

**LASTENSUOJELULAITOKSEEN SIIRTYVÄN AUTISMIKIRJON
HÄIRIÖTÄ SAIRASTAVAN LAPSEN SOPEUTUMISTA EDISTÄVÄT
TEKIJÄT**

Opas työntekijöille



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Forssa, hoitotyön koulutus

Syksy 2018

Tuuli Tervomaa ja Tiinu Varvikko

Hoitotyön koulutus
Forssa

Tekijät	Tuuli Tervomaa ja Tiinu Varvikko	Vuosi 2018
Työn nimi	Lastensuojelulaitokseen siirtyvän autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen sopeutumista edistävät tekijät	
Työn ohjaaja	Päivi Homan-Helenius	

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia opas lastensuojelulaitoksen työntekijöiden käyttöön. Opinnäytetyön tavoitteena oli edistää lastensuojelulaitokseen siirtyvien autismikirjon häiriötä sairastavien lasten sopeutumista uuteen ympäristöön. Tilaajana opinnäytetyössä toimi LapsiperhePalvelu Stark Oy, jonka toiveiden pohjalta opinnäytetyö suunniteltiin ja toteutettiin. Tavoitteena oli lisätä tilaajan työntekijöiden tietoja sekä taitoja autismikirjon lasten kanssa työskentelyyn ja näin edistää sekä helpottaa autismikirjon lasten sopeutumista.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä ja konkreettisenä tuotoksena syntyi kirjallinen opas tilaajan työyksiköön. Opinnäytetyön tietoperustassa pyrittiin huomioimaan tilaajan toiveet, toimintaympäristö sekä käytössä olevat resurssit, jotta oppaassa olevia esimerkkejä voidaan hyödyntää mahdollisimman hyvin tilaajan työyksikössä.

Keskeisiä asioita sopeutumista edistävissä tekijöissä olivat autismikirjon häiriötä sairastavien lasten erilaisten aistiyliherkkyyksien huomiointi, kommunikaation tukeminen, arjen hallinta, hyvän käytöksen tukeminen sekä haastavien tilanteiden ennakointi.

Tilaaja antoi opinnäytetyön raportista ja oppaasta hyvää palautetta. Heidän mukaansa erityisen hyvää oppaassa oli sen positiivinen ja ratkaisukeinen lähestymistapa. Tilaajan mukaan opasta tullaan jatkossa hyödyntämään ainakin uusien työntekijöiden perehdytyksessä.

Avainsanat Autismikirjon häiriö, lastensuojelu, sopeutuminen

Sivut 40 sivua, joista liitteitä 19 sivua

Degree Programme in Nursing
Forssa

Authors	Tuuli Tervomaa and Tiinu Varvikko	Year 2018
Subject	Factors Supporting the Children with Autism Spectrum Disorder to Adapt in Child Protection Care	
Supervisor	Päivi Homan-Helenius	

ABSTRACT

The purpose of this thesis was to provide a guidebook to the use of the employees of a child protection care. The objective of this thesis was to support children with autism spectrum disorder to adapt in a child protection care and its environment. The thesis was commissioned by the LapsiperhePalvelu Oy. The ideas and wishes represented by the commissioner served as a starting point when planning the thesis and its implementation. In addition, the aim of the project was to increase the knowledge of the employees about the children with autism spectrum disorder. Professional approach of the employees and their improved working skills in the area of autism spectrum disorder can help the children adapt in the child protection care.

This functional thesis resulted in a form of a guidebook addressed to the working units of the commissioner. The content was planned according to the commissioner's wishes considering the working environment and resources at hand. The guidebook consisted of several case studies being as useful as possible for the employees of the commissioner.

In additions, the issues of different sensory defensiveness, supporting communication and good behaviour, the control of everyday life and anticipating challenging situations with the children with autism spectrum disorder, were thoroughly discussed.

The commissioner gave good feedback for the report of the thesis and the guidebook. According to them, the excellence of the guidebook was based on positive and solution focused approach. According the commissioner, they will use the guidebook at least for induction for the new employees.

Keywords autism spectrum disorder, child protection care

Pages 40 pages including appendices 19 pages

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	2
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	2
4	OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA.....	3
4.1	Autismikirjon häiriö	3
4.2	Sopeutumista edistäviä tekijöitä.....	5
4.2.1	Rutiinit, rytmit, strukturointi ja visualisointi	5
4.2.2	Tilan hallinta ja ympäristö	7
4.2.3	Säännöt.....	8
4.2.4	Kommunikointi ja vuorovaikutus	8
4.2.5	Leikki ja liikunta	9
4.2.6	Positiivisuutta vahvistava ilmapiiri ja motivointi.....	10
4.2.7	Aistitoimintojen erilaisuuden huomiointi	11
4.3	Lastensuojelu.....	13
4.4	Hyvän kirjallisen oppaan sisältö ja muoto	14
5	POHDINTA.....	15
5.1	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	15
5.2	Opinnäytetyössä laadittu opas.....	16
5.3	Jatkotutkimusehdotukset.....	17
	LÄHTEET	18

Liitteet

Liite 1 Opas työntekijöille

1 JOHDANTO

Autismikirjon häiriöt ovat yleistyneet Suomessa. Kasvu voi johtua joko häiriöiden määrän todellisesta lisääntymisestä tai siitä, että häiriöiden tunnistaminen on parantunut. Autismista myös tiedetään yhä enemmän. (Reiman-Möttönen & Mäkelä 2014.) Autismikirjon häiriöiden esiintyvyys on noin 1–2 % väestöstä (Puustjärvi 2016). Hall-Landen, Hewitten, Mishran, Piescheren ja LaLiberten (2014) tutkimuksessa selvisi, että lapset, jotka sairastivat autismikirjon häiriötä, saivat todennäköisemmin lastensuojelupalveluita kuin lapset, joilla ei ollut autismikirjon häiriötä.

Tämän opinnäytetyön aiheena on lastensuojelulaitokseen siirtyvän autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen sopeutumista edistävät tekijät. Tilaajana opinnäytetyössä toimii LapsiperhePalvelu Stark Oy, jonka toiveet huomioon ottaen, aihe sekä toteutustapa suunniteltiin. Lopullinen aihe valikoitui tilaajan toiveen mukaan. Lisäksi autismikirjon häiriö aiheena kiinnostaa opinnäytetyön molempia tekijöitä.

Opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena opinnäytetyönä, jonka tarkoituksena on laatia tilaajan työntekijöille kirjallinen opas aiheesta. Opinnäytetyön tavoitteena on edistää sekä helpottaa autismikirjon lasten sopeutumista uuteen ympäristöön, tässä tilanteessa lastensuojelulaitokseen. Lisäksi tavoitteena on kehittää tilaajan työntekijöiden sekä uusien työntekijöiden osaamista autismikirjon lasten kanssa työskentelyyn ja lisätä keinoja, joiden avulla sopeutumista lastensuojelulaitokseen voidaan helpottaa. Opinnäytetyössä keskitytään autismikirjon häiriötä sairastaviin lapsiin, jotka siirtyvät lastensuojelulaitokseen.

Opinnäytetyön tilaaja on keskittynyt neuropsykiatrisiin häiriöihin ja siksi yksiköissä on autismikirjon häiriötä sairastavia lapsia. Autismikirjon häiriön omaavien lasten ydinoireisiin kuuluvat kapeat sosiaalisen vuorovaikutuksen taidot, poikkeavuudet viestinnässä sekä sopeutumisessa, tunne-elämän häiriöt kuten muun muassa syömis- ja unihäiriöt, käyttäytymisen häiriöt, ahdistuneisuus sekä aggressiivisuus. Nämä oireet vaikeuttavat huomattavasti lapsen selviytymistä suuremmissa lapsiryhmissä. Ne myös kuormittavat lapsen perhettä. (Koskentausta, Sauna-aho & Varkila-Saukkola 2013.)

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena opinnäytetyönä. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa luotettavaan lähteisiin sekä tutkittuun tietoon perustuva kirjallinen opas tilaajan työntekijöille. Opinnäytetyössä pyritään vastaamaan seuraaviin kysymyksiin:

1. Miten autismikirjon häiriö tulee ottaa huomioon lapsen siirtyessä lastensuojelulaitokseen?
2. Mitkä tekijät edistävät autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen kotiutumista lastensuojelulaitoksessa?
3. Minkälainen on hyvä kirjallinen opas?

Autismikirjon häiriötä sairastavalla lapsella on usein kaavamaisia ja rajoituneita käytöstapoja sekä tietynlaisia rutiineja ja rituaaleja (Huttunen 2018). Uusiin ja muuttuviin tilanteisiin sopeutuminen on vaikeaa tai ei onnistu ollenkaan (Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 46). Tämän vuoksi autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen siirtyessä lastensuojelulaitokseen, tulee sairaus ottaa huomioon ja löytää keinoja, jotka edistävät sopeutumista. Opinnäytetyön ja oppaan tavoitteena on kehittää tilaajan työntekijöiden sekä uusien työntekijöiden osaamista ja lisätä tietoa aiheesta. Näin pystytään helpottamaan autismikirjon häiriötä sairastavien lasten siirtymistä lastensuojelulaitokseen.

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyön eli lopputyön tavoitteena on osoittaa opiskelijan valmiuksia soveltaa opiskelun aikana hankittuja tietoja ja taitoja. Opinnäytetyö tehdään yhdessä työelämän kanssa, eli opinnäytetyö tehdään usein suoraan työelämään, tilaajalle. (Ammattikorkeakouluopinnot n.d.) Tämä opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena opinnäytetyönä. Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa ympäristössä käytännön toiminnan kehittämistä, ohjeistamista tai järjestämistä. Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena on aina konkreettinen tuote, kuten kirja, opas, messuosasto tai näyttely. (Pohjannoro & Taijala 2007; Lumme, Leinonen, Leino, Falenius & Sundqvist 2016.)

Toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä työprosessi kirjoitetaan vähitellen opinnäytetyöraportiksi. Toiminnallisen opinnäytetyön raportissa selviää mitä, miksi ja miten on opinnäytetyö tehty, millainen opinnäytetyön prosessi on ollut sekä millaisiin johtopäätöksiin ja tuloksiin päästään. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu myös tuotos eli produkti. Tuotos on tehty kohderyhmälle, eli tässä tapauksessa opas työelämään. Opinnäytetyö on persoonallisen sekä ammatillisen kasvun väline ja se kertoo ammatillisesta osaamisesta. (Vilka & Airaksinen 2018, 65.)

Toiminnallinen opinnäytetyö sisältää kaksi osaa: toiminnallisen osuuden eli produktin sekä opinnäytetyöraportin eli prosessin dokumentoinnin ja arvioinnin tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnallista opinnäytetyötä tehessä otteen tulisi olla tutkivaa ja kehittävää. Tämän tulisi näkyä lähestymistavan valinnan perusteluna, opinnäytetyöprosessissa tehtyjen valintojen ja ratkaisujen perusteluna sekä pohtivana, kriittisenä suhtautumisena omaan tekemiseen ja kirjoittamiseen. Työn tietoperustaa ja siitä tarkentuvaa viitekehystä ohjaa teoreettinen lähestymistapa. (Lumme ym. 2016.)

4 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

Tässä opinnäytetyössä tietoperustana toimii erilaiset Internet- sekä kirjallähteet, joita on hyödynnetty myös tilaajan työntekijöille suunnatussa oppaassa. Opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä ovat autismikirjon häiriö, lastensuojelu, sopeutumista edistävät tekijät sekä hyvän oppaan sisältö ja muoto. Nämä käsitteet valittiin, koska ne auttavat tuotetun oppaan rakentamisessa.

Tietoperustaan on etsitty myös erilaisia keinoja helpottaa autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen sopeutumista uuteen ympäristöön. Tietoperustana on pyritty käyttämään mahdollisimman luotettavia lähteitä ja ennen vuotta 2010 julkaistuja artikkeleita sekä kirjoja on pyritty välttämään. Aiheeseen liittyvien tutkimusten löytäminen oli haastavaa ja siksi tietoperusta perustuu pääosin erilaisiin artikkeleihin ja aiheesta laadittuihin teoksiin.

4.1 Autismikirjon häiriö

Autismikirjon häiriö on lapsuuden laaja-alainen kehityshäiriö (Huttunen 2018). Sille on ominaista lapsuudessa ilmenevät vajavuudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kommunikoinnissa, kaavamainen käyttäytyminen ja kiinnostuksen kohteiden rajoittuneisuus. Lisäksi esiintyy poikkeavuutta aistitiedon käsittelyssä sekä jäsentelyssä. (Reiman-Möttönen & Mäkelä 2014.) Autismikirjon häiriö on pysyvä ominaisuus, joka ilmenee ja vaikuttaa elämään yksilöllisesti. Autismikirjon syyt ovat pääosin tuntemattomia, mutta eri perintötekijöiden arvellaan lisäävään alttiutta sen kehittymiseen. (Huttunen 2018.) Autismikirjon häiriöiden esiintyvyys on noin 6–7/1 000 (Moilanen, Mattila, Loukusa & Kielinen 2012). Ne ovat 3–4 kertaa yleisempiä pojilla kuin tytöillä ja oireet ilmenevät jo ennen kolmen vuoden ikää. Oireet ja niiden voimakkuus vaihtelevat suuresti. Autismikirjon häiriöön ei ole olemassa parantavaa lääkitystä, mutta erilaisista kuntoutus- ja terapia menetelmistä saattaa olla suuri hyöty viestintäkyvyn ja sosiaalisten taitojen kehittymisessä. (Huttunen 2018.)

