi aina päiväunien jälkeen, että nyt mennään vessaan ja vaihdetaan vaippa. Tämänkaltaisten rutiinien avulla arki muovautuu niin ennakoitavaksi kuin mahdollista. Ennakoitavuus ja rutiinit tuovat tärkeän turvan ja turvallisuuden tunteen, joka jo itsessään tuo helpotusta arkeen.

Haastateltavamme oli saanut hyviä kokemuksia juuri siitä, kun toiminto tapahtuu joka toimintaympäristössä samalla tavalla. Tällöin saavutetaan helpommin tuloksia, eikä kohdehenkilöille tule eri arvoisuutta heidän kanssaan toimivien henkilöiden kesken. Jos kohdehenkilön kanssa toimivat henkilöt eivät toteuta sovittuja käytäntöjä struktuurin suhteen, se ei edistä kohdehenkilön kasvua ja oppimista vain päinvastoin saattaa aiheutua suurikin tapapakki opituissa asioissa.

Haastateltavamme kertoi heidän arjessaan tällä hetkellä haastavimmiksi asioiksi vaikeuden siirtyä toiminnasta toiseen, vaikka seuraavakin toiminta olisi kohdehenkilöille mieluisaa. Siirtymien lisäksi toiminnan lopettaminen tuottaa heidän arjessaan haastavia tilanteita. Haastavia tilanteita he yrittävät parhaansa mukaan estää ennakoimalla arjessaan kaikki mahdolliset tilanteet sekä toimia arjessa aina säännöllisen päivärytmin ja -järjestyksen mukaan. Tästä ei aina kuitenkaan toimi, jos kohdehenkilöt ovat hyvin kuormittuneita esimerkiksi päiväkotia päivän jälkeen.

Erilaisten toimintojen lisäksi heillä on haasteita erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Molempien kohdehenkilöiden on esimerkiksi vaikea ottaa toisia lapsia leikkiin mukaan, kun he ajattelevat toisten lasten rikkovan heidän leikkinsä ja rakennelmansa. Tämä johtuu vastavuoroisen kommunikoinnin puutteesta ja ymmärtämättömyydestä tilanteessa. Vuorovaikutuksen haasteet ovatkin autismikirjon henkilöille yleisiä.

Haastateltavamme kertoi myös, että päiväkodissa kohdehenkilöiden avustajilla on aina kaulanauha, joissa on kuvat päivän päätapahtumista kuten

esimerkiksi aamupala, ulkoilu, leikki sisällä, ruokailu, päiväunet ynnä muuta sellaista. Näiden avulla kohdehenkilöiden on helpompi jäsentää seuraavia tapahtumia. Lisäksi erilaisia toimia esimerkiksi vessassa käyntiä on kuvitettu vaihe vaiheelta, jota avustaja ja kohdehenkilö yhdessä käyvät läpi toiminnon ajan. Tämänkaltaista toimintojen kuvittamista ja palastelua voi käyttää hyvin monenlaisissa toiminnoissa ja kodin askareissa. Myöhemmällä iällä tällaisen kuvaohjeen avulla kohdehenkilö voi suoriutua toiminnoista jopa itsenäisesti.

Haastattelun luotettavuutta pidämme hyvänä, koska se perustui samoihin asioihin kuin meidän tutkimassamme teoriassakin. Haastattelussa olleelta henkilöltä nousi oleelliset teoriaosasta tutut struktuurien piirteet ja toimintatavat esille. Vastaukset kuitenkin edustavat vain yhden ihmisen ajatuksia, kokemuksia ja näkemyksiä.

### 7.3 Johtopäätökset

Opinnäytetyömme tarkoitus oli selvittää miten struktuuri saadaan osaksi arkea, millä tavoin strukturointi sitä helpottaa sekä mitä kaikkea ylipäättään voidaan strukturoida. Tutkimuksemme johtopäätöksinä voidaan todeta, että tärkeimpiä vaikuttavia tekijöitä toimivan struktuurin saamisessa osaksi arkea on sen yksilöllisyys, säännöllisyys, yhtenäisyys sekä toistojen suuri määrä. Arjessa voidaan strukturoida kaikkea mahdollista kohdehenkilön tarpeiden mukaan aina ajasta ja paikasta erilaisiin toimintoihin. Struktuurien tuoma arjen ennakoitavuus sekä apu toiminnanohjauksessa on puolestaan merkittävimpiä asioita, jotka ovat tutkimuksemme mukaan tuoneet helpotusta ja apua arkeen.

