
Tiedonjyviä autismikirjosta

Opas asumisyksiköiden
työntekijöille

Osa opinnäytetyötä:

TIEDONJYVIÄ AUTISMIKIRJOSTA

KOULUTUS JA OPAS ASUMISYKSIKÖIDEN TYÖNTEKIJÖILLE

Julkaistu:

PERJANTAINA 5.2.2021

SISÄLLYS

OPPAAN TARKOITUS	4
ESITTÄYTYMINEN	5
LISÄÄ TIETOA JA MATERIAALEJA	6–7
AUTISMIKIRJO YLEISESTI	8–9
ARKI	10–13
HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN	14–15
SEKSUAALISUUS	16
IKÄÄNTYMINEN	17
KOMMUNIKAATIO	18–19
APUVÄLINEITÄ ARJEN TUEKSI	20–23

OPPAAN TARKOITUS

Opas on osa opinnäytetyötämme,
joka julkaistaan keväällä 2021.

Opinnäytetyömme tavoitteena on lisätä
vammaistyötä tekevien ammattilaisten
tietoisuutta autismikirjosta
koulutusten sekä tämän oppaan avulla.

Opas on tehty
nopeasti selattavaksi
arjen työn ohessa.
Tästä johtuen aiheet esillä napakasti.

ESITTÄYTYMINEN

Olemme tämän oppaan tekijät,
Kaisa Tiihonen ja Salla Mäenpää.



KAISA

SALLA

Aloitimme sosionomiopinnot
Diakonia-ammattikorkeakoulun (Diak)
Porin-kampuksella tammikuussa 2019.
Suoritimme vammaistyön suuntaavat opinnot
kevätlukukaudella 2020.

Molemmilla on vammaistyöstä kokemusta,
jonka vuoksi haluamme olla
mukana kehittämässä
vammaistyötä alana eteenpäin.

**KAISA JA SALLA SUOSITTELEVAT
KATSOMAAN AINAKIN SEURAAVAT**



Papunet

Vernerinet

Autismikäsikirja 2.0

Selkeästi seksistä

Seteke

Kehitysvammaliitto

TUVET-hanke:

Autismikirjo materiaalipankki

Tampereen kaupungin nettisivut:

Nepsy-kuvat, Oppaat, Kirjavinkit, Videot

Autismiliitto

Autismikirjo ja ikääntyminen sivusto

TÄSSÄ LISÄÄ



Finlex

Minilex

Vammaispalveluiden käsikirja

Euroopan Autismikulttuuri
yhdistys ry

Suomen Autismikirjon
Yhdistys (ASY)

Autismisäätiö

Invalidiliitto

Väestöliitto

Tukiliitto

Tukinet

Ihmisoikeudet.net

Esteettömyyskeskus ESKE

Selkoseks

Malike

Nepsytic ry

Vamlas

Erityinen sisaruus

Autismikoira ry

Inclusion Europe

Neurokirjon ammattilaiset

Mahti Tunnekortit

Nepsy-nappi

Satakunnan SAMDY ry

Duodecim Terveyskirjasto: Autismikirjon häiriöt

Theseus: Aistiesteettömät asumisratkaisut

Hilma Vammaisten maahanmuuttajien tukikeskus

Tietoa Suomesta ja Suomeen muuttamisesta: InfoFinland

Teemme minulle palvelusuunnitelman

Palvelupolkumalli

AUTISMIKIRJO YLEISESTI

AISTIJÄRJESTELMÄN ERITYISYYS

- Autismikirjolaisilla aistien ali- ja yliherkkyksiä.
- Aistiherkkydet voi vaihdella eri ympäristöissä ja tilanteissa.

AISTIEN HUOMIOINTI

- Asuinympäristön hyvä olla vähän aistimuksia tuottava
- Aistiärsyksiä voi vähentää esimerkiksi:
 - Kuuloaisti: kuulosuojaimet, kaikumisen ehkäisy, hiljainen rauhoittumisnurkka
 - Näköaisti: sisustuksen värit, valojen säätely, heijasteiden ehkäisy pinnoista
 - Tuntoaisti: materiaalivalinnat, saumattomat vaatteet
 - Hajuaisti: Hajusteettomat hygieniatuotteet
 - Makuaisti: Ruoka-aineet tarjolla erillisinä komponentteina
- Aistijärjestelmän aktivointi silti tärkeää.
 - Aisteja voi aktivoida päivittäisten toimintojen aikana tai suunnitelluissa aistituokioissa.