Diagnoosikriteerit on laadittu kansainvälisenä yhteistyönä ja kriteerien tulkintaa sekä yhdenmukaisuutta helpottamaan on luotu erilaisia apuvälineitä. Tyypillisen autismikirjon häiriön diagnosointi ei ole vaikeaa, mutta toisinaan taudinkuva saattaa olla monitulkintainen ja oikean diagnoosinimikkeen löytäminen voi olla hankalaa. Usein autismikirjioon liittyy myös muita häiriötä kuten esimerkiksi älyllinen kehitysvammaisuus, puheen ja oppimisen vaikeus, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö eli ADHD tai Touretten oireyhtymä. Masennusta ja ahdistuneisuutta saattaa myös esiintyä. (Reiman-Möttönen & Mäkelä 2014.) Osa autismikirjon lapsista on poikkeuksellisen lahjakkaita jollain tietyllä osa-alueella, kuten esimerkiksi musiikissa tai kuvataiteessa (Huttunen 2018).

Autismikirjon häiriötä sairastavan kognitiiviset kyvyt poikkeavat normaalisti kehittyvien kyvyistä esimerkiksi taipumuksena kiinnittää huomiota yksityiskohtiin ja vaikeutena muodostaa havainnoistaan kokonaisuuksia. Yksityiskohtien havainnointikyky on kuitenkin osittain tarkempi verrattuna normaalisti kehittyviin. Tämä voi tuottaa ongelmia kommunikaatiossa niiden kanssa, joiden havainnot eivät ole yhtä tarkkoja. Autismikirjon häiriötä sairastavan on lisäksi vaikea tulkita sekä ymmärtää muiden ihmisten eleistä ja ilmeistä heidän tunteita ja ajatuksia sekä uskomuksia, aikomuksia ja tuntemuksia. Tämä voi ilmetä katsekontaktin välttelemisenä sekä selvinä puutteina vuorovaikutuksen ei sanallisessa viestinnässä, kuten kasvojen ilmeissä, vartalon asennosta ja eleistä. Osa autistisista lapsista pystyy kuitenkin kuvittelu- ja matkimisleikkeihin sekä jakamaan iloa. (Huttunen 2018; Moilanen ym. 2012; Reiman-Möttönen & Mäkelä 2014.)

Autismikirjon lapsen puheen kehitys usein hidastuu tai hän ei opi puhumaan lainkaan. Puhe on kaavamaista sekä toistavaa ja keskustelujen aloittaminen on vaikeaa. Usein käytöstavat ja aistituntemukset ovat rajoittuneita sekä kaavamaisia. Valo, äänet ja kosketus tuntuu autismikirjon lapsesta usein epämukavalta. (Huttunen 2018.)

Autismikirjon häiriöt voidaan jaotella vaikeaan, keskivaikeaan tai lievään. Luokittelussa otetaan huomioon tuentarve sekä toimintakyky. Vaikeassa autismikirjon häiriössä oireet esiintyvät jo elämän ensimmäisien vuosien aikana. Vaikean asteen häiriölle on kuvaavaa lapsen reagoimattomuus puheeseen sekä omaan nimeen eikä lapsi ota katsekontaktia muihin ihmisiin etenkin lapsiin. Kiinnostus muita ihmisiä kohtaan on mitätön. Vaikean asteen häiriön omaava voi olla ihmisten sijaan kiinnostunut esimerkiksi esineistä. Maneerit ovat myös tyypillisiä vaikeasteiseen autismiin, eli joitakin ilmeitä, sormien heiluttelua sekä napsuttelua. Usein vaikean asteen häiriön mukana on lisäongelmia, kuten kehitysvammaa, -viivettä, erilaisia oireyhtymiä sekä epilepsiaa. (Parikka ym. 2017, 42.)

Keskivaikeassa autismikirjon häiriössä oireet ilmenevät usein leikki-iässä. Kontaktin luominen sekä kommunikointi ovat parempaa, kuin vaikeasteisessa, mutta häiriön oireet aiheuttavat ongelmia tuetussakin tilan-

teessa. Lievemmissä asteissa epäily usein herää vasta kouluikässä. Koulussa sosiaaliset tilanteet sekä erilaiset toimintatavat tulevat esille sekä niitä vaaditaan ja näin oireisiin pystytään kiinnittämään paremmin huomiota. (Parikka ym. 2017, 42.)

4.2 Sopeutumista edistäviä tekijöitä

Autismikirjon häiriötä sairastava lapsi tai nuori tarvitsee apua ympäristön jäsentämisessä ja jokapäiväisessä toimintaympäristössään. Keskeistä on ympäristön, aikataulujen ja sosiaalisten tilanteiden selkeyttäminen. Apuna voidaan käyttää kuvia, esineitä ja toistuvia rutiineja. (Moilanen ym. 2012.) Autismikirjon lapsen hermostoa kuormittavat helposti esimerkiksi meluisa ympäristö, vaihtuvat ja epäselvät tilanteet sekä sosiaalinen kanssakäyminen, jonka vuoksi lapsen stressitaso nousee. Myös positiiviset tapahtumat ja tilanteet kuten esimerkiksi matka tai syntymäpäivät nostavat stressitasoa. Stressitason nousu lisää haastavan käyttäytymisen ilmenemistä, joten stressitasoa kohottaviin tekijöihin kannattaa varautua ennalta. Paras tapa onkin huomioida lapsen autismikirjioon liittyvät erityistarpeet aistien, toiminnanohjauksen, kommunikaation sekä vuorovaikutuksen osalta. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a.)

4.2.1 Rutiinit, rytmit, strukturointi ja visualisointi

Yksi autismikirjon oireista on erityispiirteet, jotka liittyvät toistavaan käyttäytymiseen. Näitä ovat esimerkiksi muutosvastarinta, ritualisoituneet käyttäytymismallit ja kaavamaiset sekä toistuvat rutiinit ja niihin takertuminen. Rutiinit ja toimintamallit ovat pysyviä ja jäykkiä ja ne toistuvat samanlaisina päivästä toiseen. Ne luovat turvallisuutta ja rutiinien muuttuminen saattaakin laukaista ahdistuksen, suuttumiskohtauksen tai romahduttaa täysin toimintakyvyn. Uusiin ja muuttuviin tilanteisiin sopeutuminen on vaikeaa tai ei onnistu ollenkaan. Tavalliset arkiset toiminnot, kuten syöminen tai peseytyminen eivät välttämättä automatisoidu, vaan niihin tarvitaan jokapäiväistä ohjausta. (Parikka ym. 2017, 40, 41, 45, 46.) Autismikirjon lapsi hyötyy siitä, että hän tietää mitä tehdään, milloin, missä, kenen kanssa, kuinka kauan kestää ja mitä tämän jälkeen tapahtuu (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a).

Visualisia materiaaleja ovat esimerkiksi erilaiset kuvat ja kortit, joiden avulla voidaan ohjata lapsen toimintaa ja käyttäytymistä. Kuvien avulla voidaan helpottaa lapsen suoriutumista tehtävästä tai toiminnosta, kuten hampaiden pesusta. Tehtävä tulee jakaa kuvien avulla pieniin osiin ja edetä askel kerrallaan. Toimintaohjeet tulee sijoittaa paikalle, jossa toiminta tapahtuu esimerkiksi vessaan. Vain luovuus on rajana visuaalisten menetelmien käyttämisessä ja keksimisessä. Kuvia ja ohjeita on hyvä soveltaa itselle ja lapselle sopivaksi. Tärkeää on, että menetelmät ovat hauskoja ja kuvat tuottavat iloa sekä helpottavat arkea. Kuvia voi tulostaa, leikata leh-

distä, piirtää tai askarrella itse tai yhdessä lapsen kanssa. Itse ottamia valokuvia voi myös hyödyntää. Kuvat kannattaa laminoida, jotta ne kestävät paremmin. (Lehtisare n.d.)

Struktuuri eli jäsentely ja tarkka rakenne luovat turvallisuutta autismikirjon häiriöstä kärsivälle lapselle (Kerola & Sipilä 2017, 81). Autismikirjon häiriöstä kärsivän lapsen voi olla vaikeaa hahmottaa aikaa ja sen kulkua sekä tunnistaa kellonaikoja (Parikka ym. 2017, 169). Siksi onkin syytä rakentaa lapselle oma visuaalinen päiväjärjestys, jossa kaikki päivän tekemiset ovat nähtävillä. Päiväjärjestyksen tulee olla rakennettu selkeästi ja yksiselitteisesti kuvin tai kirjallisin ohjein. Lapsen tulee saada seurata ja mahdollisuuksien mukaan osallistua päiväjärjestyksen laatimiseen. Samalla selitetään sanallisesti kuvien tarkoitus. (Kerola & Sipilä 2017, 80; Parikka ym. 2017, 46.) Päiväjärjestyksestä tulee myös harjoitella yhdessä lapsen kanssa. Kuvallisesta päiväjärjestyksestä lapsi pystyy itse näkemään sekä ennakoimaan tapahtumia. Näin omatoimisuus usein lisääntyy ja lapsi saa onnistumisen kokemuksia. (Lehtisare n.d.) Muutokset päiväjärjestykseen tulee kerrata useaan otteeseen kuvin ja puhuen, sillä muutokset aiheuttavat usein stressiä, epävarmuutta tai pelkoa autismikirjon lapsille (Parikka ym. 2017, 46, 170). Ajan käyttöä ja muistia voivat auttaa erilaiset ohjaajan antamat äänimerkit kuten hälyttimet, munakellot ja matkapuhelimet. Myös esimerkiksi tiimalasia voidaan käyttää, jotta lapsi pystyy jäsentämään ajan kulumista. Visuaaliset merkkijärjestelmät toimivatkin usein paremmin kuin äänimerkit. (Parikka ym. 2017, 169.)

Vireystila tulee huomioida päivän toimissa. Jos lapsi on nukkunut yönsä tai mahdollisesti useamman yön huonosti, ei tältä voi odottaa parasta suoriutumista päivän askareista. Vireystila vaikuttaa päivän toimintoihin ja näin myös haastavaa käyttäytymistä ilmenee herkemmin. Vireystilaa tulee tarkkailla vuorokauden eri aikoina ja järjestää päiväohjelma sen mukaan. Vuorokausirytmiiä sekoittaa yhä vahvemmin tekniset laitteet kuten älypuhelin. Puhelimet ja muut laitteet saattavat usein olla mukana sängyssä, kun pitäisi nukkua. Sosiaalinen media sekä pelit aiheuttavat riippuvuutta ja niistä on vaikea irrottautua. Siksi myös nukkuminen jää vähemmälle. Teknisten laitteiden käytölle on laadittavat säännöt sekä sopimukset, kuinka paljon päivässä laitetta voi käyttää ja miten käyttöä rajataan. (Kerola & Sipilä 2017, 74, 75.) Visuaalisen kellon tai muiden visuaalisten ajastimien avulla voidaan rajoittaa esimerkiksi tv:n katselua tai peliaikaa. Ajasta on sovittu etukäteen ja lapsi näkee jatkuvasti, paljonko hänellä on aikaa jäljellä. Näin voidaan välttyä riidoilta, sillä lapsen on helpompi hyväksyä ajan loppuminen. (Lehtisare n.d.)

Autismikirjon henkilö välttää usein uusia tai ennakoimattomia sosiaalisia tilanteita. Näitä tilanteita voidaan helpottaa sosiaalisten tarinoiden avulla. Ne tekevät tilanteesta konkreettisemmän ja helpommin hahmotettavan. Sosiaaliset tarinat toimivat uusien tilanteiden käsittelyssä sekä vähentävät stressiä epäselvässä tilanteessa, kuten ruokailussa tai bussissa käyttäyty-

misessä. (Ikonen, Karjala, Kortelainen, Mäkelä, Nevalainen, Oksala, Ruusu-
vuori, Roponen, Salmi & Suvanto 2015.) Tavoitteena on tukea itsetuntoa,
kannustaa osaamiseen sekä selkeyttää sopivaa käytöstä ja painaa se mie-
leen (Kerola & Sipilä 2017, 94). Tarinat voi rakentaa piirretyillä tai tuloste-
tuilla kuvilla, paikasta tai tilanteesta otetuilla valokuvilla tai kirjoittamalla
tilanne vaihe vaiheelta. Sen avulla tulee nähdä miten ja milloin tilanne al-
kaa, miten se etenee ja milloin se päättyy. Näin tulevaan tilanteeseen tai
toimintaan valmistaudutaan ennalta. Myös tilanteessa tapahtuvat yllätyk-
set voidaan käsitellä piirtämällä. (Ikonen ym. 2015.) Sosiaalisissa tarinoissa
on tärkeää käyttää lyhyitä, ytimekkäitä lauseita, kuvia ja välttää ei-muotoa.
Lisäksi on tärkeää antaa palautetta onnistumisista sekä hyvistä yrityksistä.
(Kerola & Sipilä 2017, 95.)

4.2.2 Tilan hallinta ja ympäristö

On kaksi tapaa, joilla voidaan auttaa tilan sekä ympäristön hallintaa. En-
simmäisessä karsitaan tavaroiden määrää, hävitetään tarpeettomat tava-
rat. Minimalistinen sekä vähä-ärsykeinen sisustus selkeyttää ajatusta;
mitä oli tekemässä, mitä etsimässä ja mihin menossa. Tavarapaljous ai-
heuttaa usein haasteita, koska tarpeelliset tavarat eivät löydy paljouden
seasta ja näin sekoittaa ajattelua. (Parikka ym. 2017, 174.)