Ennen kuin struktuuri saadaan toimivaksi ja arkea tukevaksi, vaatii se paljon toistoja ja mahdollisesti useita käytännön kokeiluja ennen kuin löytyy yksilölle toimivat struktuurit. Tärkeitä asioita on myös niiden säännöllinen ja yhtenäinen käyttö kohdehenkilön kaikissa toimintaympäristöissä. Toiminta pitää olla hyvin pitkäjänteistä sekä sellaista, että struktuurin keinoja ei vaihdeta nopealla sykkillä, vaan pitää jaksaa toistaa ja odottaa tapahtuvaa muutosta eli tulosta.

Toimivien struktuurien merkitys autismikirjon piirteitä omaavan henkilön sekä hänen kanssaan läheisesti tekemisissä olevan henkilön arkeen on suuri. Struktuurit tuovat arkeen ennakoitavuutta ja säännöllisyyttä, jotka ovat autismikirjolla olevalle henkilölle erittäin tärkeitä asioita. Nämä asiat myös vähentävät kuormittavuutta heidän arjessaan, joka puolestaan vähentää haastavaa käytöstä ja mahdollistaa itsenäisempään toimintaan.

Jokainen neuropsykiatrisia piirteitä omaava henkilö on omanlaisensa, vaikka kuuluisi jonkin diagnoosin alle. Diagnoosin alle sisältyy paljon eri tasoisia ja eri tavoin eri asioihin reagoivia henkilöitä. Jokainen toimii täten myös samanlaisen strukturoinnin kanssa eri tavoin. Yksi tärkeä asia struktuureiden suunnittelussa onkin aina huomioida yksilöllisyys. Jokainen autismikirjolla oleva henkilö on yksilö ja vain huomioimalla nimenomaan kyseessä olevan henkilön piirteet ja tarpeet voidaan struktuureista saada tukea ja apua arkeen.

## 8 POHDINTA

Kirjallisuuteen tutustumisen jälkeen tutkijan tulisi pohtia siitä saatuja johtopäätöksiä ja tuloksia sekä lisäksi verrata näitä tutkimuksen muihin mahdollisiin tutkimustuloksiin. Esille on myös hyvä tuoda tutkimuksen niin vahvuudet kuin heikkoudetkin, sillä jokaisesta tutkimuksesta löytyy molempia. Lisäksi tutkijoiden tulee hallita kaikkien koottujen aineistojen ja tuloksien yhdistäminen teoriapohjaan, esittää jatkotutkimusehdotus sekä kertoa omakohtaisia kokemuksia. (Coughlan & Cronin 2017, 90.)

Tekemiemme kyselyn ja haastattelun tulokset tukevat vahvasti teoriaosuudessakin nostettuja struktuurista saatuja hyötyjä. Tuloksista selvinä nostoina voisi tehdä haastavan käytöksen, kiukkukohtauksien sekä arjen kuormittavuuden huomattavan vähenemisen. Yksittäisten haastavien tilanteiden väheneminen on keventänyt kokonaisuudessaan arjen taakkaa ja eri toiminnoista selviämistä huomattavasti etenkin kohdehenkilön kanssa aikaa viettävien

henkilöiden näkökulmasta. Tuloksien mukaan tässä on auttanut eri struktuurien avulla ennakkoon tiedossa olevat tapahtumat ja toimintajärjestykset.

