

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Miia Valkama

HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN -TEOS TYÖKIRJAKSI

TÄYDENNYSKOULUTUSKESKUS

AUT09 Autismin kirjon erikoistumisopinnot 30op.

Autismin kirjo ja sen ilmeneminen 5op.

Kehittämistehtävä

Haastava käyttäytyminen -teos työkirjaksi

2010

Miia Valkama

## TIIVISTELMÄ:

### HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN -TEOS TYÖKIRJAKSI

Valkama, Miia

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Täydennyskoulutuskeskus

Autismikirjon erikoistumisopinnot

huhtikuu 2010

Ohjaaja: Nieminen, Hanna

Sivumäärä: 25

Liitteitä: -

Asiasanat: haastava käyttäytyminen, kasvatuksellinen kuntoutus, autismi

Kehittämisasiheen avulla otettiin Anna-Kaisa Sipilän ja Kyllikki Kerolan kirjoittama kirja ”Haastava käyttäytyminen – syitä – muutoksen mahdollisuuksia” työkirjaksi autismiyksikköön. Toteutimme prosessimaisesti kirjan vaiheita ja tutustuimme kasvatuksellisen kuntoutuksen peruseräisiin syvällisesti kahden eri haastavasti käyttäytyvän autistisen lapsen kohdalla.

Kehittämistehtävän teoria osuudessa käsiteltiin lyhyesti autismin kirjoja, autismituntoutusta ja haastavaa käyttäytymistä. Työssä tuotiin esille, että autismin kirjojen henkilöillä esiintyy usein haastavaa käyttäytymistä, jonka todettiin johtuvan autististen henkilöiden vaikeuksista kommunikoinnissa ja sosiaalisissa suhteissa sekä poikkeavista aistihavainnoista.

Lopussa kuvattiin, miten kehittämistehtävä eteni käytännön tasolla suoritettuna. Molempien haastavasti käyttäytyvien lasten kohdalla toteutettiin kasvatuksellisen kuntoutuksen menetelmiä ja tuloksiakin saatiin. Haastavaa käyttäytymistä pystyttiin vähentämään molempien kohdalla. Merkittävänä tekijänä nostettiin esille myös henkilökunnan sitoutuminen kuntouttavaan työskentelyyn ja tiedon lisääntyminen.

<b>1. JOHDANTO .....</b>	<b>4</b>
<b>2. AUTISMIN KIRJO.....</b>	<b>6</b>
<b>3. HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN .....</b>	<b>7</b>
<b>4. AUTISMIKUNTOUTUS.....</b>	<b>10</b>
<b>5. HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN – TEOS.....</b>	<b>12</b>
5.1 KÄYTTÖOHJEET.....	12
5.2 KEINOJA MUUTOKSEEN .....	13
<b>6. KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS.....</b>	<b>20</b>
<b>7. TULOKSET JA POHDINTAA.....</b>	<b>25</b>
<b>LÄHDELUETTELO.....</b>	<b>27</b>

## 1. JOHDANTO

Autismin kirjon lapsilla ja nuorilla on usein haastavaa käyttäytymistä, mikä edessä ammatti-ihmisetkin ovat neuvottomia. Työskentelen vastaavana ohjaajana autismiyksikössä, jossa asuu erittäin haastavasti käyttäytyviä autistisia lapsia. Autismi kuntoutus on kehittynyt jatkuvasti viime vuosina ja sen menetelmillä on pystytty osoittamaan merkittäviä muutoksia autististen henkilöiden käyttäytymiseen.

Haastavan käytöksen poistamiseen ei ole olemassa mitään taikatemppuja, mutta sitä voidaan vähentää ja ehkäistä vaikuttamalla kokonaisvaltaisesti autistisen henkilön elämään. Autistisen henkilön käyttäytyminen on usein niin erikoista, että sitä on vaikea ymmärtää, ilman että perehtyy siihen, mitä autismi on. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuksissa keskitytään hyvin vähän autismiin jos ollenkaan. Autismitietouden hankkiminen onkin hyvin pitkälti kiinni työntekijän omaehtoisesta opiskelusta ja työpaikkakoulutuksesta.

Kehittämistehtävänäni avulla halusin lisätä työyhteisömme tietoutta autismissa ja autismikuntoutuksen menetelmistä. Halusin myös tehdä näkyväksi sen viitekehyksen mihin perustamme toimintamme. Työntekijän ymmärrys siitä, miksi työyhteisössä toimitaan tietyllä tavalla, lisää sitoutuneisuutta ja auttaa yhteisen päämäärän saavuttamisessa.

Tämän tavoitteen saavuttamiseksi valitsin työvälineeksi Kyllikki Kerolan ja Anna-Kaisa Sipilän kirjoittaman teoksen Haastava käyttäytyminen – syitä ja muutoksen mahdollisuuksia. Kirja on erittäin selkolukuinen ja nimenomaan suunniteltu työkirjaksi autismiyksiköihin. Lisäksi sitä lukiessa voi kaiken lukemansa sovittaa meidän yksikköömme, kuvatut haastavat tilanteet ja ongelmat ovat kuin suoraan meidän arjestamme.

Kehittämistehtävä lähti etenemään kirjan antamien ohjeiden mukaan. Ensimmäisessä osassa kirjasta, jonka jälkeen valitsimme avainhenkilöt, joiden haastavaan käyttäytymiseen pyrkisimme vaikuttamaan. Mietimme mahdollisia

syitä ja seurasimme tarkkaan haastavien tilanteiden kulkua ja luimme kirjan loppuun. Lopulta kokosimme havaintomme yhteen ja kävimme läpi millaisia mahdollisuuksia meillä olisi vaikuttaa avainhenkilöiden haastavaan käyttäytymiseen.

Kehittämistehtäväni teoriapohjaksi olen valinnut Haastava käyttäytyminen – kirjan lisäksi Autismin kirjo ja kuntoutus – teoksen, joka on kattava perusopas autismin maailmaan. Teoriaosuudessa käyn läpi lyhyesti autismin kirjoja ja paneudun tarkemmin haastavaan käyttäytymiseen ja kuntoutusmenetelmiin.

## 2. AUTISMIN KIRJO

Autismin kirjossa on kyse laaja-alaisesta kehityshäiriöstä (F84), johon katsotaan sisältyvän kansainvälisen tautiluokituksen ICD:n mukaan :

- F84.0 Lapsuusiän autismi
- F84.1 Epätyypillinen autismi
- F84.2 Rettin oireyhtymä
- F84.3 Muu lapsuusiän persoonallisuutta hajottava (disintegratiivinen) kehityshäiriö
- F84.4 Älylliseen kehitysvammaisuuteen ja kaavamaisiin liikkeisiin liittyvä hyperaktiivisuushäiriö
- F84.5 Aspergerin oireyhtymä
- F84.8 Muu lapsuusiän laaja-alainen kehityshäiriö
- F84.9 Määrittämätön lapsuusiän laaja-alainen kehityshäiriö

(Janne Sihvonen. Autismin kirjo –erikoistumisopintojen luentomateriaali. SAMK, Pori. 2009-2010.)