Toinen tapa on järjestelmällisyys sekä selkeys säilytyksessä. Vaikeutena voi
olla organisointikyky ja järjestyksestä huolehtiminen ja tähän saadaan
apua miettimällä jokaiselle tarvikkeelle ja välineelle oma paikka, joka myös
merkitään selkeästi esimerkiksi väreillä tai oman mallisillaan koreilla tai te-
lineillä. Vaatii harjoittelua, että jokainen tavara ja väline käytön jälkeen vä-
littömästi laitetaan omalle paikalle, mutta useasti toistattaessa, siitä syn-
tyy rutiini. (Parikka ym. 174, 175.) Jo pienet muutokset tilassa voivat ai-
heuttaa käyttäytymisen ja toiminnan ongelmia, koska tämän jälkeen toi-
mintaympäristö ei ole enää sama. Jokaiselle toiminnalle on tärkeää järjes-
tää oma paikka tai tilaa tulee pystyä muuntelemaan toiminnan mukaan.
Jokaisella tilalla tulee siis olla selkeä tehtävä, jota käytetään tehtävän mu-
kaisesti. Tarkoituksenmukaisuus, esteettisyys ja aistiyliherkkyydet tulee
myös ottaa huomioon. (Ikonen ym. 2015.)

Apuvälineinä arjen ja tilan hallinnassa voi käyttää kuvia, päivä- ja viikkojär-
jestyksillä sekä tarkistuslistoilla. Kuvat selkeyttävät esimerkiksi tavaroiden
säilytysjärjestelmiä sekä paikkoja. Samanlaisia apuvälineitä kannattaa
käyttää sekä kotona, että koulussa, jotta yhteneväinen linja pysyy. Arjen
hallintaa tukee myös kuvalliset ja selkeät päivä- ja viikkojärjestykset. On
tärkeää, että lapsi on itse mukana päiväjärjestyksen tekemisessä, joko itse
konkreettisesti tekemässä tai vieressä seuraamassa tekoa. Samalla päivä-
järjestystä tehtäessä voidaan selittää lapselle, mitä eri kuvat tarkoittavat.
Jos lapsi ymmärtää kellon, voi päiväjärjestyksen vierelle laittaa kellon ku-
van, jotta lapsi hahmottaa paremmin, milloin mitäkin tehdään. (Parikka
ym. 176; Kerola & Sipilä 2017, 80.) Tarkistuslistalla voidaan tarkoittaa esi-

merkiksi kouluun lähtiessä listaa tavaroista, joita koulussa tarvitsee ja ennen lähtöä tarkistaa listasta onko kaikki tarvittava mukana (Parikka ym. 176).

4.2.3 Säännöt

Selkeät säännöt ja toimintaohjeet vahvistavat turvallisuuden tunnetta. Niitä ei tule laatia aikuisten tarpeista käsin, vaan ajatellen lasten turvallisuutta ja hyvinvointia. Lapsilla on oltava tieto säännöistä, eli mitä saa tehdä ja mitä ei sekä, mikäli sääntöä rikkoo mitä siitä seuraa. Säännöt kirjataan usein kieltoina, mutta oikean toimintamallin oppiminen saattaa olla lapselle helpompaa, jos kiellot esitetäänkin toimintamalleina. Esimerkiksi ”Ei saa huutaa” voitaisiin esittää ohjeena ”Keskustele rauhallisesti”. (Parikka ym. 2017, 117, 118.) Näin saadaan myönteisempiä ja kestävämpiä tuloksia. Opeteltaviin asioihin liittyvät erilaiset rangaistukset ja kielteinen suhtautuminen johtavat usein negatiiviseen kierteeseen. (Eskonen & Kirjavainen n.d.)

On tärkeää, että aikuiset ovat myös sopineet yhteiset toimintatavat ja säännöt. Aikuisten täytyy pitää kiinni samoista säännöistä ja ohjata lasta samaan suuntaan, sillä varsinkin haastavasti käyttäytyvä lapsi hämmentyy vain entistä enemmän, jos aikuisten odotukset sekä toiminta vaihtelee suuresti. Tällaisessa tilanteessa lapsi ei myöskään uskalla luottaa aikuiseen ja joutuu turvattomuuden ja oman kiukkunsa pyörteeseen. Kaikkien lapsen elämässä olevien aikuisten tulee myös vaatia itsenäisyyttä ja antaa vastuuta samoissa arjen asioissa. Kommunikointi aikuisten kesken on siis eriarvoisen tärkeää. (Kerola & Sipilä 2017, 60.)

4.2.4 Kommunikointi ja vuorovaikutus

Autismikirjon lapsien kielenkäytön poikkeavuudet näkyvät varsinkin sosiaalisissa tilanteissa, puhutun kielen vähyytenä tai sen puuttumisena kokonaan. Lapsen on vaikea oppia ymmärtämään sanojen merkitystä sekä kielen käyttöä kommunikaation välineenä. (Saarinen, Kärnä, Besio-Laurens 2014, 14, 15.) Sosiaalista vuorovaikutusta vaikeuttaa myös vaikeus ymmärtää toisten tunteita sekä vaikeus ilmaista omia tunteita ja ottaa katsekontaktia. Myös äänenävyjen tulkitseminen on haastavaa. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a)

Kommunikointi autismikirjon häiriöisen lapsen kanssa poikkeakin joskus paljon totutusta ja sitä saattaa olla vaikea ymmärtää. Mikäli sanoja kommunikaation tueksi ei löydy, tulee lapselle antaa aikaa sekä kuunnella ja katsella tämän tapaa kommunikoida. Yhteyden voi myös löytää leikin avulla. Aikuisen velvollisuus on tarjota lapselle mahdollisuus tulla kuulluksi omalla ominaisella tavallaan. (Olli 2017.) Kykenemättömyys ilmaista itseään sekä kommunikoinnin toimimattomuus lisää lapsen haastavaa käyttäytymistä (Saarinen ym. 2014, 16). Työyksikössä on hyvä arvioida, kuinka

hyvin autismikirjon lapsen kommunikointi on huomioitu. Pystyykö lapsi käytössä olevilla kommunikointi keinoillaan esimerkiksi kertomaan, nimeämään, pyytämään, kysymään tai ilmaisemaan tahtoaan. (Ikonen ym. 2015.)

Kommunikointia on hyvä harjoitella lasta motivoivilla tavoilla, esimerkiksi ennen jälkiruuan antamista voidaan lasta pyytää näyttämään kuvaa jälkiruusta (Palomäki 2013). Usein kommunikaation tukena käytetäänkin puhetta tukevia tai korvaavia menetelmiä, kuten kirjoitettua kieltä, kuvia, minimaalista puhetta, viittomia tai piirtämistä. Varsinkin kuvat sekä esineet on todettu hyödyllisiksi apuvälineiksi. Menetelmät tulee valita yksilöllisesti ja niiden tulee vastata lapsen kommunikointikykyjä ja -tarpeita. (Saarinen ym. 2014.) Toimintataulut ja kommunikaatiokansiot ovat hyviä välineitä kommunikointiin. Kuitenkin ne vaativat hoitajalta sitoutumista, mallittamista sekä harjoittelua ja vaikka välineet voidaan hankkia valmiina, usein myös rakenteen ja sanaston yksilöllistämistä tarvitaan. (Ikonen ym. 2015.) Tuettu kirjoittaminen esiintyy joissain lähteissä yhtenä kommunikaation tukimuotona, mutta sitä ei voi pitää luotettavana puhetta tukevanan tai korvaavana kommunikointimenetelmänä (Suomen Puheterapeuttiliitto ry n.d.).

Palomäen (2013) pro gradu tutkimuksessa huomattiin, että päiväkotikäiset autismikirjon lapset tuottivat spontaania kommunikointia ja tekivät aloitteita useammalla eri keinoilla, yksilöllisellä tavallaan. Kaikki tutkimuksessa olevat lapset tekivät aloitteita pyytääkseen jotain ja osa lapsista kommentoi, jakoi tietoa sekä ilmaisi tunteitaan. Aikuisen läheisyyden sekä riittävän halun saada jotain huomattiin motivoivan lapsia aloitteen tekoon. Korkea motivaatio lisäsi kommunikaatioaloitteiden määrää. Kuitenkin lapsen tapa kommunikoida tulee tuntea, jotta aloitteet voidaan ymmärtää ja huomata.

4.2.5 Leikki ja liikunta

Lapsella, jolla on autismikirjon häiriö saattaa olla vaikeuksia oppia leikkimään. Leikki voi olla kaavamaista ja leikin sosiaalinen merkitys voi jäädä ymmärtämättä. (Alho-Näveri, Ikonen, Karjala, Kortelainen, Ruotsalainen, Salmi & Sauna-aho 2011.) Lapsella saattaa myös olla vaikeuksia hahmottaa esineiden käyttötarkoitusta pelien ja leikkien aikana. Lelut ja pelivälineet voivat olla autismikirjon lapsen silmissä kuulua kokonaan toiseen asiaan. (Crollick, Mancil & Stopka 2006.) Mielikuvitusleikkien leikkiminen voi olla vaikeaa, koska lapsi ei esimerkiksi pysty kuvittelemaan, että leikkilapio voi olla jotain muuta. Sama leikki voi toistua päivittäin samanlaisena, saman lelun kanssa. Lapsi voi myös asettaa esineitä jonoihin tai riveihin. Autismikirjon lapsi saattaa ohjata ja järjestellä muidenkin lasten leikkiä ja tekemisiä oman mielensä mukaan. Tästä saattaa syntyä erimielisyyksiä muiden lasten kanssa. Selkeä ja muuttumattomat säännöt sekä aikuisen antama tuki ja ohjaus leikkiin, helpottavat tilanteita. Muiden lasten kanssa leikki-

minen kuormittaa autismikirjon lasta, jonka vuoksi leikin jälkeen hän saattaa tarvita enemmän aikaa rauhoittumiseen ja yksiolemiseen. (Autismi ja Aspergerliitto n.d.b.)

Autismikirjon henkilöillä on usein motorisia vaikeuksia ja liikunnallisten uusien taitojen oppiminen on vaikeampaa ja vie enemmän aikaa. Lapsi saattaa olla kömpelö ja esimerkiksi pudota yllättäen tuoilta. Hän ei välttämättä tunnista voimiaan esimerkiksi halatessaan ja tasapainon säilyttäminen vaikeakulkuisemmassa maastossa on hankalaa. Liikkumista voi helpottaa esimerkiksi jarrusukilla tai pitopohjallisilla. (Schopp n.d.) Liikunta on toimiva kehon ja mielen aktivoija sekä tarvittaessa myös rauhoittaa. Joissain autismikirjoon erikoistuneissa yksiköissä lapsen päivä alkaa yksilöllisesti suunnitellulla liikuntahetkellä. Yksilöllisyys tulee kuitenkin huomioida ja jotkut saattavat tarvita liikuntahetken keskellä päivää ja toiset vasta päivän päätteeksi. Myös liikunta muoto valitaan yksilöllisesti ja se voi olla esimerkiksi trampoliinilla hyppimistä, uintia, luonnossa liikkumista tai pyöräilyä. (Kerola & Sipilä 2015, 99.) Onkin tärkeää löytää lapselle mieleinen liikuntamuoto ja eri lajien kokeileminen kannattaa. Autismikirjon lapsi hyötyy usein toimien jäsentämisestä myös liikunnassa. (Terveyskylä n.d.) Liikuntamuotoon ei tarvita erityisiä välineitä ja yleensä jo raitis ilma tuottaa iloa ja tarkkaavaisuutta, joka säilyy myös sisällä tapahtuvaan työskentelyyn (Kerola & Sipilä 2015, 99).

4.2.6 Positiivisuutta vahvistava ilmapiiri ja motivointi

Turvallisuuden tunne lisääntyy, kun lapsi tuntee, että hänet hyväksytään omana itsenään eikä ainoastaan suoritusten perusteella. Kannustava palaute annetaan jo pienistä edistymisistä sekä yrittämisistä ja se on aitoa, ei liioiteltua tai pakotettua. Siihen kuuluu myös epäonnistuneiden asioiden käsittely ja rakentavan palautteen antaminen niistä. Näin on luvallista ja mahdollista oppia myös virheitä. (Parikka ym. 2017, 150.) Hymyilevä, hyväksyvä katse ja ystävälliset sanat viestittävät hyvästä käyttäytymisestä ja se on paras palkinto (Kerola & Sipilä 2015, 104).

Palkitsemisessa on tärkeää muistaa suunnitelmallisuus, ennakoitavuus sekä oikea ajoitus, jotta lapsi ymmärtää syy-seuraussuhteen. Palkintona kannattaa käyttää lasta motivoivaa toimintaa tai asiaa ja se tulee valita yksilöllisesti. Esimerkiksi kynien järjestäminen, kahvilassa käyminen, pelien pelaaminen tai bussiaikataulujen katselua voidaan käyttää palkintona. Eri-laisten tarrojen ja merkintöjen lisääminen kalenteriin palkintona, joko päivittäin tai tapahtumakohtaisesti auttaa jäsentämään aikaa sekä ohjaa itsearviointiin. (Kerola & Sipilä 2015, 104, 105.) Esimerkiksi visuaalinen tarrataulu on hyvin motivoiva palkintojärjestelmä. Siinä lapsi saa toivotusta käyttäytymisestä tai tehtävästä tarran ja kun tarroja on kasassa ennalta sovittu määrä, palkitaan lapsi jollakin isommalla palkkiolla. Sopimukset tulisi tehdä visuaalisesti näyttäväksi ja asettaa näkyvälle paikalle. Tarratauluksi tulee valita lapsen itse valitsema tai lapselle mieluinen kuva. Tarran voi aluksi saada tarpeen mukaan hyvästä yrityksestä, jotta motivaatio

säilyy. Kun lapsi on edistynyt tarran saa ainoastaan onnistuneista suorituksista. Epäonnistuneista suorituksista ei saa rangaista poistamalla tarraa. (Lehtisare n.d.)