VUOROVAIKUTUKSEN HAASTEET

- Vaikeuksia sanallisen ja sanattoman viestinnän kanssa (ymmärtäminen kirjaimellisesti, äänensävyt...)
- Omien tunteiden sekä toisten tunteiden, eleiden ja ilmeiden tunnistamisen ja ilmaisemisen haasteet
- Katsekontaktin ottaminen ja vastavuoroisuus haastavaa
- Vaikeus ymmärtää kirjoittamattomia sosiaalisia sääntöjä

RUTIININOMAINEN KÄYTTÄYTYMINEN

- Toistuvia kehonliikkeitä tai pakkomielteitä.
- Rutiininomainen toistaminen tuo usein henkilölle turvaa.
- Rutiineista poikkeaminen voi aiheuttaa voimakkaan reaktion.

ERITYISET MIELENKIINNON KOHTEET

- Mielenkiinto voi olla rajautuneena yhteen tai muutamaaan kohteeseen iän mukaisesti tai ei ikää vastaavasti.
- Henkilöllä voi olla erityisiä mielenkiinnon kohteita liittyen ihan mihin tahansa aihealueeseen.
- Haluaa usein selvittää mielenkiinnon herättävästä asiasta kaiken ja saattaa tutkia montakin tuntia putkeen.
- Voi vaihdella kausittain.

ARKI

STRUKTUURI

- Luodaan yksilöllisesti selkeyttämään arkea.
- Auttaa hahmottamaan ja ymmärtämään ympäristössä tapahtuvia asioita
- Tavoitteena kertoa: Mitä, missä, miten, mitä sen jälkeen
- Henkilökunnankin helpompi toimia johdonmukaisesti sekä tarkoituksenmukaisesti

VISUAALISET KEINOT JA STRUKTUROINTI

Käytä päiväjärrjestystä tulevien tapahtumien hahmottuksen apuvälineenä. Voi olla kuvallinen, kirjallinen tai esineellinen.

Ensin-sitten-jälkeen -korttien avulla voi ottaa lyhyempiä tulevaisuuden pätkiä, jos päiväjärrjestys ei toimi.

Sosiaaliset tarinat, kuvanauhat tai struktuuriviivat auttavat hahmottamaan paremmin uusien käytäntöjen ja tilanteiden opettelua.

Visualisoivia materiaaleja netissä valmiina hyödynnettäväksi. Tarvittaessa voit tehdä henkilölle uuden version juuri hänen tarpeitaan vastaamaan.

ARJEN HAASTEITA

- Oman elämän hallinta ja toiminnan ohjaaminen
- Syömisongelmat (usein liitoksissa aistitoimintaan)
- Stressiherkkyys arkisissa tilanteissa (hermosto kuormittuu)
- Muutokset ja uudet tilanteet voi luoda haastavaa käytöstä
—> voidaan vähentää ennakkoinnilla
- Muutoksista kertominen ja niiden läpikäynti yksilöllistä.
Sopivaa ajankohtaa voi testata, sillä vaadittava aika vaihtelee.
Esimerkiksi seuraavat:
 - Malli Maijalle pitää kertoa 2 viikkoa ennen.
 - Malli Mikolle pitää kertoa 4 päivää ennen.
 - Malli Mallikkaalle voi kertoa juuri ennen.

ARKI JA AJAN HAHMOTUKSEN HAASTEET

Hyödynnä apuvälineitä luovasti ja rohkeasti kokeillen:

- Kalenteri (älylaitteessa, seinällä)
- Ajastimet (TimeTimer, puhelinsovellukset)
- Vuodenaikaympyrä
- Laminoitu kello (oikean kellon viereen osoittamaan haluttua aikaa ja kun viisarit osoittavat samaan suuntaan, niin lähtö esimerkiksi töihin)

SOSIAALISET TAIIDOT

- Voi olla puutetta tai niitä käytetään poikkeavasti.
- Sosiaalisia tilanteita ja niissä toimimista harjoiteltava.
- Sosiaalisten taitojen opettaminen vaatii pitkäjänteisyyttä ja kekseliäisyyttä, koska harjoittelemisen haastavampaa kuin jonkin konkreettisen asian (esimerkiksi aamutoimet).