Autismin kirjo pitää siis sisällään useita toisistaan poikkeavia oireyhtymiä. Yhteistä näille kaikille autistisille käyttäytymisen muodoille kuitenkin ovat pulmat sosiaalisuudessa, kommunikaatiossa ja aistikokemuksissa. Pulmat johtuvat neurologisen kehityksen häiriöstä ja vaikeudet aiheuttavat henkilölle outoja käyttäytymismuotoja. Neurologisen häiriön katsotaan aiheuttavan nimenomaan ongelmia aistitiedon käsittelyssä, mikä taas aiheuttaa pulmat käyttäytymisen alueilla. Autistisuus haittaa laaja-alaisesti lapsen oppimista ja kehittymistä. Autistisen henkilön on vaikea käsittää toisen ihmisen mieltä (Theory of Mind) ja ympäristössään hän keskittyy liikaa yksityiskohtiin eikä pysty muodostamaan ajattelussaan kokonaisuuksia (koherenssiteoria). Lisäksi autistisella henkilöllä on vaikeuksia oman toiminnan ohjauksessa (eksekutiivinen teoria). (Kerola ym. 2009, 25-29.)

Autismi näkyy siis juuri henkilön käyttäytymisessä ja aiheuttaa usein käyttäytymiseen suuria haasteita. Haastava käyttäytyminen tulkitaan usein puutteellisten sosiaalisten kommunikaatiotaitojen seuraukseksi. Lisäksi pulmat

aistikokemuksissa aiheuttavat haastavaa käyttäytymistä.

### **3. HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN**

#### **Mitä se on**

Haastava käyttäytyminen on terminä melko uusi. Ongelmakäyttäytyminen, käytöshäiriö, häirikkö, sopeutumaton, epänormaali, poikkeava jne. ovat tämän sanan sukulaisia. Sanotaan että kieli ohjaa ajatteluamme. Näin ollen haastava käyttäytyminen heittää meille haasteen johon vastata.

Haastavaa käyttäytymistä voi ilmetä kenellä hyvänsä. Eniten sitä ilmenee lapsilla ja nuorilla. Autistisilla henkilöillä esiintyy paljon haastavaa käyttäytymistä, juuri sosiaalisten ongelmien, kommunikaatio vaikeuksien ja aisti-poikkeavuuksien vuoksi. Apu ja keinot ovat yllättävän samanlaiset, riippumatta siitä onko kyse autismin kirjon henkilöstä vai jostain toisesta henkilöstä.

#### **Miten se ilmenee**

Haastava käyttäytyminen voi ilmetä itsensä, toisten tai ympäristön vahingoittamisena, puhumattomuutena, syömisongelmina, huutamisena, riehumisena, ulosteilla sotkemisena jne. On lukemattomia muotoja, miten haastavaa käyttäytymistä ilmenee, mutta sen tunnistaminen on yleensä ilmiselvää. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

Haastavan käyttäytymisen rankin ilmenemismuoto on väkivaltaisuus. Väkivaltaisesti käyttäytyvä henkilö voi purra, raapia, potkia, sylkeä, lyödä, tönäitä tai heitellä tavaroilla ympärillä olevia henkilöitä kohti. Kukaan ei ole väkivaltainen hyvikseen vaan tilanteessa täytyy olla jotain sellaista, että se saa henkilön turvautumaan väkivaltaiseen käytökseen. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

#### **Syitä**

Kun tarkastellaan haastavaa käyttäytymistä autismin kirjon henkilöllä, tulee muistaa, että kaikki haastava käyttäytyminen ei ole autismia. Muita syitä

haastavaan käyttäytymiseen voivat mm. olla pelokkuus, masentuneisuus, fyysiset kivut tai muuten vain ”huono päivä”. Yksi merkittävä syy haastavan käyttäytymisen synnyssä on myös ns. rajattomaksi oppiminen. Syitä ja muotoja haastavaan käyttäytymiseen on paljon. Näkyvä käytös on vain jäävuoren huippu ja yritys kertoa jotain. Haastavaa käyttäytymistä vähennettäessä on nähtävä syvemmälle syihin, ymmärrettävä miksi ja vaikutettava niihin. (Kerola ym. 2009, 129. Kerola ja Sipila, 2007, 28-29. Sirén, 2006.)

### **Seuraukset**

Haastava käyttäytyminen aiheuttaa usein pelkoa, ahdistusta, epätoivoa, suuttumusta, riittämättömyyden ja epäonnistumisen tunteita niin haastavasti käyttäytyvälle henkilölle itselleen kuin hänen ympärillään olevilla. Haastavassa käyttäytymisessä on stressi aina mukana ja siitä helposti muodostuukin itseään ruokkiva noidan kehä. Stressi sitoo havaintokykyä, joustavuutta ja energiaa, estää sopeutumista muuttuviin tilanteisiin ja vaikeuttaa niistä selviytymistä. Tästä seuraa pettymyksiä ja kyvyttömyyden kokemusta, jolloin myös itsekontrolli heikkenee. Stressi voi näin ollen ylläpitää haastavaa käyttäytymistä. (Kerola, Sipila, 2007, 22.)

### **Keinoja**

Stressin lievittämistä ja hallitsemista tulee harjoitella haastavasti käyttäytyvän henkilön kanssa, mutta myös hänen kanssaan toimivien aikuisten on opittava rentoutumaan niin, etteivät omalla jännittyneisyydellään lisää haastavasti käyttäytyvän henkilön stressiä. Myös omat negatiiviset tunteet ja ajatukset on hyvä olla selvillä, ettei tiedostamattaan heijasta niitä takaisin haastavasti käyttäytyvälle henkilölle. Haastavan käyttäytymisen tilanteeseen latautuu usein paljon negatiivisia tunteita ja ajatuksia. Haastavien tilanteiden nopea purku on yksi hyvä keino käsitellä näitä tunteita ja estää tai vähentää negatiivisia jälkireaktioita.

Haastavaan käyttäytymiseen on usein pakko puuttua. Se menee vain harvoin ohi huomiotta jättämisellä. Puuttuminen voi olla puhetta, eleitä, ilmeitä, paikan vaihtamista tai mielenkiinnon ohjaamista toisaalle. Joskus puuttumiseen tarvitaan järeämpiä menetelmiä, fyysisistä ohjaamista ja kiinnipitämistä.

