



”VAIN LUOVUUDELLA SELVIÄÄ JUMEISTA”

Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen
lähestymistapa neuropsykiatrisen lapsen
jumi-tilanteisiin

Juuli Kirjavainen

Leena Eskonen

Opinnäytetyö
Marraskuu 2012
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalinen kuntoutus

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

KIRJAVAINEN, JUULI & ESKONEN, LEENA:

”Vain luovuudella selviää jumeista”

Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen lähestymistapa neuropsykiatrisen lapsen jumi-tilanteisiin

Opinnäytetyö 57 sivua, joista liitteitä 2 sivua
Marraskuu 2012

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaisia ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä menetelmiä neuropsykiatristen erityislasten jumi-tilanteisiin rangaistusmenetelmien tilalle löytyy. Työn tarkoituksena oli koota aineistoa positiivisista, ratkaisu- ja voimavarakeskeisistä menetelmistä jumi-tilanteita kohtaavilta kasvattajilta ja levittää hyviä käytäntöjä eteenpäin toisille samoja haasteita kohtaaville. Toimintatapa on vertaisohjauksellisen periaatteen mukainen. Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Tampereen kaupungin Osmo-hankkeen kanssa.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin lokakuussa 2012 avoimella kyselylomakkeella. Tulokset luokiteltiin aluksi arkipäiväisiin käytännön vinkkeihin sekä yksinkertaisempiin yleispäteviin menetelmiin. Aineiston analyysissä käytettiin apuna abduktiivista eli teoriaohjaavaa päättelyä. Aluksi yleispäteviä menetelmiä verrattiin autismin kirjolle kehitettyihin kuntoutusmenetelmiin. Lopuksi koko aineistoa verrattiin ratkaisu- ja voimavarakeskeiseen teoriaan.

Vastauksista löytyi autismituntoutukseen kehitettyjä menetelmiä sekä toimintatapoja, joista löytyi ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teorian piirteitä. Tulokset osoittivat, että paljon hyviä, positiivisia menetelmiä, kuten ennakointia, sosiaalisia tarinoita sekä ratkaisu- ja voimavarakeskeistä näkökulman vaihtamisen taitoa, käytettiin apuna neuropsykiatrisissa jumi-tilanteissa. Johtopäätöksenä voitiin todeta, että kyselyyn vastanneet ihmiset olivat kokeneet ne toimiviksi ja muille levittämisen arvoisiksi menetelmiksi. Työstä saadusta aineistosta on tarkoitus tuottaa jatkototeutuksena käytännönläheinen opas jumi-tilanteita varten.

Asiasanat: neuropsykiatrisen, ratkaisu- ja voimavarakeskeinen, jumi-tilanne, vertaisohjaus

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme of Social Services
Option of Social Rehabilitation

KIRJAVAINEN, JUULI & ESKONEN, LEENA:
Solution-Focused Approaching to Neuropsychiatric Stuck Situations

Bachelor's thesis 57 pages, appendices 2 pages
November 2012

The aim of this study was to find out what kind of solution-focused methods there are to replace punishment as a pedagogical method. The objective was to find alternative methods to solve 'stuck'-situations that occur in children with neuropsychiatric special needs and to gather material of positive methods from the parents of children with neuropsychiatric disorders and pedagogical professionals, and to spread well-tried methods to people who face the same challenges. Thus the study followed the principles of peer tutoring philosophy. The study was conducted in co-operation with the Osmo-project of the city of Tampere

This was a qualitative study. The data was collected from the parents of children with neuropsychiatric disorders and pedagogical professionals by using open questionnaires in October 2012. 37 questionnaires were sent and 13 completed. In the data analysis abductive deduction method was used. In the preliminary analysis, the data yielded practical advice gained from everyday life and previously developed rehabilitation methods. These results were then compared with the solution-focused theory. This comparison revealed pedagogical methods that could be thematised according to solution-focused theory and methods that fell outside of the theory.

The results show that the parents of children with neuropsychiatric disorders and pedagogical professionals are using many positive methods to solve neuropsychiatric 'stuck'-situations. Previously developed methods such as predicting, social stories and methods that had solution-focused features like reframing were used. It can be concluded that the people who completed the questionnaire felt the methods valuable enough to share. Based on this study a practical guide for the parents of children with neuropsychiatric disorders and pedagogical professionals, will be created to assist in the neuropsychiatric 'stuck'-situations.

Key words: neuropsychiatric, solution-focused theory, stuck-situation, peer tutoring

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 JOHDATUS TUTKIMUSTEHTÄVÄÄN JA TUTKIMUSKYSYMYS	6
3 RATKAISU- JA VOIMAVARAKESKEINEN TEORIA	8
3.1 Historia ja määritelmä	8
3.2 Näkökulman vaihtamisen taito	9
3.3 Voimavarojen hyödyntäminen	11
4 NEUROPSYKIATRISET ERITYISVAIKEUDET	14
4.1 Osmo-hanke	14
4.2 Yleisimmät neuropsykiatriset erityisvaikeudet ja autismin kirjo	16
4.3 Jumi-tilanne	19
4.4 Oman toiminnan ohjaamisen vaikeus	20
5 AUTISMIN KIRJOLLE KEHITETTYJÄ KUNTOUTUSMENETELMIÄ	21
5.1 Strukturointi	22
5.2 Sosiaalinen tarina	22
5.3 Osittaminen	23
5.4 Ennakointi	26
5.5 Ajan käsittäminen, ”Time Timer”	27
6 AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI	29
7 JUMI-TILANTEIDEN RATKAISEMINEN POSITIIVISESTI	34
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	44
8.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	49
8.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi	51
LIITTEET	54
LÄHTEET	56

1 JOHDANTO

Neuropsykiatristen häiriöiden esiintyminen on viime vuosikymmenellä ollut selvässä nousussa. Tietoa häiriöistä on saatavilla aikaisempia vuosia enemmän ja tästä syystä häiriöitä myös tunnistetaan paremmin. Häiriöiden lisääntyneessä tunnistamisessa on positiivista se, että kuntoutusta voidaan antaa kohdennetummin yksilön tarpeiden mukaan. Tunnistamisen haasteena lienee se, että lisääntynyt diagnostiikka lisää kunnille painetta kehittää palveluita, kuntoutusta ja kehitysympäristöjen tietoisuutta neuropsykiatrisista häiriöistä ja niihin liittyvistä vaikeuksista. Mielenkiinto erityistä tukea tarvitseviin lapsiin ja nuoriin on kasvanut voimakkaasti lisääntyneen tietoisuuden myötä (LL Kaartinen 2011, 7).

Me kaikki joudumme joskus tilanteeseen, johon emme löydä ratkaisua. Neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia omaavalla lapsella tai nuorella voi olla elämässään vaikeita tilanteita, joissa hän on niin jumissa, että ulospääsyä tilanteeseen ei tunnu löytyvän. Juuttumistaipumus tai työssämme käyttämä termi, jumi-tilanne, on neurologinen oire, jota esiintyy erityisesti autismikirjon henkilöillä (Kerola, Kujanpää & Timonen 2009, 89.)

Neuropsykiatrinen lapsi tai nuori ja hänen vanhempansa tarvitsevat erityistä tukea jumi-tilanteista selviytymiseen. Keräsimme opinnäytetyötämme varten erityislasten ja nuorten vanhemmilta, sekä heidän kanssaan työskenteleviltä ammattilaisilta vinkkejä tällaisia jumi-tilanteita varten. Opinnäytetyön tarkoituksena on etsiä vaihtoehtoisia, positiivisia toimintatapoja perinteisen rangaistusmallin rinnalle. Työn tavoitteena on kartoittaa millaisia vaihtoehtoisia keinoja löytyy ja levittää saatavat positiiviset toimintamallit eteenpäin käytäntöön, perheisiin ja työpaikoille.

Toivomme opinnäytetyömme herättävän lukijassa luovuutta oman arkensa selviytymismenetelmien käyttöön ja kehittämiseen, sekä näkemään omat arkipäiväiset toimintatapansa arvokkaina.

2 JOHDATUS TUTKIMUSTEHTÄVÄÄN JA TUTKIMUSKYSYMYS

Kerolan ym. (2006, 157,159) mukaan positiivinen ja johdonmukainen hyvän käyttäytymisen vahvistaminen saa aikaan myönteisempiä ja kestävämpiä tuloksia kuin jatkuva kieltäminen. Rangaistukset ja kielteinen suhtautuminen opeteltaviin asioihin johtavat negatiivisuuden kierteeseen ja ovat usein tehottomia sekä aikaa ja energiaa vieviä.

Sellaiset rangaistuskeinot, kuten usein käytetty jäähy, toimivat hyvin tavallisesti kehittyneiden lasten kanssa, mutta sillä saattaa olla täysin päinvastainen merkitys esimerkiksi autismin kirjoon kuuluvalla lapselle. (Ozonoff, Dawson & McPartland 2008, 130.)

Oman työkokemuksemme pohjalta tiedämme, että erilaisille, vaihtoehtoisille menetelmille ja ”maalaisjärkisille” käytännön vinkeille on perheiden arjessa ja työelämässä tarvetta.

Opinnäytetyömme ideoinnin lähtökohtana oli, että opinnäytetyömme pohjalta voitaisiin tuottaa käytännön läheinen opas jumi-tilanteita varten. Lähdimme toteuttamaan opinnäytetyötä teoriapohjaksi tällaiselle oppaalle ja opinnäytetyöllä haettiin aineistoa sen kokoamista varten.

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä on selvittää millaisia ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä, positiivisia keinoja sekä vinkkejä jumi-tilanteisiin löytyy. Vinkkejä etsitään neuropsykiatrisia piirteitä omaavien lasten vanhemmilta sekä aiheen parissa työskenteleviltä ammattilaisilta. Saadut vinkit jaetaan taas eteenpäin näille ryhmille ja muille apua tarvitseville.

Vastaajiksi kyselyyn on valikoitunut työelämän yhteistyötahon Osmo-hankkeen kontakteja sekä osa vastaajista on oman työmme kautta saamiemme kontakteja. Emme määrittele tarkemmin miten vastaajien ryhmä on valikoitunut, sillä haluamme suojata vastaajiemme sekä heidän perheidensä anonymiteettia.

Tutkimuksemme tavoitteena on levittää hyviä käytäntöjä. Tutkimuskysymys perustuu ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teorian ajatukselle positiivisuuden merkityksestä.

Tutkimuskysymys:

Millaisia rangaistusmallille vaihtoehtoisia, positiivisia keinoja jumi tilanteisiin löytyy?

3 RATKAISU- JA VOIMAVARAKESKEINEN TEORIA

Tässä luvussa käsittelemme ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teorian historiaa ja ydinperiaatteita.

3.1 Historia ja määritelmä

Ratkaisukeskeinen lyhytterapia on kehitetty 1980-luvulla Milwaukeeessa, Yhdysvalloissa. Lyhytterapia menetelmä pohjautuu lääkäri, psykiatri ja hypnotisti Milton H. Ericksonin kehittämiin terapeutisiin menetelmiin. Lyhytterapia menetelmässä suurin pääpaino on ongelmien uudelleenmäärittelyssä. (Mattila 2011, 95–96.)

