



Patologisen vaatimusten välttelyn (PDA) piirteitä omaavan lapsen haastava käytös

Toimintaterapian keinot haastavaan käyttäytymiseen

Häikiö Lotta-Julia

Opinnäytetyö, AMK

Toukokuu 2024

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma (AMK)

Häikiö, Lotta-Julia

Patologisen vaatimusten välttelyn (PDA) piirteitä omaavan lapsen haastava käytös - Toimintaterapian keinot haastavaan käyttäytymiseen

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Toukokuu 2024, 35 sivua.

Terveys- ja hyvinvointialat. Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Patologinen vaatimusten välttely, eli PDA on noussut viime vuosina puheenaiheeksi. Kyseisestä autismikirjoon kuuluvasta käyttäytymispiirteistöstä ei kuitenkaan löytynyt kovinkaan paljoa tietoa varsinkaan toimintaterapian näkökulmasta. Tähän tarvittaisiin muutosta, sillä PDA-piirteiset sekä autismikirjoon kuuluvat lapset ovat monen toimintaterapeutin jokapäiväinen asiakasryhmä.

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana, tarkemmin narratiivisena kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää minkälaisia interventioita PDA-piirteisen lapsen toimintaterapiassa voidaan käyttää sekä minkälaisia tuloksia toimintaterapialla voitaisiin saada PDA-piirteisen lapsen arkeen.

Tuloksista selvisi, että toimintaterapialla voisi olla suuri merkitys PDA-piirteisen lapsen arkeen. Toimintaterapia ja toimintaterapian interventiot olisivat lempeä ja yksilökeskeinen lähestymistapa PDA-piirteisen lapsen haastaviin tilanteisiin. Toimintaterapialla on oivia mahdollisuuksia tarjota uusia toimintamalleja ja strategioita PDA-piirteisten lasten arkeen ja sen haastaviin tilanteisiin. Toimintaterapian avulla voidaan terapiajakson edetessä paneutua lapsen haastavan käytöksen ydinsyihin. Näin lapsen käytöksestä voidaan pikkuhiljaa saada räjähtävyyden sijaan hallittua. Tällä tavoin arjesta voidaan tehdä lapselle ja hänen lähipiirilleen esteettömämpää, toimivampaa sekä mielekkäämpää.

Avainsanat (asiasanat)

Toimintaterapia, PDA, Patologinen vaatimusten välttely, äärimmäinen vaatimusten välttely, interventio

Häikiö, Lotta-Julia

Challenging behavior of a child with PDA (Pathological Demand Avoidance) - ways to use occupational therapy with challenging behavior

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, May 2024, 35 pages.

Health and welfare. Degree Programme in Occupational Therapy. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

Pathological demand avoidance i.e. PDA has become a topic of conversation in recent years. However not much information was found about the behavior characteristic of the autism spectrum in question especially from the perspective of occupational therapy. This would need a change because children with PDA characteristics and children on the autism spectrum are the everyday client group of many occupational therapists.

The thesis was carried out as a descriptive more precisely narrative literature review. The aim of the thesis was to find out what kind of interventions can be used in the occupational therapy of a child with PDA characteristics and what kind of results could be obtained with occupational therapy in the everyday life of a child with PDA characteristics.

The results showed that occupational therapy could be of great importance in the everyday life of a child with PDA characteristics. Occupational therapy and occupational therapy interventions would be a gentle and individual-oriented approach to the challenging situations of a child with PDA characteristics. Occupational therapy has excellent opportunities to offer new activity models and strategies for the everyday life of children with PDA traits and challenging situations. With the help of occupational therapy as the therapy period progresses the core causes of the child's challenging behavior can be addressed. In this way the child's behavior can be gradually controlled rather than abruptly. In this way everyday life can be made more accessible, functional and meaningful for the child and his close circle.

Keywords/tags (subjects)

Occupational therapy, PDA, Pathological demand avoidance, intervention

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Opinnäytetyön teoria	6
2.1	Autismikirjon häiriö.....	6
2.2	Autismikirjon häiriö lapsella.....	6
2.3	PDA.....	7
2.4	PDA-piirteisten lasten toiminnallisuuden tukeminen/ haasteet	10
2.5	Toimintaterapia.....	13
3	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	14
4	Opinnäytetyön toteutus.....	14
4.1	Tutkimusmenetelmät.....	14
4.2	Tietoperustan tiedonhaku	16
4.3	Aineiston keruu ja kuvaus	16
4.4	Aineiston analyysi	18
4.5	Eettisyys	19
5	Tulokset.....	19
5.1	Toimintaterapian interventiot	20
5.2	Kompensatorinen malli.....	28
6	Johtopäätökset.....	30
7	Pohdinta.....	31
7.1	Tulosten arviointi ja hyödynnettävyys.....	31
7.2	Luotettavuus	32
	Lähteet	33

Kuviot

Kuvio 1.	PANDA-malli, tehty mukaillen Korjan (2022, 10) mallia.	10
Kuvio 2.	Kompensatorinen malli sitoo tulokset yhteen.....	28

Taulukot

Taulukko 1.	Käytetyt tietokannat ja hakulausekkeet.....	17
Taulukko 2.	Käytetyt tutkimukset	18

1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö sai alkunsa kiinnostuksestani lasten haastavaa käytöstä ja sen taustalla olevia tekijöitä, varsinkin tunnetaitoja kohtaan. Toimintaterapian interventiot, joilla voidaan tukea lapsen tunteiden säätelyä ovat kiinnostaneet jo pitkään. Autismikirjon häiriöt ovat olleet jatkuvasti otsikoissa viime vuosina, josta innostuneena olenkin selannut paljon tutkimustietoa tähän liittyen. Patologinen vaatimusten välttely on noussut viime vuosina pinnalle, jonka vuoksi tämä aihe koettiin ajankohtaiseksi. Jopa muutamalla prosentilla väestöstä on patologiseen vaatimusten välttelyyn, eli PDA:han viittaavia piirteitä (Woods 2020). PDA oli minulle aivan uusi käsite, josta en ollut kuullut koskaan aiemmin. Aiheeseen perehdyttyäni innostukseni aihetta kohtaan kuitenkin kasvoi kasvamistaan. Yleinen tietoisuuskaan PDA:sta ei ole vielä kovin laajaa ja uusille tutkimuksille sekä artikkeleille löytyisi varmasti lukijoita. Haluaisin tulevaisuudessa toimintaterapeuttina työskennellä myös lasten kanssa, jonka vuoksi haluaisin kehittää omaa tietämystäni eri aiheista mahdollisimman paljon.

Tämän kuvailevana kirjallisuuskatsauksena toteutetun opinnäytetyön tavoite oli selvittää, millaisia interventiokeinoja toimintaterapiassa voidaan käyttää PDA-piirteitä omaavien lasten tukemisessa ja millaisia tuloksia niistä on mahdollista saada. PDA-piirteisiin lapsiin liittyen ei löytynyt yhtään jo tehtyä opinnäytetyötä Theseus-tietokannasta. PDA-piirteisistä lapsista tai PDA:sta toimintaterapian näkökulmasta löytyi muutenkin suhteellisen vähän suomenkielistä tutkimustietoa. Tämän tiedon valossa koinkin, että tälle opinnäytetyölle voisi olla tarvetta.

Monet toimintaterapeutit työskentelevät autismikirjioon kuuluvien lasten kanssa, mutta PDA:han toimintaterapian näkökulmasta ei löytynyt paljoakaan tietoa käyttämistäni tietokannoista. Opinnäytetyöni on suunnattu tietoperustaksi toimintaterapeuteille, jotka työskentelevät PDA-piirteisten lasten kanssa. Opinnäytetyöni tavoite oli tuottaa tietoa PDA:sta sekä toimintaterapiasta apuna lapsen haastavaan käytökseen, jonka taustalla on patologinen vaatimusten välttely.

2 Opinnäytetyön teoria

2.1 Autismikirjon häiriö

ASD (autism spectrum disorder) eli autismikirjon häiriö on keskushermoston kehityksellinen häiriö. Sen merkittävimpiä oireita ovat rajoittuneet, itseään toistavat, muutoksia joustamattomat käytösmallit, aktiviteetit tai kiinnostuksen kohteet. Tämän lisäksi merkittävä oire on jokapäiväiseen toimintakykyyn vaikuttavat laajat sekä pysyvät kommunikaation ja vuorovaikutuksen erityispiirteet. ICD-10 tautiluokituksen mukaan, joka on käytössä myös Suomessa, autismikirjon häiriön diagnoosit luokitellaan laaja-alaisiksi kehityshäiriöiksi (F84). (Autismikirjon häiriö 2023.)

Autismikirjon häiriöt ilmenevät varhaislapsuudessa ja jatkuvat useimmiten läpi koko elämän. Kyseessä on neurobiologinen häiriö. Autismikirjon häiriöiden esiintyvyydeksi on arvioitu vähintään 1 %. Ilmiö on kasvanut viime vuosikymmenien aikana. Esiintyvyyden kasvun uskotaan johtuvan niin ASD:n lisääntymisestä, että paremmasta diagnostiikasta. ASD:tä tavataan miehillä huomattavasti enemmän kuin naisilla. Geneettiset tekijät ovat keskeisessä roolissa autismikirjon häiriöiden synnyssä, mutta myös ympäristötekijät voivat vaikuttaa autismikirjon häiriöiden syntyvyyteen. Ihmisen kasvaessa autismikirjon häiriöiden keskeiset oireet voivat lieventyä. Useimmissa tapauksissa näitä ilmenee kuitenkin läpi elämän. (Koskentausta, Koski & Tani 2018.)

2.2 Autismikirjon häiriö lapsella

Vaikka autismikirjon häiriön selkeimmät piirteet näkyvät hyvin yksilöllisesti, voidaan joitain piirteitä nähdä jo varhaisessa iässä, jopa alle yksivuotiaana. Yleensä lapsen käyttäytymisessä huomioidaan puuttuvaa katsekontaktia, aistien erilaista toimintaa, viivästynyttä kielellistä kehitystä sekä normaalista poikkeavaa tapaa olla muiden ihmisten kanssa. Autismikirjon häiriöisellä lapsella voi olla esimerkiksi erilainen tapa reagoida muiden kommunikointiyrityksiin sekä tunnistaa ja ilmaista omia sekä muiden tunteita. Arjen muutokset voivat olla haastavia ja tämä voi näyttäytyä lapsen haastavana käytöksenä. Tarve toistuville ja tutuille rutiineille korostuu autismikirjon häiriöisillä lapsilla. Esimerkiksi syömis- ja pukeutumistilanteissa sekä omien tarpeiden ilmaisussa voi olla hankaluuksia. Lapsi voi vetäytyä tavallista enemmän omiin leikkeihinsä, kokea haasteita aistiherkkydessä sekä olla helposti ärsyyntyvä. On kuitenkin muistettava, että leikki-ikäisten lasten käytös on tavallisestikin omatahtoista ja lyhytjänteistä. Leikki-ikäisen lapsen

toiminnanohjaustaidot sekä tunteiden säätelyn kehitys ovat vasta kehittymässä. (Autismi eri elämänvaiheissa 2023.)

Aikuisten tuki on kaikille lapsille varhaislapsuudessa ensiarvoisen tärkeää, mutta tuen tarve korostuu autismikirjioon kuuluvilla lapsilla. Aikuisen rooli on ohjata ja opettaa lasta tunteiden ja oman käyttäytymisen säätelyssä, rakentaa juuri lapselle sopivan yksilöllisen struktuurin, tukea kommunikaatio- ja vuorovaikutustaitojen sekä oman toiminnan kehitystä. Aikuisen tehtäviin kuuluu myös huomioida lapsen ympäristö ja muokata sitä niin, ettei lapsella ole liikaa kuormittavia tekijöitä ympärillään. (Autismi eri elämänvaiheissa 2023.)