Haastavia tilanteita tuloksien mukaan olivat kaikenlaiset siirtymät, ruokailut, peseytyminen ja erilaiset yksittäiset toiminnot. Näihin tilanteisiin vastaajat olivat kuitenkin tuloksien mukaan saanut huomattavaa avustusta eri struktuurien keinoin ja toimivan tavan tähän löydyttyä. Toimivien struktuurien löydyttyä vastaajat kertoivat arkeen tulleen rutiineja, ennakoitavuutta selkeyttä ja sujuvuutta. Näitä hyötyjä struktuureilla tavoitellaankin, joten oli hienoa kuulla tällaisia kokemuksia vastaajilta. Toimivien struktuureiden löytymisessä oli kuitenkin toisilla mennyt enemmän aikaa kuin toisilla ja sellaiset struktuurit mitkä toimivat toisilla, eivät toimineet kaikilla. Struktuureissa hyvin tärkeä asia onkin huomioida yksilöllisyys ja tämä nousi myös vastauksista esille yllä mainitulla tavalla.

Aivan kaikkia haasteita struktuurit eivät ole poistaneet, mutta merkittävästi kuitenkin keventänyt arjen kuormittavuutta. Niin kyselyn vastaajien kuin haasteltavamme arjessa struktuurin merkitys on siis suuri ja se koetaan erittäin tärkeäksi asiaksi arjen sujuvuuden ja kuormittavuuden kevenemisen kannalta.

Koimme opinnäytetyömme aiheen alusta asti meille hyvin tärkeäksi. Aiheemme nousi työssämme usein esille ja siitä aloimme mieltimään, että olisi siko siinä ainesta opinnäytetyömme aiheeksi. Aihe on moneltakin suunnalta ajateltuna tärkeä. Yksi näistä on kodin ja koulun tai päiväkodin välinen tiivis yhteistyö struktuurien osalta. Ammattilaiset voisivat tarvittaessa neuvoa autismikohdalla erilaisia struktuureita, joita vanhemmat voisi kokeilla kotona. Tai puolestaan jos kotona on löydetty hyviä toimivia käytäntöjä esimerkiksi siirtymätilanteisiin, olisi hyvä tuoda niitä vinkkejä myös ammattilaisille sinne ympäristöön missä kohdehenkilö viettää paljon aikaa päivästänsä.

Prosessimme alussa mietimme paljon sitä, että miten saisimme rajattua autismin ja struktuurin siten, ettei aihe ole liian laaja, muttei myöskään liian suppea. Aiheen rajaaminen olikin opinnäytetyö prosessin alussa meille hyvin haasteellista. Suunnitelman alussa teimme aiheesta käsittekartan ja tämä helpotti meitä huomattavasti selkeyttämään aiheemme rajausta. Rajaaminen oli kuitenkin

siinäkin mielessä haastavaa, että aiheestamme ei ole paljon suoraa tietoa, miten juuri autismi ja struktuuri toimii sekä missä ja miten niitä olisi hyvä käyttää. Lähdimme sillä ajatuksella, että ei auta kuin lähteä koittamaan onko aihe liian suppea vai onko siinä aivan liikaa erilaisia haaroja. Lopputulos kuitenkin miellyttää meitä ja koemme, että saimme juuri sen verran materiaalia kuin ajattelimme. (Coughlan & Cronin 2017, s.69.)

Meille sanottiin usein, että rajatkaa tarkasti ja miettikää aihettanne tarkasti, mikä on olennaista ja mikä ei. Tämä toi meidän mieleemme pienen epäröinnin, että onko aiheemme nyt varmasti hyvä ja sopivasti rajattu. Koemme, että meidän olisi ollut helpompi rajata aihetta, jos olisimme tienneet kuinka pitkä opinnäytetyöstä pitää tulla. Oikeaa ja riittävää sivumäärää ei tietenkään etukäteen pystytty meille kertomaan, mutta sivumäärämöröstä kun päästiin yli, niin kirjoitustyö lähti kyllä rullaamaan mukavasti eteenpäin.

Tilanne oli siinä mielessä meille uusi, että opintojen aikana suoritetuissa tehtävissä on aina ollut kerrottu tarvittava sivumäärä, kuinka paljon vaaditaan, että tehtävä menee edes tarkastukseen. Opinnäytetyössä sitä ei ole. Toiset tutkimukset ovat pienempiä kuin toiset. Se aiheutti meille tietynlaista erilaista paineen sietokykyä. Meidän piti vain luottaa siihen mitä me ajattelimme olevan riittävästi, ja mitkä asiat koimme tärkeiksi nostaa esille opinnäytetyössämme.