Ericksonin lyhytterapian lähtökohtana on myönteisyyden korostaminen, jonka hän uskoi lisäävän ihmisen luonnollista halua kasvuun. Lisäksi hän oletti myönteisen korostamisen lisäävän potilaan yhteistyöhalukkuutta. Hän ei keskittynyt potilaidensa ongelmaan, vaan pyrki löytämään heidän arjestaan jonkin arvokkaan ja laajentamiskelpoisen piirteen, voimavaran. (Haley 1997, 31.)

Ratkaisu- ja voimavarakeskeistä teoriaa voidaan tarkastella kolmen ydinperiaatteen avulla:

”Jos jokin ei ole rikki, älä yritä korjata sitä.

Kun tiedät mikä toimii, tee lisää sitä.

Jos jokin ei toimi, tee jotain muuta.” (Huotari & Tamski 2010, 60.)

Lyhyesti kiteytettynä ratkaisukeskeisyys tarkoittaa oikeanlaisen asenteen omaksumista ongelmallisiin tilanteisiin. Ratkaisuja etsitään näkökulmaa muuttamalla ja voimavaroja löytämällä. Ratkaisukeskeisyyden kulmakiviä ovat:

- Tulevaisuuteen suuntautuminen ja tavoitteellisuus, jonka mukaisesti ongelma pyritään muuttamaan taidoksi ja vaikeus tavoitteeksi.
- Voimavaroihin keskittyminen: jo olemassa olevien voimavarojen löytäminen ja arvon antaminen aikaisemmille onnistumiskokemuksille.
- Realististen tavoitteiden asettelu.
- Tasavertaisuus ja yhteistyö, yritetään löytää ratkaisu yhdessä, toista kunnioittaen. Onnistuminen on yhteinen voitto!
- Arvostaminen, erilaisten ajattelutapojen ja maailmankuvan kunnioittaminen.
- Luova ajattelutapa ongelmia ratkaistaessa, huumori ja myönteisyys!
- Monien vaihtoehtoisten ratkaisujen hyväksyminen, tavoitteeseen voi päästä monia erilaisia polkuja pitkin, asiat täytyy aina huomioida omassa kontekstissaan.

(Katajainen, Lipponen & Litovaara 2003, 14-15.)

3.2 Näkökulman vaihtamisen taito

Arvot ja asenne

Positiiviset ja negatiiviset tunteet kertovat arvoistamme, mitä pidämme arvokkaana ja mitä emme arvosta. Toisin sanoen mikä meille maailmassa on hyvää ja mikä pahaa. Arvot kertovat meistä ihmisinä ja ovat pohja sille mitä olemme. Usko ja uskomukset, eli se mitä arvostamme, ovat syntyneet elämämme varrella ja ne ovat sidonnaisia siten myös aikaan, paikkaan ja tilanteisiin. (Huotari & Tamski 2010, 52–53.)

Muutosta etsiessämme on hyvä tunnistaa omat arvomme ja tarkastella niitä ja uskomuksiamme uudelleen. Pitävätkö ne yhä paikkaansa ja sopivatko ne tähän kontekstiin? (Huotari & Tamski 2010, 52–53.)

Arvot ohjaavat siis toimintaamme ja muutosta hakiessamme niillä on merkitystä. Arvojen lisäksi meidän tulee tarkastella ja tunnistaa myös asenteitamme. Tavoitteisiin

päästäksemme tarvitsemme oikeanlaisen asenteen. Pessimistinen asenne ei luultavasti ohjaa meitä muutosta tukeviin toimenpiteisiin emmekä saavuta tavoitteitamme, kun taas positiivisella asenteella ja uskomalla itseemme saavutamme päämäärämme helpommin. (Huotari & Tamski 2010, 53.)

Asenteella on myös tapana tarttua. Vaikkemme voisi muuttaa toisen asennetta väkisin, on omalla asenteellamme suuri merkitys. Jos jaksamme uskoa onnistumiseen ja muutokseen luomme uskoa ja innostusta myös toiseen. (Huotari & Tamski 2010, 53.)

Ongelman uudelleenmäärittely

Ongelmalähtöinen ajattelutapa keskittyy ongelmien syiden etsimiseen ja niiden korjaamiseen. Tämä onkin usein välttämätöntä silloin, kun tavoitteena on parantaa jokin somaattisen oire. Ongelmalähtöisyys voi kuitenkin osoittautua hyödyttömäksi ja jopa pulmalliseksi silloin, kun on kyse käyttäytymiseen liittyvistä ongelmista, eli silloin kuin oma tai toisen käyttäytyminen koetaan häiritseväksi. Tämä on pulmallista siksi, että ongelmat ovat monimuotoisia ja ihmisten käsitykset niistä eriävät usein paljon. Ongelmia voi syntyä jo siitä koetaanko jokin asia ongelmaksi vai ei. (Furman & Ahola 1995, 9.)

Ratkaisukeskeisen ajattelun pääpaino on siis ongelmien uudelleen määrittelyssä siten, että ongelmien syiden etsimisen sijaan keskitytään löytämään keinoja niiden ratkaisuun. Näkökulmaa vaihtamalla voidaan nähdä negatiivinen positiivisena tai ongelma haasteena, joka halutaan ratkaista. Huotarin ja Tamskin (2010, 61) mukaan puutteiden ja heikkouksien tarkastelun sijaan etsitään voimavaroja ja onnistumisia. Epäonnistumisia pidetään rikkaina oppimiskokemuksina.

Furmanin ja Aholan (1995, 133–135) mukaan näkökulman vaihtamisessa on kyse yksinkertaisesti siitä, että ongelmista etsitään aina myös jotain hyvää. Kun ihminen oppii uskomaan ja näkemään, että koettelemuksilla on jokin myönteinenkin puoli, se auttaa ihmistä kestävämmän ja sietävämmän ongelmia paremmin. Tällainen myönteisyyden näkeminen ongelmissa edesauttaa ongelman ratkeamista. Elämän vaikeudet ja haasteet sekä niistä selviäminen voivat opettaa ja auttaa ihmistä tulemaan luovemmaksi ongelmien ratkomisessa.

Muuri sillaksi -ongelmien hallitseminen

Ratkaisukeskeisiä piirteitä löytyy myös tohtori Barry Johnssonin ajatuksista. Johnsson (2004, 9, 1112) on tutkinut ongelmanratkaisussa vastakkaisuuksien hallintaa ja sen periaatteita. Hän puhuu ongelmista, jotka ovat paradoksaalisia ja joita ei osata ratkaista jo olemassa olevilla välineillä. Ongelmien ratkaisemisen sijaan tunnustetaan ongelmat ja opitaan hallitsemaan niitä. Ongelmatilanne nähdään vastakkaisuuksina, jossa on ongelma ja sen vaihtoehtona ratkaisu. Näkökulmaa laajentamalla nähdään ongelmien molemmat puolet, jotka ovat Johnssonin mukaan riippuvaisia toisistaan.

Ongelmien hallitsemisessa vastakkaisuudet ovat ikään kuin vastakohtapareja, jotka eivät ole toisistaan erillisiä - toista ei voi valita ratkaisuksi, eikä toista jättää huomiotta. Vastakkaisuuksien hallinta pyrkii saamaan molemmista puolista mahdollisimman paljon hyötyjä ja välttämään molempien puolien haittoja. (Johnsson 2004, 12.) Esimerkki paradoksaalisesta ongelmasta voi olla se, että halutaan olla samaan aikaan rauhallisia, mutta silti reippaita ja rempseitä.

Vastakkaisuuksien hallinnassa tuloksien saavuttamiseksi pyritään muuttamaan muuri sillaksi kahden vastaparin välillä. Näkökulman vaihtamisella on tässä suuri merkitys, havaitaanko ongelmien kokonaisuus vai vain osa ongelmasta (Isokorpi 2006, 189–190).

3.3 Voimavarojen hyödyntäminen

Ongelmat taidoiksi

Voimavarojen hyödyntäminen avautuu mielestämme parhaiten Ben Furmanin Muksuoppi-menetelmän avulla. Furman on psykiatrian erikoislääkäri, psykoterapeutti, ratkaisukeskeisen psykoterapian kouluttaja ja lyhytterapia-instituutin toimitusjohtaja. Furmanin mukaan aikuiset tarkastelevat lasten ongelmia ja saattavat nähdä ne oireina jostakin taustalla olevasta psyykkisestä häiriöstä tai perheen sisäisestä ongelmasta. Lapset taas ovat taipuvaisia ajattelemaan ongelman sijaan, että heiltä puuttuu jokin taito, joka poistaisi ongelman, jos tällainen taito olisi. Muksuopin tavoitteena on siis auttaa ja

tukea lasta kehittämään tällaisia luontaisia taitojaan ja vahvuuksiaan voittaakseen ongelmansa. (Furman 2010, 9–10.)

Yksi muksuopin parhaista puolista on se, että se välttää kokonaan syyllistämästä lasta ongelmastaan ja pyrkii kannustamaan taidon oppimisessa. Kannustamiseen ja onnistumiseen tarvitaan koko perhettä, mikä näin osaltaan tukee myös perheen dynamiikkaa, kun kaikki keskittyvät yhdessä taidon oppimiseen. Furmanin (2010, 10) mukaan muksuoppia voidaan soveltaa vaikeisiin ongelmiin sekä lapsille, joilla on todettu jokin neurologinen tai psykiatrinen häiriö.

Muksuoppia voidaan siis käyttää ongelman laadusta tai vakavuudesta riippumatta, sillä menetelmä perustuu taitojen löytämiseen ja siten oppimiseen leikin ja luovuuden avulla (Varonen 2010, 20–21).

Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen teoria poikkeaa monista muista terapiamalleista erityisesti siinä, että nykytilannetta tarkastellessa menneisyyttä ei tarvitse tuntea. Ei tarvita pitkiä analyyseja aikaisemmista epäonnistumisista ja siitä miksi mikäkin on mennyt pieleen. Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen teoria keskittyy tulevaisuuteen ja uinuvien voimavarojen löytymiseen. Ratkaisu löytyy resursseista ja tulevaisuuteen katsomalla, ei menneitä vatvomalla. (Huotari & Tamski 2010, 59–60.)

Taitojen harjoittelu ja innostaminen

Tavoitetta kohti edetään pienin askelin ja realistisilla tavoitteilla. Tavoitteen tulee olla konkreettinen ja täsmällinen, positiivisesti määritelty, aktiivinen sekä omasta toiminnasta lähtöisin oleva. Lisäksi tavoite tulisi olla realistisesti aikataulutettu, sopiviin osatavoitteisiin jaettu sekä jatkuvasti seurattavissa ja arvioitavissa oleva. Kun tavoitteita asetetaan, täytyy kyetä määrittelemään, miksi tavoitteen saavuttaminen on tärkeää ja mikä on siitä tuleva hyöty. Mitä itse hyödyn siitä ja mitä perheeni tai läheiseni hyötyy tavoitteeseen pääsemisestä? Milloin tai mistä tiedän, että olen menossa oikeaan suuntaan tai että tavoite on saavutettu? Miten tavoitteeseen pääsemisen voisi palkita? Miten valmistaudun epäonnistumisiin tai takapakkeihin? Kuinka kovasti olen valmis sitoutumaan tavoitteen saavuttamiseen? (Huotari & Tamski 2010, 157.)