2.3 PDA

PDA eli patologinen vaatimusten välttely tai äärimmäinen vaatimusten välttely (pathological demand avoidance) tarkoittaa käyttäytymispiirteistöä, jonka ydinpiirteisiin kuuluu tarve vastustaa ja vältellä arjen askareita sekä pyyntöjä. Välttelyyn liittyy voimakkaasti tarve oman elämänsä kontrollointiin. 1980-luvulla psykologi Elizabeth Newson otti termin Pathological Demand Avoidance käyttöön. PDA:lla ei ole omaa diagnoosia ICD-tautiluokituksessa, mutta se nähdään autismikirjioon kuuluvana käyttäytymispiirteistönä (Autismiliitto PDA 2023). National Autistic Society määritteli PDA:n käyttäytymisprofiiliksi, joka kuuluu autismikirjon häiriöön. 5–7-vuotiailla lapsilla on käytetty EDA-Q-arviointiasteikkoa PDA-oireiden tunnistamiseen ja arvioimiseen. (Patologinen vaatimusten välttely (PDA) ja autismikirjon häiriö 2023.)

Autismikirjon häiriön ”tavallisten” ydinoireiden lisäksi lapsilla, joilla esiintyy patologista vaatimusten välttelyä, on havaittu ahdistuneisuudesta johtuvaa tarvetta olla kontrollissa ympäristöstä sekä muiden vaatimuksista ja odotuksista. Tämän on ajateltu johtavan mielialan epästabiiliuteen, pakkomielteisiin käytösmalleihin, sosiaaliseen manipulointiin sekä näennäiseen sosiaalisuuteen, josta puuttuu esimerkiksi häpeän tunne. Nämä ovat keinoja, joilla PDA-lapsi pyrkii selviytymään sosiaalisissa tilanteissa ja hallitsemaan niitä. (Patologinen vaatimusten välttely (PDA) ja autismikirjon häiriö 2023.)

Jotkut tutkijoista käyttävät PDA:n sijaan termiä RDA (rationaalinen vaatimusten välttely). RDA:sta puhuttaessa yksilön käytös nähdään rationaalisena ratkaisuna, mallina tai vastauksena toimia maailmassa, joka on rakennettu neurotyypillisiä henkilöitä varten. Välttely voidaan tulkita

autismikirjoon kuuluvan henkilön rationaaliseksi reaktioksi tilanteissa, joissa vuorovaikutus on henkilölle haastavaa. (Patologinen vaatimusten välttely (PDA) ja autismikirjon häiriö 2023.) RDA:ta kuvaillaan rationaaliseksi sekä ymmärrettäväksi vaatimuksiin vastaamiseksi, joka aiheuttaa esimerkiksi ahdistusta, epämukavuutta tai ovat liian kuormittavia yksilölle (Enright 2022). Yksi PDA:n tavallisimpia piirteitä on kykenemättömyys tunnistaa sekä ymmärtää ja täten käyttäytyä sosiaalisten normien mukaisesti. Näin ollen PDA-piirteisten yksilöiden käytös saatetaan ymmärtää uhmakkuutena. (Patologinen vaatimusten välttely (PDA) ja autismikirjon häiriö 2023.)

Ammattilaisten tulisi käyttää mieltä tarkasti vaihtoehtoja mieltäessään lapsen käyttäytymisen patologiseksi vaatimusten välttelyksi. Olisi tarpeellista sekä ratkaisevaa havainnoida ja käsittää syyt, jotka aiheuttavat vaatimuksia vastustavaa käytöstä. Välttely tulisi ymmärtää autismikirjon häiriöön kuuluvana asiana eikä erillisenä psykiatrisena oireena tai oppositionaalisena uhmakkuutena. On riski, että PDA:sta tulee käyttäytymisen kuvauksen sijaan käyttäytymisen selitys, eikä tällöin välttämättä tutkita riittävästi taustalla vaikuttavia tekijöitä kuten ahdistusta ja trauma. (Patologinen vaatimusten välttely (PDA) ja autismikirjon häiriö 2023.)

PDA aiheuttaa erilaisia haasteita elämän jokaiselle osa-alueelle. Välttely kohdistuu kaikkiin koettuihin vaatimuksiin tai oletuksiin siitä, miten henkilön tulisi tilanteessa toimia. Tilanne johtaa ahdistukseen ja välttelykäyttäytymiseen, kun PDA-piirteinen henkilö tuntee, että hänen odotetaan tekevän jokin asia tai se edellytetään tehtävän tietyllä tavalla. Tämä voi ilmetä esimerkiksi lamaantumisenä, väkivaltaisena- tai uhkaavana käyttäytymisenä tai päihteiden käyttönä. (Härkönen 2023, 42.)

Välttelykeinoilla tarkoitetaan, että PDA-piirteitä omaava henkilö voi esimerkiksi kieltäytyä, sulkeutua, vetäytyä ja paeta välttääkseen vaatimuksia, mutta usein ensin esiin tulevat erilaiset sosiaaliset keinot. Erilaisia tapoja vältellä voi olla harhaan johtaminen (esimerkiksi aiheen muuttaminen keskustelussa), tekosyiden keksiminen, viivyttely, vetäytyminen fantasiamaailmaan tai roolileikkeihin, merkityksellisen keskustelun vähentäminen tai vetoaminen fyysiseen kyvyttömyyteen. Mikäli näillä keinoilla ei saa vältettyä vaatimuksia tai ympäristö ei reagoi niihin voi tästä syntyä nopeatempoinen eskalaatio. PDA-piirteinen henkilö joutuu paniikkiin, kun vaihtoehdot käyvät vähiin. Kyseessä ei ole tahdonalainen teko vaan tiedostamaton taistele/pakene/jähmety/miellytä -reaktio. Kyseisestä toiminnasta johtuva meltdown-tila (joka voi

olla mahdollisesti myös väkivaltainen) on PDA-piirteisellä henkilöllä paniikkikohtauksen kaltainen. Tehokkaiden tukimuotojen suunnittelun onnistumisen kannalta keskiössä on PDA-piirteitä omaavan henkilön välttelykeinojen hierarkian ymmärtäminen. (Korja 2022, 7–8.)

Masking tarkoittaa PDA:ssa omien toimintarajoitteiden ja/ tai erityispiirteiden tietoista tai tiedostamatonta piilottelua sekä peittelemistä. Tätä voi tapahtua tietyissä ympäristöissä tai tiettyjen henkilöiden seurassa. (Korja 2022, 8.)

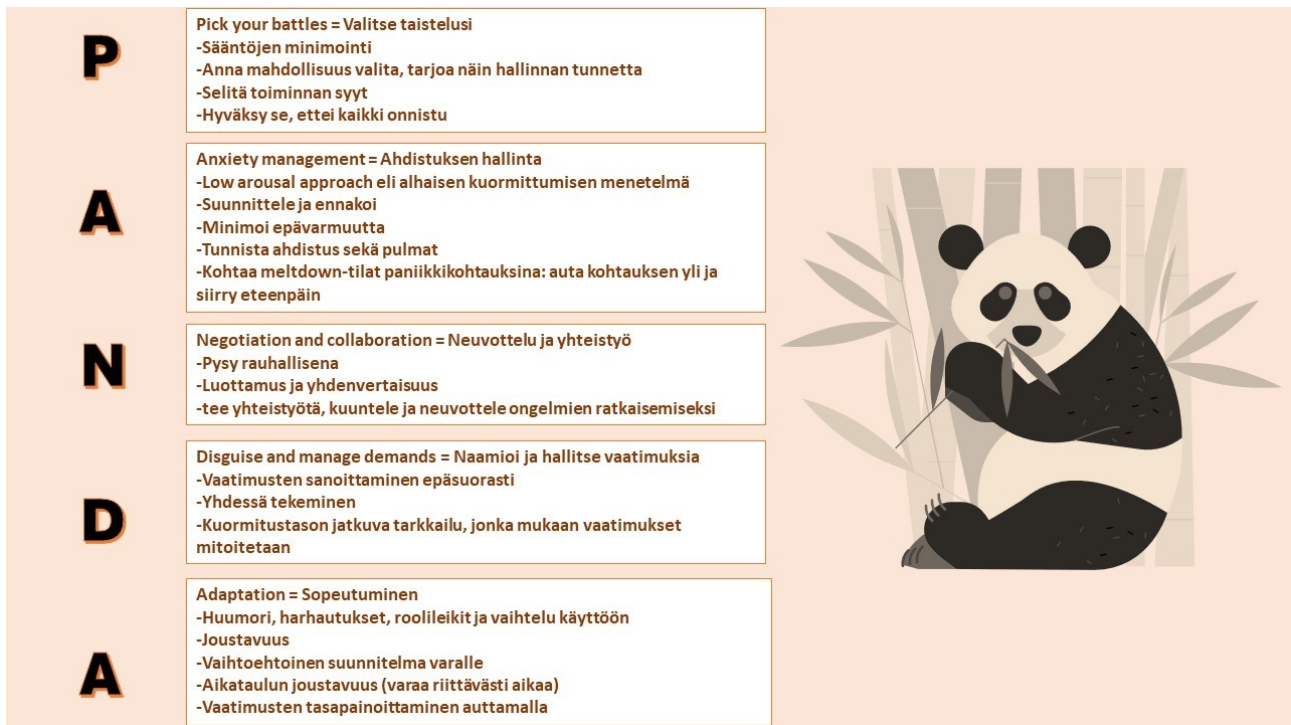
Cat (2018) on koonnut kirjaansa PDA-piirteisten henkilöiden kokemuksia. Moni kirjan henkilöitä kertookin toteuttavansa maskingia jatkuvasti arkielämässään. Moni kertoo myös tekevänsä tätä tiedostamattaan. Jotkut kuitenkin kertovat, että masking on henkisesti hyvin kuormittavaa pitkällä aikavälillä. Eräs vastaajista kommentoi, että hän toteutti varsinkin nuorempana maskingia, ettei hänen lähteiset näkisi, että hän on erilainen kuin muut. Eräs vastaaja jopa kertoo, että muut ihmiset luulevat hänen olevan hyvin sosiaalinen maskingin takia, vaikka todellisuudessa vastaaja kuvaa itseään ennemminkin epäsosiaaliseksi. (Cat 2018, 72–74.)

PDA-piirteisille henkilöille tarkoitetut tukemisen erilaiset menettelyt on koottu yhteen PANDA-malliksi. Kirjaimista P A N D A muodostuu lyhenne, joka kuvaa toimivien tukimuotojen erilaisia ulottuvuuksia (Korja 2022, 9.) PANDA-mallin on kehittänyt Englannista kotoisin oleva yleishyödyllinen yhdistys PDA Society, jonka ideologia on levittää tukea sekä tietämystä PDA:sta. PDA Society järjestää myös erilaisia koulutuksia PDA:han liittyen. (Härkönen 2023, 12.)

Korja (2022) kuvaa tekstissään (suora lainaus) PANDA-mallia seuraavasti:

P = pick your battles, valitse taistelusi
A = anxiety management, ahdistuksen hallinta
N = negotiation & collaboration, neuvottelu ja yhteistyö
D = disguise & manage demands, naamioi ja hallitse vaatimuksia
A = adaptation, sopeutuminen

(Korja 2022, 9).



Kuvio 1. PANDA-malli, tehty mukaillen Korjan (2022, 10) mallia.

EDA-Q (Äärimmäinen vaatimusten välttely – kysely) on luotu O’Nionsin ym. (2015) toimesta havainnollistamaan yksilöiden PDA piirteitä. Tällä mitataan vanhempien raportoimia PDA piirteitä lapsilla. EDA-Q mittari on avoimesti saatavilla kaikille. Tätä vastaava mittari, joka on kehitetty aikuisten itse raportoimille oireille, on EDA-QA. (Härkönen 2023, 11.)

2.4 PDA-piirteisten lasten toiminnallisuuden tukeminen/ haasteet

Lasten ja nuorten kohdalla ilmenee usein erilaisia haasteita koulunkäyntiin liittyvissä vaatimuksissa. Koulunkäyntiin ja sen tuomiin vaatimuksiin liittyvä pakoilu on tavanomaista PDA-piirteitä omaavilla lapsilla. Jotkut PDA-piirteiset lapset ja nuoret pystyvät peittelemään haasteitaan (masking) koulupäivien ajan. Tällöin lapsi tarvitsee runsaasti palautumisaikaa ja -tilaa, jotta kotona ja loma-aikoina voi purkaa koulussa kertynyttä kuormitusta sekä ahdistusta. (Korja 2022, 13.)