Nämä voivat olla fyysisesti rankkoja ja myös psyykkisesti kuormittavia tilanteita. Myös henkilöiden oikeus koskemattomuuteen, molemmin puolin, vaarantuu usein haastavan käyttäytymisen ilmetessä. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

Fyysinen rajoittaminen antaa hetkellisen avun haastaviin tilanteisiin, mutta ne eivät ole kasvatuksellisesti toimivia keinoja. Kiinnipidoissa siirretään vastuu käyttäytymisestä kiinnipitäjälle, tällaisen viestin voi antaa 3-vuotiaalle, mutta ei nuorelle, jonka tulee oppia itse hillitsemään käyttäytymistään. (Sirén, 2006.)

Kun halutaan auttaa haastavasti käyttäytyvää autismin kirjon henkilöä, pitää ymmärtää, mistä autismissa on kyse ja mitä se tällä henkilöllä tarkoittaa ja miten se ilmenee. On tunnettava siis henkilö ja autismi. Usein haastavasta käyttäytymisestä kasvaa suurempi ongelma kuin se alun perin olikaan ja sen pohtimiseen käytetään paljon aikaa. (Sirén, 2006.) Pohtimisesta tulee edetä ongelman ratkaisuun. Tätä prosessia kuvaan tarkemmin haastava käyttäytyminen –teoksen yhteydessä. Haastavan käyttäytymisen edessä ei tarvitse luovuttaa ja vaipua epätoivoon. Siihen on olemassa ratkaisu, kasvatuksellinen kuntoutus.

## 4. AUTISMIKUNTOUTUS

Kuten sanottua, autismi näkyy henkilön käyttäytymisessä ja siksi kuntoutuksessa pyritään hyvin pitkälti vaikuttamaan juuri henkilön käyttäytymistä ohjaaviin prosesseihin eli kasvatukseen ja oppimiseen. Voidaan sanoa, että autismikuntoutus on kasvatusta ja opetusta. Autismikuntoutuksesta puhutaan kasvatuksellisenä kuntoutuksena. Sen toteuttaminen vaatii intensiivistä paneutumista ja myös erityistä ammatillista taitoa. Autismikuntoutuksessa on edetty viime vuosikymmeninä suurin harppauksin ja hyviä kuntoutumistuloksia on saavutettu. Kuntoutuminen on suunnitelmallista ja pitkäjänteistä yhteistyötä, jossa tuloksia ei aina saada nopeasti. Myönteisyys ja toivo ovatkin kuntouttajien toiminnan tärkein käyttövoima. (Kerola ym. 2009.)

Kuntoutus rinnastetaan helposti terapiaihin, jotka ovat kuntoutettavan ja terapeutin kesken suoritettavia yksilöterapioida. Kasvatuksellinen kuntoutus perustuu kuitenkin päin vastaiselle näkemykselle. Siinä kuntoutus nähdään henkilön arkeen kuuluvana joka päivänä kuntouttavana tekijänä. Kuntoutuksen toteuttajia ovat läheiset ja ammattilaiset yhdessä. (Kerola ym. 2009.) Kasvatuksellinen kuntoutus kattaa laaja-alaisesti henkilön eri elämän osa-alueet, joilla halutaan oppimista tapahtuvan.

Kasvatuksellinen kuntoutus autismin kirjon henkilöillä perustuu kommunikoinnin kehittämiseen, strukturointiin ja opettamiseen. Haastavan käyttäytymisen vähentämiseksi kasvatuksellinen kuntoutus on ensisijainen keino. Lääkehoito voi kuulua myös kuntoutukseen, mutta ei korvaa kasvatuksellista kuntoutusta. (Kerola ym. 2009, Kerola ja Sipilä 2007.)

Autismikuntoutuksen kehittymiseen ovat vaikuttaneet suuresti Lovaasin tutkimukset ja kehittämät kuntoutusmenetelmät. Näissä lähestymistapa perustuu käyttäytymisanalyttiseen ja oppimispsykologiseen näkökulmaan. Erityisiä menetelmiä autismikuntoutuksessa ovat mm. Lovaasin kuntoutusohjelma, PRT, TEACCH, perinteiset puhe- ja kommunikointiterapiat, SI-

terapia, AIT-terapia, tuettu kommunikaatio, psykoanalyysi ja muut psykodynaamiset terapiat. (Kerola ym. 2009.)

Autismikuntoutuksesta on saatavilla paljon tietoa. Tätä tietoa voi olla kuitenkin vaikea soveltaa käytännössä ja siitä tulee helposti pirstaleista. Kerola ja Sipilä ovat koonneet yksiin kansiin autismikuntoutuksen menetelmän, joilla voi vastata haastavan käyttäytymisen haasteisiin. Menetelmä perustuu kasvatukselliseen kuntoutukseen ja soveltuu hyvin suomalaisiin oloihin, sekä asumisyksiköissä tapahtuvaan kuntoutukseen vaikeimmin autististen henkilöiden kanssa.

## **5. HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN – TEOS**

Haastava käyttäytyminen – syitä – muutoksen mahdollisuuksia – kirja on syntynyt Kyllikki Kerolan ja Anna-Kaisa Sipilän yhteistyön tuloksena. Kerola ja Sipilä ovat pitkän linjan autismiasiantuntijoita ja ovat mm. kiertäneet eri paikkakunnilla kouluttamassa ihmisiä kohtaamaan haastavaa käyttäytymistä autismin kirjossa. Näiden koulutusten pohjalta on myös luotu runko Haastava käyttäytyminen – syitä – muutoksen mahdollisuuksia kirjaan. Kirja on suunniteltu erityisesti arjen tilanteiden helpottamiseksi perheisiin, päiväkoteihin, kouluihin ja asumisyksiköihin. Tähän kirjaan kiteytyy kehittämissyöni ” Haastava käyttäytyminen – teos työkirjaksi”.

### **5.1 Käyttöohjeet**

Kirjassa on selkeät käyttöohjeet siitä, miten se voidaan ottaa työkirjaksi esimerkiksi asumisyksikköön. Näiden ohjeiden mukaan on helppo edetä ja ne antavat ongelmien käsittelylle prosessimaisen luonteen. Aluksi valitaan avainhenkilö, jonka haastavaa käyttäytymistä halutaan muuttaa. Mietitään mitä myönteistä hänen käyttäytymisessään on ja vahvistetaan sitä. Samaan aikaan kootaan yhteistyökumppanit kasaan, joiden kanssa aletaan vastata haasteeseen. Kirjasta luetaan ensin luvut 1-10. Sen jälkeen suunnitellaan kirjallisesti, miten aletaan toimia. Määritellään ja rajataan haastavan käyttäytymisen muoto tarkasti. Sen jälkeen luetaan kirja loppuun ja suunnitellaan kasvatuksellinen toiminta. Palaverissa arvioidaan säännöllisesti edistymistä, suunnitellaan myönteisen käyttäytymisen tukemista ja ylläpitämistä. On myös tärkeää muistaa antaa positiivista palautetta yhteistyökumppaneille. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