AUTISMIKIRJON HENKILÖN KOHTAAMINEN

1. Toimi rauhallisesti, ystävällisesti ja selkeästi.
2. Pidä suurempi fyysinen etäisyys kuin normaalisti pitäisit.
3. Selvitä onko henkilöllä erityisiä kommunikoinnin tapoja.
4. Vältä sinäkin katsekontaktia, jos se ärsyttää henkilöä.
5. Kommunikoiminen rauhallisesti, selkeästi ja lyhyesti.
6. Ohjatessasi → konkreettiset toimintaohjeet.
7. Selkeyttä tarvittaessa visuaalisesti ja sanallisesti.
8. Ohjaa vuorovaikutustilanne selkeään vuorotteluun.
9. Mahdollisuuksien mukaan poista aistiärsyksiä.
10. Älä puhu turhaan. Hiljaisuuden aikana henkilö saattaa miettiä juuri sanomaasi ja pohtia siihen vastausta.

ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUS ARJESSA

- Toteutumista edellytetään säädösten ja lakien kanssa.
- Työntekijöiden velvollisuutena vahvistaa, kunnioittaa ja mahdollistaa itsemääräämisoikeuden toteutuminen.
- Esimerkiksi sitä, että saa aidosti itse tehdä arjen valintoja ja vaikuttaa palveluihinsa.
- Tarvittaessa tuetaan henkilöä tekemään omia valintoja.
- Meillä kaikilla oikeuksien lisäksi velvollisuuksia ja niiden hahmottamisessa myös tuettava.

TOIMINTAOHJEET JA OHJAUSKANSIOT TYÖSSÄ

- Työntekijöille luodut kirjalliset ohjeistukset auttavat arjen sujumisessa. Valmiiksi mietittyjen toimintatapojen avulla on helpompi ylläpitää ja noudattaa rutiineja.
- Työyhteisön selkeällä ja yhdensuuntaisella toiminnalla selkeytetään autismikirjon henkilön arkea.
- Ohjeiden oltava ajantasaiset ja helposti saatavilla.
 - Sovittu vastuhenkilö joka päivittää.
- Vaikka työyhteisössä tällä hetkellä kaikki tietäisivät miten henkilön aamutoimet etenevät, niin tilanne voi muuttua
—> kirjoittamalla varmistetaan jatkuvuus.

HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN

MITÄ SE VOI OLLA?

- Mitä vain käytöstä, joka on ympäristöä häiritsevää.
- Voi olla myös itseä tai muita vahingoittavaa.
- Laaja käsite joka kattaa paljon.

SYYT HAASTAVAN KÄYTTÄYTYMISEN TAUSTALLA

- Voivat olla moninaisia.
- Syynä esimerkiksi: stressi, turvattomuus, pelko, muutokset, siirtymätilanteet, kokemus ympäristön kaoottisuudesta, kommunikointikeinon puute tai kommunikoinnin haasteet, sosiaaliset pulmat, aistijärjestelmän kuormitus, tunnetaitojen ja toiminnan ohjauksen haasteet...
- Tarvittaessa suljettava pois somaattisia syitä: ummetus, virtsatieinfektio, erilaiset kivut...
- Syyn löytäminen voi olla salapoliisin työtä!
- Mietittävä onko haastavan käyttäytymisen tilanteissa yhtäläisyyksiä: säännöllisyys, mitkä asiat käyttäytymisen laukaisevat, toimintamallit tilanteen katkaisemiseksi...
- Syy selvillä → Mietittävä eri vaihtoehtoja ratkaisuksi.