Autismikirjon henkilöt omaavat usein oman persoonallisen huumorinsa, minkä ymmärtäminen vaatii muilta erityistä paneutumista. Esimerkiksi yksittäiset sanat ja niiden toistelu, jonkin tietty liike tai esine saattaa naurattaa autismitilasta yhä uudelleen ja uudelleen. Toisia lapsia voi kuitenkin harmittaa esineiden piilottaminen tai sanojen ja tekstien muunteleminen, minkä taas autismitilasta lapsi kokee huvittavana. Autismikirjon lapsi voi myös avoimesti ja peittelemättä ilmaista vahingoniloa. Sosiaaliset tarinat, tilanteen näytteleminen, piirtäminen tai muu selkeyttävä keino voi auttaa lasta ymmärtämään, millaista harmia pilailu voi muille aiheuttaa ja millainen huumori voisi olla hauskeempaa ja soveliaampaa. Aikuisen tulee kuitenkin osoittaa ymmärryksensä autismitilasta lapsen huumorintajua kohtaan, koska se luo luottamuksellista ilmapiiriä. (Kerola & Sipilä 2015, 126.)

4.2.7 Aistitoimintojen erilaisuuden huomiointi

Autismikirjon häiriöön kuuluu usein poikkeavuutta aistitoiminnoissa ja aistitoimintojen yhdentymisessä. Poikkeavuus vaihtelee eri lapsilla eri aikoina, se voi esiintyä missä tahansa aistissa. Aistien toiminta on yliherkkää, jolloin lapsi reagoi pieneenkin ärsykkeeseen. Tai päinvastoin, että lapsi ei pysty aistimaan riittävästi ja maistelee ruokaa, haistelee ja tutkii ihmisiä ja tavaroita loputtomasti. Kipuaisti saattaa myös olla poikkeava. Vaikka lapsella olisi murtunut käsi tai iso haava, saattaa olla, että hän ei huomioi sitä ja jatkaa tekemisiään entiseen tapaan. (Kerola & Sipilä 2017, 76.) Aistitoimintoja voidaan harjoittaa yksilöllisesti suunniteltujen toimintojen sekä harjoitteiden avulla. Näin niiden tuomat ongelmat helpottavat sekä niistä voidaan selviytyä tarpeeksi hyvin, sosiaalisesti hyväksyttävillä tavoilla. Tärkeitä asioita harjoittelussa ovat asioiden nimeäminen, ennakointi ja totuttelu. (Ikonen ym. 2015.)

Autismikirjon häiriötä sairastava lapsi voi olla vahvasti herkistynyt joillekin ärsykeille. Liikennevalojen piippaus saattaa saada aikaan raivokohtauksen, jokin haju oksennusreaktion. (Kerola & Sipilä 2017, 78.) Aistit myös voivat helposti ylikuormittua, jolloin lapsi pyrkii vähentämään niiden vaikutusta sulkemalla osan aisteistaan pois. Tämä ilmenee rauhalliseen paikkaan vetäytymisellä tai rauhoittumalla omalla tyyppillisellä tavalla esimerkiksi hyppimällä, käsien räpyttelyllä, hypistelemällä jotakin tai heijaamalla. Näitä toimintoja ei tule rajata, ellei se ole välttämätöntä, sillä se on autismikirjon lapsen tapa säädellä aistikuormitusta. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a) Kun herkistyminen aisteille hankaloittaa arkielämää, kannattaa näihin kehitellä askelittain tapahtuvaa siedätystä. Säännöllisesti tapahtuva siedätys auttaa aistia vähitellen sietämään epämiellyttävää ärsykettä. (Kerola & Sipilä 2017, 78.)

Autismikirjon lapsi voi kuulla ääniä, joihin muut eivät kiinnitä huomiota. Tällaisia ääniä voi olla esimerkiksi ihmisen hengitys, tuulettimet, kirjan sivujen kääntäminen tai hiekkatiellä kävely. Nämä äänet voivat sattua korviin tai tuntua ahdistavalta ja autismikirjon lapsi saattaa reagoida tähän huutamalla, itkemällä, peittämällä korvansa tai juosta kauemmaksi äänestä. Korvatulppien, kuulosuojaimien tai nappikuulokkeiden käyttö sekä rauhallisen paikan valinta voi helpottaa keskittymistä. Ääniin totuttelemisen ja häiritsevien äänten tunnistaminen voi auttaa tilanteissa selviytymisessä. (Schopp n.d.) Toisaalta lapsi saattaa kuulla ääniä ainoastaan toisella korvalla tai olla kiinnittämättä huomiota tietynlaisiin ääniin. Autismikirjon lapsi saattaa nauttia meluisista paikoista ja väenpaljoudesta tai esimerkiksi tavaroiden paiskomisesta ja rikkoutumisesta aiheutuneista äänistä. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a)

Tietynlaiset kosketukset saattavat häiritä autismikirjon lasta, toisaalta he taas saattavat haluta tuntea paljon jotain toista kosketusta. Esimerkiksi hiusten hoitaminen tai suihku voivat tuntua epämiellyttäviltä ja erilaiset vaatteet voivat ärsyttää lasta. Vaatteista kannattaakin leikata pesuohjeet sekä muut laput pois ja vaatteita hankkiessa kannattaa välttää hankaavia hihansuita, kauluksia tai saumoja. Nukahtamis- tai nukkumisvaikeuksiin kannattaa kokeilla painavaa peittoa. Kivun huomiointi on tärkeää koska toiset autismikirjon lapset eivät tunne milloin ovat loukanneet itsensä ja milloin tarvitsevat apua ja toiset taas tuntevat vähäisen kosketuksen kipuna. (Schopp n.d.)

Autismikirjon lapsi saattaa välttää voimakkaita hajuja ja hajusteita ympäristössä tai kiinnittää niihin liikaa huomiota, jolloin hänelle saattaa tulla vaikeuksia keskittyä mihinkään muuhun. Toisaalta lapsi saattaa suosia epämiellyttäviä tai voimakkaita hajuja. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a; Schopp n.d.) Tiloissa, joissa toimiminen vaikeutuu hajun vuoksi kannattaa käyttää hajunsyöjiä kuten sprayta. Pyykinpesuaineet, saippuat, deodorantit sekä siivousaineet tulisi olla hajustamattomia. (Schopp n.d.)

Näköaistiin liittyvät herkkyyden vuoksi autismikirjon lapsi saattaa vältellä kirkkaita ja välkkyviä valoja. Värikäs ympäristö ja tavaranpaljous voi ahdistaa tai liikkuvat esineet ja asiat, kuten pallot voivat aiheuttaa pelkoa. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a) Lapset voivat nähdä asioita, joita muut ihmiset eivät huomaa tai pitävät joidenkin tiettyjen asioiden kuten pyörivien tuulettimien tai omien sormiensa katselusta. Jos näköärsykyttä tulee liikaa samanaikaisesti lapsi ei välttämättä erota asioita toisistaan eikä näe asiaa, joka tulisi nähdä. Mikäli kirkaat valot ärsyttävät lasta, on aurinkolasien käyttö suositeltavaa ympäri vuoden. Lukeminen voi olla vaikeaa kirjainpaljouden vuoksi ja lukemista voi helpottaa lukuikkunan avulla, jolloin lapsi näkee ainoastaan tietyn, rajatun alueen tekstistä. (Schopp n.d.)

Osa autismikirjon lapsista pitää tärkeänä ruuan väriä, hajua ja rakennetta. Toiset taas mieluummin joisivat kuin söisivät. Lapsi saattaa välttää voimak-

kaita, happamia tai vieraita makuja ja haluaisivat syödä joka aterialla samaa ruokaa. Jotkut taas etsivät voimakkaita aistimuksia mausteista ja tulisesta ruuasta. Autismikirjon lapset saattavat myös maistella ei syötäviä asioita kuten paperia tai leluja. (Autismi- ja Aspergerliitto n.d.a; Schopp n.d.) Ruokailu tilanteita voi helpottaa erottamalla eri ruokalajit selkeästi toisistaan ja totuttamalla lapsi vähitellen uusiin ruokiin niin, että mukana on aina myös jotain tuttua ja kertoa lapselle päivän ruokalistasta etukäteen (Schopp n.d.)

Edellä mainittuihin aistimuksiin on kehitetty ratkaisuja, jotka ovat säännölliset aistiharjoitukset. Yksi harjoitus on purkkiharjoitus. Erilaisia tuoksujia laitetaan esimerkiksi pumpuliin ja pumpuli laitetaan pieneen purkkiin. Samalla tavalla voidaan laittaa purkkeihin esimerkiksi herneitä, hiekkaa, helmiä ja vaikka hiekkapaperia. Kaikki laitetaan eri purkkeihin. Jokaiselle aistille kehitetään oma ärsyke. (Schopp n.d.)

4.3 Lastensuojelu

Yhteiskunnalliset asiat, muutokset ja päätökset vaikuttavat suoraan lasten elämään. Esimerkiksi alkoholipolitiikan toteuttaminen, liikenne ratkaisut tai vanhempien työssäkäyntiin liittyvät päätökset, joko tukevat lasten hyvän elämän mahdollisuuksia tai mahdollisesti vähentävät niitä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016.) Yhä useamman lapsen ja perheen elämäntilanne ja tulevaisuus riippuvat lastensuojelun laadusta sekä viranomaisten päätöksistä. Lastensuojelulla on kahdenlaisia tehtäviä. Perustehtävä on perhe- ja lapsikohtainen. Ensisijainen vastuu lapsen ja nuoren hyvinvoinnista on vanhemmilla, mutta lastensuojelu tukee vanhempia lasten kasvuksessa. (Ikonen 2013, 23.)

Yleisenä tehtävänä lastensuojelulla on toimia kunnan lasten hyvinvoinnin edistäjinä. Lapsen turvallisuuden, riittävän huolenpidon ja riittävän hoivan varmistaminen on lastensuojelun perustavoitteena niin kuin lasten huollosta ja tapaamisoikeudesta annettu laki säätelee (361/1983). Lapselle tulee turvata oikeanlainen kasvatus, hyvä hoito sekä kehitystasoon nähden riittävä valvonta ja huolenpito. Kasvuympäristön tulee olla turvallinen sekä virikkeellinen ja lapselle on pyrittävä antamaan lapsen taipumuksia sekä toivomuksia vastaava koulutus. Lapsen tulee saada ymmärrystä, turvallisuuden tunnetta sekä hellyyttä. Lapsi- ja perhekohtaiseen lastensuojeluun kuuluu lastensuojelutarpeen selvitys, avohuollon tukipalvelut ja asiakassuunnitelma. Lastensuojelua ovat lapsen huostaanotto, kiireellinen sijoitus, sijaishuolto sekä jälkihuolto. (Ikonen 2013, 23, 24.)

Sijoitetuilla lapsilla on usein neuropsykiatrisia ongelmia. Tämä saattaa johtua varhaisvaiheen kehityksen riittämättömään tukeen, negatiivisten elämäntilanteiden vaikutukseen tai geneettiseen alttiuteen. Sijoitukseen tai adoptioon johtaneet asiat liittyvätkin neuropsykiatriseen ongelmaan, sillä lapset, joilla on neuropsykiatrisia häiriöitä tarvitsevat muita enemmän joh-

donmukaista huolenpitoa ja tukea. Käytös saattaa olla stressaavaa ja lapsen oireet tuottavat surua ja huolta. Lapsi tarvitsee kotona muita enemmän ja pidempään aikuisen valvontaa, tukea ja ohjausta, joka voi lisätä perheessä riitaisuutta ja muiden kielteisiä tunteita. (Parikka ym. 2017, 16, 17.) Jokiranta-Olkoniemen (2016) tutkimuksessa huomattiin, että autismikirjon häiriötä sairastavien lasten vanhemmilla esiintyi kontrolliryhmään verrattuna enemmän skitsofreniakirjon häiriötä, affektihäiriötä, ahdistuneisuus- ja persoonallisuushäiriötä ja ei-psykoottisia häiriötä. Lisäksi äidin päihdehäiriöt olivat yleisimpiä kuin kontrolliryhmällä.

4.4 Hyvän kirjallisen oppaan sisältö ja muoto

Erilaiset ohjeet ja -oppaat ovat kirjallisia ohjausmateriaaleja. Niiden pituus voi vaihdella yhden sivun mittaisista ohjeista ja lehtisistä useampisivuisiin pieniin kirjasiin tai oppaisiin. (Kyngäs, Kääriäinen, Poskiparta, Johansson, Hirvonen & Renfors 2007, 124.) Tärkeää on, että ohje on kirjoitettu juuri sille kohderyhmälle, jolle ohjausta on tarkoitus antaa. Sanat ja ilmaukset tulee valita lukijan mukaan ja liian vaikeiden termien sekä termimäisten lyhenteiden käyttö voi johtaa väärinymmärrykseen. Hankalat ilmaukset tulee tarvittaessa selittää. Liian yksityiskohtaiset tiedot ahdistaa lukijaa ja se tulee huomioida ohjeen pituutta miettiessä. (Hyvärinen 2005; Kyngäs ym. 2007, 125.)

Kirjallisen ohjausmateriaalissa sekä sisällön, että kieliasun tulee olla sopivaa ja ymmärrettävää. Konkreettiset esimerkit ja kuvaukset helpottavat ymmärtämistä ja selkeyttävät käsiteltävää asiaa. (Kyngäs ym. 2007, 126.) Ymmärrettävyyteen vaikuttaa myös asioiden esittämisjärjestys ja jokaisessa tekstissä tulisi olla juoni, joka on tietoisesti rakennettu ja jota lukija pystyy seuraamaan. Asiat voidaan esittää esimerkiksi tärkeysjärjestyksessä, aikajärjestyksessä tai aihepiireittäin. Järjestystä valittaessa tulee miettiä mitä tekstillä halutaan saada aikaan tai missä tilanteessa sitä luetaan. (Hyvärinen 2005.) Tarkat, objektiiviset, mielenkiintoa herättävät sekä ymmärrettävät kuvat, kuviot, kaaviot sekä taulukot lisäävät ymmärrystä ja ohjeen sanomaa. Alleviivauksilla sekä muilla korostuskeinoilla voidaan painottaa tärkeitä asioita. (Kyngäs ym. 2007, 127.)