Kirjallisuuden lukemisen ja läpikäymisen aloitimme kesällä 2022. Koemme, että saimme näin aiheesta helpommin lähestyttävämmän, kun tutustuimme ensin rauhassa valmiina olevaan teorian tietoon. Kirjallisuuteen perehtymisen jälkeen mietimme pitkään, milloin olemme valmiita aloittamaan kirjoittamisen. Kirjoitusprosessin aloitimme pikkuhiljaa ensin tekemällä muistiinpanoja aiheittain omiin tiedostoihin. Kun tekstiä ja tiedostoja oli kertynyt useampiin tiedostoihin, tulimme siihen tulokseen, että tässä vaiheessa olisi selkeämpi siirtää kaikki tiedostot viralliseen opinnäytetyöpohjaan. Tämän jälkeen jäsentelimme aiheita ja teimme pientä karsintaa kirjoittamistamme kappaleista. Tiedostojen siirtäminen samaan tiedostoon toi meille selkeyttä ja samalla struktuuria opinnäytetyön etenemistä ajatellen. Samalla tekstistä tuli yhtenäisempää, kun pääsimme muokkaamaan molempien kirjoittajien tekstiä yhdessä.

Lukiessamme kirjoja ja tutkiessamme enemmän meidän aiheitamme huomasimme, että asiat ei ole niin yksi selitteisiä. Autismia on monitasoista, sitä tutkitaan monen osa-alueen kautta, jotta diagnoosin voi saada. Meillä onnistuimme hyvin kerralla valitsemaan haastateltavammekin niin, että heillä oli todettu autismi eikä vain autismikirjoa. Monella lapsella ja nuorella on autismin kirjo, eli piirteitä autismista, mutta ei täytä diagnoosin kriteereitä. Autismin monipiirteisyyttä emme ainakaan itse tiedostaneet. Lisäksi meille uutena asiana tuli, että suurimmaksi osaksi aina autismin rinnalla kulkee myös jokin toinen neurologinen piirre esimerkiksi ADHD.

Meidän oli etenkin prosessin alussa vaikea kirjoittaa meille tutusta aiheesta siten, että lukija saa siitä kiinni, vaikka ei tietäisi yhtään autismista tai struktuurista. Tämän kanssa väänsimme monet kerrat, että onko lauserakenne nyt selkeä ja helposti ymmärrettävä. Samalla tavalla kuin kyselyä tehdessä mietimme, että vastaaja ei pääse meiltä kysymään, että tarkoitetaanko tässä kysymyksessä nyt tätä. Kieliasun tulee olla siis läpi opinnäytetyön selkeää, yhtenäistä ja helposti ymmärrettävää.

Prosessiin asettamamme omat tavoitteet saavutimme hyvin, ja saimme kokoon juuri sellaisen kokonaisuuden minkä halusimme ja mitä lähdimme tavoittelemaan. Sivumäärästä ajattelimme aluksi, että 40 sivua olisi vähimmäismäärä ja siihen me juuri pääsimmekin. Tekstin tuottaminen tuotti meille hie-man haastetta niin oikean kielellisyyden sekä eri kappaleiden aikamuotojen kanssa.

Meidän tilanteemme lähteä työstämään opinnäytetyötämme vuonna 2022 keväällä, oli mielenkiintoinen ja aikataulullisesti hyvin haastava. Monta kertaa olemme vetäneet hetken happea ja jatkanut eteenpäin. Muutamia kertoja olimme olleet valmiita jopa luovuttamaan prosessin suhteen. Molemmat ovat kuitenkin toisiaan matkanvarrella tsempannut ja koko ajan olemme kuitenkin edenneet prosessissamme. Prosessi on ollut meille pitkä ja hyvin haastava. Työt ja tärkeät harrastukset ovat vieneet paljon aikaa, ja aikataulujen yhteensovittaminen on ollut toisinaan hyvin haastavaa. Loppupeleissä olemme



onnistuneet aikatauluttamisessa kuitenkin hyvin ja tästä todisteena on tämä prosessi, joka on nyt saatu onnistuneesti päätökseen.