HAASTAVAAN KÄYTTÄYTYMISEEN PUUTTUMINEN

- Huomiotta jättäminen voi toimia.
- Myönteiset keinot ja asianmukainen tuki toimivat parhaiten.
- Puuttumista tarvittaessa tilanteen voi katkaista esimerkiksi:
 - Saamalla henkilö kiinnostumaan jostakin muusta (jokin hänelle mielekäs tekeminen tai puheenaihe)
 - Ohjaamalla sovittuun rauhoittumispaikkaan (rauhottumistuoli, oma huone...)
 - Tilannetta varten tehtyä toimintataulua näyttämällä
 - Hallitusti toteutettu kiinnipitokin voi toimia.
- Tilannesidonnaista → opetettava uusi toimintatapa.
 - Pitkä ja johdonmukaisuutta vaativa prosessi.
 - Koko työyhteisön sitouduttava suunnittelusta lähtien.
 - Opetuksen tukena käytettävä sopivia kommunikoinnin keinoja, kuten sosiaalista tarinaa
 - Erilaiset palkkiojärjestelmät voivat toimia motivointina (aina hyvästä toiminnasta tai kerää tietty määrä merkintöjä → palkinto)

HAASTAVAN TILANTEEN PURKU TYÖYHTEISÖSSÄ

- Tilanteen jälkeen yhteiset keskustelut ja purkutilanteet
- Työnohjaus
- Työyhteisö voi miettiä, mikä heidän kohdallaan toimivaa.
- Erilaisia keinoja hyvä kokeilla avoimin mielin.

SEKSUAALISUUS

- Osa jokaista ja jokaisella siihen oikeus.
- Henkilö ei osaa ottaa esille —> työntekijöiden velvollisuus.
- Seksuaalioikeuksia ja seksuaaliterveyteen liittyviä asioita voi käydä läpi erilaisilla tukimateriaaleilla, kuten:
 - Selkeästi seksistä -materiaalit (kuvitukset, keskustelu rungot aiheittain: keho ja kehitys, turvataidot, terveys ja puhtaus, ihmissuhteet, seksi)
- Kuten muitakin, niin autismikirjon henkilöä ohjattava toimimaan seksuaalisuuteen liittyvissä tilanteissa hyväksyttävällä tavalla. Ei syyllistetä esimerkiksi itsetyydytyksestä, vaan ohjataan toimimaan tilanteessa oikein.
- Työntekijällä itsellään olisi tärkeää olla luonteva suhde omaan seksuaalisuutensa, jotta omat arvot, ennakkoluulot ja menneisyys eivät vaikuttaisi, kun käsittelee aihetta asiakkaan kanssa.

APUA SEKSUAALIOHJAUKSEEN

Asumisyksikön keinot loppuvat kesken ja tarvitaan apua —> työntekijä voi ottaa yhteyttä henkilön sosiaalityöntekijään ja kertoa hänelle tilanteen ja avun tarpeen.

Seksuaaliohjausta voi saada sopeutumisvalmennuksena.

IKÄÄNTYMINEN

- Erityispiirteet elämänmittaisia.
- Ei ole tyypillistä ikääntyvää autismikirjon henkilöä.
- Muiden tavoin liitännäisdiagnooseilla vaikutusta henkilön toimintakykyyn.
- Ikääntymisprosessi yleensä samanlainen kuin suurimmalla osalla. Esimerkiksi: aistien ja muistin alenemat, tuki- ja liikuntaelinten muutokset, yleinen terveyden heikentyminen, ihmissuhteiden muuttuminen...
- Esimerkiksi: kuulonaleneman vuoksi ääniyliherkkä voi alkaa vanhuudessa huutamaan tai sietämään koviakin ääniä.
- Mikäli poikkeavaa käyttäytymistä esiintyy, olisi hyvä tarkistaa:
 - tarvitaanko uusia kommunikaatiovälineitä
 - aistitoiminnot
 - muistisairauden mahdollisuus

MUISTITESTI AUTISMIKIRJON HENKILÖLLE

Asumisyksikön työntekijä voi olla yhteydessä asiakkaan sosiaalityöntekijään ja pyytää maksusitoumuksen Sata-sairaalan Erityisosaamiskeskukseen eli Antinkartanoon. Antinkartanossa on mahdollista tehdä sopiva muistitesti.

KOMMUNIKAATIO

- Jokaisella oltava mahdollisuus itsensä ilmaisemiseen.
- Haastavaa käyttäytymistä voi ilmetä, jos henkilö ei pysty ilmaisemaan itseään ja tarpeitaan.