Otsikot selkeyttävät sekä keventävät ohjetta. Pääotsikon tulee kertoa mitä tämä ohje käsittelee. Väliotsikot auttavat hahmottamaan tekstin sisältöä ja niiden avulla on helppo etsiä haluamansa asiakokonaisuus. Väliotsikot voivat olla toteavia ja sisältää vain yhden sanan, tällaiset väliotsikot ovat toimivia ja selkeitä. Toteamuksella tai kysymyksellä otsikosta taas saa kertovamman. Väliotsikoita ei saa olla liikaa ja jokaisen väliotsikon jälkeen tulisi olla vähintään kaksi kappaletta. Mikäli alussa on luettelo väliotsikoista, tulee ne kaikki mainita. (Hyvärinen 2005.)

Kappaleeseen tulee valita yhteen kuuluvia asioita ja jokaiselle kappaleelle tulisi pystyä keksimään oma otsikko. Liian pitkiä kappaleita ei tule käyttää

eikä myöskään liian lyhyitä. (Hyvärinen 2005.) Kappaleen pääasiat tulisi sijoittaa ensimmäiseen virkkeeseen. Lukijan tulisi yhdellä silmäyksellä saada käsitys tekstin sisällöstä. (Kyngäs ym. 2007, 127.) Luetelmat ovat hyviä jaksoittajia ja niiden avulla pystyy pidemmät lauseet ja virkkeet jakamaan pienemmiksi. Kuitenkaan luetelmat eivät saa olla liian pitkiä. Virkkeet tulee rakentaa selkeiksi ja lauseet sekä virkkeet tulisi ymmärtää kertalukemalla. Päälauseessa kerrotaan pääasia ja sivulauseessa täydennettävä asia. Virkkeet eivät saa olla liian pitkiä. Lauseiden välissä kannattaa käyttää kytkentä ilmauksia kuten esimerkiksi mutta, vaikka, myös tai koska, sillä tekstistä tulee muuten helposti liian raskasta lukea. (Hyvärinen 2005.)

Hyvässä kirjallisessa ohjeessa tulee olla selkeästi luettava kirjasintyyppi sekä kirjasinkoko vähintään 12 (Kyngäs ym. 2007, 127). Viimeistelyvaiheessa tulee tarkistaa oikeinkirjoitus sekä välimerkkien oikea käyttö. Ennen tekstin julkaisemista olisi se hyvä antaa luettavaksi jollekulle ulkopuoliselle. Tekstin luettavuutta lisää huoliteltu teksti, miellyttävä ulkoasu, tekstin asianmukainen asettelu ja sivujen taitto. Nämä lisäävät tiedon jäsentelyä. (Hyvärinen 2005.)

5 POHDINTA

Tämä opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus tehtiin yhteistyössä tilaajan kanssa. Valmiin suunnitelman jälkeen alkoi luotettavien lähteiden etsiminen ja tietoperustan suunnittelu sekä aiheen rajaaminen. Opinnäytetyöraporttia kirjoitettiin jatkuvasti prosessin edetessä. Opasta sekä raporttia hiottiin ja viimeisteltiin ohjauksien sekä opinnäytetyöpajojen jälkeen, hoitotyön ja viestinnän opettajien sekä opponoiijilta saadun palautteen pohjalta. Työ esiteltiin lopuksi tilaajalle. Tilaajalta ja työntekijöiltä saadun palautteen pohjalta tarkasteltiin opinnäytetyön onnistumista.

5.1 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön tietolähteet tulee valita sen perusteella, mihin kysymyksiin halutaan saada vastaus. Tietolähteiden valinta onkin ratkaisevaa opinnäytetyön yleisen ja eettisen luotettavuuden varmistamiseksi. (Leino-Kilpi & Välimäki 2014, 361, 367, 371.)

Tässä opinnäytetyössä lähteinä pyrittiin välttämään ennen vuotta 2010 julkaistuja artikkeleita, raportteja ja tutkimuksia. Tiedonhaussa käytettiin seuraavia tietokantoja: Medic, Melinda, Google Scholar, Cinahl ja Pub Med. Lisäksi käytettiin eri kirjastojen sähköisiä aineistoja. Tietoa haettaessa käytettiin erilaisia hakusanoja ja niiden lyhenteitä, kuten autismi, autisismikirjo, autisismikirjon häiriö, lastensuojelu, lastensuojelulaitos, CPS, child protection service, ASD, autism ja autism spectrum disorder. Tieto-

lähteiksi etsittiin suomen- ja englanninkielisiä aineistoja. Tietolähteet valittiin ja rajattiin aiheen perusteella. Lähteiksi pyrittiin löytämään mahdollisimman luotettavia raportteja ja julkaisuja. Lisäksi lähteinä käytettiin erilaisia kirjoja, mutta oppikirjojen käyttöä vältettiin.

Aiheesta oli vaikeaa löytää ajankohtaista tietoa ja varsinkaan juuri lastensuojelulaitokseen siirtyvien autismitutkimuksen lasten sopeutumisesta ei löytynyt tilastoja tai tutkimuksia. Kouluympäristöön sopeutumista helpottavia käytäntöjä, ohjeita sekä kirjoja kuitenkin löydettiin hyvin ja näitä sovellettiin myös tuotoksessa. Kuitenkin työhön valittiin ainoastaan toimintamalleja ja tapoja, joita pystytään hyödyntämään tilaajan työyksikössä. Lisäksi pyrittiin huomioimaan toimintaympäristö sekä käytettävissä olevat resurssit, jotta oppaassa esitetyt konkreettiset esimerkit sekä tieto pystyttäisiin työyksikössä hyödyntämään mahdollisimman hyvin. Työssä käsiteltiin ainoastaan autismitutkimuksen häiriötä sairastavia lapsia, ei aikuisia. Myös kuntouttavaa toimintaa rajattiin aiheen ulkopuolelle, sillä tarkoitus oli keskittyä ainoastaan uuteen ympäristöön sopeutumiseen, joskin kuntoutumista voi tuki tapahtua samaan aikaan sopeutumisen kanssa.

Koska tutkimuksia autismitutkimuksen häiriötä sairastavien lasten siirtymistä lastensuojelulaitokseen löytyi vähän, jäi tutkimustieto työssä vähälle. Autismitutkimusta on tutkittu enemmän vuosituhannen alussa. Kuitenkaan nämä tutkimukset ja lähteet jäivät rajauksen ulkopuolelle, koska tieto ei välttämättä olisi ollut enää ajan kohtaista. Oppaasta ja raportista olisi voinut saada paremman ja tietoa olisi voinut tarkemmin vertailla, jos lähteitä olisi löytynyt enemmän. Autismitutkimuksen lapsista lastensuojelulaitoksessa ei ollut saatavilla tietoa, joten käytettyjä lähteitä sovellettiin toimivaksi lastensuojelulaitokseen.

5.2 Opinnäytetyössä laadittu opas

Opinnäytetyön konkreettisenä tuotoksena syntyi kirjallinen sekä sähköinen opas tilaajan työntekijöille. Opas laadittiin opinnäytetyön tietoperustan pohjalta, hyvän kirjallisen ohjeen kriteerejä noudattaen. Opasta laadittaessa huomioitiin, että se on suunnattu alan ammattilaisille. Kuitenkin kieliasu pyrittiin pitämään mahdollisimman selkeänä ja helppolukuisena. Oppaassa käytetty tieto rajattiin sellaiseksi, että tilaaja pystyy hyödyntämään sitä omassa toimintaympäristössään. Erilaisia esimerkkejä toimintatavoista ja hyvistä käytännöistä sisällytettiin tekstiin, jotta niiden pohjalta olisi helpompi ottaa erilaisia malleja ja apuvälineitä käytännön työhön.

Oppaassa käytettiin erilaisia kuvia värittämään ulkoasua, helpottamaan asioiden ymmärtämistä sekä antamaan esimerkkejä erilaisista visuaalisesti toteutettavista toimintamalleista, kuten viikkoaikataulusta sekä piirretyistä sosiaalisista tarinoista. Etevan kuntayhtymän kuvien käyttöön pyydettiin erikseen lupa. Muut oppaassa olevat kuvat olivat vapaasti käytettävissä. Oppaan loppuun kerättiin hyviä linkkejä ja lähteitä, jotta työntekijät

voisivat syventää edelleen tietojaan ja löytää lisää esimerkkejä toimintatavoista, jotka helpottavat autismikirjon lapsen kohtaamista ja sopeutumista uuteen ympäristöön sekä arkeen. Toimeksiantajalle jäävä opas tulostettiin värillisenä ja kansitettiin. Työ lähetettiin myös sähköisessä muodossa, mikäli työyksikössä tulee jatkossa tarvetta lisäkappaleille.

Opinnäytetyöstä tuli tavoitteiden mukainen ja se valmistui suunnitellussa aikataulussa. Olisi ollut tärkeää olla enemmän yhteydessä tilaajan kanssa, jotta oppaasta olisi tullut vielä enemmän tilaajan toiveiden mukainen ja siinä olisi pystytty huomioimaan paremmin käytettävissä olevat tilat sekä muuta resurssit. Myös uuden ympäristön sekä muiden lasten vaikutus autismikirjon lapseen olisi voitu huomioida tarkemmin, sillä ne tuulevat lapselle vastaan heti lastensuojelulaitokseen siirtymisen jälkeen. Myös lasten vanhemmat olisi voitu huomioida, mikäli he pystyvät olemaan lapsen kanssa tekemisissä. Kuitenkin opinnäytetyöhön on löydetty paljon hyviä asioita helpottamaan lasten arkea ja sopeutumista.

Tilaaja oli erittäin tyytyväinen toteutettuun työhön ja se oli toteutettu suunnitelmien mukaan. Opinnäytetyö oli tehty tilaajan mielestä positiiviseen ja ratkaisukeskeiseen sävyyn. Kirjallinen opas oli selkeä ja visuaalisesti miellyttävä. Opinnäytetyö toi monia eri lähteitä yhteen ja näin helpottaa tiedon jakamista työntekijöille. Opasta tullaan hyödyntämään työyksikössä uusien työntekijöiden perehdytyksessä sekä annetaan luettavaksi tämänhetkisille työntekijöille. Tilaaja pohti myös olisiko opasta mahdollista hyödyntää autismikirjon häiriötä sairastavien lasten vanhempien ohjauksessa.

5.3 Jatkotutkimusehdotukset

Tutkimustieto työssä jäi vähälle, koska uusia tutkimuksia autismikirjon häiriötä sairastavien lasten siirtymistä lastensuojelulaitokseen löytyi vähän. Autismikirjoa oli tutkittu enemmän vuosituhannen alussa. Kuitenkaan nämä tutkimukset ja lähteet jäivät rajauksen ulkopuolelle, koska tieto ei välttämättä olisi ollut enää ajankohtaista. Oppaasta ja raportista olisi voinut saada paremman ja tietoa olisi voinut tarkemmin vertailla, jos lähteitä olisi löytynyt enemmän. Autismikirjon häiriötä sairastavista lapsista lastensuojelulaitoksessa ei ollut saatavilla tietoa lainkaan, joten käytettyjä lähteitä sovellettiin toimivaksi lastensuojelulaitokseen.

Jatkossa olisi hyvä tutkia autismikirjon lasten määrää lastensuojelulaitoksissa sekä sitä mitkä tekijät mahdollisesti lisäävät määrää. Johtuuko määrä lasten haastavasta käytöksestä tai erityisen tuen tarpeesta vai esimerkiksi vanhempien sairauksista tai jaksamisesta. Tutkimusta voisi tehdä myös asioista, jotka helpottavat autismikirjon lapsen siirtymistä lastensuojelulaitokseen. Olisiko esimerkiksi mahdollista hyödyntää aikaisemmassa kodissa olleita esineitä tai aikatauluja, onko muiden lasten läsnäololla positiivista tai negatiivista vaikutusta ja miten henkilökunnan käyttäytyminen vaikuttaa lapseen.

LÄHTEET

- Alho-Näveri, L., Ikonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Ruotsalainen, T., Salmi, K. & Sauna-aho, O. (2011). *Autismikäsikirja 1.0*. Mäntsälä: Eteva kuntayhtymä. Haettu 26.9.2018 osoitteesta http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Oppaat%20ja%20julkaisut/Autismikasikirja_1.pdf
- Ammattikorkeakouluopinnot. (n.d.). Opinnäytetyö. Haettu 2.10.2018 osoitteesta https://www.ammattikorkeakouluopinnot.fi/Opinnaeytetyoe_d8082.html
- Autismi- ja Aspergerliitto (n.d.a). Autismikirjon lapsi kouluikässä. Haettu 24.9.2018 osoitteesta https://www.autismiliitto.fi/files/2750/Autismikirjon_lapsi_kouluia_ssa_1.painos_nettiin.pdf
- Autismi- ja Aspergerliitto (n.d.b). Autismikirjon lapsi päivähoitossa. Haettu 26.9.2018 https://www.autismiliitto.fi/files/2751/Autismikirjon_lapsi_päivähoitossa_1.painos_nettiin.pdf
- Crollick, J., Mancil, R. & Stopka, C. (2006). Physical Activity for Children With Autism Spectrum Disorder. *Teaching Elementary Physical Education* 3/2006, 30–34. Haettu 26.9.2018 osoitteesta <http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/5612.pdf>
- Duodecim. 1769–1773. Haettu 26.11.2017 osoitteesta <http://www.ebm-guidelines.com/xmedia/duo/duo95167.pdf>
- Eskonen, L. & Kirjavainen, J. (n.d.). Keinoja jumi -tilanteesta selviämiseen. Haettu 26.9.2018 osoitteesta https://www.tampere.fi/liitteet/k/6Kbel-URdO/Keinoja_jumitilanteisiin.pdf
- Hall-Lande, J., Hewitt, A., Mishra, S., Piescher, K. & LaLiberte, T. (2014). Involvement of Children With Autism Spectrum Disorder (ASD) in the Child Protection System. Haettu 12.12.2017 osoitteesta <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1088357614539834>
- Huttunen, M. (2018). *Tietoa potilaalle: Autismi ja autismikirjon häiriöt*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. Haettu 23.7.2018 osoitteesta http://www.terveysportti.fi.ezproxy.hamk.fi/dtk/ltk/avaa?p_artikkeli=dlk00355&p_haku=autismi
- Hyvärinen, R. (2005). *Millainen on toimiva potilasohje? Hyvä kieliasu varmistaa sanoman perillemenon*. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura
- Ikonen, L. (2013). *Salassa pidettävä*. Tampere: RADIUM-kirjat.

Ikonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Mäkelä, M., Nevalainen, M., Oksala, L., Ruusuvoori, S., Roponen, T., Salmi, K. & Suvanto, E. (2015). *Autismikirja 2.0*. Mäntsälä: Eteva kuntayhtymä. Haettu 18.9.2018 osoitteesta <http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Oppaat%20ja%20julkaisut/AUTISMIK%C3%84SIKIRJA%202.0.pdf>

Jokiranta-Olkoniemi, E. (2016). Autismikirjon häiriöiden yhteys epilepsiaan ja perheessä esiintyviin psykiatrisiin häiriöihin. Väestöön pohjautuva epidemiologinen tutkimus. Väitöskirja. Haettu 6.9.2018 osoitteesta <http://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/125409/Anna-lesC428.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Kerola, K. & Sipilä, A-K. (2017). Haastava käyttäytyminen -muutoksen mahdollisuuksia. Porvoo: Valtteri.

Koskentausta, T., Sauna-aho, O. & Varkila-Saukkola, L. (2013). Autististen lasten ja nuorten hoito ja kuntoutus. *Lääkärilehti* 8/2013, 587–592. Haettu 29.11.2017 osoitteesta <http://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsaus-artikkeli/autististen-lasten-ja-nuorten-hoito-ja-kuntoutus/>

Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T. (2007). *Ohjaaminen hoitotyössä*. Porvoo: WSOY.

Lehtisare, S. (n.d.). Toimiva arki visuaalisin keinoin. Opas visuaalisuuteen lasten ohjauksessa. Haettu 24.9.2018 osoitteesta https://www.tampere.fi/liitteet/t/6C7IulnOe/Toimiva_arki_visuaalisin_keinoin.pdf

Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. (2014). *Etiikka hoitotyössä*. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Lumme, R., Leinonen, R., Leino, M., Falenius, M. & Sundqvist, L. (2016). Monimuotoinen / toiminnallinen opinnäytetyö. Haettu 26.11.2017 osoitteesta <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintoj-sot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html>

Moilanen, I., Mattila, M-L., Loukusa, S. & Kielinen, M. (2012). *Autismikirjon häiriöt lapsilla ja nuorilla*. Helsinki: Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 1453–1462. Haettu 23.7.2018 osoitteesta <https://duodecim-lehti.fi/lehti/2012/14/duo10395>

Olli, J. (2017). Miten kuuntelen puhumatonta lasta? *Autismi-lehti* 1/2017. Haettu 24.7.2018 osoitteesta https://www.autismiliitto.fi/liitto/kirjon_kirvoittamaa/miten_kuuntelen_puhumatonta_lasta.2992.news?3049_o=10

Palomäki, E. (2013). *Spontaani kommunikointi ja autismi. Tapaustutkimus kolmen pojan aloitteesta päivähoidossa*. Pro gradu –tutkielma. Erityispedagogiikka. Jyväskylän yliopisto. Haettu 6.9.2018 osoitteesta <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/41778/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201306151981.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Parikka, J., Halonen-Malliarakis, N. & Puustjärvi, A. (2017). *Vaikeudesta voimaksi. Neuropsykiatriset häiriöt ja niiden huomioiminen koulussa*. 1. painos. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.

Pohjannoro, H. & Taijala, B. (2007). *Näkökulmia toiminnalliseen opinnäytetyöhön*. Opettajankoulutuksen kehittämishanke. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. Tampereen ammattikorkeakoulu. Haettu 9.11.2017 osoitteesta <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8232/Pohjannoro.Hannu.Taijala.Beata.pdf?sequence=2>

Puustjärvi, A. (2016). *Autismikirjon häiriöt ja Aspergerin oireyhtymä: tunnistaminen, tutkiminen ja taustatekijät*. Haettu 9.11.2017 osoitteesta <https://www.essote.fi/wp-content/uploads/sites/2/2016/11/autismikirjon-hairiot-ja-aspergerin-oireyhtyma.pdf>

Reiman-Möttönen, P. & Mäkelä, M. (2014). *Autismikirjon häiriöt: Diagnostiikka ja hoito Hoidon organisointi Potilaiden osallistuminen*. Arviointiseloste 2/2014. 2. korjattu versio. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Haettu 9.8.2018 osoitteesta http://www.thl.fi/attachments/meika/julkaisut/ohtanen/AS_2_2014_Autismi.pdf

Saarinen, A., Kärnä, E. & Besio-Laurens (2014). Teoksessa Laurinkari, J. (toim.) *Tuettu kirjoittaminen autistisen henkilön kommunikoinnin keinona*. Kouvola: Solver palvelut Oy.

Schopp, L. (n.d.). *Aistien kokeminen*. Haettu 24.9.2018 osoitteesta <https://www.tampere.fi/liitteet/n/5nmDdsiHG/AISTI.pdf>

Suomen Puheterapeuttiliitto ry (n.d.). Suomen Puheterapeuttiliitto ry:n kannanotto tuettuun kirjoittamiseen eli fasilitoituun kommunikointiin. Haettu 25.9.2018 osoitteesta <http://www.puheterapeuttiliitto.fi/binary/file/-/id/81/fid/1293/>

Terveystieteiden tutkimuskeskus (2016). *Lastensuojelun käsikirja. Mitä on lastensuojelu?* Haettu 9.11.2017 osoitteesta <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu>

Terveyskylä (n.d.). Liikunnan ja ravitsemuksen merkitys autismikirjon lapselle. Haettu 25.9.2018 osoitteesta <https://www.terveyskyla.fi/lasten-talo/tietoa-lasten-sairauksista/autismikirjon-h%C3%A4iri%C3%B6t/liikunnan-ja-ravitsemuksen-merkitys-autismikirjon-lapselle>

Vilka, H. & Airaksinen, T. (2003). *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Tammi.



Lastensuojelulaitokseen siirtyvän
autismikirjon häiriötä sairastavan
lapsen sopeutumista edistävät tekijät

Tuuli Tervomaa & Tiina Varvikko



SISÄLLYSLUETTELO

Alkusanat	1
Autismikirjon häiriö.....	2
Sopeutumista edistäviä tekijöitä	3
Rutiinit, rytmit, strukturointi ja visualisointi.....	4
Tilan hallinta ja ympäristö.....	7
Säännöt	8
Kommunikointi ja vuorovaikutus	9
Leikki ja liikunta	10
Positiivisuutta vahvistava ilmapiiri ja motivointi	11
Aistitoimintojen erilaisuuden huomiointi	12
Vinkkilinkit.....	14
Lähteet.....	15
Kuvien lähteet.....	17

ALKUSANAT

Autismikirjon häiriöt ovat yleistyneet Suomessa. Kasvu voi johtua joko häiriöiden määrään todellisesta lisääntymisestä tai siitä, että häiriöiden tunnistaminen on parantunut. Esiintyvyys on noin 1–2 % väestöstä. Hall-Landen, Hewitten, Mishran, Piescheren ja LaLiberten 2014 tekemässä tutkimuksessa selvisi, että autismikirjon häiriötä sairastavat lapset saivat todennäköisemmin lastensuojelupalveluita kuin lapset joilla autismikirjon häiriötä ei ollut.

Usein autismikirjon häiriötä sairastavalla lapsella on kaavamaisia ja rajoittuneita käytöstapoja sekä tietynlaisia rutiineja ja rituaaleja. Uusiin ja muuttuviin tilanteisiin sopeutuminen on vaikeaa tai ei onnistu ollenkaan. Tämän vuoksi autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen siirtyessä lastensuojelulaitokseen, tulee sairaus ottaa huomioon ja löytää keinoja, jotka edistävät sopeutumista.

Oppaan tarkoituksena on kehittää työntekijöiden osaamista autismikirjon häiriötä sairastavien lasten kanssa työskentelyyn ja lisätä keinoja, joilla lasten sopeutumista lastensuojelulaitokseen voidaan helpottaa.

Mukavia lueskeluhetkiä toivottavat Tiinu Varvikko ja Tuuli Tervomaa

Hamk Forssa

Hoitotyön koulutusohjelma

Syksy 2018



AUTISMIKIRJONHÄIRIÖ

Autismikirjon häiriö on lapsuuden laaja-alainen kehityshäiriö. Sille on ominaista lapsuudessa ilmenevät vajavuudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kommunikoinnissa, kaavamainen käyttäytyminen ja kiinnostuksen kohteiden rajoittuneisuus. Lisäksi esiintyy poikkeavuutta aistitiedon käsittelyssä sekä jäsentelyssä. Se on pysyvä ominaisuus, joka ilmenee ja vaikuttaa elämään yksilöllisesti.

Autismikirjon häiriötä sairastavan kognitiiviset kyvyt poikkeavat normaalisti kehittyvien kyvyistä esimerkiksi taipumuksena kiinnittää huomiota yksityiskohtiin ja vaikeutena muodostaa havainnoistaan kokonaisuuksia. Yksityiskohtien havainnointikyky on kuitenkin osittain tarkempi verrattuna normaalisti kehittyviin. Tämä voi tuottaa ongelmia kommunikaatiossa niiden kanssa, joiden havainnot eivät ole yhtä tarkkoja.

Autismikirjon häiriötä sairastavan on vaikea tulkita sekä ymmärtää muiden ihmisten eleistä ja ilmeistä heidän tunteita ja ajatuksia sekä uskomuksia, aikomuksia ja tunteita. Tämä voi ilmetä katsekontaktin välttelemisenä sekä selvinä puutteina vuorovaikutuksen ei sanallisessa viestinnässä, kuten kasvojen ilmeissä, vartalon asennossa ja eleissä.

Autismikirjon lapsen puheen kehitys usein hidastuu tai hän ei opi puhumaan lainkaan. Puhe on kaavamaista ja toistavaa ja keskustelujen aloittaminen on vaikeaa. Usein käytöstavat ja aistitunteukset ovat rajoittuneita ja kaavamaisia. Valot, äänet ja kosketus tuntuu autismikirjon häiriötä sairastavasta lapsesta usein epämukavalta.



SOPEUTUMISTA EDISTÄVIÄ TEKIJÖITÄ

Autismikirjon häiriötä sairastava lapsi tai nuori tarvitsee apua ympäristön jäsentämisessä ja jokapäiväisessä toimintaympäristössään. Keskeistä on ympäristön, aikataulujen ja sosiaalisten tilanteiden selkeyttäminen. Apuna voidaan käyttää kuvia, esineitä ja toistuvia rutiineja.

Autismikirjon lapsen hermostoa kuormittavat helposti esimerkiksi meluisa ympäristö, vaihtuvat ja epäselvät tilanteet sekä sosiaalinen kanssakäyminen, jonka vuoksi lapsen stressitaso nousee. Myös positiiviset tapahtumat ja tilanteet kuten esimerkiksi matka tai syntymäpäivät nostavat stressitasoa. Stressitason nousu lisää haastavan käyttäytymisen ilmenemistä, joten stressitasoa kohottaviin tekijöihin kannattaa varautua ennalta. Paras tapa onkin huomioida lapsen autismikirjoon liittyvät erityistarpeet aistien, toiminnanohjauksen, kommunikaation sekä vuorovaikutuksen osalta.



RUTIINIT, RYTMIT, STRUKTUROINTI JA VISUALISOINTI

Yksi autismikirjon oireista on erityispiirteet, jotka liittyvät toistavaan käyttäytymiseen. Näitä ovat esimerkiksi muutosvastarinta, ritualisoituneet käyttäytymismallit ja kaavamaiset sekä toistuvat rutiinit ja niihin takertuminen. Nämä luovat turvallisuutta ja rutiinien muuttuminen saattaa laukaista ahdistuksen, suuttumiskohtauksen tai romahduttaa täysin toimintakyvyn. Tavalliset arkiset toiminnot, kuten syöminen tai peseytyminen ei välttämättä automatisoidu, vaan niihin tarvitaan jokapäiväistä ohjausta. Autismikirjon lapsi hyötyy siitä, että hän tietää mitä tehdään, milloin, missä, kenen kanssa, kuinka kauan kestää ja mitä tämän jälkeen tapahtuu.

Visuaalisten materiaalien esimerkiksi kuvien ja korttien avulla voidaan ohjata lapsen toimintaa ja käyttäytymistä. Kuvien avulla voidaan helpottaa lapsen suoriutumista tehtävästä tai toiminnosta, kuten hampaiden pesusta tai wc:ssä käynnistä. Tehtävä tulee jakaa kuvien avulla pieniin osiin ja edetä askel kerrallaan. Toimintaohjeet tulee sijoittaa paikalle, jossa toiminta tapahtuu esimerkiksi vessaan. Vain luovuus on rajana visuaalisten menetelmien käyttämisessä ja keksimisessä. Kuvia ja ohjeita on hyvä soveltaa itselle ja lapselle sopivaksi. Tärkeää on, että menetelmät ovat hauskoja ja kuvat tuottavat iloa sekä helpottavat arkea. Kuvia voi tulostaa, leikata lehdistä, piirtää tai askarrella itse tai yhdessä lapsen kanssa. Itse ottamia valokuvia voi myös hyödyntää. Kuvat kannattaa laminoida, jotta ne kestävät paremmin.