Kirjan alkuosa käsittelee haastavaa käyttäytymistä ja siihen liittyviä eettisiä

näkökulmia. Tämä on se osio, joka työkirjamaaisessa toteutuksessa luetaan ensin, ennen kuin kirjataan ylös miten aletaan toimia. Alkuosassa mietitään myös haastavan käyttäytymisen syitä jäävuorimallin mukaan ja annetaan ohjeita siihen, miten syitä lähdetään etsimään. Yhteistyö, arviointi ja seuranta ja ongelmanrajaaminen käsitellään myös tässä vaiheessa kirjaa. Lopuksi kootaan muutoksen mahdollisuuden viisi osviittaa, syy-seuraus-suhde, rangaistukset, palkkiot, huomiointi ja ei-sanon käyttö. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

Työkirjatoteutuksessa olisi ollut järkevämpää lukea ensin koko alkuosio kirjasta, jonka jälkeen olisi voinut kirjallisesti sopia sen miten aletaan toimia. Käyttöohjeita tarkasti seuraamalla lukujen 1-10 pohjalta ei vielä auennut juuri minkäänlaisia neuvoja sille, miten pitää alkaa toimia. Tulinkin lukeneeksi käyttöohjeita moneen kertaan ja mietin, mistä tässä oikein pitää sopia. Käytännön toteutuksessa toimimmekin sitten niin, että suunnitelimme toimintamme koko alkuosion avulla, jolloin pystyimme sopimaan syiden etsimisen, seurannan ja arvioinnin menetelmät avainhenkilöiden kohdalla.

## 5.2 Keinoja muutokseen

Kirjan loppuosa esittelee keinoja muutokseen. Keinoja on yhteensä 18, jotka haluan tässä lyhyesti avata.

Ensimmäinen keino on **yhteiset pelisäännöt**. Yhteiset pelisäännöt ovat tärkeitä lasten kasvatuksessa niin äidin ja isän välillä kuin päiväkodin / koulun ja vanhempien välillä. Vielä tärkeämmäksi yhteiset pelisäännöt nousevat kun puhutaan aikuisista haastavasti käyttäytyvistä henkilöistä, joilla rajojen kokeilu on rajumpaa kuin lapsilla. Asumisyksikössä ohjaajien yhteiset pelisäännöt ovat ensiarvoisen tärkeitä. Tässä vaiheessa, kun haastavasti käyttäytyvä henkilö on siirtynyt asumisyksikköön asumaan, on rajojen hakeminen ja omilla ehdoilla toimiminen jo vuosikautia kestäneen oppimisen tulosta.

(Kerola ja Sipilä, 2007, 48.)

**Rentoutumisen oppiminen** on toinen keino muutokseen. Stressi haastavan käyttäytymisen ylläpitäjänä nousi jo esille aikaisemmin työssäni, haastava käyttäytyminen – luvussa. Stressin vastakohta on rentoutuminen. Rentoutumiseen löytyy kaikille yksilöllinen tapa. Jollekin se voi olla musiikin kuuntelua toiselle painavan peiton alla makaamista. Rentoutumisen opettelu vaatii päivittäisiä ennakoituja tuokioita. (Kerola ja Sipilä, 2007, 50.)

Kolmas keino on **ympäristön muuttaminen**. Erityisesti aistipoikkeavuudet voivat laukaista haastavaa käyttäytymistä joissakin tietyissä tiloissa ja ympäristöissä. Valo, äänet, hajut ja lämpötila voivat olla autistista henkilöä ärsyttäviä, jolloin yksinkertainen siirtyminen eri tilaan voi sammuttaa haastavan käyttäytymisen. Huomio ohjautuu tällöin toisaalle ja uudet virikkeet vievät ajatukset pois hankalasta tilanteesta. Ympäristöä ei pysty täysin hallitsemaan, mutta pienillä asioilla siihen voidaan vaikuttaa merkittävästi. Tällaisia pieniä asioita ovat esimerkiksi sälekaihtimet, tuuletin, aurinkolasit ja korvatulpat. (Kerola ja Sipilä, 2007, 52.)

**Vuorokausirytmien selkiinnyttäminen** on neljäs keino. Väsyneenä ihminen on ärtyisä ja väsymys on otollinen maaperä haastavalle käyttäytymiselle. Autistisilla henkilöillä on usein ongelmia oikeanlaisen vuorokausirytmien ylläpitämisessä. Uni voi jäädä todella vähäiseksi. Vuodenaikojen vaihtelu vaikuttaa merkittävästi. Keväällä uni alkaa häiriintyä lisääntyneen valoisuuden seurauksena. Vuorokausirytmien selkiinnyttämiseksi on varmistettava, että autistisella henkilöllä on selvillä, mitä toimintoja tehdään mihinkin aikaan päivästä. Yöllä nukutaan ja päivällä touhutaan. Lisäksi on hyvä varmistaa, että henkilö tietää koska on yö, aamu, päivä ja ilta. Pimennysverhoista ja melatoniinista voi olla myös apua nukkumiseen. Henkilön vireystila päivän mittaan tulee huomioida ja suunnitella päiväohjelma sen mukaan. Jos henkilö on puolilta päivin aina väsynyt, ei kannata vaatia häneltä juuri silloin aktiivista suorittamista. (Kerola ja Sipilä, 2007, 54.)

Viidentenä keinona on **aistitoimintojen erilaisuuden huomioiminen**. Avainhenkilö voi olla herkistynyt joillekin ärsykkeille ja saada suorastaan raivokohtauksen vaikka piippaavasta äänestä. Ärsykejä ei aina voida poistaa, niinpä avainhenkilö täytyy siedättää vähitellen niihin. Apukeinot kuten aurinkolasit tai kuulosuojaimet voivat tuoda myös jonkin verran helpotusta. Ärsykkeiden siedättämiseen ja ehkäisyyn tarvitaan vain paljon ideointia. (Kerola ja Sipilä, 2007, 55.)

Kuudes ja tärkein keino on **strukturointi**. Ilman ajan, paikan, tehtävien ja henkilöiden strukturointia on turha toivoa haastavan käyttäytymisen vähentymistä. Oman toiminnan ohjauksen vaikeudet ja sosiaaliset ongelmat tarvitsevat struktuurin, jonka avulla avainhenkilö voi pala palalta jäsentää omaa elämää ja toimia tarkoituksen mukaisesti. Päiväjärjestys on ensimmäinen asia josta lähdetään liikkeelle. Säännöllinen toistuvuus, hyvät rutiinit, kalenteri, kello, toimintaohjeet ja ensin – sitten – käsite auttavat avainhenkilöä hallitsemaan omaa, joskus kaaosmaistakin, maailmaa. (Kerola ja Sipilä, 2007, 58.)