Furman (2010, 154) painottaa, että taidon on oltava sellainen, että sitä voidaan harjoitella käytännössä. Taito täytyy pystyä näyttämään, se ei voi olla abstrakti. Taidon

opettelussa on tärkeää, että mukana olevat tukijoukot pystyvät luomaan uskoa tavoitteeseen pääsyyn ja innostamaan onnistumisiin. Taidon täytyy myös olla itsestä lähtöisin oleva, sellainen, joka halutaan itse oppia. Ulkoa tulevat käskyt ja toiveet tietyn taidon oppimiseksi eivät motivoi, eivätkä ole muksuopin ajatuksen mukaisia.

4 NEUROPSYKIATRISET ERITYISVAIKEUDET

Tässä luvussa esittelemme ensin opinnäytetyömme työelämän yhteistyötahon, Tampereen kaupungin Osmo-hankkeen. Sitten esittelemme yleisimpiä neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia, joista käsittelemme erityisesti autismin kirjoa. Jumi-tilanteet ja oman toiminnan ohjaamisen vaikeudet ovat osa neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia, luvun lopussa käsittelemme myös niitä.

4.1 Osmo-hanke

Olemme toteuttaneet opinnäytetyömme yhteistyössä Tampereen kaupungin Osmo-hankkeen kanssa. Nimi Osmo tulee sanoista Osaamisverkostosta monimuotoinen tuki lasten ja nuorten kehitysympäristöihin. Hankkeessa kehitetään lasten, nuorten ja perheiden palveluja Tampereella, Lempäälässä, Pirkkalassa ja Sastamalan perusturvakuntayhtymässä 1.11.2011 - 31.10.2013. Hanke on Sosiaali- ja terveysministeriön Kaste-rahoitteinen, Väli-Suomen Kasperii II Tampereen seudun osahanke. Se tekee yhteistyötä Pirkanmaan sairaanhoitopiiriin, kolmannen sektorin toimijoiden sekä yritysten kanssa. Osmo-hanke on jatkoa edeltäjälleen Nepsy-hankkeelle, jonka tarkoituksena oli levittää tietoa neuropsykiatrisista erityisvaikeuksista, sekä luoda yhteistyötahojen verkostoa. Osmo-hankkeen tavoitteena on syventää Nepsy-hankkeen jakamaa tietoa sekä kehittää ja syventää erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten parissa työskentelevien osaamista ja työtapoja. Hanke antaa valmennusta tukea tarvitseville lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen.

Osmo-hankkeen työntekijät ylläpitävät Tampereen kaupungin neuropsykiatristen erityisvaikeuksien sivuja, jonne on kerätty ajankohtaista tietoa neuropsykiatrisista erityisvaikeuksista. Sivuille on koottu oppaita ja kuvia, jotka toimivat konkreettisina apuvälineinä kuntoutuksessa ja käytännön apuna arjessa. Aineisto on koottu neuropsykiatrisista erityisvaikeuksista kärsivien lasten ja nuorten tueksi. Sitä voi

hyödyntää erilaisissa arjen pulmatilanteissa silloinkin, kun kyseessä ei ole neuropsykiatrinen häiriö. (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet.)

4.2 Yleisimmät neuropsykiatriset erityisvaikeudet ja autismin kirjo

Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia ovat autismin kirjon häiriöt, ADHD, ADD, Touretten oireyhtymä ja kielenkehityksen erityisvaikeudet eli dysfasia. Neuropsykiatriset erityisvaikeudet ja vaikeusaste ovat yksilöllisiä ja vaihtelevat eri yksilöiden välillä. Häiriöihin sopivia ominaisuuksia esiintyy väestössä myös ilman diagnosoitavia häiriöitä. (Kaartinen. 2011, 7.) Oireita voidaan siis havaita syvästi autistisista henkilöistä diagnosoimattomiin vähäoireisiin henkilöihin.

Kaikkiin näihin häiriöihin liittyy vaikeuksia esimerkiksi sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, tunnesäätelyssä, oman toiminnan ohjauksessa sekä kielellisessä ja ei- kielellisessä viestinnässä. Häiriöitä esiintyy enemmän pojilla kuin tytöillä ja häiriöiden esiintyvyydessä on päällekkäisyyttä. (Kaartinen. 2011, 7). Mitä varhaisemmassa vaiheessa häiriöt tunnistetaan, sitä paremmin ja kohdennetummin kuntoutusta voidaan suunnitella. Kuitenkin esimerkiksi autismia on vaikeaa erottaa varhaisessa kehitysvaiheessa esimerkiksi ADD:sta (tarkkaavaisuushäiriö) tai kielenkehityksen häiriöstä. (Kerola ym. 2009, 26.)

Halusimme opinnäytetyössämme tarkastella lähemmin autismin kirjoa, sillä suuri osa kuntoutusmenetelmistä on kehitetty autismin kirjon henkilöitä varten, mutta ne ovat sovellettavissa kaikkien neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia omaavien lasten ja nuorten avuksi.

Autismia ja sen kaltaisia piirteitä kutsutaan yleisnimikkeellä autismin kirjo. Kirjooon luokitellaan kuuluviksi autismin oireyhtymä, Aspergerin oireyhtymä, Rettin oireyhtymä, ja tarkemmin määrittelemätön lapsuuden laaja-alainen kehityshäiriö. Kaikki autismin kirjon häiriöt ovat keskushermoston kehityshäiriöitä. (Autismiliitto: Autismin kirjo.)

Autismin kirjoa arvioidaan käyttäytymisen vaikeuksien perusteella. Oireyhtymää ei voida tarkkaan määritellä tietynlaiseksi vammaksi, vaan piirteet ja käyttäytymisen vaikeudet ilmenevät yksilöllisesti ja henkilöt voivat olla hyvinkin erilaisia keskenään. Autismin kirjon henkilöitä yhdistäviä piirteitä ovat sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin ongelmat, oudot käyttäytymismuodot ja aistimaailman erilaisuus. Autismin kirjon henkilöillä älyllinen ja toiminnallinen taso vaihtelevat paljon. (Kerola ym. 2009, 23.)

Autismin diagnoosiin tarvittavat kolme pääoiretta ovat sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikaation poikkeavuudet, rajoittuneet, toistavat ja kaavamaiset käytöstavat sekä kiinnostuksen kohteet ja toiminnat eli stereotypiat. Aspergerin oireyhtymän diagnoosiin riittävät ainoastaan oireet sosiaalisen vuorovaikutuksen poikkeuksissa sekä rajoittuneissa stereotypioissa. (Duodecim, Terveyskirjasto, Autismikirjon häiriöt ja niiden samanaikaisuus ADHD:n kanssa, 2011.)

Asperger henkilöillä esiintyy toisinaan äärimmäistä yksityiskohtiin tarttumista ja sen myötä hitautta. Tästä syystä henkilö ei pysty tarpeeksi nopeasti huomaamaan ympäristöstä tulevia uusia ärsykeitä siksi, että on niin keskittynyt (juuttunut) käsillä olevaan tehtävään. Henkilö ei reagoi tai pistä merkille esimerkiksi vanhempien tai opettajien pyyntöä siirtyä johonkin toiseen tehtävään. (Gillberg, C. 2001, 58–59.)

Autismin kirjon häiriöiden kognitiivisen kehityksen poikkeavuutta ja oirekuvausta selitetään ja ymmärretään mielen teorian, sentraalisen koherenssiteorian sekä eksekutiivisen teorian avulla. Poikkeavuuksia voi esiintyä kaikilla kolmella tai vain yhdellä osa-alueella. Mielen teorian mukaan autismin kirjon henkilön on vaikea ymmärtää toisen ihmisen tunne- ja ajatusmaailmaa. Tämä aiheuttaa ongelmia vuorovaikutuksen ja sosiaalisen kielen ymmärtämisessä.

Sentraalinen koherenssiteoria puolestaan selittää kognitiivisten oireiden syyksi ajattelun hajanaisuuden sekä sen, että henkilö korostaa havainnoissaan yksityiskohtia kokonaisuusien sijaan. Tämä aiheuttaa vaikeuksia hahmottaa kokonaisuuksia sekä tehdä johtopäätöksiä havaintojen perusteella. Eksekutiivinen teoria kuvaa oman toiminnan ohjaamisen vaikeutta, mikä näkyy vaikeutena erilaisten toimintojen suunnittelussa, aloittamisessa ja jäsentämisessä. (Duodecim, Terveyskirjasto, Autismikirjon häiriöt ja niiden samanaikaisuus ADHD:n kanssa, 2011.)

Autismiin liittyvät käyttäytymisen ongelmat aiheuttavat haasteita lapsen ja ympäristön väliseen vuorovaikutukseen ja ne voivat haitata oppimista sekä kehitystä hyvinkin mittavasti. Varhaiskuntoutuksella on suuri merkitys myönteisten käyttäytymismallien oppimiseen ja myöhempien ikävuosien haasteellisten, ei toivottujen, käyttäytymismallien ehkäisemiseen. (Kerola ym. 2009, 25–26.)

Lapsuusiän autismia voidaan pyrkiä tunnistamaan sekä määrittelemään oireita ja niiden vakavuutta. Seurantaan varten on kehitetty CARS -autismin aakkoset järjestelmä (MHS: Psychological Assessments and Services).