Osoittaminen (Tampere n.d.).

Struktuuri eli jäsentely ja tarkka rakenne luovat turvallisuutta autismikirjon häiriöstä kärsivälle lapselle. Autismikirjon häiriöstä kärsivän lapsen voi olla vaikeaa hahmottaa aikaa ja sen kulkua sekä tunnistaa kellonaikoja. Siksi onkin syytä rakentaa lapselle oma visuaalinen päiväjärjestys, jossa kaikki päivän tekemiset ovat nähtävillä. Päiväjärjestyksen tulee olla rakennettu selkeästi ja yksiselitteisesti kuvin tai kirjallisin ohjein. Lapsen tulee saada seurata ja mahdollisuuksien mukaan osallistua päiväjärjestyksen laatimiseen. Samalla selitetään sanallisesti kuvien tarkoitus. Muutokset päiväjärjestykseen tulee kerrata useaan otteeseen kuvin ja puhuen, sillä muutokset aiheuttavat usein stressiä, epävarmuutta tai pelkoa autismikirjon lapsille.



Eeva Kurttajärvi (2015).



Eeva Kurttajärvi (2015).

Ajan käyttöä ja muistia voivat auttaa erilaiset ohjaajan antamat äänimerkit kuten hälyttimet, munakellot ja matkapuhelimet. Myös esimerkiksi tiimalasia voidaan käyttää, jotta lapsi pystyy jäsentämään ajan kulumista. Visuaaliset merkkijärjestelmät toimivatkin usein paremmin kuin äänimerkit.

Vireystila tulee huomioida päivän toimissa. Jos lapsi on nukkunut yönsä tai mahdollisesti useamman yön huonosti, ei tältä voi odottaa parasta suoriutumista päivän askareista. Vireystila

vaikuttaa päivän toimintoihin ja näin myös haastavaa käyttäytymistä ilmenee herkemmin. Vireystilaa tulee tarkkailla vuorokauden eri aikoina, ja järjestää päiväohjelma sen mukaan. Vuorokausiryhtiä sekoittaa yhä vahvemmin tekniset laitteet kuten älypuhelin. Puhelimet ja muut laitteet saattavat usein olla mukana sängyssä, kun pitäisi nukkua. Sosiaalinen media sekä pelit aiheuttavat riippuvuutta ja niistä on vaikea irrottautua, ja näin myös nukkuminen jää vähemmälle. Teknisten laitteiden käytölle on laadittavat säännöt sekä sopimukset, kuinka paljon päivässä laitetta voi käyttää ja miten käyttöä rajataan. Visuaalisen kellon tai muiden visuaalisten ajastimien avulla voidaan rajoittaa esimerkiksi tv:n katselua tai pelaikaa. Ajasta on sovittu etukäteen ja lapsi näkee jatkuvasti, paljonko hänellä on aikaa jäljellä. Näin voidaan välttyä riidoilta, sillä lapsen on helpompi hyväksyä ajan loppuminen.

Autismikirjon henkilö välttää usein uusia tai ennakoimattomia sosiaalisia tilanteita. Näitä tilanteita voidaan helpottaa sosiaalisten tarinoiden avulla. Ne tekevät tilanteesta konkreettisemmän ja helpommin hahmotettavan. Sosiaaliset tarinat toimivat uusien tilanteiden käsittelyssä sekä vähentävät stressiä epäselvissä tilanteissa, kuten ruokailussa tai bussissa käyttäytymisessä. Tavoitteena on tukea itsetuntoa, kannustaa osaamiseen sekä selkeyttää sopivaa käytöstä ja painaa se mieleen.

Tarinat voidaan rakentaa piirretyillä tai tulostetuilla kuvilla, paikasta tai tilanteista otetuilla valokuvilla tai kirjoittamalla tilanne vaihe vaiheelta. Sen avulla tulee nähdä miten ja milloin tilanne alkaa, miten se etenee ja milloin se päättyy. Myös tilanteessa tapahtuvat yllätykset voidaan käsitellä piirtämällä. Sosiaalisissa tarinoissa on tärkeää käyttää lyhyitä, ytimekkäitä lauseita, kuvia ja välttää ei-muotoa. Lisäksi on tärkeää antaa palautetta onnistumisista sekä hyvistä yrityksistä.



TILAN HALLINTA JA YMPÄRISTÖ

Tavat joilla voidaan auttaa tilan sekä ympäristön hallintaa.

1. Karsitaan tavaroiden määrää, hävitetään tarpeettomat tavarat. Minimalistinen sekä vähä-ärsykeinen sisustus selkeyttää ajatusta; mitä oli tekemässä, mitä etsimässä ja mihin menossa.
2. Järjestelmällisyys sekä selkeys järjestyksessä. Vaikeutena voi olla organisointikyky ja järjestyksestä huolehtiminen. Tähän saadaan apua miettimällä jokaiselle tarvikkeelle ja välineelle oma paikka, joka myös merkitään selkeästi esimerkiksi värein tai oman mallisilla koreilla tai telineillä. Vaatii harjoittelua, mutta useasti toistattaessa syntyy rutiini.
3. Pienikin toimintaympäristön muutos voi aiheuttaa käyttäytymisen ja toiminnan ongelmia. Jokaiselle toiminnalle on järjestettävä oma paikka tai tilaa tulee pystyä muuntelemaan toiminnan mukaan. Jokaisella tilalla tulee olla selkeä tehtävä, jota käytetään tehtävän mukaisesti.
4. Tarkoituksenmukaisuus, esteettisyys ja aistilyherkkyydet tulee myös huomioida.

Arjen ja tilan hallinnassa voidaan käyttää erilaisia apuvälineitä. Samanlaisia apuvälineitä suositellaan käytettäväksi niin kotona kuin koulussakin, jotta yhteneväinen linja pysyy.

1. Kuvat/sosiaaliset tarinat. Kuvat selkeyttävät esimerkiksi tavaroiden säilytysjärjestelmiä sekä paikkoja.
2. Päivä- ja viikkojärjestykset. Arjen hallintaa tukee myös kuvalliset ja selkeät päivä- ja viikkojärjestykset. On tärkeää, että lapsi on itse jotenkin mukana päiväjärjestyksen tekemisessä. Jos lapsi ymmärtää kellon, kannattaa se sijoittaa myös päivä- ja viikkojärjestykseen vierelle. Lapsi hahmottaa näin paremmin, milloin ja mitä tehdään.
3. Tarkistuslistat. Esimerkiksi kouluun lähtiessä listaa tavaroista, joita koulussa tarvitsee ja ennen kouluun lähtöä on tarkistettava listasta, onko kaikki tarvittavat mukana.

SÄÄNNÖT

Selkeät säännöt ja toimintaohjeet vahvistavat turvallisuuden tunnetta. Niitä ei voi laatia aikuisten tarpeista käsin, vaan ajatellen lasten turvallisuutta ja hyvinvointia. Lapsilla on oltava tieto säännöistä, eli mitä saa tehdä, mitä ei ja mitä siitä seuraa, jos sääntöä rikkoo.

Säännöt kirjataan usein kieltoina, mutta oikean toimintamallin oppiminen saattaa olla lapselle helpompaa, jos kiellot esitetäänkin toimintamalleina. Esimerkiksi "Ei saa huutaa" voidaan esittää ohjeena "Keskustele rauhallisesti". Näin saadaan myönteisempiä ja kestävämpiä tuloksia.

Tärkeää on, että aikuisilla on yhtenäiset toimintatavat ja säännöt. Aikuisten tulee pitää kiinni samoista säännöistä ja ohjata lasta samaan suuntaan. Varsinkin haastavasti käyttäytyvä lapsi hämmentyy vain entistä enemmän, jos aikuisten odotukset ja toiminta vaihtelee suuresti.

Kaikkien lapsen elämässä olevien aikuisten tulee myös vaatia itsenäisyyttä ja antaa vastuuta lapselle samoissa arjen asioissa.

OHJAAJIEN VÄLINEN KOMMUNIKOINTI ERITYISEN TÄRKEÄÄ!



KOMMUNIKOINTI JA VUOROVAIKUTUS

Autismikirjon häiriötä sairastavan lapsen on vaikea oppia ymmärtämään sanojen merkitystä sekä kielen käyttöä kommunikaation välineenä. Vuorovaikutusta vaikeuttaa myös vaikeus ymmärtää toisten tunteita sekä vaikeus ilmaista omia tunteita, ja ottaa katsekontaktia.

Kommunikointi autismikirjon häiriöisen lapsen kanssa poikkeaa joskus paljon totutusta ja sitä saattaa olla vaikea ymmärtää. Mikäli sanoja kommunikaatio tueksi ei löydy, tulee lapselle antaa aikaa sekä tulee kuunnella ja katsella tämän tapaa kommunikoida. Yhteyden voi myös löytää leikin avulla.

Aikuisen velvollisuus on tarjota lapselle mahdollisuus tulla kuulluksi omalla ominaisella tavallaan. Kykenemättömyys ilmaista itseään sekä kommunikoinnin toimimattomuus lisää lapsen haastavaa käyttäytymistä. Työyksikössä on hyvä arvioida, kuinka hyvin lapsen kommunikointi on huomioitu. Pystyykö lapsi käytössä olevilla kommunikointi keinoillaan esimerkiksi kertomaan, nimeämään, pyytämään, kysymään tai ilmaisemaan tahtoaan.

Kommunikointia on hyvä harjoitella lasta motivoivilla tavoilla, esimerkiksi ennen jälkiruuan antamista voidaan lastan pyytää näyttämään kuvaa jälkiruusta. Usein kommunikaation tukena käytetään puhetta tukevia tai korvaavia menetelmiä, kuten kirjoitettua kieltä, kuvia, minimaalista puhetta, viittomia tai piirtämistä. Menetelmät tulee valita yksilöllisesti ja niiden tulee vastata lapsen kommunikointikykyä ja tarpeita.

Toimintataulut ja kommunikaatiokansiot ovat hyviä välineitä kommunikointiin. Ne vaativat myös ohjaajaa sitoutumista, mallittamista sekä harjoittelua.



Etava Kurta/Itäyhtiö (2015).

LEIKKI JA LIIKUNTA

Lapsella, jolla on autismikirjon häiriö saattaa olla vaikeuksia oppia leikkimään. Leikki voi olla kaavamaisista ja leikin sosiaalinen merkitys voi jäädä ymmärtämättä. Lapsella saattaa olla vaikeuksia myös hahmottaa esineiden käyttötarkoitusta pelien ja leikkien aikana.

Mielikuvitus leikkien leikkiminen voi olla vaikeaa, koska lapsi ei esimerkiksi pysty kuvittelemaan, että leikki lapio voi olla jotain muuta. Sama leikki voi toistua päivästä toiseen saman lelyn kanssa. Autismikirjon lapsi saattaa ohjata ja järjestellä muidenkin lasten leikkiä ja tekemistä oman mielensä mukaan. Tästä saattaa syntyä erimielisyyksiä muiden lasten kanssa.

Selkeä ja muuttumattomat säännöt sekä aikuisten antama tuki ja ohjaus leikkiin helpottavat tilanteita. Muiden lasten kanssa leikkiminen kuormittaa autismikirjon lasta, jonka vuoksi leikin jälkeen hän saattaa tarvita enemmän aikaa rauhoittumiseen ja yksinolemiseen.

Autismikirjon henkilöllä on usein motorisia vaikeuksia ja liikunnallisten taitojen oppiminen on vaikeampaa ja vie enemmän aikaa. Liikkumista voi helpottaa esimerkiksi jarrusukilla tai pitopohjallisilla. Liikunta on toimiva kehon ja mielen aktivoija sekä se myös rauhoittaa. Lapsen päivän voikin aloittaa yksilöllisesti suunnitellulla liikuntahetkellä. Yksilöllisyys tulee kuitenkin huomioida, sillä jotkut saattavat tarvita liikuntahetken keskellä päivää, toiset vasta päivän päätteeksi. Liikuntamuoto valitaan myös yksilöllisesti. Se voi olla trampoliinilla hyppimistä, uintia, luonnossa liikkumista, pyöräilyä tai vaikka vain kävelyä. On tärkeää löytää lapselle mieleinen liikuntamuoto ja eri lajien kokeileminen kannattaa.



POSITIIVISUUTTA VAHVISTAVA ILMAPIIRI JA MOTIVOINTI

Turvallisuuden tunne lisääntyy, kun lapsi tuntee, että hänet hyväksytään omana itsenään eikä ainoastaan suoritusten perusteella. Kannustava palaute tulee antaa jo pienistä edistymisistä sekä yrittämisistä, ja se on aitoa, ei liioiteltua tai pakotettua. Siihen kuuluu myös epäonnistuneiden asioiden käsittely ja rakentavan palautteen antaminen niistä. Hymyilevä, hyväksyvä katse ja ystävälliset sanat viestittävät hyvästä käyttäytymisestä ja se on paras palkinto.