KOMMUNIKAATIOTILANTEESSA

- Voidaan hyödyntää puhetta tukevia ja korvaavia kommunikointikeinoja
- Keinot jaetaan perinteisesti kahteen:

1.

AVUSTEINEN KOMMUNIKOINTI

- Hyödynnetään apuvälineitä, kuten esineitä, kuvia ja merkkejä.
- Esineitä voi käyttää luovasti, kuvia tulostaa itse ja merkkejä voi sopia.

2.

EI-AVUSTEINEN KOMMUNIKOINTI

- Käytetään eleitä, viittomia ja ääniä.
- Varhaisten vuorovaikutuksen keinojen käyttö: voimauttava vuorovaikutus ja huomioivan yhdessäolon malli (HYP)
- Tarvitaan rohkeutta ja heittäytymistä

HUOMIOITAVIA ASIOITA

- Puhutun kielen ymmärtäminen vaikeaa.
- Usein syytä välttää sarkasmia, kielikuvia, vitsejä, ironiaa
- Ymmärtäminen ja vastauksen tuottaminen hidasta
—> Riittävä ajan antaminen.

TIKOTEEKKI

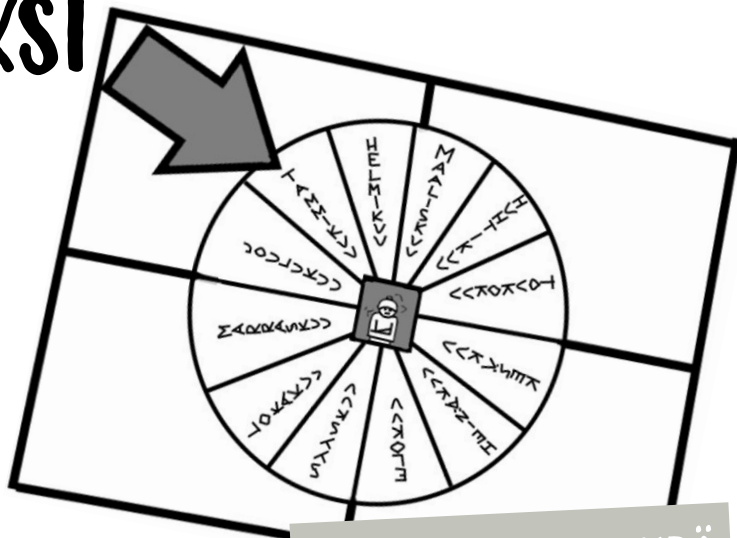
"Edistää puhevalmiiden ihmisten osallisuutta, itsemääräämisoikeutta ja mahdollisuuksia kommunikoida yhteisössään ja yhteiskunnassa." -Tikoteekki

- Kehitysvammaliiton alainen Papunetin tapaan
- YouTubesta Paputuubi-kanavalta löytyy paljon videoita erilaisista kommunikoinnin tavoista
- Lähetteen Tikoteekkiin tekee lääkäri tai sosiaalityöntekijä. Aloitteen lähetteen tekemiseksi voi tehdä kuka vain.
- Tikoteekki arvioi:
 - Mitä apuvälineitä voisi hyödyntää kommunikoinnissa
 - Hankkii apuvälineet
 - Perehdyttää käyttöön ja ohjaa asiakkaan lähipiiriä

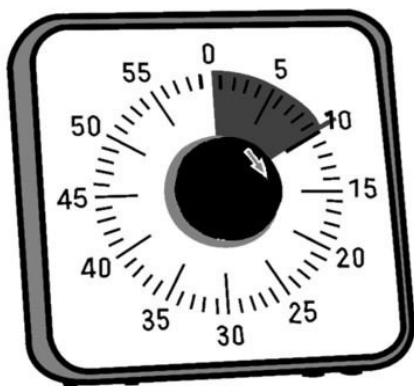
SATAKUNNAN TIKOTEEKKI

- Löytyy Maakunnallisesta apuvälinekeskuksesta:
Rahtitie 4 (Honkaluoto), 28430 Pori