- Vuorovaikutussuhteet: Lapsi ei ota kontaktia muihin, aikuisen on oltava aktiivinen, jotta saa lapsen vastaamaan vuorovaikutusyrityksiin.
- Jäljittelyt: Ei matki muita. Jäljittelyn opettaminen lapselle vaatii paljon ponnisteluja.
- Tunnereaktiot: Lapsella on poikkeavia, tilanteeseen sopimattomia tai pitkittyneitä tunnereaktioita, kuten nauru tai itku ilman syytä. Lapsen on myös vaikeaa tulkita toisten ihmisten tunteita kasvojen ilmeiden perusteella.
- Kehon hahmotus ja käyttö: Lapsi hahmottaa kehonsa erikoisella tavalla, kuten heijaamalla, pään hakkaamisena, käsien heilutteluna tai juoksentelemisena.
- Suhtautuminen esineisiin: Lapsi käyttää esineitä poikkeavalla tavalla, esimerkiksi pyörittää leluauton pyörää, heiluttaa narunpätäkää tai hakkaa esineitä yhteen, lapsella ei ole luovaa leikkiä.
- Suhtautuminen muutoksiin: Muutosten vastustus ja raivoaminen, kun eteen sattuu yllättävä tilanne tai pienikin muutos itsessä tai ympäristössä.
- Visuaalinen reagointi: Lapsi tarkastelee asioita poikkeuksellisella tavalla, huomaa ja tuijottelee pieniä yksityiskohtia, siristelee silmiään tai räpsyttelee valoja.
- Auditiivinen reagointi: Lapsi on ääniherkkä, peittelee korviaan, tuottaa itse kovia ääniä tai ei siedä ollenkaan kovia ääniä.
- Reaktiot aistiärsyksiin: Haistelee ja maistelee ympäristöään kuten esineitä, ihmisiä tai paikkoja, jotta tutustuisi siihen paremmin. Hipsuttelee ja silittelee pintoja.
- Ahdistusreaktiot: Lapsella on joko pitkittyntä eroahdistusta vanhemmistaan tai hän voi olla täysin välinpitämätön erotilanteessa. Hän saattaa ahdistua ja pelätä sellaisissa tilanteissa, joihin ei yleensä liity mitään pelättävää.
- Sanallinen kommunikaatio: Lapsen puhe tai kieli on erikoisen kuuloista, voi olla kaikupuhetta (ekolalia) tai itse keksimien sanojen käyttöä, lapsen äänenkäyttö on erikoista.
- Ei-sanallinen kommunikaatio: Lapsen omat eleet ja ilmeet ovat vähäisiä ja hänellä on vaikeuksia ymmärtää toisten fyysistä ilmaisua.

- Aktiivisuuden taso: Lapsi on passiivinen vetäytyjä tai yliaktiivinen.
- Älyllinen toiminta: Lapsen kehitys on tasaisesti viivästynyt. Osa taidoista voi olla ikätasolla, osa yli ja osa alikehittyneitä.
- Yleisvaikutelma: Vaikutelma autismin asteesta: Lievä, kohtalainen, vaikea.

(CARS –arviointiasteikko, 1993, Kerola ym. 2009, 17–19.)

4.3 Jumi-tilanne

Seuraavissa kappaleissa käsittelemme juuttumista neurologisena ilmiönä. Kuka tahansa voi jäädä hetkellisesti jumiin tunteeseen, tekemiseen tai tilanteeseen, mutta juuttuminen neurologisena ilmiönä on sellaista, johon usein tarvitaan ulkopuolista tukea, apua ja kuntoutusta.

Keräsimme opinnäytetyötämme varten erityislasten ja nuorten vanhemmilta sekä heidän kanssaan työskenteleviltä ammattilaisilta vinkkejä jumi-tilanteita varten. Kyselyssä jumi-tilanteita on kuvattu muun muassa näin (ks. Liite 2).

No tämä on tietysti justinsa niin kuin meillä... ja tietenkin kaikissakin perheissä, mutta erityislapsen perheissä reaktiot ovat voimakkaampia ja jumit tahmeampia. Vastaja 3.

Jumitilanteet vaativat aikaa, hermoja, mielikuvitustakin. Jos et jaksa, hae apua. Vastaja 13.

Jumitilanteita ei aina voi ennakoita. Vastaja 7.

Jumitilanteet eivät saisi johtaa siihen, että niiden avulla lapsi alkaa ottaa valtaa. Vastaja 7.

Juuttumista esiintyy erityisesti autismin kirjon henkilöillä. Oudot käyttäytymispiirteet voivat johtua neurologisesta juuttumistaipumuksesta, aistipulmista, turvattomuuden tunteesta, stressistä, kommunikointikyvyn puutteista, heikoista sosiaalisista taidoista, fyysisistä syistä, oman toiminnan ohjaamisen vaikeudesta tai jostakin muusta

yksilöllisestä syystä. Juuttumisesta ja oudoista käyttäytymismalleista voi oppia pois opettelemalla tilalle jotakin muuta. (Kerola ym. 2009, 89.)

Autismin kirjon henkilöillä voi esiintyä tilanteeseen nähden sopimatonta naurua tai hillitöntä itkua. Outojen piirteiden taustalla löytyy usein epävarmuutta ja turvattomuuden tunnetta. Turvattomuus ja epävarmuus johtuvat havaintojen pirstaleisuudesta, josta autismin kirjon henkilö ei muodosta kokonaisuutta. Autismin kirjon henkilö tulee usein riippuvaiseksi niistä aistiärsykkeistä, jotka hän osaa säädellä ja siedättää. Tästä johtuu se, miten monet autismin kirjon henkilöt juuttuvat samaan vaatteeseen, ruoka-aineeseen tai tekemiseen. (Kerola ym. 2009, 90, 98.)

4.4 Oman toiminnan ohjaamisen vaikeus

Toiminnan ohjaaminen on kykyä suunnitella toisiaan seuraavia toimintoja ja niiden järjestystä. Autismin kirjon henkilöille oman toiminnan ohjaaminen on erittäin hankalaa, koska autismiin liitetään taipumus jäädä jumiin yhteen toimintaan. Juuttuminen aiheuttaa sen, että samaa toimintaa toistetaan uudelleen ja uudelleen kykenemättä siirtymään toiseen tekemiseen. Autismin kirjoon kuuluva henkilö saattaa toistaa samaa toimintaa, koska hänellä ei ole muuta tekemistä tai hän ei osaa valita muuta. Syitä voi olla monia kuten erilaiset aistikokemukset tai stressaavasta tilanteesta tuttuun tekemiseen vetäytyminen. (Kerola ym. 2009, 93.)

5 AUTISMIN KIRJOLLE KEHITETTYJÄ KUNTOUTUSMENETELMIÄ

Autismin kirjon kuntoutukseen on kehitetty paljon erilaisia menetelmiä. Vaikka menetelmät on suurimmalta osin kehitelty autismikuntoutusta varten, niistä voi olla suuri apu myös lievempää apua tarvitseville lapsille ja lapsille ilman mitään diagnoosia. Samalla tavalla kuten diabeetikon ruokavalio on ehdottoman tarpeellinen diabeetikolle, on se terveellisyydessään hyödyllinen kaikille.

Neuropsykiatrisista erityisvaikeuksista kärsivällä lapsella hankalat tilanteet tai haastava käyttäytyminen saattaa usein johtua kommunikaatio- ja vuorovaikutustaitojen puutteesta. Lapsi ei ymmärrä hänelle annettuja viestejä tai ei saa ilmaistua itseään haluamallaan tavalla. Tämä johtaa ongelmiin ja väärinymmärryksiin. Oikea tapa tukea lasta kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen kanssa tulee aina löytyä yksilöllisesti pohtimalla sopivia ratkaisuja ja keinoja tilannekohtaisesti. Tapoja on monia, mutta usein visuaaliset keinot puheen tukena auttavat lasta ymmärtämään paremmin hänelle annettuja viestejä sekä itse lähettämään niitä. (Autismiliitto: Kommunikointi.)

Yleisimpiä autististen henkilöiden kanssa käytettäviä puhetta tukevia ja korvaavia kommunikointikeinoja (AAC, Augmentative and Alternative Communication) ovat esinekommunikaatio, graafiset merkit, kuvakommunikaatio: esim. PCS-kuvat, piktogrammit, valokuvat, piirretyt kuvat, kirjoitettu teksti, tukiviittomat, viittomat, fyysinen ohjaus ja kosketus. (Autismiliitto: Kommunikointi.)

Päivittäisten askareiden ja uusien tilanteiden kanssa tulevia ongelmia selittää myös se, että autismin kirjon henkilöillä on usein ongelmia asioiden yleistämisen kanssa. Opittua toimintaa ei osata siirtää toiseen tilanteeseen vaan se on opittava uudelleen ja tilannekohtaisesti. Opetteleminen tapahtuu toistamalla asioita moneen kertaan toimimalla tai sanallisesti. (Kerola ym. 2009, 113.)

Olemme valinneet tarkasteltavaksi viisi autismikuntoutukseen kehitettyä menetelmää, jotka tutkimuskyselyssämme toistuivat useimmin. Seuraavissa luvuissa kerromme, mitä menetelmät tarkoittavat ja miten niitä käytetään.

5.1 Strukturointi

Strukturi on erityisesti autistisille henkilöille suunniteltu kuntoutusmuoto, jossa asiat ja tilanteet on pyritty järjestämään helpommin ymmärrettäviksi kokonaisuuksiksi. Strukturi perustuu asioiden toistamiseen ja usein visuaalisiin näköhavaintoihin jolloin kokonaisuuden hahmottaminen on konkreettisempaa. Struktuurin määrä suunnitellaan yksilöllisesti tarpeen mukaan niin, että se tukee ja auttaa lapsen toimimista ympäristössään ja vähentää asioiden ja tilanteiden ymmärtämättömyydestä tulevaa ahdistusta. Sitä mukaa kun asioita opitaan ja kun lapsi alkaa itse hallita asioita strukturia voidaan purkaa. Struktuurin tarkoituksena onkin saada lapsi toimimaan ympäristössään mahdollisimman itsenäisesti ja juostavasti. (Ikonen & Suomi 1999, 159–160.)

Struktuurin tarkoituksena on jäsentää visuaalisesti aikaa, tiloja, työskentelyä, henkilöitä ja kommunikaatiota. Tällaisen jäsentämisen avulla oppiminen ja opettaminen sekä asioiden ymmärtäminen on helpompaa. (Ikonen & Suomi. 1999, 163–164.)

Strukturoiminen mahdollistaa lapselle keskittymisen meneillään olevaan asiaan, sekä yhteen asiaan kerrallaan, silloin kun ympäristö on jäsenneilty turvallisiksi ja puitteiltaan selkeäksi. Strukturoidun toimintatavan on todettu olevan hyödyksi ja avuksi monille erilaisille oppijoille (miksei meille kaikille) mutta erityisesti autismin kirjoon kuuluvalle henkilölle struktuurin käyttäminen ei ole ainoastaan tukimuoto vaan koko kuntoutuksen perusmenetelmä. (Kerola ym. 2009, 167–169.)

5.2 Sosiaalinen tarina

Grayn (2002) mukaan sosiaalinen tarina on keino vahvistaa erilaisten sosiaalisten tilanteiden ymmärtämistä visuaalisin keinoin (Kerola ym. 2009, 45). Sosiaalinen tarina voi olla pelkkä kirjoitettu teksti, jos lapsi osaa lukea, tai teksti, jota kuvat täydentävät. Sosiaalista tarinaa voidaan käyttää hyvinkin yksityiskohtaista tarkkuutta vaativissa tilanteissa tai laajempien kokonaisuuksien ymmärtämisessä ja se antaa toimintamallin hankalista tilanteista selviytymiseen.

