

Tuntemukset tukenasi – materiaalia ryhmämuotoisen aistituokion suunnittelun tueksi

Materiaali on toteutettu osana Metropolia AMK:n toimintaterapeuttiopiskelijoiden opinnäytetyötä. Opinnäytetyömme aiheena on autismikirjon henkilöiden aistisäätely sekä sen tukeminen aistituokioiden avulla. Materiaali laadittiin kehittämissyhteistyönä Käpylän ohjaus- ja valmennuspalveluiden päivätoiminnan henkilökunnan kanssa.

Opinnäytetyömme teoreettisina lähtökohtina toimivat lähiaistit, aistitiedon käsittelyn haasteet sekä aistipoikkeavuudet autismikirjon häiriössä. Toimintaterapian tietoperustana työssämme käytettiin Gary Kielhofnerin inhimillisen toiminnan mallia, Yalomin ryhmän terapeuttisia tekijöitä sekä Marilyn Colen seitsemän vaiheen työtapa. Tämän opinnäytetyön ja materiaalin tarkoituksena oli lisätä henkilökunnan tietämystä aistisäätelystä erityisesti lähiaistien ja aistitiedon käsittelyn haasteiden osalta, vahvistaa henkilökunnan keinoja aistituokioiden suunnitteluun sekä antaa konkreettisia ideoita aistituokioissa toteutettavista toiminnoista. Poikkeava reagointi eri aistiärsykkeisiin on autismikirjon henkilöille hyvin tyypillistä ja vaikuttaa suurimmalla osalla toimintakykyyn läpi elämän. Arviolta noin 90 prosentilla autismikirjonhäiriön aikuisista ilmenee aistitoimintojen yli- tai aliherkkyyttä. Aistitiedon käsittelyn haasteet voivat vaikuttaa henkilön keskittymiskykyyn, impulsiivisuuteen sekä kykyyn käyttäytyä hallitusti. Haasteet voivat näkyä myös siirtymätilanteiden vaikeutena, jonka vuoksi aistisäätelyn tukeminen on tärkeää toimintaan osallistumisen kannalta.

Materiaali sisältää tietoa lähiaisteista, aistitiedon käsittelyn haasteista, ryhmän terapeuttisista tekijöistä, seitsemän vaiheen työtavasta sekä toiminnan analyysistä. Seitsemän vaiheen työtapa ohjaa aistituokioiden suunnittelussa sekä mahdollistaa opittujen asioiden siirtämisen asiakkaiden arkeen. Seitsemän vaiheen työtapa antaa aistituokiolle hyvän rungon. Se sisältää seitsemän vaihetta, jotka ohjaavat aistituokion etenemistä. Vaiheet voivat toteutua myös eri järjestyksessä kuin ne ovat esitelty, sillä järjestykseen vaikuttavat ryhmän tavoitteet ja konteksti. Ryhmän terapeuttisten tekijöiden kautta puolestaan voidaan tarkastella ryhmän vaikutuksia yksilöllisesti kunkin osallistujan hyvinvointiin ja toimintakykyyn liittyen. Toiminnan analyysin avulla ohjaajan on mahdollista vaikuttaa asiakkaan toiminnasta suoriutumiseen. Toiminnasta suoriutumiseen voidaan vaikuttaa muokkaamalla toiminnan sisältöä, vaatimuksia tai ympäristöä. Esimerkkitaulukko toiminnan analyysistä havainnollistaa, mitä asioita toiminnasta tai ympäristöstä tulisi huomioida, jotta toiminta voidaan soveltaa asiakkaalle sopivaksi. Lisäksi materiaalista löytyy konkreettisia ideoita toiminnoista, joita voi hyödyntää aistituokioiden aikana. Ideat on jaoteltu taktiilisiin-, vestibulaarisiin- ja propriosptiivisiin aistimuksiin. Taktiilisten aistimusten osalta materiaalista löytyy tietoa myös sosiaalisen vuorovaikutuksen ja tuntoaistimusten yhdistämisestä sekä tunteiden yhdistämisestä tuntoaistimuksiin. Proprioseptiikan osalta materiaalista löytyy harjoitus kehotietoisuuteen yhdistäen. Vireystilaa nostattavista ja vireystilaa jäsentävistä toiminnoista löytyy oma taulukko. Lisäksi suurimmasta osasta toimintoja löytyy kuva, joka havainnollistaa mitä välineitä toimintaan tarvitaan tai kuinka toiminta suoritetaan.

Opinnäytetyö ja sen liitteenä laadittu materiaali löytyy Theseuksesta 4.10 jälkeen hakusanoilla "Tuntemukset tukenasi".

Materiaali on suunnattu Autismisäätöön henkilökunnalle ja asiakkaille huomioiden, mutta materiaalia voivat kuitenkin hyödyntää kaikki, jotka ovat kiinnostuneita aistitiedon käsittelyn haasteista tai ohjaavat ryhmiä aistitiedon haasteita omaaville henkilöille. Materiaalia on mahdollista hyödyntää laajasti eri toimintaympäristöissä ja ideoita tai toimintoja voidaan hyödyntää sekä yksilö- että ryhmätyöskentelyssä. Toivottavasti koette materiaalista hyötyä suunnitellessanne aistituokioita!

Mukavaa syksyä, toivottavat Netta Salonen ja Katariina Väyrynen