### 8.1 Jatkotutkimus ehdotuksemme

Opinnäytetyöstämme saa hyvän pohjan siihen mitä struktuuri on ja miten sitä voi työssä tai arjessaan hyödyntää. Jatkotutkimusta ajatellen voisi kartoittaa struktuurin laajuutta, missä ja miten paljon sitä osataan käyttää. Kartoitus voisi tapahtua perheitä havainnoimalla tai sitten esimerkiksi jo strukturoidussa ympäristössä kuten päiväkodissa tai koulussa.

## LÄHTEET

Alho-Näveri, L., Ikonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Ruotsalainen, T., Salmi, K. & Sauna-Aho, O. (2011). Autismikäsikirja 1.0. Eteva kuntayhtymä.

<https://docplayer.fi/498559-Autismikasikirja-1-0-eteva-kuntayhtyma-2011.html>

Autismforum. (12.7.2012). Tydlighet och struktur. <https://www.autismforum.se/stod-och-insatser/viktiga-livsomraden/skola/tydlighet-och-struktur/>

Autismiliitto. (7.6.2022). Perustietoa autismista. <https://autismiliitto.fi/autismi/perustietoa-autismista/>

Timonen T., Castren M. & Ärölä-Dithapo M. (2019). Autismikirjo. PS Kustannus.

Autismiliitto. (12.12.2022). Autismin esiintyvyys. <https://autismiliitto.fi/autismi/perustietoa-autismista/>

Terveystalo. (25.3.2022) Autismikirjon häiriöt <https://www.terveystalo.com/fi/tietopaketti/autismi-ja-autismikirjon-hairiot/>

Coughlan, M., Cronin, P. & Ryan F. (2013). Doing a Literature Review in Nursing, Health and Social Care. CPI Group.

Huotari, A. & Tamski, E-L. (2010). Tammenterhon tarinoita: kirja valmennuksesta. Juvenes Print – Tampereen yliopistopaino Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2007). Tutki ja kirjoita. Otavan Kirjapaino Oy.

Terveyskirjasto. (2022). Autismikirjon häiriöt. [Autismikirjon häiriöt - Terveyskirjasto](#)

Ikonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Mäkelä, M., Nevalainen, M., Oksala, L., Ruusuvoori, S., Roponen, T., Salmi, K. & Suvanto, E. (2015). Autismikäsi-  
kirja 2.0. Eteva kuntayhtymä. <https://docplayer.fi/19541355-Autismikasikirja-2-0-eteva-kuntayhtyma-2015.html>

Karjalainen, M., Lindroos, S., Matero, M. & Simola T. 2020. Kasvatus- ja oh-  
jausalan käsikirja. Sanoma Pro Oy.

Kerola, K., Kujanpää, S & Timonen, T. (2009). Autismin kirjo ja kuntoutus. PS-  
Kustannus.

Kerola, K. & Sipilä, A-K. (2017). Haastava käyttäytyminen – muutoksen mah-  
dollisuuksia. Valteri-koulu.

Lehtisare, S. (2022). Toimiva arki visuaalisin keinoin. OSMO-  
hanke. [https://www.tampere.fi/sites/default/files/2022-05/Opas%20Toi-  
miva arki visuaalisin keinoin.pdf](https://www.tampere.fi/sites/default/files/2022-05/Opas%20Toimiva%20arki%20visuaalisin%20keinoin.pdf)

Martikainen, K. (2017). Yksilöity struktuuri toimii parhaiten. [https://tiko-  
nen.fi/aiheet/metodit/yksiloity-struktuuri-toimii-parhaiten/](https://tikonen.fi/aiheet/metodit/yksiloity-struktuuri-toimii-parhaiten/)

Nylander, L. (2010) Autismikirjo aikuisiällä – kysymyksiä ja vastauksia. Au-  
tismi- ja Aspergerliitto Ry.

Oksanen, J. & Sollasvaara, R. (2017-2019). Esteille hyvästit. Esteetön lapsuus  
neurokirjon lapselle ja nuorelle -hanke. Autismisäätiö.

Savikuja, T. & Puustjärvi, A. (2022). Nepsy opas. PS- kustannus.

The University of North Carolina TEACCH® Autism Program is. (n.d.). Haettu  
osoitteesta 3.5.2023. <https://teacch.com/about-us/>