Tarinat toimivat erityisen hyvin uusien tilanteiden, kuten vaikka lääkärissä käymisen harjoittelussa ja ennalta läpikäymisessä. Uusien tilanteiden läpikäyminen vähentää näin vaikeiden tilanteiden aiheuttamaa stressiä. Sosiaalinen tarina muodostetaan vaihe vaiheelta ja näin voidaan harjoitella tulevaa tilannetta etukäteen, jolloin todellinen tilanne on helpommin hallittavissa. Kuvasarjan tarkoituksena on selvittää lapselle mitä tulevassa tilanteessa tapahtuu, mihin mennään, ketä kohdataan ja mitä tehdään. Sosiaaliseen tarinaan on hyvä liittää lopputilanteeksi jokin myönteinen asia, palkkio, kun vaikeasta tilanteesta on selvitty. Visuaalisesti joko kuvin tai tekstillä tehty sosiaalinen tarina toimii myös muistin tukena ja siihen voi aina palata tarkastamaan, miten asia hoituukaan. (Kerola ym. 2009, 45–46.)

Sosiaalista tarinaa vielä selvempi malli on sarjakuvitettu keskustelu, jossa tapahtumat piirretään sarjakuvamaisen yksinkertaisesti esimerkiksi tikku-ukoilla paperille. Sarjakuvilla tapahtuvaa tilanteen selvitystä voidaan käyttää yllättävissäkin tilanteissa esimerkiksi, jos tapahtuu yllättävä muutos, joka vaatii selvittämistä visuaalisin keinoin. Sarjakuva, joka koostuu pienistä osatekijöistä helpottaa kokonaisuuden hahmottamista ja hidastaa näin asian läpikäymistä. Sarjakuvia piirtämällä voidaan keskustella menneet tai tuleva tilanne läpi vaihe vaiheelta. Tällä tavalla voidaan myös ratkaista ristiriitatilanteita havainnollistamalla mitä tapahtui, mitä seurasi ja miten olisi kuulunut toimia. (Kerola ym. 2009, 47–48.)

5.3 Osittaminen

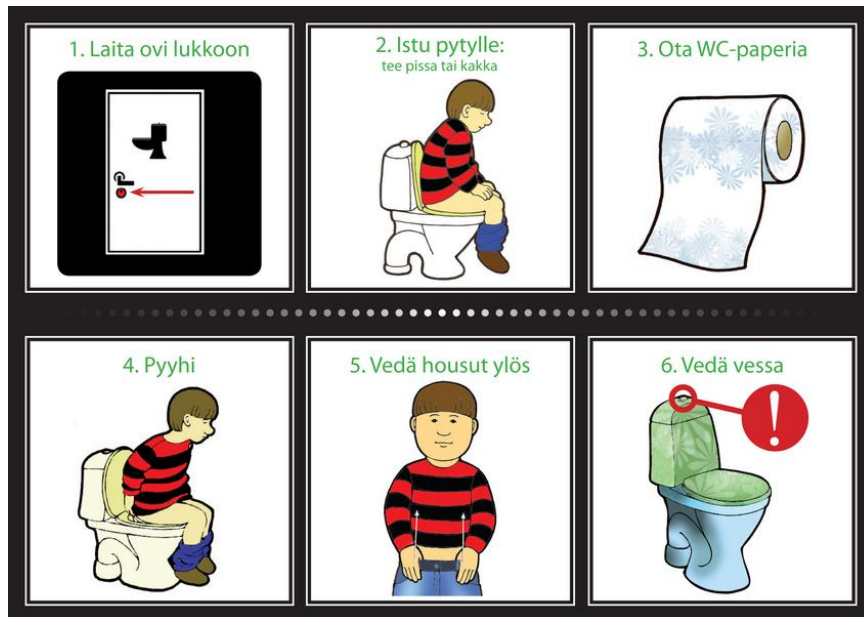
Neuropsykiatrisista erityisvaikeuksista kärsivän lapsen voi olla hankala ymmärtää kokonaisuuksia. Asioiden, tekemisen tai toiminnan pilkkominen pienempiin osatekijöihin kuvien ja visuaalisten apuvälineiden avulla voi helpottaa ymmärtämistä. Osittaminen poistaa ahdistusta, joka johtuu uusista tilanteista tai yllättävistä muutoksista ja arkipäivän tekemisistä. Asioiden ja tapahtumien hahmottaminen visuaalisen tuen avulla auttaa lasta omaksumaan opittavia asioita itsenäisesti ilman aikuisen apua. Toimintoja kertaamalla lapsen itsenäinen toimiminen vahvistuu.

Kuvamateriaalia on saatavissa verkossa jo valmiina moneen arkipäivän tilanteeseen, kuten kengännauhojen solmimiseen, hampaiden pesuun, pukemiseen tai wc:ssä käymiseen. Erityisempiä tilanteita, kuten esimerkiksi lääkärissä käymistä varten on myös tehty erilaisia kuvamateriaaleja. Kuvallisen materiaalin käyttö osittamisessa auttaa lasta ymmärtämään miten kokonaisuudet muodostuvat erilaisista osatekijöistä ja auttavat suoriutumaan monesta tekemisestä itsenäisesti ilman aikuisen apua. (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet: Oppaat ja kuvat.)

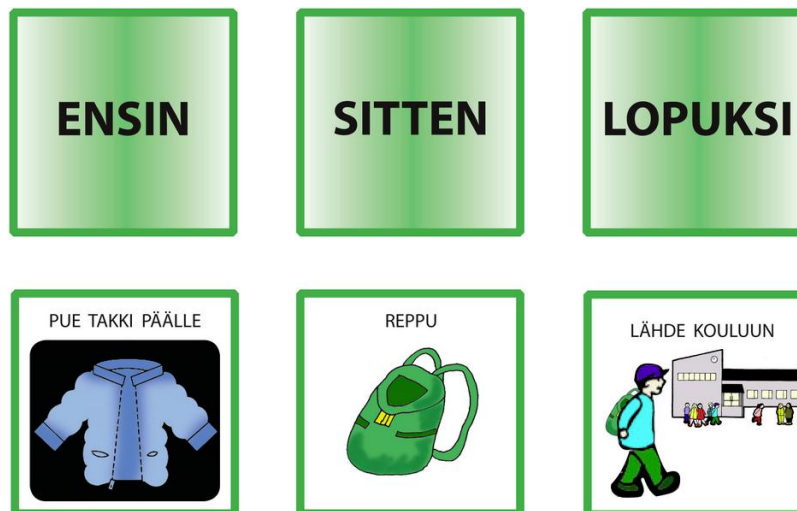
Yksinkertaiset kuvaohjeet on pilkottu pieniin osiin (kuva 1 ja 2). Ensin ja sitten -ohje toimii monessa ristiriitatilanteessa, jossa lapselle havainnollistetaan nykytilanne. Esimerkiksi läksyt täytyy ensin saada valmiiksi, sen jälkeen pääsen tietokoneelle. Samalla tavalla kuvallinen ohje toimii jumi-tilanteessa, jossa lapsi on esimerkiksi hermostunut ja raivoaa. Tällöin näytetään visuaalisella kuvalla haluttu toimintamalli: Ensin ollaan hiljaa, sitten tapahtuu seuraava asia (kuva 3).



KUVA 1. Neuvolassa käynnin osittaminen (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet: Oppaat ja kuvat)



KUVA 2. WC-käynnin osittaminen (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet: Oppaat ja kuvat)



KUVA 3 Ensin ja sitten –ohje (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet: Oppaat ja kuvat)

5.4 Ennakointi

Ennakointi on hyvä apu niille lapsille, joille muutokset ja siirtymätilanteet ovat vaikeita. Tilanteita ja muutoksia voidaan ennakoida etukäteen tehdyillä visuaalisilla ohjeilla tapahtumien kulusta, esimerkiksi strukturoidulla päiväjärjestyksellä, kalenterilla tai jotakin tiettyä tilannetta varten erityisesti tehdyillä visuaalisilla ohjeilla. Uusissa tai yllättävissä tilanteissa oikean toimintatavan omaksuminen tapahtuu hitaasti. Siinä tarvitaan usein apuna ennakointia ja kokonaisuuksien osittamista, sekä pitkäjänteisyyttä! (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet: Oppaat ja kuvat.)

Esimerkki ennakoinnista voi olla niinkin yksinkertainen, mutta toimivaksi havaittu keino, kuin liikennevalo-kortit. Visuaalisesti havaittava annettu varoitus on konkreettinen merkki, vaikkapa huonosta käytöksestä, jota täytyy korjata. Punainen, keltainen ja vihreä kortti yksinkertaisuudessaan antavat rajattoman määrän tilaa mielikuvitukselle ja käyttömahdollisuuksille. Korteilla voidaan muun muassa kehua, rajoittaa tai antaa varoitus (Kuva 5.)

Asioihin tai tekemiseen juuttuminen on autismin kirjon henkilöille tyypillistä. Usein uudet ja yllättävät tilanteet luovat ahdistusta ja ahdistukseen juuttumista, mutta juuttumista voi tapahtua myös arkipäiväisissä tilanteissa. Autismi kirjon henkilö tarvitsee ennakointia myös siihen kuinka kauan tietty toiminta jatkuu ja koska se loppuu. On hyvä selvittää esimerkiksi kauanko ulkona ollaan ja mitä siellä tehdään. Sama pätee tietokoneella olemiseen, kauanko tietokoneella ollaan ja mitä sen jälkeen tapahtuu. Juuri epätietoisuus saa autismi kirjon henkilön hätäntyneeksi ja ahdistuneeksi. Ennakointi, eli se, että henkilö on tietoinen tapahtumista ja velvollisuuksistaan auttaa selviytymään monesta arkipäivästä ilman ylitsepääsemättömiä jumi-tilanteita. (Kerola ym. 2009, 113, 119–120.)



KUVA 5. Liikennevalot (Tampereen kaupunki, Neuropsykiatriset erityisvaikeudet: Oppaat ja kuvat)

5.5 Ajan käsittäminen, ”Time Timer”

Aika käsitteenä on autismin kirjon henkilöille abstrakti ja ajan hallitseminen hyvin vaikeaa. Moni autismin kirjon henkilöistä ei itse asiassa ole ollenkaan tietoisia ajan olemassa olostaan tai sen kulumisesta. Menneisyyttä, tulevaisuutta, nykyhetkeä tai pienempiä ajan kulumisen hetkiä on todella vaikea määrittää. Ajan kulumisen visualisoiminen ja aikastrukturi on autistiselle henkilölle tapa ja keino määrittää aikaa.

Kalenterit, kuvilla tehdyt ”lukujärjestykset” tai kuvilla osittaminen auttavat määrittelemään asioiden tai tapahtumien alku ja loppuhetken. Aikastrukturia on

tarvittaessa jaettava päivä-, viikko-, kuukausi- ja vuosistrukturiin. Ajan käyttöä strukturoimalla havainnollistetaan milloin jotakin tehdään, kuinka kauan ja mitä tapahtuu seuraavaksi. (Ikonen & Suomi 1999, 167–168.)

Ajan hallitseminen on usein vaikeaa myös yleisesti oppimisvaikeuksista kärsiville henkilöille. Oppimisvaikeuksiin liittyy usein toiminnan ohjaamisen vaikeus ja vaikeus aloittaa toimintaa. Tällaisessa tapauksessa ajan selkeä strukturointi ja sisällön suunnittelu helpottavat tukemaan itsenäistä toimintaa. Ajan hallitseminen on osa ihmisarvoa ja itsenäisyyttä. Ihmisellä on oikeus olla kykenevä hallitsemaan vuorokausirytmisiä ja suunnittelemaan omaa elämäänsä, päiviä, viikkoja ja vuosia. (Kerola ym. 2009, 172.)