Härkönen (2023) toteaa viitaten Newsonin ym. (2003) tutkimukseen, että PDA-piirteisten lasten alkuperäisen kuvauksen mukaan heidän vaatimusten vastustelu sekä vahva omaehtoisuus on havaittavissa jo varhaislapsuudessa. Lasten kasvaessa he kehittävät sosiaalisesti manipuloivia toimintatapoja välttääkseen vaatimuksia. PDA-piirteiset lapset voivat vaikuttaa ulospäin ”tyypillisiä” autismikirjoon kuuluvia lapsia sosiaalisimmilta, mutta todellisuudessa PDA-piirteisen

lapsen sosiaalisuus on vain pintapuoleista. PDA-lasten tunnetilat ja käyttäytyminen saattaa vaihdella ääripäästä toiseen sosiaalisissa suhteissa. Lapset voivat esimerkiksi olla väkivaltaisia tai nauraa epäsovivalla hetkellä. Lapsilla voi olla myös rajuja mielialan vaihteluita sekä heidän käyttöksensä voi olla muutenkin impulsiivista. PDA-piirteisillä lapsilla havaitaan myös tarvetta kontrolloida ympäristöään. Kyseiset lapset myös pitävät usein teeskentelystä sekä roolileikeistä. PDA-lapsilla voidaan tavata myös lieviä neurologisia oireita (esimerkiksi kömpelyyttä). Heidän kielenkehityksensä voi myös aluksi kehittyä viiveellä, mutta se saavuttaa ikätasonsa nopeasti. PDA-piirteiset lapset voivat esimerkiksi toistaa kysymyksiä sekä matkia muiden puhetta. Lapsen puhe sekä ilmeet voivat viestiä pakokauhua. (Härkönen 2023, 10.)

Suurin osa PDA-piirteisten lasten vanhemmista kokee, että he joutuvat muokkaamaan kasvatustyyliään huomattavissa määrin, jotta se täyttäisi PDA-lapsen tarpeet (Korja 2022, 13). PDA-piirteisten lasten kanssa toimiessa tulisi miettiä mikä on sääntöjen ja rajojen ero. Säännöt ovat yleensä hyvin kontrolloivia sekä selkeitä neuvoja siitä, miten kuuluisi toimia. Usein säännöt eivät toimi PDA-piirteisen lapsen kanssa. Lapsen kanssa keskustellessa saattaa vaikuttaa siltä, että yhdessä hänen kanssaan sovitut säännöt ovat lapselle sopivia, mutta kun tulee hetki, että lapsen tulisi noudattaa sääntöä, ei lapsi pystykään toimimaan säännön määräämällä tavalla. Kyseinen reaktio johtuu siitä, ettei PDA-piirteisen lapsen aivot vastaanota uutta informaatiota samalla hetkellä, kun hän kokee olonsa uhatuksi vaatimuksen vuoksi. Säännöistä poiketen rajat voivat olla enemmän joustavia, eikä niitä tarvitse aina määritellä ääneen. Aikuisten olisi kuitenkin hyvä keskustella yhdessä mihin lapsen rajat vedetään. (Korhonen & Stenlund n.d., 22–23.)

PDA-piirteisten lasten kanssa toimittaessa olisi myös tärkeää, että toiminta olisi tasapainossa ennustettavuuden, spontaaniuden ja yhteistyön kanssa. Ei ole olemassa vain yhtä ”ohjenuoraa”, jonka mukaan tulisi toimia PDA-piirteisten henkilöiden kanssa. Toimintastrategiat tulee suunnitella juuri yksilölle sopiviksi. (Christie, Duncan, Fioler & Healy 2012, 42–43.)

Ensimmäinen asia mitä aikuisten tulisi muistaa toimiessaan PDA-piirteisen lapsen kanssa on, että jokainen vuorovaikutus- tai muu keskustelutilanne on transaktionaalinen prosessi. Ei riitä, että aikuinen arvioi vain lapsen käyttäytymistä ja profiilia, ellei hän ensin arvioi omaa panostaan vuorovaikutustilanteissa. Mikäli aikuinen ei ole osa ratkaisua, hänestä tulee osa ongelmaa. (Christie ja muut 2012, 44.)

Tulisi muistaa, ettei tyyppilliset palkintamenetelmät toimi PDA-piirteisellä lapsella samalla tavalla kuin neurotyypillisellä lapsella. Tämänkaltaiset menetelmät saattavat jopa käynnistää lapsessa hermostollisen reaktion, sillä kehut saattavat tuntua vaatimukselta tehdä asia kerta toisensa jälkeen yhtä hyvin. Tämä voi myös muistuttaa lasta siitä, että hän on noudattanut vaatimusta. (Korhonen & Stenlund n.d., 36.)

PDA-piirteisillä lapsilla tavataan usein haastavaa käytöstä. Käyttäytymistä, joka eroaa suuresti kulttuurisidonnaisesta käyttäytymismallista, voidaan luonnehtia haastavaksi käyttäytymiseksi. Haastava käytös aiheuttaa haasteita muiden ihmisten lisäksi myös henkilölle itselleen. Toisaalta pelkkä normaalista poikkeava käyttäytyminen ei ole vielä itsessään syy luokitella käytöstä haastavaksi, mikäli käytös ei ole haitallista henkilölle itselleen tai muille ihmisille. Haastavan käytöksen määrittely onkin tilannesidonnaista ja sitä tulisi tarkastella sekä käyttäytyjän itsensä sekä ympäristön perspektiivistä. Vaikka haastavaa käytöstä itsessään ei kenenkään tarvitse hyväksyä, tulee jokainen henkilö huomioida hänen käyttäytymisestään riippumatta. Haastavaa käytöstä voi olla monenlaista; psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista. (Oikarinen 2019, 17–18.)

Karttunen (2016) toteaa tekstissään viitaten Greenen (2005) julkaisuun, jos lapsi ei kestä esimerkiksi aikuisen tai ympäristön asettamia rajoja tai erimielisyyksiä, lapsen käytös on yleensä sen mukaista. Lapsen käyttäytymistä voidaan kuvata huolestuttavaksi, mikäli haastava käytös tuntuu olevan lapsen ainoa keino selvitä hankalista tilanteista, eikä lapsi tunnu oppivan uusia toimintamalleja. (Karttunen 2016.)

Lapsen haastava käytös voidaan jakaa kahteen ryhmään. Sisäänpäin suuntautuvaan oirehtimiseen ja ulospäin suuntautuvaan oirehtimiseen. Esimerkiksi impulsiivisuus, aggressiivisuus, itsesäätelyn vaikeudet ja uhmakkuus ovat yleisiä ulospäin suuntautuvia oireita. (Karttunen 2016.)

Thomas ja Loxley ovat tehneet tutkimuksen vuonna 2002, jossa todetaan, että haastavaa käytöstä voidaan kuvailla toistuvan käyttäytymiskaavan jatkumona, joka häiritsee oppimista tai osallistumista/ sitoutumista sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Haastava käytös ei aina ole yksiulotteista, kuten vain aggressiivista käytöstä vaan se on ennemminkin sekoitusta erilaisista käytöksistä, jotka identifioidaan negatiiviseksi. Lasten käytösongelmat olisivat tärkeää huomata ja

tunnistaa varhaisessa vaiheessa, jolloin lapset voidaan kohdata ennen kuin heidät ”leimataan” emotionaalisesti häiriintyneiksi. (Pihlaja, Sarlin & Ristikari 2015.)

2.5 Toimintaterapia

Toimintaterapia auttaa ihmisiä olemaan aktiivisia osallistujia omassa arjessaan. Toimintaterapia keskittyy yksilölle tarpeellisiin ja merkittäviin toimintoihin. (What is occupational therapy? n.d.) Toimintaterapia on lääkinällistä kuntoutusta (12 faktaa ja kysymystä toimintaterapiasta 2020). Toimintaterapiassa pyritään vahvistamaan yksilön arjen taitoja sekä toimintavalmiuksia. Toimintaterapiaa toteutetaan toiminnallisten interventioiden kautta. Toimintaterapeutti voi arvioida esimerkiksi yksilön toimintakykyä, työkykyä tai apuvälineiden tarvetta. (Toimintaterapia n.d.)

Toimintaterapia perustuu laaja-alaiseen tieteellisen perustaan. Suurin osa perusteista tulee toimintatieteestä. Toimintaterapiaa toteutetaan henkilön omassa toimintaympäristössään tai tiiviinä osana sitä. Toiminnassa otetaan huomioon henkilön fyysinen, sosiaalinen sekä kulttuurinen ympäristö. Toimintaterapian ydintavoite onkin mahdollistaa yksilön osallisuus yhteiskunnassa ja tukea yksilön toimijuutta. Toimintaterapia on yksilökeskeistä ja ihmislähtöistä. Yksilö on itse keskeisenä toimijana omassa roolissaan. Keskeistä toimintaterapiaprosessin onnistumisessa on yksilön oma motivaatio sekä hänen vahvuuksiensa tunnistaminen ja vahvistaminen. Yhteiskunnan normit ja oletukset eivät toimintaterapiassa määritä merkityksellistä arkea vaan merkityksellisyys on sitä, mikä on yksilölle itselleen tärkeää. Toimintaterapian tavoitteena onkin tehdä arjesta pelkän pärjäämisen sijaan merkityksellistä. (Toimintaterapia 2024.)

Lasten toimintaterapiassa harjoitellaan yhdessä toimintaterapeutin kanssa lapsen ikätaso huomioon ottaen arjen taitoja, jotka ovat lapselle haastavia. Lasten toimintaterapiassa tehdään tiivistä yhteistyötä esimerkiksi päiväkodin, koulun, perheen sekä muiden kuntoutusalan ammattilaisten kanssa. Jotta lapsi pysyisi mukana esimerkiksi ikätasoisessa oppimisessa, keskittymisessä, ryhmässä toimimisessa, hahmottamisessa ja leikissä, olisi toimintaterapia hyvä aloittaa mahdollisimman pian arjen haasteiden ilmenemisestä. Myös lapset, joilla on autismikirjon häiriön piiriin kuuluvia haasteita tai neurologisia sairauksia hyötyvät usein toimintaterapiasta. (Lasten toimintaterapia – onnistumisia tavoitteellisen leikin avulla n.d.)

Lasten toimintaterapiassa keskitytään usein motoriikkaan, tarkkaavuuteen, toiminnanohjaukseen, näönvaraiseen hahmottamiseen, tunnesäätelyyn ja aistisäätelyyn sekä näiden taitojen vahvistamiseen (Toimintaterapia n.d.). Toimintaterapiassa voidaan harjoitella lasten kanssa myös esimerkiksi sosiaalisia taitoja, itsenäisyyttä, minäkuvan vahvistamista, siirtymätilanteita ja sosiaalisia taitoja (Lasten toimintaterapia – onnistumisia tavoitteellisen leikin avulla n.d.).

Toimintaterapiakerrat suunnitellaan aina lapsen vireystila sekä mielenkiinnonkohteet huomioon ottaen. Toimintaterapiakerrat ovatkin lapsille yleensä mieluisia. Interventiot voidaan toteuttaa esimerkiksi leikkien tai pelien muodossa. Lasten kanssa työskennellessä toimintaterapeutin rooliin kuuluu myös vanhempien (ja muiden lapsen kanssa tekemisissä olevien aikuisten) neuvominen sekä ohjaaminen toimimaan tavalla, joka tukee lasta toimimaan positiivisesti arkielämässä. (Lasten toimintaterapia – onnistumisia tavoitteellisen leikin avulla n.d.)