Palkitsemisessa on tärkeää muistaa suunnitelmallisuus, ennakoitavuus sekä oikea ajoitus, jotta lapsi ymmärtää syy-seuraussuhteen. Palkintona kannattaa käyttää lasta motivoivaa toimintaa tai asiaa ja se tulee myös valita yksilöllisesti. Esimerkiksi kahvilassa käymistä, pelien pelaamista tai bussiaikataulujen katselua voidaan käyttää palkintona. Erilaisten tarrojen ja merkintöjen lisääminen kalenteriin palkintona, joko päivittäin tai tapahtumakohtaisesti auttaa jäsentämään aikaa sekä ohjaa itsearviointiin. Esimerkiksi visuaalinen tarrataulu on hyvin motivoiva palkintojärjestelmä. Siinä lapsi saa toivotusta käyttäytymisestä tai tehtävästä tarran ja kun tarroja on kasassa ennalta sovittu määrä, palkitaan lapsi jollakin isommalla palkkiolla. Epäonnistuneista suorituksista ei saa rangaista poistamalla tarraa.



Osoittaminen (Tampere n.d.).

AISTITOIMINTOJEN ERILAISUUDEN HUOMIOINTI

Autismikirjon häiriöön kuuluu poikkeavuutta aistitoiminnoissa ja aistitoimintojen yhdentymisessä. Poikkeavuus vaihtelee eri lapsilla eri aikoina, se voi esiintyä missä tahansa aistissa. Aistien toiminta on yliherkkää, jolloin lapsi reagoi pieneenkin ärsykkeeseen. Tai päinvastoin, lapsi ei pysty aistimaan riittävästi ja maistelee ruokaa, haistelee ja tutkii ihmisiä ja tavaroita loputtomasti. Lapsen kipuaisti voi olla myös puutteellinen. Murtunut käsi voi jäädä hyvinkin huomiotta.

Aistitoimintoja voidaan harjoittaa yksilöllisesti suunniteltujen toimintojen sekä harjoitteiden avulla. Näin niiden tuomat ongelmat helpottavat sekä niistä voidaan selviytyä hyvin, sosiaalisesti hyväksyttävillä tavoilla. Tärkeitä asioita harjoittelussa ovat asioiden nimeäminen, ennakointi ja totuttelu.

Autismikirjon häiriötä sairastava lapsi voi olla vahvasti herkistynyt joillekin ärsykeille. Liikennevalojen piippaus saattaa saada aikaan raivokohtauksen, jokin haju oksennusreaktion. Aistit voivat helposti myös ylikuormittua, jolloin lapsi pyrkii vähentämään niiden vaikutusta sulkemalla osan aisteistaan pois. Tämä ilmenee rauhalliseen paikkaan vetäytymisellä tai rauhoittumalla omalla tyyppillisellä tavalla esimerkiksi hyppimällä, käsien räpyttelyllä, hypistelemällä tai heijaamalla. Ellei se ole välttämätöntä, näitä toimintoja ei tule rajata, sillä se on autismikirjon lapsen tapa säädellä aistikuormitusta. Kun herkistyminen aisteille hankaloittaa arkielämää, kannattaa niihin kehitellä askeleittain tapahtuvaa siedätystä. Säännöllisesti tapahtuva siedätys auttaa aistia vähitellen sietämään epämiellyttävää ärsykettä.

Autismikirjon lapsi voi kuulla ääniä, joihin muut eivät kiinnitä huomiota. Näitä voi olla ihmisen hengitys, tuulettimet, kirjan sivujen kääntäminen tai hiekkatiellä kävely. Nämä äänet voivat sattua korviin tai tuntua ahdistavalta ja lapsi saattaa reagoida tähän huutamalla, itkemällä, peittämällä korvansa tai juosta kauemmaksi äänestä. Korvatulppien, kuulosuojaimien tai nappikuulokkeiden käyttö sekä rauhallisen paikan valinta voi helpottaa keskittymistä. Ääniin totuttelemisen ja häiritsevien äänten tunnistaminen voi auttaa tilanteissa selviytymisessä.

Tietynlaiset kosketukset saattavat häiritä autismikirjon lasta, toisaalta ne taas saattavat haluta tuntea paljon jotain toista kosketusta. Esimerkiksi hiusten hoitaminen tai suihku voivat tuntua epämiellyttäviltä ja erilaiset vaatteet voivat ärsyttää lasta. Vaatteista kannattaakin leikata pesuohjeet sekä muut laput pois ja vaatteita hakiessa kannattaa välttää hankaavia hihansuita, kauluksia tai saumoja. Nukkumisvaikeuksiin kannattaa kokeilla painavaa peittoa.

Autismikirjon lapsi saattaa välttää voimakkaita hajuja ja hajusteita ympäristössä ja kiinnittää niihin liikaa huomiota, jolloin hänelle saattaa tulla vaikeuksia keskittyä mihinkään muuhun. Tiloissa, joissa toimiminen vaikeutuu hajun vuoksi kannattaa käyttää hajunsyöjiä kuten sprayta. Pyykinpesuaineet, saippuat, deodorantit sekä siivousaineet tulisi olla hajustamattomia.

Näköaistiin liittyvät herkkyyden vuoksi autismikirjon lapsi saattaa vältellä kirkkaita ja välkkyviä valoja. Värikäs ympäristö ja tavaranpaljous voi ahdistaa tai liikkuvat esineet ja asiat, kuten pallot voivat aiheuttaa pelkoa. Lapset voivat nähdä asioita, joita muut ihmiset eivät huomaa tai pitävät joidenkin tiettyjen asioiden kuten pyörivien tuulettimien tai omien sormiensa katselusta. Jos näköärsyksiä tulee liikaa samanaikaisesti lapsi ei välttämättä erota asioita toisistaan eikä näe asiaa, joka tulisi nähdä. Mikäli kirkkaat valot ärsyttävät lasta, on aurinkolasien käyttö suositeltavaa ympäri vuoden. Lukeminen voi olla vaikeaa kirjainpaljouden vuoksi ja lukemista voi helpottaa lukuikkunan avulla, jolloin lapsi näkee ainoastaan tietyn, rajatun alueen tekstistä.

Osa autismikirjon lapsista pitää tärkeänä ruuan väriä, hajua ja rakennetta. Toiset taas mieluummin joisivat, kuin söisivät. Lapsi saattaa välttää voimakkaita, happamia tai vieraita makuja ja haluaisivat syödä joka aterialla samaa ruokaa. Jotkut taas etsivät voimakkaita aistimuksia mausteista ja tulisesta ruuasta. Ruokailu tilanteita voi helpottaa erottamalla eri ruokalajit selkeästi toisistaan ja totuttamalla lapsi vähitellen uusiin ruokiin niin, että mukana on aina myös jotain tuttua ja kertoa lapselle päivän ruokalista etukäteen.



VINKKILINKIT

Lopuksi on kerätty hyviä linkkejä ja lähteitä, jotta työntekijät voisivat syventää edelleen tietojaan ja löytää lisää esimerkkejä toimintatavoista, jotka helpottavat autismikirjon lapsen kohtaamista ja sopeutumista uuteen ympäristöön.

Aistit: <https://www.tampere.fi/liitteet/n/5nmOdsiHG/AISTI.pdf>

Ennakointi: <https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/ennakointi.html>

Keinoja jumi -tilanteesta selviämiseen:

https://www.tampere.fi/liitteet/k/6KbelURdO/Keinoja_jumitilanteisiin.pdf

Kielto- ja opastekuvat: <https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/opastekuvat.html>

Lapsen motivoiminen liikuntaan: <https://dreambroker.com/channel/qqqo76mD/zluj9w96>

Motivointi ja palkitseminen: <https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/motivointi.html>

Osittaminen: <https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/osittaminen.html>

Papunet materiaalia kommunikoinnin tukemiseen: <http://papunet.net/materiaalia/>

Pienet kortit: <https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/pkortit.html>

Päivälokerikkokortit kotiin: https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/plkortit_kotiin.html

LÄHTEET

Alho-Näveri, L., Ikonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Ruotsalainen, T., Salmi, K. & Sauna-aho, D. (2011). *Autismikäsikirja /O. Mäntsälä: Eteva kuntayhtymä*. Haettu 26.9.2018 osoitteesta

http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Oppaat%20ja%20julkaisut/Autismikasikirja_1.pdf

Autismi- ja Aspergerliitto (n.d.a). *Autismikirjon lapsi kouluikässä*. Haettu 24.9.2018 osoitteesta

https://www.autismiliitto.fi/files/2750/Autismikirjon_lapsi_kouluissa_1_painos_nettiin.pdf

Autismi- ja Aspergerliitto (n.d.b). *Autismikirjon lapsi päivähoitossa*. Haettu 26.9.2018

https://www.autismiliitto.fi/files/2751/Autismikirjon_lapsi_paiva_hoidossa_1_painos_nettiin.pdf

Crollick, J., Mancil, R. & Stopka, C. (2006). Physical Activity for Children With Autism Spectrum Disorder. *Teaching Elementary Physical Education* 3/2006, 30–34. Haettu 26.9.2018 osoitteesta

<http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/5612.pdf>

Eskolainen, L. & Kirjavainen, J. (n.d.). *Keinojajumi -tilanteesta selviämiseen*. Haettu 26.9.2018 osoitteesta

<https://www.tampere.fi/liitteet/k/6KbeIURd0/Keinojajumitilanteisiin.pdf>

Hall-Lande, J., Hewitt, A., Mishra, S., Piescher, K. & LaLiberte, T. (2014). Involvement of Children With Autism Spectrum Disorder (ASD) in the Child Protection System. Haettu 12.12.2017 osoitteesta

<http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1088357614539834>

Huttunen, M. (2018). *Tietoa potilaalle: Autismi ja autismikirjon häiriöt*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. Haettu 23.7.2018 osoitteesta

http://www.terveysportti.fi.ezproxy.hamk.fi/dtk/ltk/avaa?p_artikkeli=dlk00355&p_haku=autismi

Ilkonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Mäkelä, M., Nevalainen, M., Oksala, L., Ruusuvoori, S., Roponen, T., Salmi, K. & Suvanto, E. (2015). *Autismikäsikirja 2.0*. Mäntsälä: Eteva kuntayhtymä. Haettu 18.9.2018 osoitteesta <http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Oppaat%20ja%20julkaisut/AUTISMIK%C3%84SIKIRJA%202.0.pdf>

Kerola, K. & Sipilä, A-K. (2017). *Haastava käyttäytyminen -muutoksen mahdollisuuksia*. Porvoo: Valtteri.

Lehtisare, S. (n.d.). Toimiva arki visuaalisin keinoin. Opas visuaalisuuteen lasten ohjauksessa. Haettu 24.9.2018 osoitteesta https://www.tampere.fi/liitteet/t/6C7luln0e/Toimiva_arki_visuaalisin_keinoin.pdf

Moilanen, I., Mattila, M-L., Loukusa, S. & Kielinen, M. (2012). *Autismikirjon häiriöt lapsilla ja nuorilla*. Helsinki: Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 1453–1462. Haettu 23.7.2018 osoitteesta <https://duodecimlehti.fi/lehti/2012/14/duo10395>

Olli, J. (2017). Miten kuuntelen puhumatonta lasta? *Autismi-lehti*1/2017. Haettu 24.7.2018 osoitteesta https://www.autismiliitto.fi/liitto/kirjon_kirvoittamaa/miten_kuuntelen_puhumatonta_lasta.2992.news?3049_o=10

Palomäki, E. (2013). *Spontaani kommunikointi ja autismi. Tapaustutkimus kolmen pojan aloitteesta päivähoitossa*. Pro gradu –tutkielma. Erityispedagogiikka. Jyväskylän yliopisto. Haettu 6.9.2018 osoitteesta <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/41778/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201306151981.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Parikka, J., Halonen-Malliarakis, N. & Puustjärvi, A. (2017). *Vaikeudesta voimaksi. Neuropsykiatriset häiriöt ja niiden huomioiminen koulussa*. 1. painos. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.

Puustjärvi, A. (2016). Autismikirjon häiriöt ja Aspergerin oireyhtymä: tunnistaminen, tutkiminen ja taustatekijät. Haettu 9.11.2017 osoitteesta <https://www.essote.fi/wp-content/uploads/sites/2/2016/11/autismikirjon-hairiot-ja-aspergerin-oireyhtyma.pdf>

Reiman-Möttönen, P. & Mäkelä, M. (2014). *Autismikirjon häiriöt: Diagnostiikka ja hoito Hoidon organisointi Potilaiden osallistuminen*. Arviointiseloste 2/2014. 2. korjattu versio. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Haettu 9.8.2018 osoitteesta http://www.thl.fi/attachments/meka/julkaisut/ohtanen/AS_2_2014_Autismi.pdf

Saarinen, A., Kärnä, E. & Besio-Laurens (2014). Teoksessa Laurinkari, J. (toim.) *Tuettu kirjoittaminen autistisen henkilön kommunikoinnin keinona*. Kouvola: Solver palvelut Oy.

Terveyskylä (n.d.). Liikunnan ja ravitsemuksen merkitys autismikirjon lapselle. Haettu 25.9.2018 osoitteesta <https://www.terveyskyla.fi/lastentalo/tietoa-lasten-sairauksista/autismikirjon-h%C3%A4iri%C3%B6t/liikunnan-ja-ravitsemuksen-merkitys-autismikirjon-lapselle>

KUVIEN LÄHTEET

Ikonen, T., Karjala, M., Kortelainen, S., Mäkelä, M., Nevalainen, M., Oksala, L., Ruusuvoori, S., Roponen, T., Salmi, K. & Suvanto, E. (2015). *Autismikäsikirja 2.0*. Mäntsälä: Eteva kuntayhtymä. Haettu 18.9.2018 osoitteesta <http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Oppaat%20ja%20julkaisut/AUTISMIK%C3%84SIKIRJA%202.0.pdf>

Pixbay (n.d.). Kids Drawing Scribble. Haettu 26.9.2018 osoitteesta <https://pixabay.com/en/kids-drawing-scribble-lines-girl-3171905/>

Tampere (n.d.). Osittaminen. Haettu 26.9.2018 osoitteesta <https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/osittaminen.html>