**Ennakointi** on seitsemäntenä keinona. Haastavasti käyttäytyvän henkilön kanssa toimiessa on jatkuvasti kuljettava askel edellä ja kyettävä ennakoimaan tulevat tilanteet. On yritettävä löytää pahan olon syyt ja keinoja muuttaa se hyväksi. Muutokset totutusta aiheuttavat usein haastavaa käyttäytymistä, mutta hyvä valmistautuminen muutoksiin usein helpottaa tilannetta. Muutoskortti, sosiaaliset tarinat, selittäminen kuvin tai piirtämällä ovat hyviä keinoja muutoksen sietämiseen. (Kerola ja Sipilä, 2007, 61.)

Kahdeksantena keinona on **kommunikoinnin kehittäminen**. Haastava käyttäytyminen on keino kertoa jotain. Avainhenkilö ei ymmärrä lähipiiriään eikä lähipiiri häntä. Sopivan kommunikointikeinon löytämisen eteen on tehtävä töitä, niin ettei avainhenkilön tarvitse turvautua ”nyrkeillä puhumiseen”. Sanallisella kommunikaatiolla on vain pieni merkitys vuorovaiku-

tuksessa. Eleet, ilmeet, kehon kieli, ulkoinen esiintyminen ja äänen voimakkuus sekä painokkuus merkitsevät paljon enemmän. Visuaalisuus on usein merkittävä tekijä kommunikaatiossa mistä syystä kuvien avulla viesti menee paremmin perille. (Kerola ja Sipilä, 2007, 62.)

Yhdeksäs keino on **visualisointi**. Autistinen henkilö sulkee korvansa helposti ympäristöltä, koska ei ymmärrä kuulon kautta välittyvää puheviestintää. Huomiokyky ja tarkkuus kehittyvät visuaalisemmaksi ja näkömuistista saattaa muodostua huipputarkka. Tästä syystä kaikki tärkeät viestit kannattaa visualisoida eli tehdä näkyväksi. Kuvat, kirjoitettu teksti ja piirtäminen ovat visualistamisen keinoja. (Kerola ja Sipilä, 2007, 67.)

**Nopea piirtäminen tilanteiden selkiinnäyttämiseksi** on kymmenes keino. Useat keinot liittyvät ja lomittuvat toisiinsa, kuten nopea piirtäminenkin. Se muodostuu visualisoinnista ja kommunikoinnin kehittämistä, mutta erinomainen keino joka kyllä ansaitsee oman kappaleensa. Nopea piirtäminen auttaa pysäyttämään avainhenkilön ja kohdentamaan huomion edes hetkeksi pois haastavasta käyttäytymisestä. Piirrokselle annettu merkitys jää myös paremmin avainhenkilön mieleen kuin sanallinen selitys. Piirtäminen voi myös sopivasti vapauttaa ilmapiiriä ja tuoda hauskuutta hankalaan tilanteeseen. (Kerola ja Sipilä, 2007, 69.)

**Sosiaaliset tarinat kuvin ja sanoin** on yhdestoista keino. Se on myös yksi visualisoinnin keino jossa kasvatuspuhe muutetaan kuvitetuksi tarinaksi. Sosiaalisella tarinalla voi selvittää mm. miksi jotain tapahtuu, miten asiat tehdään, mitä jokin asia tarkoittaa. Sen avulla voidaan kertoa tunteista, syyseuraussuhteista ja ohjata toivottuun käyttäytymiseen. Sosiaalinen tarina voi olla kirjoitettuna vaikka seuraavanlainen, ”kun suututtaa, lasken 10 ja hengittän syvään, sitten rauhoitun” tai ” Lotta ottaa lelun Leenalta, Leena alkaa itkeä, Lotta antaa lelun takaisin, Leena lopettaa itkemisen.” Haastavassa käyttäytymisessä sosiaalisen tarinan on oltava lyhyt ja ytimekäs, siinä on käytettävä kuvia ja vältettävä ei-muotoa. Tarinaa toistetaan monta kertaa, mutta ilman paatosta. Ideana on lämminsävyisen ohjaamisen hengessä ker-

toa, millä tavalla käyttäytymällä asiat sujuvat hyvin. (Kerola ja Sipilä, 2007, 70.)

Kahdestoista keino on **sopimukset ja säännöt**. Säännöt ja lait koskevat meitä kaikkia. Autistiselle henkilölle voi olla vaikea selittää sääntöjä, parhaiten tämä onnistuu kuitenkin visualisoimalla ja konkretisoimalla. Avainhenkilön kanssa yhteisesti sovittu struktuuri toimii sopimuksen tavoin. Yksinkertaisimmillaan sopimus on ensin – sitten - periaate, esimerkiksi ensin läksyt sitten televisio. (Kerola ja Sipilä, 2007, 72.)

Kolmastoista keino on **liikunta**. Liikunta lisää psyykkistä hyvinvointia, parantaa yleiskuntoa ja lisää vastustuskykyä. Lisäksi liikunta vähentää stressistä johtuvilla kielteisillä vaikutuksilla altistumista. Liikunta kannattaa aina ja tämä pätee myös haastavasti käyttäytyviin henkilöihin. (Kerola ja Sipilä, 2007, 73.)

**Terveyden hoitaminen** on neljästoista keino. Hammaskivut, päänsärky, vatsavaivat jne. aiheuttavat ärtyisyyttä ja johtavat helposti haastavaan käyttäytymiseen. Kivun paikallistaminen ja siitä kertominen, voi olla avainhenkilölle vaikeaa. Siksi terveyden tilan tarkastaminen on syytä tehdä säännöllisesti. Mielenterveydelliset ongelmat voivat aiheuttaa myös haastavaa käyttäytymistä. Asianmukaisen hoidon saaminen ja perustarpeiden tyydyttäminen ovat olennainen osa kuntoutusta. (Kerola ja Sipilä, 2007, 74.)

**Palkitsevuus** on viidestoista keino. Ilman palkitsevuutta työ on tuloksetonta. Palkitsevuus voi olla tarroja, makupaloja, palkkaa, bonuksia tai tyytyväisyyttä tehtyyn työhön, iloa onnistumisesta, turva omasta pärjäämisestä jne. Palkitsevuus vaihtelee eri elämäntilanteissa ja kehitysvaiheissa. Avainhenkilölle voi joutua vaihtamaan ja etsimään uusia palkitsevia asioita useinkin. (Kerola ja Sipilä, 2007, 76.)