3 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää, minkälaisia keinoja toimintaterapialla on tarjota haastavasti käyttäytyvän PDA-piirteisen lapsen toiminnan tukemiseen. Opinnäytetyöprosessin alussa oletus oli, että toimintaterapialla voisi olla paljon annettavaa PDA-piirteisten lasten arkeen ja toiminnan tukemiseen, sillä toimintaterapia on hyvin yksilölähtöistä, mukautuvaa ja luovaa.

Tutkimuskysymykset, joihin opinnäytetyö pyrkii vastaamaan:

1. Minkälaisia interventioita PDA-piirteisen lapsen kanssa voidaan käyttää toimintaterapiassa?
2. Minkälaisia tuloksia toimintaterapialla voitaisiin saada PDA-piirteisen lapsen arkeen?

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Tutkimusmenetelmät

Eräs useimmiten käytetyistä kirjallisuuskatsauksen tyypeistä on kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta kuvaillaan yleiskatsaukseksi, jonka säännöt eivät ole niin tarkkoja. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkittava ilmiö pystytään kuitenkin kuvaamaan laajasti ja

tutkittavan ilmiön ominaisuuksia voidaan tarvittaessa jaotella. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymykset ovat systemaattista katsausta tai meta-analyysia löyhempiä. (Salminen 2011, 6.) Kangasniemi, Utriainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen ja Liikanen (2013) kertovat artikkelissaan viitaten Rhoadesin (2011) tekstiin: Nykyaikaiset kirjallisuuskatsaukset pystytään jaottelemaan kolmeen ryhmään, jotka ovat metatutkimus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Tämäkin oppinäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, toisin sanoen narratiivisena kirjallisuuskatsauksena. (Kangasniemi ym. 2013, 293.)

Kangasniemen ym. (2013, 293) mukaan kuvailevan kirjallisuuskatsauksen luonnehditaan olevan itsenäinen tutkimusmenetelmä, joka noudattaa tieteellisiä periaatteita viitaten Baumeisteriin ja Learyyn (1997) sekä Greeneen ym. (2006). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa kahteen alatyypin. Nämä ovat narratiivinen ja integroiva kirjallisuuskatsaus. Integroivassa kirjallisuuskatsauksessa on paljon samankaltaisuuksia kuin systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. (Salminen 2011, 6.) Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimuskysymys on yleensä osoitettu kysymyksen muodossa. Tutkimuskysymystä voidaan tarkastella yhden tai useamman näkökulman kautta (Kangasniemi ym. 2013, 295 viitaten Grantin ja Boothin 2009 tekstiin). Mikäli tutkimuskysymys on laaja, voidaan ilmiötä tarkastella laajemmin eri tasoista, kun taas täsmällisen tarkasti rajatun tutkimuskysymyksen avulla voidaan tiettyä ilmiötä tutkia syvällisemmin (Kangasniemi ym. 2013, 295).

Kangasniemi ja muut (2013) kertovatkin viitaten Rumrilin ja Fitzgeraldin (2001) sekä Rotherin (2007) teksteihin, että kuvaileva kirjallisuuskatsaus on oiva menetelmä tilanteisiin, joissa aihe on hajanainen. Tällaisissa tilanteissa tavoitteena voi olla uuden tiedon tuottaminen kliiniseen työhön, koulutukseen sekä hyvien käytäntöjen edistämiseksi. (Kangasniemi ym. 2013, 295.)

Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on kirjallisuuskatsauksen muodoista metodisesti kevyin. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan antaa laaja käsitys käsiteltävänä olevasta aiheesta tai puolestaan kuvailla käsiteltävänä olevan aiheen kehityskulkua sekä historiaa. Narratiivisen katsauksen avulla epäyhtenäinen tieto pyritään järjestämään jatkuvaksi tapahtumaksi. Kyseisen metodin tavoite on olla helppolukuinen. Narratiivisesta kirjallisuuskatsauksesta voidaan jaotella 3 toteuttamistapaa, jotka ovat toimituksellinen, kommentoituva sekä yleiskatsaus. (Salminen 2011, 7.)

4.2 Tietoperustan tiedonhaku

Ennen varsinaista aineiston keruuta tutustuttiin tarkasti aiheeseen. Aiheeseen tutustuminen aloitettiin selvittämällä mitä on patologinen vaatimusten välttely, eli PDA. Myös autismikirjoon, autismikirjoon kuuluvien henkilöiden toimintaterapiaan sekä lasten toimintaterapiaan lähdettiin tutustumaan tarkemmin. Näihin käytettiin lähteenä esimerkiksi autismliton, Duodecimin, Mehiläisen ja Terveystalon sivuja. Myös erilaisia opinnäytetöitä on käytetty lähteenä. Opinnäytetyön tiedonhaku suoritettiin kevään 2024 aikana.

4.3 Aineiston keruu ja kuvaus

Kangasniemi ja muut (2013) painottavat tekstissään viitaten Rhoadesin (2011) tekstiin, että kuvailevaa kirjallisuuskatsausta tehdessä aineiston valintaa ohjaa tutkimuskysymys. Prosessin aikana on tarkoitus löytää mahdollisimman valideja lähteitä vastaamaan tutkimuskysymykseen. Aineiston valintaa tehdessä käy ilmi kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineistolähtöinen luonne: aineiston analyysi sekä valinta ovat aineistolähtöisiä, ja kumpikin tapahtuu osittain samaan aikaan. Aineiston valinnan aikana huomioidaan kaikkien alkuperäistutkimuksien rooli suhteessa tutkimuskysymykseen vastaamiseen. Kun kyseessä on kuvaileva kirjallisuuskatsaus, aineiston riittävän määrän ohjaa se, kuinka laaja tutkimuskysymys on. Aineisto muodostuu aiemmista julkaisuista, jotka ovat tutkittavan aiheen kannalta merkityksellisiä. (Kangasniemi ym. 2013, 295.)

Aineiston keruussa käytin seuraavia tietokantoja: Google Scholar sekä Cinahl. Myös muista tietokannoista etsittiin paljon tietoa, kuten OTSeeker ja PubMed, mutta sieltä ei löytynyt sopivaa kirjallisuutta tämän opinnäytetyön aineistoksi. Mikäli hakutulos olisi ollut opinnäytetyöhön sopiva, olivat ne maksumuurin takana. Google Scholar osoittautui selkeimmäksi ja laajimmaksi tietokannaksi aiheelleni. PDA:sta oli muutenkin suhteellisen vähän tutkimustuloksia saatavilla, mutta eniten näitä löytyi Google Scholarin avulla.

Sisäänottokriteereitä aineistolle olivat seuraavat: aineisto on julkaistu 2014–2024 välillä, julkaisukieli on suomi tai englanti, koko tutkimus tai artikkeli on ilmaisesti luettavissa, eikä maksumuurin takana, tutkimus liittyy autismikirjoon, PDA:han tai lasten haastavaan käytökseen. Aineiston hakemisessa käytettiin suomenkielisten hakusanojen lisäksi myös englanninkielisiä hakusanoja. Haut rajattiin enintään 10 vuotta vanhoiksi (2014–2024), mutta pyrittiin käyttämään

kaikista tuoreimpia tutkimustuloksia ja artikkeleita. Poissulkukriteereitä puolestaan olivat: tutkimus on yli 10 vuotta vanha (loppujen lopuksi jouduttiin kuitenkin käyttämään 2 lähdettä, jotka olivat tätä vanhempia), tutkimus tai artikkeli on maksumuurin takana, tutkimuksen tai artikkelin julkaisukieli on joku muu kuin suomi tai englanti, tutkimus ei käsittele PDA:ta, autismlinkirjoa tai lapsen haastavaa käytöstä.

Aineiston keruuta hankaloitti se, että PDA:sta löytyi suhteellisen vähän artikkeleita ja tutkimuksia. Ei löytynyt esimerkiksi yhtään kirjallisuutta PDA-piirteisten lasten toimintaterapiasta, vaan tutkimuskysymyksiin vastaaminen tapahtui eri tutkimustuloksia ja artikkeleita yhdistellen. Lähteiden joukosta opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin vastaamiseen käytettiin viittä eri lähdettä. Jokainen näistä lähteistä käsittelee PDA:ta tai vastaavasti jotain tässä opinnäytetyössä mainittua toimintaterapian interventiota. Kyseiset lähteet löytyivät Google Scholar ja CINAHL-tietokannoista.

Taulukko 1. Käytetyt tietokannat ja hakulausekkeet

Tietokanta	Hakulausekkeet
Google Scholar	toimintaterapia*, toiminnanohjaus*, PDA, Children* with PDA*, Pathological Demand Avoidance, Autismi, Lapsen* haastava käytös*, PDA masking, PDA PANDA, pathological demand avoidance* AND children*, pathological demand avoidance* AND children* AND occupational therapy, haastavasti käyttäytyvä lapsi*, autismlinkirjon häiriö, Masking PDA*
CINAHL	Sensory integration* occupational therapy*

Taulukko 2. Käytetyt tutkimukset

Artikkeli	Tekijä	Julkaisu-aika	Julkaisupaikka	Tutkimustulos
Vinkkivihko varhaiskasvatuksen ammattilaisille	Inkeri Asmala ja Helena Takalo	2023	Theseus, AMK Opinnäytetyö	Neuroepätyypillisten lasten siirtymätilanteissa on haasteita, näihin tarvittaisiin apua tunnetaitojen kautta.
Äärimmäisesti vaatimuksia välttelevien aikuisten toimintakyvyntukeminen	Jenni Härkönen	2023	Theseus, ylempi AMK opinnäytetyö	PDA-piirteisille henkilöille kaikki pakollisilta tuntuvat vaatimukset aiheuttavat haasteita arkeen. Toimintakykyyn positiivisesti vaikuttavia tekijöitä on kuitenkin olemassa.
Understanding pathological demand avoidance syndrome in children	Phil Christie, Margaret Duncan, Ruth Fioler ja Zara Healy	2012	Jessica Kingsley Publishers, Lontoo	PDA vaikuttaa lasten jokapäiväiseen elämään ja toimintakykyyn.
Opas vanhemmille lasten tunnetaitojen kehittämisestä	Vilhelmiina Laine	2022	Theseus, AMK opinnäytetyö	Vanhemmilla on keskeinen rooli lasten tunnetaitojen kehityksessä.
Occupational therapy for children and youth using sensory integration theory and methods in school-based practice	The American Journal of Occupational Therapy	2015	The American Journal of Occupational Therapy	SI-terapialla voidaan saada hyviä tuloksia lasten toimintakyvyn tukemiseksi kouluympäristössä.

4.4 Aineiston analyysi

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa ei ole tavoitteena esitellä aineistoa vaan koota yhteen aineiston sisäistä vertailua sekä analysoida jo olemassa olevan tiedon vahvuuksia ja heikkouksia

sekä laaja-alaisempien päätelmien tekemistä aineistoon liittyen kertovat Kangasniemi ja muut (2013, 296) viitaten Heinrichin (2002), Politin ja Beckin (2012) teksteihin. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineiston analysoinnissa voidaan käyttää myös yhtä tai useampaa päälähdettä. Päälähde muodostaa perustan tarkastelulle. Tätä täydennetään, tarkennetaan tai vaihtoehtoisesti kritisoidaan muiden lähteiden avulla. (Kangasniemi ym. 2013, 297.)

Aineistoa analysoitiin lukemalla se ensin huolellisesti läpi ja poimimalla vastauksia opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin.

4.5 Eettisyys

Tämän opinnäytetyön eettisyyttä on pohdittu oikeaoppisten lainauksien sekä lähteiden alkuperäisten tekijöiden kunnian tunnustamisen valossa.

Mikäli omassa kirjallisessa työssä esittää toisen henkilön tekstejä ilman lähdetietoja, voidaan ajatuksia pitää kirjoittajan itsensä tekeminä. Tätä kutsutaan plagioinniksi (Ennen opinnäytetyön aloittamista n.d.). Arenen (2019) mukaan jokainen opinnäytetyö on tarkistettava plagiaatintunnustusjärjestelmän läpi. Opinnäytetyön voi lähettää tarkastajien arvioitavaksi vasta tämän vaiheen jälkeen. (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2019, 7.)