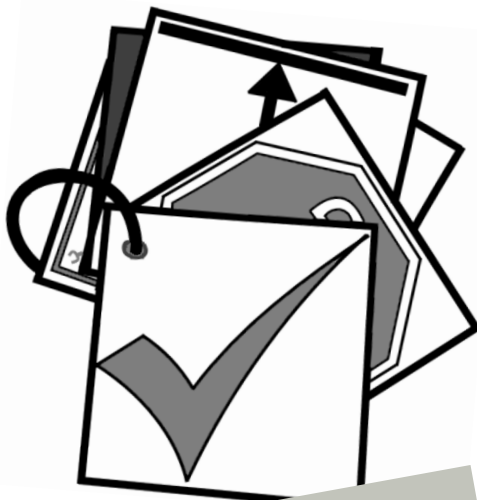
APUVÄLINEITÄ ARJEN TUEKSI



VUODENAIKAYMPYRÄ



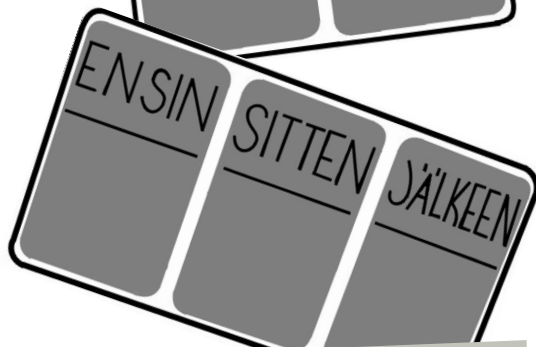
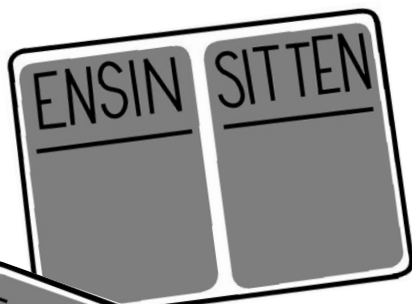
TIME TIMER



KUVAVIUHKA



KUVAPOLKU (ITSENÄISEMPI TOIMINTA)



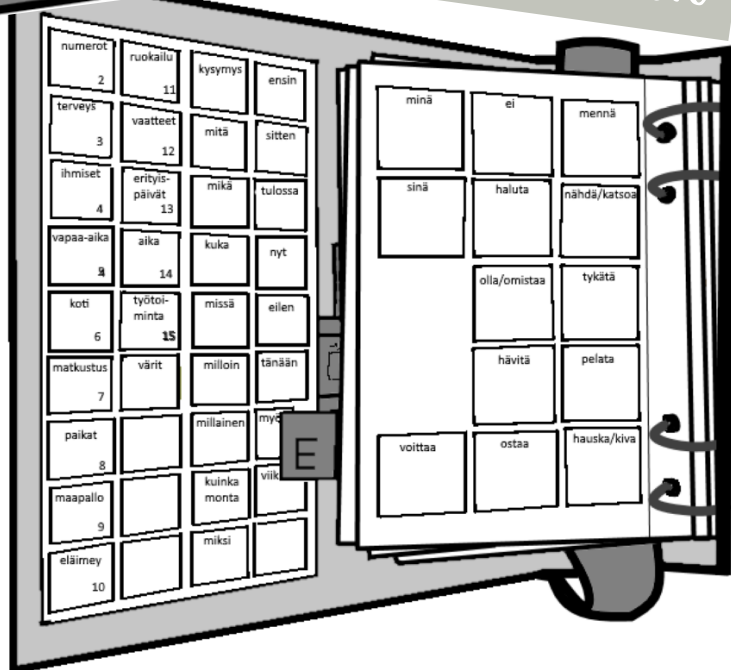
TULEVIEN TAPAHTUMIEN JÄSENTÄMINEN (VAIHDETTAVIN IRTOKUVIN)