Kuudestoista keino on **riittävä mielekäs toiminta**. Turhautuminen voi olla

yksi haastavan käyttäytymisen syy. Päivät voivat täytyä odottamisesta ja epätietoisuudesta siitä, mitä tulee tapahtumaan ja mitä voisi tehdä. Liian vaikeat tai helpot tehtävät turhauttavat myös. Mielekäs, kykyjä vastaava toiminta ja päivittäinen ilo onnistumisesta lisäävät hyvää mieltä ja vähentävät haastavaa käyttäytymistä. (Kerola ja Sipilä, 2007, 78.)

**Porttikirjan käyttö työvälineenä** on seitsemästoista keino. Porttikirja sisältää ns. käyttöohjeet, miten menettelemällä avainhenkilön arki sujuu ja elämä helpottuu. Porttikirja on hyvä väline silloin kun avainhenkilö ei osaa itse kertoa tarpeistaan, toiveistaan ja toimintaedellytyksistään. Porttikirjaa tarvitaan myös henkilölle, jolla on haastavaa käyttäytymistä ja henkilölle joka tarvitsee toisten apua arkipäivästä selviytyäkseen. Porttikirja on myös tarpeellinen väliaikaisessa (koulutus, kuntoutus, valmennus) elämänvaiheessa olevalle tai tilapäishoitojaksoja käyttävälle. Porttikirja kattaa laajasti avainhenkilön tilanteen elämänhistoriasta päiväohjelmiin ja kuntoutussuunnitelmiin. (Kerola ja Sipilä, 2007, 79.)

Viimeinen eli kahdeksastoista keino on **luokkatoveri- / kaveriohjelma**. Jokainen kaipaa yhteyttä toiseen ihmiseen. Vaikka läheisyys ahdistaisikin, yksin jääminen ahdistaa ajoittain vielä enemmän. Luokkatoveri- / kaveriohjelmassa opetellaan sosiaalisuutta ja sosiaalisia taitoja. Joka viikon ajaksi määrätään eriparit, jotka suorittavat yhteisiä tehtäviä. Tehtävät voivat olla lyhyitä esimerkiksi yksi pelihetki tai laajempia kuten yhteinen retki. Oppilaiden kanssa käydään keskusteluja millainen on hyvä luokkatoveri ja mitä hänen kanssa voi tehdä. Myös yhteisiä hetkiä arvioidaan. (Kerola ja Sipilä, 2007, 81.)

Yllä mainittujen keinojen lisäksi haastavan käyttäytyminen kohtaamisessa ohjaajan (henkilön kanssa toimivan aikuisen) roolilla on iso merkitys. Ilman oikeaa ja hyvää asennetta, keinoilla ja menetelmillä ei ole merkitystä. Turvallinen aikuinen pitää tilanteen hallinnassa olematta äkäinen tai loukkaava. Tiukka pitää olla ja säännöistä ja sopimuksista on pidettävä kiinni. Välittäminen ja asiallisuus avainhenkilöä kohtaan tulee kuitenkin säilyttää. Omat

tunteet ja ilmaisut täytyy hallita menettämättä aitoutta. Sanat ja kehonkieli eivät saa välittää kahta erilaista viestiä. Ohjaajan tukena tulee olla tiimi ja mm. konsultoivasta ammattilaisesta voi olla monesti hyötyä haastavaa käyttäytymistä ratkottaessa. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

Myönteisen käyttäytymisen tukeminen, huumori ja leikkimielisyys sekä tunnetaitojen harjoittelu ovat muiden keinojen lisäksi tärkeitä osatekijöitä kasvatuksellisen kuntoutuksen toteuttamisessa. Kasvatuksellisen kuntoutuksen keinoissa on tehoa, silloin kun niitä käytetään suunnitelmallisesti. Näillä eväillä on hyvä lähteä kohti uusia ja vanhoja haasteita. (Kerola ja Sipilä, 2007.)

## 6. KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

### Miten edettiin

Aloitin kehittämistehtävän aiheen valitsemisen lokakuussa kyselemällä esimieheltäni, työyhteisöltä ja opettajalta mielipiteitä. ”Haastava käyttäytyminen” –kirjan ottaminen ns. työkirjaksi yksikköömme sai hyvää vastakaikua ja omasta mielestäni se oli selkeä ja ajankohtainen kehittämisaihe. Tilasin kirjoja lisää yksikköömme ja itse luin kirjan läpi tarkasti ja suunnittelin miten aloitamme menetelmän käyttämisen.

Tiimipalaverissa, lokakuun loppupuolella, esittelin kehittämistyön aiheen ja valitsimme ns. avainhenkilöt, joihin kohdensimme menetelmän käyttöä. Sovimme, että kirjasta luetaan luvut 1-10 19.11 mennessä, jolloin siirrymme seuraavaan vaiheeseen.

Seuraavassa palaverissa suunnittelimme miten alamme toimia ja määrittelimme avainhenkilöiden haastavan käyttäytymismuodon, jonka halusimme muuttuvan. Päätimme havainnoida avainhenkilöiden toimintaa haastavissa tilanteissa kahdella erilaisella menetelmällä. Avainhenkilöllä A oli haastavaa käyttäytymistä kouluun lähdössä, leikkien lopettaminen ei onnistunut tai vaatteiden pukeminen tuotti hankaluutta. Tilanteet menivät monesti siihen, että ohjaajat pukivat väkisin vaatteet ja raahasivat A:n kouluun. Sovimme, että minä kuvaan siirtymätilannetta kouluun yksikössä parin viikon ajan puolituntia ennen kouluun lähtöä.

Avainhenkilö B:n haastavakäyttäytyminen liittyi vessakäynteihin, jolloin hän saattoi mm. tukkia vessatilan viemärit tai pöntön paperisilpulla, pissata käsienvesu altaaseen, tyhjentää pöntön vedestä ja täyttää lattian vedellä. Tätä päätimme havainnoida arviointilomaketta käyttäen. Lomakkeeseen kirjattiin ylös mitä tapahtui, mitä oli tapahtunut ennen haastavaa käyttäytymistä, mitä tapahtui sen jälkeen ja miten ohjaaja siihen reagoi.

Keräsimme mielteitä myös siitä, miksi Avainhenkilöt mahdollisesti käyttäytyvät haastavasti. Ajatukset kirjattiin ylös isolle paperille, joka oli usean viikon seinällä henkilökunnan nähtävillä. Syiden etsinnässä nousi esille mm. seuraavia asioita Avainhenkilö A:n kohdalla: erilaiset ohjauskäytännöt, halua saada oman tahtonsa läpi, ei ole selvillä, mitä koulussa tulee tapahtumaan. Avainhenkilö B:n kohdalla mietittiin syiksi: jumittumista, kotikäväää, liiallista virikkeellisuutta, huomion hakua ei toivotulla käyttäytymisellä, tarkan yhtenäisen ohjauskäytännön puuttumista, hyväksynnän puuttamista. Sovimme tässä palaverissa myös, että kirja luetaan loppuun 10.12 mennessä.