Tässä opinnäytetyössä on pyritty siihen, että tekstissä mainitaan käyttämäni lähteen lisäksi myös tutkimuksien mahdollinen alkuperäinen tekijä, eli niin sanottu toissijainen lähde. Näin ollen käyttämiäni lähteitä on helppoa tarkastella ja kaikki tämän opinnäytetyön taustalla olevat lähteet saavat maininnan suoraan tekstissäni.

Opinnäytetyössä olevat kuvat on tehty itse. Mikäli kuvassa on mukailtu jo olemassa olevaa kuvaa, on alkuperäisen tekijän tiedot mainittu kuvan otsikossa.

5 Tulokset

Seuraavaksi tarkastellaan opinnäytetyön tuloksia eli toimintaterapian interventioita, joiden avulla voitaisiin sujuvoittaa PDA-piirteisten lasten arkielämää ja toiminnoista suoriutumista. Tähän on

koottu yhteen interventioesimerkkejä useista eri lähteistä. Interventioesimerkkejä ei ole esitetty missään tietyssä järjestyksessä.

5.1 Toimintaterapian interventiot

Toiminnanohjauksen tukeminen

Toiminnanohjaukseen liittyvät haasteet ovat yleisiä autismikirjoon kuuluvilla lapsilla. Haasteet nousevat pinnalle esimerkiksi siirtymätilanteissa. Lieviä toiminnanohjauksen haasteita voi esiintyä tilanteissa, joissa lapsen tulee tehdä päätöksiä, kyetä kontrolloimaan omaa toimintaa tai tarvitsee joustaa tutuista toimintatavoista. Lasta voidaan auttaa näissä haastavissa tilanteissa esimerkiksi ennakoimalla, joka auttaa lasta valmistautumaan tilanteeseen. Tällöin lapsi tietää, miten hänen odotetaan toimivan eri tilanteissa. Siirtymätilanteiden sujuvoittamiseen voidaan ottaa käyttöön esimerkiksi ajastin, joka auttaa lasta hahmottamaan ajan kulumista. (Asmala & Takalo 2023, 13.)

Asmala & Takala (2023) kertovat viitaten Autismiliittoon sekä Hautalan, Hämäläisen, Mäkelän ja Pyykkösen (2016) tutkimukseen: strukturoimalla toimintaa sekä jäsentämällä tilaa ja fyysistä ympäristöä voidaan tukea lapsen toiminnanohjausta. Lapsen voi olla hankala muistaa pelkästään suullisesti annettuja käskyjä ja ohjeita. Lapsen voi olla helpompi seurata sekä hahmottaa häneen kohdistuvia odotuksia ja toiminnan etenemistä, mikäli sanallisten ohjeiden lisäksi ohjeita tuetaan myös esimerkiksi kuvien avulla. Myös toiminnan pilkkomisesta pienempiin osiin on usein hyötyä. Tavoitteiden olisi myös tärkeää olla kohtuullisia. Näin voidaan motivoida lasta sitoutumaan sekä osallistumaan toimintaan. Kuvaohjeita voidaan käyttää myös toiminnan pilkkomisessa ja jäsentämisessä. Tällöin toiminnan voi muuttaa suuresta kokonaisuudesta pieniksi osiksi välivaiheineen. (Asmala & Takala 2023, 18.)

Vaatimusten rytmittäminen sekä pienempiin osiin pilkkominen on todettu auttavan PDA-piirteisiä henkilöitä suoriutumaan vaatimuksista. Näin ollen henkilö voi itse järjestellä sekä priorisoida kokonaisuuksia. PDA-piirteisten henkilöiden on todettu suoriutumaan paremmin tehtävistä, mikäli ne tapahtuvat peräkkäin sen sijaan, että tehtäviä on samanaikaisesti useampia. Osaa PDA-piirteisistä henkilöistä helpottaa, jos tehtävät tekee tärkeysjärjestyksessä ja osaa taas, mikäli tekee ensin tehtävät, jotka eivät ole tärkeimpiä. (Härkönen 2023, 37.)

PDA-piirteistä henkilöä voi auttaa, mikäli vaatimukseen liittyvät ohjeet saa sannallisten ohjeiden sijaan kirjallisina. Ohjeiden tulee olla kattavia ja selkeitä, eivätkä ne saa olla tulkinnanvaraisia. Kirjalliset ohjeet auttavat PDA-piirteistä henkilöä ennakoimaan sitä, mitä toiminnossa todellisuudessa vaaditaan henkilöltä ja miten hän voi sen itse toteuttaa. Tarvittaessa tulee olla myös mahdollisuus kysyä tarkentavia kysymyksiä. Monet PDA-piirteiset henkilöt kokevat persoonattoman kommunikoinnin helpommaksi kuin kasvokkain tai esimerkiksi puhelimitse tapahtuvan kommunikoinnin. Persoonattomassa kommunikoinnissa henkilö saa vastata omalla tahdillaan sekä harkita vastauksiaan. Vaatimusten perustelu ja loogisuus auttaa myös henkilöä ymmärtämään sen tarpeellisuuden, jolloin vaatimus on helpompi toteuttaa. (Härkönen 2023, 39–40.)

Aikataulun joustavuus sekä ennakointi

Härkönen (2023) on toteuttanut tutkimuksen, jossa tutkitaan PDA-piirteisten henkilöiden toimintakyvyn tukemista sekä heidän arkielämässään kohtaamia haasteita. Vaatimusta ja vaadittua asiaa tulee pystyä ennakoimaan sekä prosessoimaan omilla ehdoilla omaan tahtiin. Tutkimuksessa todetaan, että tilan ja ajan antaminen vaatimuksien toteuttamiseksi korostui tärkeänä tekijänä PDA-piirteisillä henkilöillä. Tutkimukseen osallistujille oli tärkeää, että heillä oli päätäntävaltaa omaan aikatauluunsa liittyen, mutta kaikissa mieluiten osallistujat halusivat laatia aikataulunsa kokonaan itse. Vastaajien tuli tietää tulevista vaatimuksista etukäteen, jotta he saivat aikaa valmistautua niihin. Aikataulut olivat vastaajille auttava tekijä, jotka auttoivat ennakoimaan tulevia vaatimuksia. Aikataulujen itse laatiminen oli kuitenkin vastaajille tärkeää. Vastaajat tarvitsivat myös aikaa palautua vaatimuksista. (Härkönen 2023, 36.)

Tutkimuksen mukaan tutkimukseen vastanneita PDA-piirteisiä henkilöitä ahdisti aikataulut itsessään, sillä aikatauluihin liittyy usein velvollisuuksia ja velvollisuudet ovat vaatimuksia. Myös asioiden itse päättäminen tuntui vaikealta. Mikäli toinen henkilö yritti kiirehtiä toimintoa, tuntui se PDA-piirteisistä erityisen hankalalta. Tutkimus osoitti myös, että odottamattomat sekä yllättävät tilanteet koettiin erityisen haastavina, sillä tällöin PDA-piirteiset henkilöt eivät tieneet mitä heiltä tilanteessa odotetaan. Heidän oli haastavaa sietää epävarmuutta. (Härkönen 2023, 25.)

Voimaannuttava vuorovaikutus

Asmalan & Takalon (2023) tekstissä kerrotaan viitaten Caldwellin ja Horwoodin vuonna 2008 tekemään tuotokseen, että lapset, jotka ”katoavat omaan maailmaansa” voivat hyötyä voimaannuttavasta vuorovaikutuksesta. Aloittaessa voimaannuttavan vuorovaikutuksen, havainnoidaan ensin rauhassa mitä lapsi tekee, millainen hänen mielialansa on sekä käyttääkö hän liikettä tai ääntä toimiessaan. Toimintaterapeutin keskittyessä lapsen tapaan toimia, voi hän yrittää liittyä tähän toistamalla lapsen tekemää liikettä tai ääntä. Näin toimintaterapeutti voi yrittää aloittaa keskustelun lapsen kanssa yksilöllä ominaisella tavalla. Aikuisen toistaessa lapsen toimintaa, ottaa lapsi usein enemmän kontaktia aikuiseen. Tällä tavoin aikuinen voi osoittaa arvostavansa lasta ja hänen tapansa puhua niin paljon, että aikuinen haluaa opetella lapsen yksilöllisen kielen, jotta aikuinen voi kommunikoida lapsen kanssa. (Asmala & Takalo 2023, 19.)

Tämän kaltainen keskustelu voi myös muuttua ja laajentua. Lapsen muuttaessa toimintaansa, tulisi toimintaterapeutin huomioida tämä ja vastata tähän. Myös toimintaterapeutti voi yrittää esittää uusia ehdotuksia keskustelun laajentamiseksi ja seurata tarkasti onko lapsi valmis vastaamaan muutoksiin. Muutokset eivät saa olla liian suuria tai liian kaukana alkuperäisestä toiminnasta. (Asmala & Takalo 2023, 19.)

Voimaannuttavaa vuorovaikutusta käytettäessä on hyvin tärkeää, että toimintaterapeutti keskittyy tarkasti lapsen toimintaan ja huomaa lapsen uudet aloitteet. Toimintaterapeutin on myös tärkeää huomata milloin lapsi alkaa vetäytyä ja tarvita hetken omaa rauhaa ja tilaa. Tämä viestii lapselle, että aikuinen kuuntelee lasta ja on kiinnostunut mitä lapsella on sanottavana. (Asmala & Takalo 2023, 19.)

Kannustava vuorovaikutus

Härkösen (2023) tutkimuksessa todetaan viitaten Catin kirjaan (2018), että positiivinen sekä empaattinen suhtautuminen auttoi PDA-piirteisiä henkilöitä vastaamaan paremmin heihin kohdistuviin vaatimuksiin. Henkilöt toivoivatkin, että heidät kohdattaisiin kannustavaisesti, ymmärtäväisesti sekä ystävällisesti. Vaatimuksia välttelevää henkilöä tuki parhaiten rauhallinen ja neuvotteleva lähestymistapa. Painostamisella ei ollut positiivista vaikutusta. PDA-piirteiset

henkilöt toivoivat tutkimuksessa, että vaatimukset esitettäisiin heille epäsuorasti, esimerkiksi vihjaillen ja ehdotellen. Käskyjä paremmin toimivat pyynnöt sekä kohteliaat kysymykset. Henkilöille esitettäessä ystävällisiä ehdotuksia, ei heille tullut samalla tavalla tarvetta torjua ehdotusta, kuin toisen henkilön asettamaa käskyä. Tällaisissa tilanteissa vaatimukset tuntuivat vapaaehtoisilta, jolloin ne on helpompi toteuttaa. Epäsuorissa vaatimuksissa auttoi se, että valta koettiin antavan henkilölle itselle, sillä hän sai itse pohtia tehtävän tärkeyttä. (Härkönen 2023, 37.)

PDA-piirteisille henkilöille on tärkeää, että heidät kohdataan ja kuullaan vaatimusta kerrottaessa. On tärkeää, että vaatimuksista voidaan neuvotella. Vaatimuksen positiivinen esittäminen voi muodostaa tuntemuksen siitä, että vaatimuksen sijaan onkin kyse omaehtoisesta toiminnasta. Erilaisten variaatioiden tarjoaminen luo PDA-piirteiselle henkilölle vallan tunteen ja tällöin vaatimus ei tunnu enää niin vahvasti ulkoapäin asetetulta. (Härkönen 2023, 38.)

Tutkimuksessa todettiin myös, että toisen tai useampien ihmisten kanssa yhdessä toimiminen ja toisten yksilöiden antama kannustus auttoivat PDA-piirteisiä henkilöitä suoriutumaan vaatimuksista. Tällöin henkilö koki, ettei vaatimus kohdistunut vain häneen vaan myös muihin. Tällaisiin tilanteisiin oli helpompaa suhtautua. Jonkun kanssa toimimisen ei aina edellytetty kestävän työn toiminnon suorittamista. Usein jo yhdessä vaatimuksen toteuttamisen aloitus hyödytti PDA-piirteistä. (Härkönen 2023, 39.)