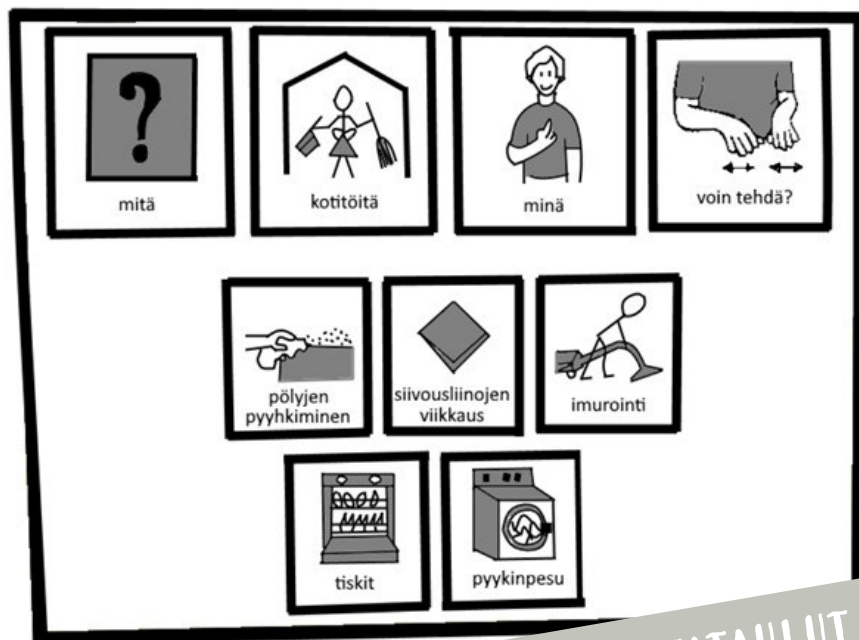


SOSIAALINEN TARINA

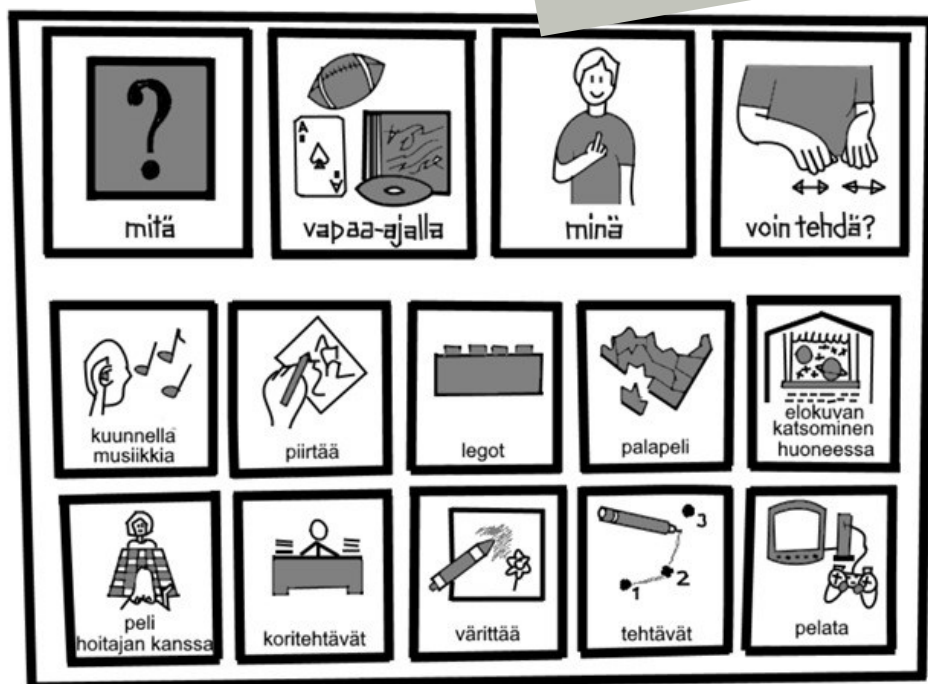


KOMMUNIKOINTIKANSIO





TOIMINTATAULUT



Tiedonjyviä autismikirjosta

Opas tarjoaa tiedonjyviä autismikirjolaisten kanssa tehtävään työhön ja tekovaiheessa on ajateltu erityisesti asumispalveluiden työntekijöitä.

Oletko tehnyt pitkään vammaistyötä ja haluat kerrata nopeasti kahvikupposen ääressä autismikirjoon liittyviä asioita? Oletko vasta alaan tutustuva opiskelija ja haluat tietää, että mitä autismikirjo tarkoittaa? Uskomme, että tämä opas toimii molempiin tarkoituksiin ja myös kaikkeen siltä väliltä. Vammaistyötä tekeviä on kuitenkin moneen junaan ja se on huippua.

Nappaa käteen ja lukaise läpi!