Time Timer on tuote, jonka on kehittänyt amerikkalainen äiti, Jan Rogers yli 20 vuotta sitten. Rogersin tytär ei osannut lukea kelloa ja kyseli jatkuvasti ”kauanko vielä?” Rogers päätti kehittää kellon, jossa ajan kulumisen voi nähdä. Time Timer–kellossa on punainen levy, joka ajan kuluessa häviää, näin ajan kuluminen on visuaalisesti havainnollistettu (kuva 4). (Time Timer: Our story.)



KUVA 4. Time Timer-kello (Time Timer: Products)

6 AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadullisen tutkimuksen lähtökohta on todellisen elämän kuvaaminen, jossa tutkimuksen alaisena olevaa kohdetta pyritään ymmärtämään mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Arvolähtökohdat muovaavat tutkimusta ja sitä, miten pyrimme ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157.)

Laadullisen opinnäytetyömme aineisto on koottu arkikokemuksista. Olemme lähteneet liikkeelle siitä hypoteesista, että vaihtoehtoisia menetelmiä jumi-tilanteisiin on olemassa. Saatekirjeessä olemme tuoneet selvästi esille, että emme hae jumi-tilanteisiin esimerkkejä rangaistusmalleista, vaikka sellaisia onkin paljon käytössä. Tutkimuksemme on selkeästi ohjautunut etsimään ja dokumentoimaan pääasiassa ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä menetelmiä.

Lähdimme toteuttamaan opinnäytetyötä pohtimalla esimerkkejä tyypillisimmistä tilanteista, joissa jumeja ilmenee. Laadimme tutkimusta varten kyselylomakkeen, jossa esittelimme kolme esimerkkitilannetta sekä annoimme mahdollisuuden kertoa myös muita hyviksi havaittuja vinkkejä vapaasti, ilman kehyskertomusta. Näiden esimerkkitilanteiden ja muiden hyviksi havaittujen vinkkien avulla lähdimme kartoittamaan keinoja jumi-tilanteista selviämiseen.

Päädymme valitsemaan kolme esimerkkitilannetta oman työkokemuksemme innoittamana, työelämässämme koettujen jumi-tilanteiden pohjalta. Esimerkkejä varten konsultoimme myös työelämätahoamme kysymällä kokemuksia yleisimmistä jumi-tilanteista, joihin apua kaivataan. Tämän perusteella hioimme esimerkit siihen muotoon, millaisina ne opinnäytetyöhön päätyivät.

Vaihtoehtoisia toimintatapoja ja ratkaisuja jumi-tilanteisiin olisi voinut hakea vaikkapa ainoastaan kysymällä: Millaisia jumi-tilanteita olet kohdannut ja miten olet ne ratkaissut? Tällainen kysymyksen asettelu olisi voinut kuitenkin olla opinnäytetyömme kannalta liian laaja, emmekä olisi pystyneet tämän työn puitteissa materiaalia käsittelemään. Tämä olisi myös vastaavasti saattanut rajata vastaajien osallistuvuutta kyselyyn sillä kysely olisi ollut työläämpi tehdä, kun esimerkit olisi täytynyt keksiä itse.

Valitsemamme tapa esittää kolme esimerkkitapausta ohjaa heti ratkaisun hakemisen äärelle sillä emme halunneet kartoittaa, millaisia jumi-tilanteita on olemassa.

Opinnäytetyömme aineisto on kerätty sekä aiheen parissa työskenteleviltä ammattilaisilta että vanhemmilta. Valitsimme vastaajiksi nämä ryhmät, sillä halusimme välittää tietoa vertaisohjauksen periaatteen mukaisesti. Tietotaito ja toimintamallit siirtyvät eteenpäin sekä ammattilaisilta ammattilaisille että vanhemmilta toisille vanhemmille, mutta myös näiden ryhmien välillä. Yhteisenä tekijänä molemmille ryhmille on jumi-tilanteiden kohtaaminen, vaikkakin osittain eri ympäristöissä.

Vastaajien anonymiteetin suojaamiseksi emme määrittele tarkemmin kuka vastaajista on vanhempi ja kuka ammattilainen, vastauksista selviää kuitenkin, että vastauksia on saatu sekä vanhemmilta että ammattilaisilta. Tämä voitiin päätellä muun muassa seuraavien vastausten perusteella:

No tämä on tietysti justinsa niin kuin meillä...ja tietysti kaikissakin perheissä, mutta erityislapsen perheissä reaktiot ovat voimakkaampia ja jumit tahmeampia. Vastaja 3.

Aina olisi hyvä olla kynä ja paperia mukana, silloin ohjaaja voi piirtämällä asian auttaa ohjattavaa pääsemään yli jumittumasta. Vastaja 10.

Opinnäytetyömme empiirisessä osassa vertaistoiminta ei ole ollut konkreettista vuorovaikutuksellista vertaistoimintaa, vaan olemme toimineet vertaisohjauksen välittäjinä. Voidaan kuitenkin nähdä, että vertaistoiminnan positiiviset ulottuvuudet ovat toteutuneet siten, että olemme huomioineet ja antaneet väylän kyselyyn vastanneille jakaa omakohtaista tietotaitoansa.

Vertaisohjaus

Vertaistyöskentelyn muotoja on erityyppisiä. Voidaan puhua mentoroinnista, työnohjauksesta, parhaista käytännöistä oppimisesta (benchmarking), mallittamisesta ja vertaisohjauksesta (peer coaching). Yhteisenä tavoitteena näillä on hyödyntää jo olemassa olevaa tietotaitoa, vain toimintatavat ja painotukset tavoitteisiin pääsemiseksi

vaihtelevat. Toisena tärkeänä vertaistoiminnan tavoitteena voidaan pitää hiljaisen tiedon siirtymistä. Hiljaisella tiedolla tarkoitetaan osaamista, joka pitää sisällään kokemustietoa. (Liukkonen Raili, 2012 vertaistyöskentelyn kehittäminen päiväkodin pedagogisen johtajuuden vahvistamiseksi.)

Vertaisohjauksen käsite juontaa juurensa koulumaailmasta ajatukseen, jossa oppijat oppivat toisiaan opettamalla. Vertaisohjausta on luultavasti käytetty aina kun sivistystä on ollut, mutta ensimmäiset länsimaalaiset organisoidut vertaisohjaukselliset projektit on raportoitu 1700-luvun lopulta. Määritelmän avainsana on vertainen, jolla tarkoitetaan tasa-arvoisessa tilanteessa olevaa ihmistä, joka ei ole ammatillinen opettaja tai kouluttaja. (Dabkowski 2000.)

Vertaisohjauksen ydinidea on oppilaiden keskinäinen tuki ja apu opetuksessa ja oppimisessa. Vertausohjauksen perusta on siinä, että samassa tilanteessa olevien tai olleiden kanssa yhdessä jaetaan tietoa, taitoja sekä kokemuksia yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. (Kallinen, Kerbs & Nurmi 2006, 9.)

William Fowle, yksi vertaisohjauksen kehittäjistä, päätteli tutkimustensa perusteella, että lapset voivat joissain tilanteissa olla aikuisia parempia opettajia sillä tietävät olevansa ”samassa veneessä”. Vertaisena osataan paremmin arvostaa ja ottaa huomioon toisen tuntemukset, jolloin oppiminen on helpompaa kuin tilanteessa, jossa tehtäviä vain suoritetaan aikuisen jatkuvan arvioinnin alla. Toisaalta tuloksellisuus näkyy myös vertaisohjaajan oppimisena, sillä ohjaajan opettaessa itselleen jo tuttua asiaa hän vuorovaikutteisesti oppii siinä itekin. (Dabkowski 2000.) Vertaisohjauksellisen oppimistilanteen tavoitteena on päästä eroon paineesta saavuttaa auktoriteetin määritelty taso, jolloin oppimisen tavoitteena ei ole pelkkä suoritus vaan itse oppiminen. Fowlen ajatusta voidaan helposti soveltaa kaikkeen oppimiseen. (Kallinen ym. 2006, 10.)

Oletamme, että kasvattajat voisivat hyötyä asiantuntijoiden kirjoittamien teosten lisäksi myös vertaisohjauksellisesti kootuista neuvoista. On oletettavaa, että kun neuvo tulee saman asian tai ongelman parissa toimivalta ihmiseltä, se voi saada voimakkaamman luottamuksen menetelmän toimimiseen ja rohkeutta sen kokeilemiseen.

Aineiston keruu

Aineisto on kerätty lokakuussa 2012. Kyselylomakkeen täyttämiseen annettiin vastausaikaa kaksi viikkoa. Kyselylomakkeiden vastaukset pyydettiin antamaan anonymisti ja ne käsiteltiin luottamuksellisesti. Kyselylomakkeita saatekirjeineen lähetettiin yhteensä 37 kappaletta, osa sähköpostitse ja osa toimitettu paperiversiona. Vastauksia palautui 13 kappaletta. Kyselyn vastausprosentti oli 35%.

Aineisto kerättiin avoimella kyselylomakkeella. Hirsjärven ym. (2007, 193, 196) mukaan avoimella kyselyllä tarkoitetaan kyselyä, jossa esitetään kysymys ja annetaan tyhjä tila vastausta varten. Avoin kysely antaa vastaajille mahdollisuuden kertoa, mitä hänellä on todella mielessään ja sallii vastaajan ilmaista itseään omin sanoin. Avoimen kyselyn haasteina voi olla kuitenkin esimerkiksi sisällön kirjavuus, joka joidenkin mielestä saattaa kyseenalaistaa luotettavuutta ja aineistoa voi olla vaikea käsitellä.

Lisäksi kyselytutkimuksen haasteena voidaan pitää sitä, että ei tiedetä miten vakavasti vastaajat ovat suhtautuneet tutkimukseen, ovatko he pyrkineet vastaamaan huolellisesti ja rehellisesti. Toisaalta ei myöskään voida tietää, miten vastaajat ovat ylipäättään selvillä tutkittavasta aiheesta, josta kysymyksiä esitetään. (Hirsjärvi ym. 2007, 190) Tämän olemme pyrkineet varmistamaan valitsemalla vastaajiksi aiheen parissa työskenteleviä ja aiheen parissa eläviä.

Avoimen kyselyn positiivisia puolia voidaan kuitenkin nähdä monia. Esimerkiksi se, että kysely ei ehdota valmiita vastausvaihtoehtoja osoittaa vastaajien tietämyksen aiheesta. Lisäksi avoimet vastaukset osoittavat, mikä on vastaajien ajattelussa keskeistä ja tärkeää. Avoin kysely voi myös antaa mahdollisuuden tunnistaa vastaajien viitekehyksiä ja motivaatiota. (Hirsjärvi ym. 2007, 196).