Tunnetaitojen sekä tunteiden säätelyn vahvistaminen

PDA-piirteisillä lapsilla voi olla hankaluuksia "löytää yhteyttä" omien sekä muiden tunnetilojen kanssa, mutta ne voivat kuitenkin syvästi vaikuttaa heihin. PDA-piirteisille lapsille voi olla myös haastavaa ottaa vastuuta omista teoistaan, kehittää syvempää empatiaa sekä kontrolloida impulsiivista käytöstä, mutta samanaikaisesti heillä voi olla vahva käsitys oikeudenmukaisuudesta ja kohtuudesta. He voivat vastata epäsopivasti tai räjähtävästi ja heille voi olla hankalaa oppia aiemmista kerroista, jolloin he ovat toimineet väärällä tavalla. PDA-piirteisillä lapsilla on myös usein ahdistusta ja matala itsetunto. Ajan kanssa tämä voi kuluttaa lapsen emotionaalista hyvinvointia ja vaikuttaa negatiivisesti lapsen omakuvaan. (Christie ja muut 2012, 140.)

Lapsen itsetunto vaikuttaa moneen asiaan, kuten esimerkiksi siihen miten lapsi kokee itsensä suhteessa ympäristöön, muihin ihmisiin sekä tehtäviin. Lapsen itsetunto kehittyykin koko ajan lapsen kasvaessa. Itsetunnon kehitykseen vaikuttaa se, miten vanhemmat näkevät lapsen. Lapsen voi olla hankalaa itsekään uskoa itseensä, mikäli vanhemmat aliarvioivat lapsen toimintaa ja suoriutumista jatkuvasti. Mikäli vanhemmat taas yliarvioivat lapsen ominaisuuksia, voi lapselle kehittyä epärealistinen käsitys omasta kykeneväisyydestään. Lasta tulisikin kehua onnistumisien lisäksi myös yrittämisestä. Lapsen itsetuntoon vaikuttaa myös, että lapsi tietää miten hänen kuuluu toimia ja mitä häneltä odotetaan. Aikuisten tulisi myös huomioida lapsen yritykset säädellä tunteitaan. Jo itsessään tapa miten tunteiden ilmaisuun reagoidaan tai miten niistä puhutaan vaikuttaa lapsen kuvaan siitä, miten tunteiden kanssa tulisi toimia kertoo Laine (2022, 13) perustuen Pöyhösen ja Livingstonin (2020) tekstiin.

Asmalan & Takalon (2023) tekstissä todetaan Koskisen ja Riihosen (2020) tutkimukseen vedoten, että tunnesäätelyn haasteet sekä impulsiivisuus vaikuttavat usein lapsen aggressiivisen käyttäytymisen taustalla. Mikäli lapsen tunnesäätelytaidot eivät kehity ikää vastaavasti, lapsella voi esiintyä haasteita usein esimerkiksi omien ja toisten tunteiden tunnistamisessa, vaikeuksia ymmärtää sosiaalisia tilanteita tai haasteita ongelmanratkaisutaidoissa. Jotta lapsi voi oppia tunteiden säätelyä, on tunteiden tunnistaminen erityisen tärkeää. Lapsen tulisikin vähintään oppia tunnistamaan perustunteet eli ilo, suru, viha ja pelko. (Asmala & Takalo 2023, 23.)

Tunteita voidaan opetella sanoittamalla niitä arkielämässä sekä käymällä erilaisia tunnetiloja läpi kuvien avulla. Mikäli aikuinen sanoittaa omiakin tunteitaan, on lapsen helpompi ymmärtää mitä tapahtuu, sillä lapset vaistoavat yleensä aikuisten tunteet helposti (Asmala & Takalo 2023, 23.) Lasta hämmentävän tunteen esiin noustessa voi aikuinen sanoittaa mistä kyseisessä tunteessa on kyse ja mistä tämä tunne voi johtua. Mikäli lapsi huomaa tai kokee aikuisen suuttuvan tai turhautuvan lapsen suuresta tunnereaktiosta, voi lapsi alkaa jatkossa vältellä tunteidensa ilmaisemista. Jo päiväkotikäinen lapsi voi osata tukahduttaa omia tunteitaan, valehtelemaan tunteista tai jähmettyä tunteita kohdatessa. Aikuisen silmään tämä voi näyttää tunteiden säätelyltä. (Laine 2022, 15.)

Lapsen kokiessa erilaisia tunnetiloja, tulisi niitä vahvistaa oikeiksi. Näin tehdessä lapsi voi kokea tulevansa kuulluksi ja tällöin hänen on helpompi ottaa aikuiselta neuvoja vastaan. Kun lapsi kokee

tunteita ja aikuinen auttaa vahvistamaan niitä, se auttaa lasta tunnistamaan erilaisia tunteita sekä niiden vaikutusta kehossa. Koska tunteet tuntuvat usein myös fyysisesti kehossa, olisi tärkeää käyttää lapsen kanssa läpi missä ja millä tavalla tunteet tuntuvat kehon eri kohdissa. Tähän voidaan lisätä myös interventio, jossa piirretään kehokarttaan erilaisia tuntemuksia ja lapsi saa itse valita tunteille niille sopivat värit. Näin lapsi voi oppia tunnistamaan eri tunteita sekä niiden vaikutuksen häneen. Tällöin toimintaterapeutti voi miettiä lapsen kanssa yhdessä keinoja, joilla lapsi pystyisi säätelemään tunteitaan. Tällaisia keinoja voi olla esimerkiksi muovaileminen, hyppiminen tai syvään hengittäminen määrän x verran toteavat Asmala & Takalo (2023, 23) viitaten Koskisen ja Riihosen vuoden 2020 tekstiin.

Aikuisten tulisi kiinnittää huomiota siihen, miten he puhuvat itsestään. On myös tärkeää huomioida se, että omalla puheen sävyllä on vaikutus omiin tunnetiloihin. Lapset tarvitsevatkin aikuisten apua ikävien ajatuksien kääntämiseen positiivisemmiksi. Aikuisen negatiivinen sisäinen puhe ohjaa vahvasti omaa elämää, mutta se vaikuttaa myös lapseen. Tämä opettaa lasta tuomitsemaan itseään ja muita sekä vähättelemään itseään. Tämä kokonaisuus taas tukee lapsen riittämättömyyden tunnetta sekä heikon itsetunnon kehitystä kertoo Laine (2022, 15) perustaen Pöyhösen ja Lingstonin (2020) sekä Perryn (2021) teksteihin.

Laineen mukaan (2022) Perry (2021) kuvailee, että aikuisen ei tulisi asennoitua rankaisevasti lapsen kiukkuun tai muihin tunteisiin. Tulisi mustaa, ettei lapsen täydy pyytää anteeksi omaa tunnettaan (esimerkiksi kiukkua), vaan siitä seurannutta tekoa (esimerkiksi toisen satuttamista), sillä lapsen kokema tunne on aina oikein ja ymmärrettävä. Lapsi tarvitsee aikuisen tukea tyynnyttämään lapsen tunteita ja hyväksymään ne hämmentymättä. Aikuisen tulisi kohdata lapsen vihan tunne ja ymmärtää miksi lapsi on vihainen sekä sanoittaa tilanne ja tunne lapselle. Aikuinen voi auttaa lasta löytämään hyväksyttävän tavan ilmaista vihaa ja kiukkua (Laine 2022, 17.)

Laineen (2022) mukaan Pöyhöseen ja Lingstoniin (2020) viitaten voimakkaat tunteet voivat saada lapsen tekemään asioita, jotka kaduttavat jälkeensä. Lapsen ei tulisi joutua kokemaan häpeää kielteisistä tunteistaan, vaan aikuisen tulisi opettaa lapselle, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Häpeän kokemus kuormittaa tunnesäätelyn harjoittelua, koska tunteen voimakkuutta on hankalaa säädellä, mikäli koko tunnetta ei halua sallia itselleen. Lapsi voi myös kokea, että hänen kokemansa tunne on väärä, mikäli aikuinen reagoi lapsen tunteisiin toistuvasti sanomalla

esimerkiksi ”ei se haittaa” tai ”älä hermostu turhasta”. Lapselle tulisikin nimetä lapsen kokema tunne ja odottaa tilanteen rauhoittumista. Vasta tämän jälkeen aikuinen voi auttaa lasta miettimään ratkaisua. Kun lapsen tunne herää, tulisi se sallia sekä nimetä lapselle esimerkiksi sanoittamalla ”huomaan, että sinulle tuli paha mieli”. Lapsen kokiessa voimakasta tunnereaktiota, olisi tärkeää osoittaa empatiaa lasta kohtaan ja olla lapsen lähellä. Kun tunnereaktio on laantunut, lapselta ei tulisi kysyä miksi hän toimi tietyllä tavalla vaan on tärkeämpää osoittaa lapselle, että aikuinen on ylpeä siitä, että lapsi onnistui rauhoittumaan. (Laine 2022, 18.)

SI-terapia

Toimintaterapiassa voidaan käyttää sensorisen integraation terapiamenetelmää (SI-terapiaa) varsinkin silloin, kun aistimuksien reagoinnin tai hahmottamisen ongelmat ja niihin liittyvät motoriset hankaluudet vaikuttavat lapsen toimintakykyyn sekä toiminnalliseen suoriutumiseen. SI-terapian voi ainakin lyhytaikaisesti vaikuttaa autismikirjoon kuuluvan lapsen toimintakykyyn positiivisesti. (Autismikirjon häiriö 2023.)

Toimintaterapeutti suunnittelee SI-terapian interventioita, joissa huomioidaan lapsen aistilliset tarpeet. Koulu- tai päiväkotiympäristössä interventiot voivat sisältää esimerkiksi auttaa henkilökuntaa ymmärtämään erilaisia aistienvaraisia prosessointimalleja tai -tekijöitä käsitellessään lapsen huolenaiheita tehdessään arkipäiväisiä rutiineja, jotka sisältävät aistitoimintaan perustuvaa toimintaa. Interventiot voivat sisältää myös ympäristön muokkaamista vastaamaan lapsen aistillisia tarpeita ja tukemaan lapsen osallistumista. (Occupational therapy for children and youth using sensory integration theory and methods in school-based practice 2015, 11.)

SI-terapiassa käytettävät aisteihin pohjautuvat interventiot sisältävät usein aistien mukauttamisen tai eri strategioiden käyttöä. Tällaisia ovat esimerkiksi liikkuvien istuimien tai fidget-lelujen käyttäminen yksittäisiin aistijärjestelmiin. Dynaamisten istuinten käytöstä ja erilaisista keinoista nostaa keskittymiskykyä on saatu lupaavia tuloksia. SI-terapiaa käyttäen voidaan lapselle opettaa itsesäätelyn keinoja käyttäen Alert Program tai Zones of Regulation-strategiaa. (Occupational therapy for children and youth using sensory integration theory and methods in school-based practice 11.)

Vaatimusten muokkaus

Härkönen (2023) toteaa tutkimuksessaan, että PDA-piirteisiä tutkimukseen osallistujia helpotti ajatus siitä, että he olivat itse kontrollissa tekemästään toiminnosta, eikä toiminnon suorittaminen tuntunut pakolliselta. Tämän vuoksi toiminto alkoikin tuntua sellaiselta, jonka henkilö halusikin itse tehdä. Tutkimukseen osallistujille oli tärkeää, että toimintoja suorittaessa sai kokemuksen siitä, että tilanteessa itsellä on valtaa sekä mahdollisuuksia vaikuttaa. Tutkimuksen mukaan tähän osallistuneilla henkilöillä ei ollut tarvetta kontrolloida toisten tekemisiä. Tutkimuksessa huomattiin, että vaatimusten muokkaaminen siten, ettei sitä tarvitse toteuttaa juuri sellaisenaan teki siitä tutkimukseen osallistujille vähemmän pakollisen tuntuisen. Tutkimukseen osallistujat lisäsivät vaatimukseen itse jotain tai vaikuttivat sen toteuttamisen ajankohtaan ja saivat näin itse kokemuksen tilanteen kontrolloinnista. (Härkönen 2023, 35.)