Joulukuussa aikataulu hieman petti. Usealla oli kirja vielä lukematta ja tiimipalaveriin tuli myös muita tärkeitä asioita käsiteltäviksi. Päätimmekin siirtää seuraavaa vaihetta tammikuun puoliväliin saakka. Kävimme läpi havaintojamme, mitä olimme saaneet videoinnista ja arviointilomakkeen täyttämistä. Alun perin olin suunnitellut, että katsoisimme videokuvat yhdessä, mutta totesin sen liian aikaa vieväksi. Niinpä päätin kertoa huomioni aamutoimien ohjauksesta. Avainhenkilö B:n arviointilomake oli myös hukunut jonnekin, joten jouduimme muistelemaan millaisia ongelmia vessäkäynneissä oli ollut. Vaikka purku ei toteutuksena toiminut ihan niin kuin olisin toivonut, huomasin että ohjaajat olivat tarkasti havainnoineet omaa ja avainhenkilöiden toimintaa.

Havaintojen esittelyn jälkeen, jakauduimme kahdeksi tiimiksi sen mukaan kumman avainhenkilön asumispuolella ohjaajat työskentelevät pääsääntöisesti. Haastava käyttäytyminen -teoksessa on esitelty 18 keinoa vaikuttaa käyttäytymiseen (jotka siis esittelin aikaisemmin työssäni) ja tiimit saivat tehtäväkseen käydä menetelmät läpi ja päättää, mitä niistä otettaisiin käyttöön avainhenkilön kohdalla. Kaikista 18 keinosta ainoastaan yhtä emme ottaneet käyttöön, koska se on selvästi vain koulussa toteutettava keino eli luokkatoveri-/kaveriohjelma. Monet keinoista oli jo valmiiksi yksikössämme käytössä, mutta niiden käyttöä tehostettiin ja ne otettiin suunnitellummin käyttöön.

**Yhteiset pelisäännöt.** Yhteinen asioista sopiminen ja kirjaaminen nousivat käytännön toiminnassa heti esille. Yhteiset pelisäännöt koetaan tärkeiksi, mutta jostain syystä niissä pysyminen on joskus isossa yhteisössä vaikeaa. Kaikkia asioita ei aina muisteta sopia ja joskus tarvitaan nopeasti jotain uutta ratkaisua tilanteeseen, joka ei sitten olekaan kaikilla tiedossa. Lisäksi yhteisiä pelisääntöjä hiertävät henkilöiden erilaiset näkemykset kasvatuksesta. Ydinperheenkin vanhemmilla voi olla erimielisyyksiä siitä, miten lapsia tulee kasvattaa, joten kun 15 aikuista pitäisi saada sopimaan yhtenäisestä kasvatustilanteesta, voi siinä olla joskus sovittelua. Tiiviimpi tiimityöskentely ja suurempi resurssien osoittaminen yhteisten pelisääntöjen sopimiseen ehkäpä auttaisi tähän ongelmaan.

**Rentoutumisen oppiminen.** Rentoutuminen ei ollutkaan kovin helppo keino toteuttaa. Vaikeuksia oli keksiä niitä asioita, jotka avainhenkilöä rentouttavat ja miten toimia, jos joku päivä rentouttavaksi toiminnaksi tarkoitettu keino aiheuttikin enemmän ahdistusta kuin rentoutumista? Rentouttavien tekijöiden löytäminen ja niiden harjoittelu huomattiin kuitenkin hyväksi keinoksi nollata jo päivän aikana koulussa kerääntynyttä stressiä. Avainhenkilöllä B rentoutuminen vaati oman yksinäisen ”höpötysajan” huoneessaan ja painopeiton alla makailun. Näillä oli rauhoittava vaikutus, mutta ylikierrokset tulivat helposti takaisin kun alettiin tehdä jotain. Avainhenkilöllä A ei nähty niin suurta tarvetta pysähtymiselle ja koettiin että leikkeihin uppoutuminen on hänen keinonsa rentoutua.

**Ympäristön muuttaminen.** Molempien avainhenkilöidemme kohdalla muokkasimme ympäristöjä. A:n kouluun lähtöä helpotti, kun lelut laitettiin pois näkyvistä ja televisio sammutettiin. B:n vessasta poistettiin kaikki ylimääräinen ja häiritsevä kuten peili ja irtotavarat. Yksikkömme on melko riisuttu ja jossain määrin karu, mutta olemme huomanneet ylimääräisen tavaran vain aiheuttavan lisää haastavaa käyttäytymistä.

**Vuorokausirytmien selkiinnyttäminen.** Avainhenkilöllä B oli paljon unettomuutta ja nukkumista seurattiin. Lääkemuutoksia oli kokeilussa ja liikunnan lisäämisellä yritettiin vaikuttaa unettomuuteen. Unettomuus ja levottoman käyttäytymisen lisääntyminen olivat selvästi yhteydessä toisiinsa.

**Aistitoimintojen erilaisuuden huomiointi.** Aistitoiminnot otettiin huomioon molemmilla avainhenkilöillä lisäämällä aistimuksia tuntoaistin kautta. Avainhenkilön A kanssa painittiin lattiatyynyjen avulla, koska hän selvästi halusi kovempaa fyysistä kokemusta ja pystyi purkamaan ärtymystä painiin. Avainhenkilöä B hierottiin iltaisin ja tämä auttoi häntä rauhoittumaan ja nukahtamaan.

Viidentenä ja tärkeimpänä keinona on **strukturointi**. Yksikkömme ja toimintamme on valmiiksi melko strukturoitu, mutta tarkensimme vielä enemmän toimintaohjeita ja otimme käyttöön useampia sosiaalisia tarinoita, joiden avulla kerroimme avainhenkilöille, miten tulee toimia. Avainhenkilölle A tehtiin sosiaalinen tarina kouluun lähdöstä, jossa näkyi mitä aamulla tehdään ja minkä palkan A saa kun pääsee kouluun. Samoin B:lle tehtiin tarina vessakäynneistä, jossa näkyi, vessassa tulee toimia, että saa palkkion. Myös rentoutumiseen ja moneen muuhun toimintaan tehtiin tarina. Päivän kuvat laitettiin jo illalla valmiiksi esille ja niissä näkyi päivän tapahtumat koulun jälkeiseen rentoutumiseen saakka. Osin tässä toteutettiin jo seuraavaa keinoa kuudetta keinoa eli **ennakointia**.

**Kommunikoinnin kehittäminen** mainittiin seitsemäntenä keinona ja **visualisointi kahdeksantena**. Kommunikoinnin kehittämiseksi visualisoimme paljon ohjeita joten nämä keinot liittyvät meillä paljon yhteen. Kuvakommunikaation ja visualisoimisen lisäksi myös PRT-menetelmän käyttäminen on otettu yhdeksi kommunikaation kehittämiskeinoksi erityisesti avainhenkilön A kanssa.