Kyselylomakkeessa oli kolme valmista esimerkkiä jumi-tilanteesta sekä vapaan vastauksen osio, jossa pyydettiin muita hyviksi havaittuja vinkkejä. Saatekirje ohjeisti antamaan rangaistusmallille vaihtoehtoisia, positiivisia ratkaisuja jumi-tilanteista selviämiseen.

Aineiston analyysi

Analysoimme aineistoa abduktiivisen päättelyn avulla. Abduktiivinen päättely on teoriaohjaava tai -sidonnainen aineiston analyysin muoto, jossa teemat nousevat aineistosta ja teoria toimii apuna analyysin edetessä. Analyysin prosessissa vuorottelevat aineistolähtöisyys ja valmiit mallit, joita tutkija yhdistelee. Yhdistelyn tuloksena saattaa löytyä myös uutta, valmiin teorian ulkopuolelle sijoittuvaa tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 96–97.)

Valitsimme abduktiivisen päättelyn analysointitavaksi, koska tarkoituksena oli selvittää löytyykö aineistosta ohjaavan teorian mukaisia ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä toimintatapoja jumi-tilanteiden ratkaisemiseksi. Lisäksi etsimme vastauksista autismikuntoutukseen kehitettyjä menetelmiä neuropsykiatrisen viitekehyksen mukaisesti.

Saadun aineiston vastaukset vaihtelivat ranskalaisilla viivoilla annettuihin muutaman lauseen mittaisiin ohjeisiin ja monen sivun arjesta kumpuaviin tarinoihin. Vastaajista kolme oli jättänyt vastaamatta esimerkkitalanteeseen numero kaksi. Yksi vastaaja ei vastannut ”vapaasti annettavien vinkkien”-osioon. Pohdimme miksi esimerkkitalaus kaksi oli jäänyt kolmessa kyselylomakkeessa ilman vastausta. Syynä tähän voi mahdollisesti olla se, että esimerkki kaksi oli muihin verrattuna yksityiskohtaisempi ja hyvin erityiseen ongelmaan liittyvä, kun taas kaksi muuta olivat tavanomaisempia tilanteita, joihin suurin osa ihmisistä voi samaistua. Tiedostimme tämän asettelun esimerkkitalauksia suunnitellessamme, mutta halusimme saada vastauksiin variaatiota ottamalla mukaan mahdollisimman erilaisia tilanteita silläkin uhalla, että vastauksia kaikkiin kysymyksiin ei saada.

7 JUMI-TILANTEIDEN RATKAISEMINEN POSITIIVISESTI

Tässä luvussa käsittelemme saamiamme tuloksia luokittelu- ja vertailutaulukoinnin avulla. Lopuksi esittelemme käytännön vinkkejä vastauksista saatujen suorien lainauksien avulla teemoittain.

Lähdimme purkamaan aineistoa luokittelemalla sitä ensin yksinkertaisempiin yleispäteviin menetelmiin sekä luovempiin ja yksityiskohtaisempiin käytännön vinkkeihin. Yleispäteviä menetelmiä emme lähde esittelemään laajemmin suorien lainausten avulla, sillä ne esiintyivät vastauksissa ytimekkäästi, toisinaan vain yhdellä lauseella:

Jumitilanteiden välttämiseksi kaikissa asioissa tärkein ENNAKOINTI.

Vastaaja 4.

Ensin-Sitten ; Toimii monessa eri tilanteessa. Vastaaja 12.

Yleispätevät menetelmät luokiteltiin näin sen takia, että ne esiintyivät vastauksissa hyvin selkeinä ja napakoina menetelminä. Tähän ryhmään kuuluvissa vastauksissa esiintyi erityisesti autismikuntoutukseen kehitettyjä menetelmiä, sekä muita, selkeitä ohjeita. Otimme yleispätevien menetelmien ryhmään mukaan myös rangaistukset, koska niitä esiintyi kaikesta huolimatta vastauksissa. Työssämme korostamme kuitenkin positiivisten vaihtoehtojen etsimistä neuropsykiatristen lasten jumi-tilanteisiin, sillä usein positiivinen lähestymistapa on tehokkaampi. Toisilla lapsilla, oikein käytettynä rangaistukset saattavat silti toimia, emmekä halua työllämme kokonaan sulkea pois rangaistuksen käyttöä jumi-tilanteen ratkaisumenetelmänä.

Toiseen ryhmään luokittelimme käytännön vinkit, jotka olivat kuvailevampia, yksityiskohtaisempia arjen esimerkkejä. Käytännön vinkeistä voi olla apua joillekin, toiset taas saattavat kokea ne toimimattomiksi. Jokainen lapsi ja hänen arkensa on erilainen eivätkä kaikki menetelmät toimi kaikilla. Käytännön vinkit ovat luovia ja kokeilevia. Niiden avulla toivoisimme, että lukijassa heräisi rohkeutta etsiä omaan arkeensa toimivia tapoja ratkaista jumi-tilanteita. Kaikkea saa ja kannattaa kokeilla.

Luokittelimme kyselystä saamamme vastaukset kahteen eri ryhmään; Yleispäteviin menetelmiin sekä arkipäivästä saataviin käytännön vinkkeihin. (Taulukko 1.)

TAULUKKO 1. Aineistosta saadut yleispätevät menetelmät ja käytännön vinkit.

YLEISPÄTEVÄT MENETELMÄT	KÄYTÄNNÖN VINKIT
Osittaminen	Miellyttävän tekemisen ansaitseminen
Ennakointi	Lapsen kuuleminen ja tunteiden huomioiminen
Ajanhallinta	Joustaminen
Kuvastrukturi	Aikuinen ei saa lähteä mukaan jumi-tilanteeseen
Sosiaaliset tarinat	Näkökulman vaihtaminen
Valittavien vaihtoehtojen esitleminen kuvastruktuurin avulla	Pitkäjänteisyys ja rauhallisuus
Kirjallinen sopimus	Tilanteen järjeistäminen ja sanallistaminen
Toistot ja siedättäminen uuden asian opettelussa	Johdonmukaisuus
”Liikennevalot”	Joskus jumi-tilanteessa lapsi on hyvä jättää valvotusti yksin
Oman ja toisen reviirin opetteleminen	Ei toivotun käytöksen huomiotta jättäminen
Sovituista säännöistä muistutteleminen	Yhteistyö ja samojen käytäntöjen noudattaminen
Palkkiot ja positiivisen palautteen antaminen onnistumisista	Neuropsykiatristen erityispiirteiden huomioiminen
Rangaistukset	Positiivinen luovuus ja huumori
	Apuvälineet

Autismikuntoutukseen kehitettyjen menetelmien esiintyminen vastauksissa

Ryhmiin luokittelun jälkeen valitsimme aineistossa viisi useimmin esiintynyttä autismikuntoutukseen kehitettyä menetelmää. Vertasimme kaikkia yleispäteviä menetelmiä näihin viiteen menetelmään todentaaksemme päällekkäisyyksiä menetelmien välillä. Nämä viisi eniten esiintynyttä menetelmää olivat strukturointi, sosiaalinen tarina, osittaminen, ennakointi sekä ajan käsittäminen. Osa yleispätevistä menetelmistä sopii yhteen useamman autismin kuntoutukseen kehitetyn menetelmän kanssa. Osa taas jää luokittelun ulkopuolelle ja sijoittuu kohtaan muut. Taulukossa on nähtävissä myös, kuinka monta kertaa kukin yleispätevistä menetelmistä esiintyi vastauksissa. (Taulukko 2.)

TAULUKKO 2. Vastauksista saatujen yleispätevien menetelmien vertailu autismikuntoutuksen menetelmien kanssa ja esiintymiskerrat vastauksissa

VASTAUKSISTA SAADUT YLEISPÄTEVÄT MENETELMÄT		STRUKTUROINTI	SOSIAALINEN TARINA	OSITTAMINEN	ENNAKOINTI	AJAN KÄSITTÄMINEN	MUUT
Osittaminen	8			X			
Ennakointi	7				X		
Ajan hallinta	10					X	
Kuvastrukturi	6	X		X			
Sosiaaliset tarinat	7		X		X		
Valittavien vaihtoehtojen esitleminen kuvastruktuurin avulla	5	X		X	X		
Kirjallinen sopimus	4				X		
Toistot ja siedättäminen uuden asian opettelussa	1						X
"Liikennevalot"	1				X		
Oman ja toisen reviirin opetteleminen	1						X
Sovituista säännöistä muistutteleminen	2				X		X
Palkkiot ja positiivisen palautteen antaminen onnistumisesta	4						X
Rangaistukset	2						X

Näiden viiden eniten esiintyneen menetelmän lisäksi esiteltiin kirjallisen sopimuksen tekeminen, sovitusta säännöistä muistutteleminen, ”liikennevalot”-menetelmä, jota voidaan käyttää visuaalisena kannustus tai varoitus menetelmänä sekä tekemisen valitseminen kuvastruktuurin avulla. Nämä kaikki menetelmät ovat myös ennakoivia. Lisäksi valittavien vaihtoehtojen valitseminen kuvastruktuurin avulla sopii menetelmänä strukturointiin ja osittamiseen.

Autismikuntoutukseen tarkoitettujen menetelmien ulkopuolelle jääneenä mainittiin toistot ja siedättämistä uuden asian opettelemisessa, oman ja toisen reviirin opetteleminen, palkkiot ja positiivisen palautteen antaminen onnistumisissa. Kahdessa vastauksessa ehdotettiin myös rangaistuksen antamista esimerkkikohdassa yksi, joista toisessa vastaaja kuitenkin koki rangaistuksen olevan huono keino, sillä sen antamisesta kärsii myös koko perhe.

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyyden esiintyminen vastauksissa

Luokittelun jälkeen vertasimme koko saatua aineistoa myös ratkaisukeskeiseen teoriapohjaan ja teemoittelimme saadut vastaukset ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä piirteitä omaaviin toimintatapoihin. Teemat valittiin opinnäytetyömme ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teoreettisen viitekehyksen perusteella, jossa olemme käsitelleet teoriaa seuraavien näkökulmien kautta: positiivinen asenne, ongelman uudelleen määrittely, muuri sillaksi - ongelmien hallitseminen, ongelmat taidoiksi sekä taitojen harjoittelu ja innostaminen. Taulukosta voidaan myös todeta, että yleispätevistä menetelmistä ja autismin kuntoutukseen kehitetyistä menetelmistä löytyy ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teorian piirteitä. (Taulukko 3.)