Tutkimukseen vastaajat neuvottelivat omien ajatusten ja tuntemuksien kanssa siitä miten välttämätöntä kyseisen toiminnon suorittaminen on vai olisiko kyse sittenkin vapaaehtoisesta asiasta, jonka henkilö haluaa omaehtoisesti suorittaa. Tällaisia neuvotteluja käytiin välillä myös fyysisitä edellytyksistä. Esimerkiksi vessahädästä ja nälän tunteesta. Henkilö koki tyytyväisyyttä, mikäli pystyi siirtämään tarpeeseen vastaamista myöhemmäksi. Vaatimukset tuntuivat helpommilta suorittaa silloin, kun ne olivat omaehtoisia eivätkä toisten asettamia. Oli myös tärkeää, että vaatimus motivoi henkilöä riittävän paljon, tällöin sen pystyi toteuttamaan. (Härkönen 2023, 35.)

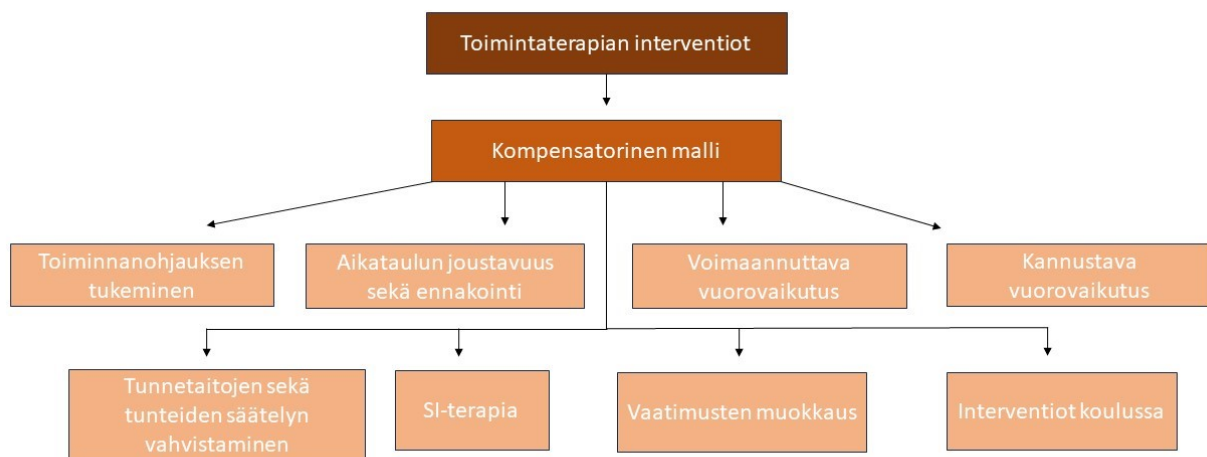
Tutkimuksessa todetaan myös, että huomion harhauttaminen pois alkuperäisestä vaatimuksesta sekä keskittyminen ympäristötekijöihin auttoi PDA-piirteisiä henkilöitä suorittamaan toiminnon. Pakollisen asian tekeminen oli mahdollista, kun samalla teki jotain muuta. Esimerkiksi ruokaa laittaessa äänikirjan kuuntelu tai kauppareissun yhteydessä kävelylenkin ajattelu. (Härkönen 2023, 35.)

Interventiot koulussa

Useat PDA-piirteitä omaavat lapset kykenevät työskentelemään itseään kiinnostavien sekä motivoivien asioiden ääressä. Olisikin tärkeää miettiä yksilökeskeisesti mikä juuri tätä lasta

kuormittaa eniten ja mikä toiminto on hänelle mieluisaa. Koulussa PDA-piirteisen lapsen mielenkiinnon kohteita voi hyödyntää opiskelussa. Sen sijaan, että äidinkielen tunnilla lapsi lukisi epämieluisasta aiheesta, joka häntä ei kiinnosta, voisi lukutehtävä kohdistua lapsen mielenkiinnonkohteisiin. Mielenkiinnonkohde voi myös toimia palkintona, kun lapsi on saanut epämieluisan tehtävän valmiiksi. (Korhonen & Stenlund n.d., 33.)

Koulun yleisiä vaatimuksia tarkasteltaessa voi kartoittaa mitkä vaatimukset kuormittavat lasta. Tällaisia vaatimuksia voi olla esimerkiksi siirtymätilanteet, ruokailutilanteet, pukeutuminen sekä luokkahuoneessa paikallaan istuminen. Näitä vaatimuksia tarkasteltaessa voidaan miettiä mitkä ovat sellaisia, joita PDA-piirteisen lapsen koulupäivästä voidaan karsia pois. Onko lapsen esimerkiksi pakollista osallistua välitunneille tai tehdä liikuntatunneilla juuri sitä asiaa, minkä lapsi kokee epämieluisaksi. (Korhonen & Stenlund n.d., 33.)



Kuvio 2. Kompensatorinen malli sitoo tulokset yhteen.

5.2 Kompensatorinen malli

Edellä mainitut interventiokeinot ovat sidottavissa yhteen kompensatorisen mallin avulla, sillä interventiot ovat asiakkaan tarpeisiin mukautettuja ja ne kompensoivat PDA:sta johtuvia

toimintakyvyn haasteita. Fisherin ja Marterellan (2019) mukaan kompensatoriseen malliin kuuluu suunnittelu ja toimeenpano mukautetulle toiminnalle, joka kompensoi madaltunutta toimintakykyä. Ydinasiat mukautetulle toiminnalle ovat mukautus, konsultointi ja opetus. Myös toimintaterapeutin esittämät erityiset mukautusstrategiat ovat keskeisiä. (Fisher & Marterella 2019, 222.)

Sopeutumisella/ mukauttamisella tarkoitetaan asiakkaalle väliaikaisten tai pysyvämpien ratkaisuiden esittelemistä, joiden tarkoitus on kompensoida tehottomia toimintataitoja. Näitä voi olla esimerkiksi apuvälineet, avustava teknologia, uusien kompensoivien toimintatapojen opettelu ja toimintoihin liittyvien ulkoisten tekijöiden yksilön tarpeisiin mukauttaminen. Näihin lukeutuu myös asiakkaan kanssa luovasti ja yhteistyöllisesti työskentely, jotta voidaan tunnistaa mukauttamiskeinot, jotka ovat juuri asiakkaan tarpeisiin soveltuvia. (Fisher & Marterella 2019, 223.) Tässä tapauksessa PDA-piirteisten lasten arkea voidaan kompensoida edellä mainituilla interventioilla kuten vaatimusten muokkaamisella, SI-terapialla, aikataulun joustavuudella sekä toiminnanohjauksen tukemisella. Marterella ja Fisher (2019) kertovat myös, että mukauttamisella pyritään myös siihen, että mukautuskeinot ovat luotettavia ja saavutettavia asiakkaalle sekä muille, joihin mukautus vaikuttaa, eli johtaa tehtävistä suoriutumiseen tavalla, joka on asiakkaalle miellyttävämpää tai vähemmän työlästä, on tehokasta, turvallista, vähentää asiakkaan tarvetta avustukselle tai on enemmän sosiaalisesti vaikuttavaa ja lisää asiakkaan osallistumista yhteiskunnassa. (Fisher & Marterella 2019, 223.)

Yhteistyöllisellä konsultaatiolla tarkoitetaan, kun saavutetaan asiakkaan kanssa jaettu konsultatiivinen kumppanuus ja tarvittaessa kehitetään lisää kumppanuutta niiden henkilöiden kanssa, jotka työskentelevät asiakkaan kanssa. (Fisher & Marterella 2019, 223.)

Opetuksella viitataan koulutusperiaatteiden soveltamista niihin neuvoo-antaviin kumppaneihin, jotka ovat mukana mukautuksen toteutumisessa seuraavien tekijöiden kautta:

- Määrittää mitä asiakas jo tietää. Esimerkiksi mitkä toiminnalliset elementit tukevat ja vaikuttavat positiivisesti asiakkaan toiminnalliseen suoriutumiseen ja mitkä elementit taas rajoittavat ja vaikuttavat siihen negatiivisesti.

- Oppimistavoitteiden asettaminen, eli niiden opetusmetodien odotettu hyöty, joita toimintaterapeutti aikoo hyödyntää, jotta asiakkaan tavoite saavutettaisiin.

-Valita opetustekniikoita, jotka ovat yhdenmukaisia sen kanssa mitä on opetettu (ovat esimerkiksi relevantteja asiakkaan nykyiseen toiminnalliseen suoriutumiseen, oppimiseen ja tilannekohtaiseen kontekstiin nähden. Ja ne tarjoavat juuri oikean määrän haastetta sekä tarvittavan rakenteen oppimisen edistämiseksi).

Toimintaterapeutin tulisi myös tarvittaessa muokata opetustekniikoita, jotta ne ovat soveltuvia asiakkaan kyvyille, esitellä uusia ongelman ratkaisevia strategioita ja tarjota asiakkaalle mahdollisuuksia analysoida omaa toimintaansa ja kehittää toimintaansa mukautetuilla strategioilla. Toimintaterapeutin olisi myös suotavaa antaa hyödyllistä palautetta asiakkaalle oikea-aikaisesti sekä mahdollistaa asiakkaalle harjoittaa hyödyllisiä mukautettuja strategioita, kunnes toiminnasta tulee automaattista. (Fisher & Marterella 2019, 224.)

6 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön perusteella voidaan todeta, että toimintaterapialla olisi tarjota paljon annettavaa PDA-piirteisille lapsille. Lähes kaikissa interventioesimerkeissä korostuu yksilövapaus, kiireettömyys, joustavuus, luovuus sekä asiakaskeskeisyys. Nämä tekijät ovat yleisesti ottaenkin toimintaterapian keskiössä. Voidaan myös todeta, että PDA-piirteisen lapsen kanssa toimittaessa tulee toimintaterapeutin osata tarkasti lukea juuri sen hetkistä tilannetta sekä lasta. Se mikä toimi lapsen kanssa viime kerralla, ei välttämättä toimi tällä kerralla.

Toimintaterapeutin tulee myös olla tietoinen patologisesti vaatimusten välttelystä ilmiönä sekä suhtautua sen tuomiin ominaisuuksiin (kuten esimerkiksi melt down-tila) ammattimaisesti ja vakavasti, eikä koskaan vähätellä lasta tai hänen kokemia tuntemuksiaan. Toimintaterapeutin tulee myös ymmärtää mitkä tekijät kuormittavat lasta, eli mitkä tekijät aiheuttavat lapsen haastavan käytöksen. Näin voidaan kohdata oireilun lisäksi myös syvempi syy negatiiviselle toiminnalle ja löytää yhdessä lapsen kanssa ratkaisuja vääränlaiselle toiminnalle.

Toimintaterapeutin rooliin kuuluu myös tiedon levittäminen PDA:sta. Esimerkiksi vanhemmille ja kouluun tai päiväkotiin. Lapsen on helpompaa työstää haastaviin tilanteisiin suhtautumista, mikäli hänen arkiympäristönsä on ymmärtäväinen ja joustava, eikä lisää lapselle kuormittavia tekijöitä.

7 Pohdinta

7.1 Tulosten arviointi ja hyödynnettävyys

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, minkälaisista toimintaterapian interventioista PDA-piirteiset lapset voisivat hyötyä ja minkälaisia tuloksia PDA-piirteiset lapset voisivat toimintaterapian avulla saada. Tämän kirjallisuuskatsauksen aineiston ja sen tulosten vertailtavuus on osittain haastavaa, sillä se koostui monesta keskenään erilaisesta aineistosta. Tulosten vertailu voisi olla helpompaa, mikäli patologisesta vaatimusten välttelystä olisi saatavilla enemmän tutkimustuloksia.