Erillisenä keinona oli mainittu myös **nopea tilanteiden piirtäminen** ja **sosiaaliset tarinat kuvin ja sanoin**. Nopea piirtäminen oli huomattu jo aikaisemminkin hyväksi keinoksi selkeyttää asioita varsinkin avainhenkilön B:n kanssa. Ohjaajien rohkaiseminen piirtämiseen ja onnistumisten jakaminen lisäsi tämän keinon käyttämistä, tosin sitä voisi käyttää vielä paljon enemmänkin. Sosiaaliset tarinat ovat joka päivässä käytössä, mutta niidenkin käyttöä tehostettiin entisestään. Sosiaalisilla tarinoilla olemme myös selvittäneet **sopimuksia ja sääntöjä** jotka oli mainittu 12. keinona.

**Liikunta ja terveyden hoitaminen** oli listattu myös keinoiksi. Liikunnan lisääminen nähtiin hyvänä asiana, mutta mieluisan liikuntamuodon keksiminen keskitalvella oli vähän haastavaa. Liikunnalla huomattiin olevan kuitenkin paljon vaikutusta käyttäytymiseen ja unirytmiiin. Terveystoimenpiteitä toteutettiin. Avainhenkilöllä A oli iso reikä hampaassa, joka hoidettiin kuntoon ”projektin” aikana. Suoraa yhteyttä haastavaan käyttäytymiseen oli vaikea todeta, mutta palkinnot eli karkit oli ainakin mukavampi nauttia ilman vihlontaa.

**Palkitsevuus.** Palkintosysteemit motivoivat avainhenkilöä B kovastikin, mutta huomasimme, että sama palkinto ei jaksakaan kahta kertaa innostaa yhtä paljon. Jouduimmekin vaihtelevaan kesken palkintomerkkien keräämisen loppupalkintoa. Myös avainhenkilö A sai palkkion aina kouluun päästyään.

**Riittävän mielekäs toiminta** on nostettu 16. keinoksi. Päiväjärjestysten sisällön kehittäminen on jatkuvasti mietinnässä ja varsinkin vuoden aikojen vaihtelu vaikuttaa siihen millaista toimintaa pystytään järjestämään. Talvella on hauska laskea pulkalla mäkeä ja kesällä uida ja pyöräillä, mutta loppusyksystä ja alku talvesta voi olla monesti hankala keksiä mielekästä tekemistä.

17 keino oli **porttikirja**. Porttikirjaa suunniteltiin vanhemmalle B avainhenkilölle ja toivon mukaan siitä on ollut hyötyä hänen kuntoutusjaksollaan erityishuoltopiirissä. Aikaisemmat kokemuksen porttikirjoista ovat ainakin

olleet positiivisia.

## **7. TULOKSET JA POHDINTAA**

Haastava käyttäytyminen väheni kummallakin avainhenkilöllä määritellyn käyttäytymisen osalta. Avainhenkilölle A tehtiin sosiaalinen tarina koulu-aamuista. Sosiaalista tarinaa kerrattiin yhdessä A:n kanssa aamuisin ja sosiaalisen tarinan avulla myös ohjaajien toimintatapa yhtenäistyi. A:lle kehitettiin yhteistyössä koulun kanssa myös palkitsemisjärjestelmä. A sai kouluun saapuessaan välittömästi palkkion, eli karkin. Tällä hetkellä päänvaivaa on tuottanut lähinnä se, että A on koulu-aamuina liian aikaisin valmiina.

Avainhenkilölle B tehtiin myös palkitsemisjärjestelmä. Onnistuneesta vessakäynnistä sai merkin tauluun ja kymmenen merkkiä kerättyään B sai käydä vessassa ilman valvontaa. Jos vessakäynneillä sattui jotain sopimatonta, merkit otettiin pois ja valvontaa jatkettiin. Valvonta tapahtui oven takana odotellessa. Valvonnan poistuminen oli kuitenkin riittävä motivaatio ja mieleinen luottamuksen osoitus, niin että merkit tuli äkkiä kerättyä.

Johdannossa mainitsinkin jo työyhteisön sitoutumisen ja tärkeimpänä tuloksena pidänkin työntekijöiden tiedon lisääntymistä ja vahvistuksen saamista sille, että toimintamme perustuu teoreettiseen tutkittuun tietoon autismikuntoutuksesta. Muutamit ohjaajat toivat ilmi sitä, että meidän toimimmekin jo niin kuin kirjassa neuvotaan. Kysellessä ohjaajilta mielipiteitä kehittämistehtävästäni, ovat kaikki nähneet sen hyvänä keinona lisätä autismitietoutta. Kirjan lukeminen, toteuttaminen ja yhteenveto onnistuivat ja vaikuttivat juuri niin kuin toivoinkin.

Tarkoitus on jatkossa ylläpitää yksikkömme autismitietoutta ja toimia autismikuntoutuksessa Haastava käyttäytyminen -teoksen menetelmien mukaan. Yksikössämme on monia erilaisia haastavia tilanteita, joissa voimme käyttää hyväksi oppimaamme tapaa käsitellä ja vastata haastavaan käyttäytymiseen. Työyhteisömme sisäisissä koulutuksissa tullaan myös keskittä-

mään huomiota autismin kirjoon ja kasvatukselliseen kuntoutukseen. Teoksen lukeminen on myös vaatimuksena yksikköömme tuleville uusille työntekijöille ja vanhojen työntekijöiden kanssa ylläpidämme oppimaamme keräämällä kirjan oppeja. Toiveena on myös saada Anna-Kaisa Sipilä konsultoimaan yksikköömme syksyllä.

En tiedä oliko kehittämistehtäväni ansiota, mutta koen, että työyhteisö on alkanut aktiivisesti miettimään keinoja vaikuttaa haastavaan käyttäytymiseen. Ja keinot ovat kirjan suosittelemia kuten palkitsemista, kuvittamista, sosiaalisia tarinoita, rentoutumista, liikuntaa, positiivista ilmapiiriä, tarkkoja ohjeistuksia jne. Näitä on ollut aikaisemminkin käytössä, mutta jotenkin uskon, että ohjaajat ovat innostuneet uudella tavalla menetelmien käytöstä.

## LÄHDELUETTELO

Kerola, K. & Sipilä, A-K. 2007. Haastava käyttäytyminen – syitä – muutoksen mahdollisuuksia. Tervaväylän koulu. Oulu.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Timonen, T. 2009. Autismin kirjo ja kuntoutus. WS Bookwell, Juva.

Raija Sirén, 2006, Haastava käyttäytyminen autismin kirjon nuorilla. Autismilehti 2/06.