Käyttämieni aineistojen tulosten pohjalta voidaan kuitenkin todeta, että toimintaterapia ja se mukana tuoma lempeä yksilökeskeinen lähestymistapa olisi oiva väline monelle PDA-piirteiselle lapselle arjen haasteista selviytymisen kannalta. Tutkimuksissa toistui se, ettei PDA-piirteisiä lapsia tulisi kärkeä tekemään asioita, vaan pyynnön tulisi olla positiivinen, ”auktoriteetiton” ja viestiä sitä, että lapsi ja hänen ajatuksensa halutaan huomioida.

Toimintaterapialla on oivia mahdollisuuksia tarjota uusia strategioita ja toimintamalleja PDA-piirteisille lapsille haastaviin tilanteisiin. Näin ollen toimintaterapiajakson edetessä lapsen haastavan käytöksen ydinsyihin voidaan paneutua ja tätä kautta miettiä oikeita ratkaisuja kuormittaviin tilanteisiin. Tämä voi lisätä lapsen oman kontrollin tunnetta ja lievittää ahdistusta. Tämä voi johtaa parhaimmillaan siihen, että esimerkiksi aggressiivisesti käyttäytyvä PDA-piirteinen lapsi löytää uuden rakentavamman keinon käsitellä negatiivisia tuntemuksia, jolloin lapsi ei enää ainakaan tietyissä tilanteissa käyttäydy haastavasti. Tällöin lapsen käytös on hallittua, eikä ”räjähtävää”. Näillä keinoilla lapsen arjesta voidaan saada esteettömämpää, toimivampaa sekä lapselle ja hänen lähipiirilleen mielekkäämpää.

Kokosin tähän opinnäytetyöhön interventioesimerkkejä, joita PDA-piirteisten lasten kanssa voitaisiin toimintaterapiassa käyttää. Nämä interventioesimerkit nousivat esiin tämän opinnäytetyön taustalla olevista aineistoista. Toki kyseessä on vain murto-osa interventioista, mutta nostin pinnalle mielestäni ”yleispätevimmit” esimerkit, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiini parhaiten. Toki eri interventioita voi soveltaa jatkuvasti huomioiden PDA-piirteisen lapsen yksilölliset ominaisuudet ja tarpeet.

Jatkoa ajatellen aiheesta olisi mielestäni hyvä kerätä yhteen paljon lisätietoa, sillä kuten jo aiemmin mainittu, oli hyviä lähteitä hankala löytää. Patologinen vaatimusten välttely tulee varmasti olemaan pinnalla tulevana vuosina ja tulemme varmasti kohtaamaan PDA-piirteiset henkilöt asiakasryhmänä toimintaterapeutin työssä. Olisikin hienoa, mikäli aiheesta löytäisi jatkossa vaivattomasti kattavasti tietoa liittyen patologiseen vaatimusten välttelyyn itsessään, sen aiheuttamiin reaktioihin asiakkaassa sekä PDA-piirteisille sopivia toimintaterapian interventiomenetelmiä. Mielestäni aihe olisi myös tärkeää pitää näkyvillä, jotta yhä harvempi PDA-piirteinen henkilö tulisi jatkossa väärin ymmärretyksi, eikä hänen täytyisi sopia yhteiskunnan asettamaan valmiiseen muottiin.

7.2 Luotettavuus

PDA:han toimintaterapian näkökulmasta löytyi sen verran vähän tutkimustietoa (sekä englanniksi, että suomeksi) maksuttomista tai JAMK:n mahdollistamista tietokannoista, että jouduin käyttämään joitakin lähteitä, jotka olivat jo yli 10 vuotta vanhoja. Pohdin pitkään, onko tällainen lähde enää tänä päivänä validi, mutta päädyin kuitenkin käyttämään niitä opinnäytetyössäni, sillä uutta tutkimusmateriaalia oli niin vähän ja kohdat, joita käytin vanhemmista lähteistä eivät olleet niin aikaan sidonnaisia, jonka vuoksi en koe, että tieto olisi vanhentunutta.

PDA tuntuu olevan olleen pinnalla vasta viime vuosina, joka vaikutti varmasti taustatiedon vähäiseen löytymiseen. Monet löytämistäni valideista tutkimuksista koskivatkin PDA-piirteisiä aikuisia. Moni näistä tutkimuksista oli kuitenkin sovellettavissa tähän opinnäytetyöhön, sillä aineistoissa käytiin läpi myös sellaisia PDA-piirteisten henkilöiden toimintatapoja ja tunnusomaisia piirteitä, jotka eivät ole ikään sidonnaisia. Härkönen (2023, 9–10) sivuaa viitaten Newsonin ym. vuoden 2003 tutkimukseen PDA-piirteisiä aikuisia käsittelevässä tekstissään myös lapsia, kuten sitä miten PDA-piirteisten lasten tunnetilat ja käyttäytymismallit voivat olla sosiaalisissa tilanteissa tilanteeseen sopimattomia. Moni osio Härkösen (2023) tutkimuksesta on sovellettavissa myös PDA-piirteisiin lapsiin. Tästä esimerkkinä arkipäiväisen elämän haasteet (pakollisuus, aikataulut, motivaation puuttuminen, itsestä huolehtiminen, opiskelu, ahdistus, raivostuminen, toimintakyvyn heikkeneminen ja välttely) ja toimintakyvyn tukeminen (vaatimusten adaptoiminen, aikataulujen joustavuus sekä ennakointi ja kannustava vuorovaikutus).

Lähteet

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. 2019. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry:n julkaisu. Viitattu 26.1.2024. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf? t=1578480382>

Asmala, I. & Takalo, H. 2023. Vinkkivihko varhaiskasvatuksen ammattilaisille. Opinnäytetyö, AMK. Metropolia ammattikorkeakoulu, toimintaterapian tutkinto-ohjelma. Viitattu 8.1.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/793333/Asmala_Takalo.pdf?sequence=2&isAllo wed=y

Autismi eri elämänvaiheissa. 2023. Artikkelit Autismiliiton sivustolta. Viitattu 2.1.2024. <https://autismiliitto.fi/autismi/autismikirjo-eri-elamanvaiheissa/>

Autismikirjon häiriö. 2023. Käypä hoito -suositus. Suomalainen lääkäriseura Duodecim. Viitattu 2.1.2024 ja 9.1.2024. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50131?tab=suositus>

Cat, S. 2018. PDA by PDAers: From anxiety to avoidance and masking to meltdowns. Jessica Kingsley Publishers. Lontoo ja Philadelphia. Viitattu 24.1.2024. https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=A51JDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA6&dq=Masking+PDA*&ots=T27fkR_3rX&sig=cN7LYdSA-Ni4FFyL43ToctLIHrI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Christie, P., Duncan, M., Fioler, R. & Healy, Z. 2012. Understanding pathological demand avoidance syndrome in children. Jessica Kingsley Publishers. Lontoo. Viitattu 16.1.2024. https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=yLhtn1HavXgC&oi=fnd&pg=PA2&dq=pathological+demand+avoidance*+AND+children*+&ots=stDbVvh_A5&sig=zAa4ESgf8mHR38u-jaWcswMLOPo&redir_esc=y#v=onepage&q=pathological%20demand%20avoidance*%20AND%20children*&f=false

Ennen opinnäytetyön aloittamista. N.d. Artikkelit Lapin AMK:n sivustolta. Viitattu 26.1.2024. <https://www.lapinamk.fi/fi/Opiskelijalle/Oppaat-ja-ohjeet/Opinnaytetyo/Ennen-opinnaytetyon-aloittamista>

Enright, J. 2022. Autistic Rational Demand Avoidance. Artikkelit LinkedIn sivustolta. Viitattu 2.5.2024. <https://www.linkedin.com/pulse/autistic-rational-demand-avoidance-jillian-enright>

Fisher, A. & Marterella, A. 2019. Powerful Practice. Centre for Innovative OT Solutions, Inc. Colorado.

Härkönen J. 2023. Äärimmäisesti vaatimuksia välttelevien aikuisten toimintakyvyn tukeminen. Opinnäytetyö, ylempi AMK. Tampereen ammattikorkeakoulu, monialaisen kuntoutuksen ylempi tutkinto-ohjelma. Viitattu 17.1.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/794257/Harkonen_Jenni.pdf?sequence=2&isAllo wed=y

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S., Pietilä, A., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Viitattu 15.2.2024. <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128286/77409>

Karttunen, A. 2016. Haastava lapsi perheessä – lastentarhanopettajien kokemuksia yhteistyöstä vanhempien kanssa. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteiden laitos. Viitattu 7.2.2024. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/52485/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201612205199.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Korhonen, A. & Stenlund, K. N.d. Elämää PDA:n kanssa. Viitattu 9.1.2024. <https://static1.squarespace.com/static/648b01186ee0a17db6ff1a39/t/64f81a565e462d1c6185b0c6/1693981281349/El%C3%A4m%C3%A4%C3%A4+PDAn+kanssa+-+k%C3%A4yt%C3%A4nn%C3%B6n+ratkaisuja.pdf>

Korja, K. 2022. Mitä on PDA?. Viitattu 3.1.2024. https://www.pdasociety.org.uk/wp-content/uploads/2022/03/WhatIsPDA_Finnish.pdf

Koskentausta, T., Koski, A. & Tani, P. 2018. Aikuisen autismikirjon häiriö. Viitattu 23.1.2024. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/681667a2-cea8-488c-8922-bd17dbd013df/content>

Laine, V. 2022. Opas vanhemmille lasten tunnetaitojen kehittämisestä. Opinnäytetyö AMK. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 16.1.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/752246/Laine_Vilhelmiina.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Lasten toimintaterapia – onnistumisia tavoitteellisen leikin avulla. Artikkelit Mehiläisen sivustolta. N.d. Viitattu 25.1.2024. <https://www.mehilainen.fi/lasten-mehilainen/lasten-toimintaterapia>

Occupational therapy for children and youth using sensory integration theory and methods in school-based practice. 2015. Artikkelit The American Journal of Occupational Therapy sivustolta. Viitattu 10.1.2024. <https://janet.finna.fi/Record/jamk.993642122006251?sid=4071234800>

Oikarinen, T. 2019. Haastavasti käyttäytyvä lapsi varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö AMK. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 23.1.2024. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/264900/OikarinenTiinaOT11112019.pdf?sequence=2>

Patologinen vaatimusten välttely (PDA) ja autismikirjon häiriö. 2023. Käypä hoito -suositus. Suomalainen lääkäriseura Duodecim. Viitattu 2.1.2024. <https://www.kaypahoito.fi/nix03173>

PDA/EDA – Äärimmäinen vaatimusten välttely. 2023. Artikkelit Autismiliiton sivustolta. Viitattu 2.1.2024. <https://autismiliitto.fi/autismi/erilaista-autismia/pda-aarimmainen-vaatimusten-valttely/>

Pihlaja, P., Sarlin, T. & Ristikari, T. 2015. How Do Day-Care Personnel Describe Children with Challenging Behaviour?. Viitattu 8.1.2024.

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/edui.v6.26003>

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus?. Opetusjulkaisuja 62, julkisjohtaminen 4. Vaasan

yliopisto. Viitattu 10.1.2024. https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Toimintaterapia. N.d. Artikkeliterveystalon sivustolta. Viitattu 2.1.2024.

<https://www.terveystalo.com/fi/palvelut/toimintaterapia>

Toimintaterapia. 2024. Artikkelit Suomen toimintaterapeuttiliitto ry:n sivustolta. Viitattu 25.1.2024.

<https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapia/>

What is occupational therapy?. N.d. Artikkelit American Occupational Therapy Associationin

sivustolta. Viitattu 25.1.2024. <https://www.aota.org/about/what-is-ot>

Woods, R. The british psychological society. 2020. PDA – a new type of disorder?. Viitattu

17.1.2024. <https://www.bps.org.uk/psychologist/pda-new-type-disorder>

12 faktaa ja kysymystä toimintaterapiasta. 2020. Artikkelit Voimatassun sivustolta. Viitattu

25.1.2024. <https://voimatassu.fi/2020/07/19/12-faktaa-ja-kysymysta-toimintaterapiasta/?cn-reloaded=1>