TAULUKKO 3. Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyyden esiintyminen vastauksissa

YLEISPÄTEVÄT MENETELMÄT	POSITIIVINEN ASENNE	ONGELMAN UUELLEEN MÄÄRITTELY	MUURI SILLAKSI - ONGELMIEN HALLITSEMINEN	ONGELMAT TAIDOIKSI	TAITOJEN HARJOITTELU JA INNOSTAMINEN
Osittaminen					X
Ajanhallinta				X	
Sosiaaliset tarinat		X		X	X
Valittavien vaihtoehtojen esitleminen kuvastruktuurin avulla		X			X
Kirjallinen sopimus				X	X
Toistot ja siedättäminen uuden asian opettelussa			X		X
"Liikennevalot"	X				
Oman ja toisen reviirin opetteleminen		X			X
Sovituista säännöistä muistutteleminen					
Palkkiot ja positiivisen palautteen antaminen onnistumisista	X				X

KÄYTÄNNÖN VINKIT	POSITIIVINEN ASENNE	ONGELMAN UUELLEEN MÄÄRITTELY	MUURI SILLAKSI - ONGELMIEN HALLITSEMINEN	ONGELMAT TAIDOIKSI	TAITOJEN HARJOITTELU JA INNOSTAMINEN
Miellyttävän tekemisen ansaitseminen	X			X	X
Lapsen kuuleminen ja tunteiden huomioiminen	X				
Joustaminen		X			
Näkökulman vaihtaminen		X	X	X	
Tilanteen järjeistäminen ja sanallistaminen		X			
Johdonmukaisuus					X
Yhteistyö ja samojen käytäntöjen noudattaminen					X
Positiivinen luovuus ja huumori	X	X	X	X	X

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teemoittelun ulkopuolelle jäivät seuraavat toimintatavat:

- Ennakointi
- Kuvastrukturi
- Sovituista säännöistä muistutteleminen
- Rangaistukset
- Aikuinen ei saa lähteä mukaan jumi-tilanteisiin
- Pitkäjänteisyys & rauhallisuus
- Joskus jumi-tilanteessa lapsi on hyvä jättää valvotusti yksin
- Ei toivotun käyttäytymisen huomiotta jättäminen
- Neuropsykiatristen erityispiirteiden huomioiminen
- Apuvälineet

Esimerkkejä käytännön vinkeistä

Tässä luvussa esittelemme luokitellun aineiston vastauksia käytännön vinkeistä esimerkein. Kaikissa tämän luokittelun vastauksissa oli paljon samoja tai samankaltaisia ajatuksia ja vinkkejä, siis päällekkäisyyksiä. Käytännön vinkkeihin luokitelluissa vastauksissa ”hulluteltiin” ajatuksella, että mitä vaan voi kokeilla. Käytännön vinkit ovat opinnäytetyömme kautta esiin tulleita, uusia toimintatapoja jumi-tilanteiden ratkaisemiseksi. Esittelemme suoria lainauksia ratkaisu- ja voimavarakeskeisten teemojen mukaan. Lisäksi halusimme esitellä joitakin ratkaisu- ja voimavarakeskeisen taulukoinnin ulkopuolelle jääneitä esimerkkejä, sillä ne ovat myös uusia luovia ja havainnollisia tapoja ratkaista jumi-tilanteita.

Positiivinen asenne

Lapsen kuuleminen ja tunteiden huomioiminen

*Vois yrittää sanoa vaikka lapselle, että ”jaa sääkö et tykkää näistä?”
Silloin lapsi on tullut kuulluksi --- Ja sitten voi selitellä omaa päätöstään
ja omaa hassuuttaan ja sanoa, että taidan kuitenkin laittaa nämä, kun
tykkään näistä ihan hirveän paljon---* Vastaaaja 3.

Positiivinen luovuus ja huumori!

Vain luovuudella selviää jumeista. Auktoriteeteilla ja käskyttämällä tulee riitaa lisää ja jumiin jäänyt provosoituu lisää ja lisää. Vastaaja 3.

Positiivista luovuutta ja huumoria tarvitaan aina ja kaikkea voi tietysti kokeilla. Vastaaja 13.

Huumori. Tehdään jotain ”hassua”, ei tilanteeseen sopivaa. Vastaaja 6.

Ongelman uudelleen määrittely

Joustaminen

Jos lapsi haluais ihan hirveesti päättää missä vaatteissa äiti on, niin saattasin antaa hänen päättääkin missä vaatteissa olen hänen synttäreillään tai silloin, kun lähdän hänen kanssaan kaksin vaikka jonnekin. Vastaaja 3.

Tilanteen järjeistäminen ja sanallistaminen

Kehotan suullisesti: ”Tule jumista pois.” Sanon: Huomaatko että olet jumissa, lopeta. Vastaaja 5.

Muuri sillaksi – ongelmien hallitseminen

Näkökulman vaihtaminen

Kaikkea on kokeiltu... Huijausta toiseen aiheeseen, omaa hulluttelua tai ihan pöljäks heittäytymistä, mikä yllättäen toimi meillä usein. Vastaaja 3.

Tarvitseeko lapsen aina leikkiä? Leikkiä pihassa? Entäs pelata shakkia? Pelata shakkia pihassa! Voisiko halata puita, tehdä kävelylenkin, leikata ruohoa, laskea pilvilampaita (ehkä laskeekin), haravoida, kastella kukkia, kasvattaa nauriita... Vastaaja 13.

Ja murrosikäistä ei vaan huvita. Ja jos pännii, ei vaan huvita. Ja jos täti oikein pakottaa, sitten vasta pänniikin. Kamala hajuvesikin tädillä. Ja nyt huudetaan! Vastaaaja 13.

Perhe voisi yhdessä käydä vaateostoksilla. Kaikki valitsevat vaatteen, josta pitää. Kaupassa sovitaan vaate ja puetaan se juuri niin kuin sitä aiotaan käyttää. Vastaaaja 12. (ks. Liite 2. Esimerkki 2.)

Ongelmat taidoiksi

Miellyttävän tekemisen ansaitseminen

Koneaikaa voi saada lisää esim. tiskikoneen tyhjennyksellä tms. kotityöllä, joka ei muuten maistu. Vastaaaja 3.

Taitojen harjoittelu ja innostaminen

Johdonmukaisuus

Jos lapsen oikutteluun suostutaan aina välillä on mahdotonta hallita tilannetta jatkossa. Aikuisten tulee olla johdonmukaisia asiassa. Kukaan ei saa lipsua. Yhteisesti on sovittu pukeutumiseen liittyvä säännöstö ja siitä pidetään kiinni. Vastaaaja 7.

Lopettamisen kanssa pitää aikuisen pystyä olemaan täsmällinen, eli peliaikaa ei jatketa ajan loputtua. Muutenhan Timer tai kello ei toimi kuten pitäisi. Vastaaaja 10. (ks. Liite 2. Esimerkkitalanne 1.)

Ja missään tapauksessa ei anneta periksi, vaikka Maija raivoaisi. Suunnitelmaa tarinoiden kanssa on noudatettava johdonmukaisesti, joka tilanteessa. Vastaaaja puhui esimerkissään sosiaalisesta tarinasta. Vastaaaja 11. (ks. liite 2. Esimerkkitalanne 2.)

Yhteistyö ja samojen käytäntöjen noudattaminen

Kaikilla perheen aikuisilla tai ohjaajilla olisi myös hyvä olla yhtenevät käytännöt, joista ei lipsuta. Vastaaaja 13.

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisen taulukoinnin ulkopuolelle jääneitä käytännön vinkkejä

Neuropsykiatristen erityispiirteiden huomioiminen

Autismikirjon henkilöt rakentavat itselleen nopeasti tietyytyyppeisiä turvaneereja ja rituaaleja, joista pois pääseminen vie tosiaan aikaa ja tulee tehdä systemaattisen herkästi. Vastaja 13

Onko Pekka joskus aiemmin leikkinyt? Mistä johtuisi yhtäkkinen leikkimisen loppuminen: kiusaamista, pelkoja, häpeää, pihan muutostyöt, uudet oppilaat, liikaa aistiärsykeitä, näkömuutoksia, psyykkisiä ongelmia? Liian kuuma/kylmä/kirkas/märkä? Ohjaajatäti laittanut väärät ”kurikset”, minkä väriset ja narisevatkin...? Ensin kannattaa miettiä yksinkertaiset ja ilmeiset syyt ja sulkea niitä pois. Jos Pekalla on vaikkapa hahmotushäiriöitä, piha voi olla aivan liian vaikea ympäristö liikkua, ainakin ilman ohjausta. Pihaympäristö olisi hyvä esitellä ja opettaa käyttämään kutakin toimipaikkaa. Hiekkalaatikko saattaa tosiaan olla vain hiekkaa, tylsää maata, sitä ennen. Vastaja 13. (ks. Liite 2. Esimerkkitalanne 3.)

Aikuinen ei saa lähteä mukaan jumi-tilanteeseen

Mikäli tilanne on ”päällä” suunnataan huomio tulevaan ja koitetaan hypätä ”toiselle raiteelle”. Ei mennä mukaan tilanteeseen, tilanteessa ei kannata puhua, viestiä voi saada perille paremmin kuvien avulla. Vastaja 4.

Mutta oleellista on, että keskustelut käydään silloin, kun ”tilanne ei ole päällä”. Vastaja 3.

Aikuisen ei pidä mennä inttämään lapsen kanssa. Vastaja 8.

Pitkäjänteisyys ja rauhallisuus

Ajallisesti kannattaa olla realististi, asia voi viedä vaikkapa kaikki vuodet läpi. Eikä ehkä riitä.. Vastaja 13.

Epäonnistumisista noustaan. Ensi kerralla uudestaan. Eteenpäin. Itse ei kannata jäädä jumiin. Vastaja 13.

Aikuisen/ohjaajan oltava rauhallinen, jopa yllirauhallinen. Joskus kontaktin välttäminen on tarpeen, jopa katsekontaktin. Vastaja 10.

Joskus jumi-tilanteessa lapsi on hyvä jättää valvotusti yksin

Joskus jumitilanteessa lapsi on hetkeksi jätettävä yksin juminsa kanssa (toki tilanne pitää olla aikuisen kontrollissa silloinkin). Vastaja 7.

Ei-toivotunkäytöksen huomiotta jättäminen

Olla huomioimatta lasta, antamatta toivottua huomiota ja jättää lapsi yksin (kuitenkin oltava itse lähellä ja seurattava käytöstä.) Vastaja 9.

Pitkän ajan huomiotta jättäminen ja raivon hyväksyminen (tietyissä rajoissa) voi kantaa hedelmää, mutta vaatii pitkää pinnaa. Vastaja 13.

Apuvälineet

Jos asiat etenevät kaikesta huolimatta raivon partaalle, kuulosuojaimet on joskus fantastiset, niin aikuiselle kuin lapselle/nuorellekin! Hanskat on myös jees jotta pikku puremat jaksaa. Raivo tyyntyy joskus. Vastaja 13.

Mene vaikka vessaan, ovi kiinni ja anna oven toiselta puolelta kuulua. Vastaja 13.

Aina olisi hyvä olla kynä ja paperia mukana, silloin ohjaaja voi piirtämällä asian auttaa ohjattavaa pääsemään yli jumittumasta. Vastaja 13.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tutkimuksen tavoitteena oli tutkia millaisia vaihtoehtoisia menetelmiä rangaistuskeinoille löytyy jumi-tilanteisiin. Ennako-odotuksena meillä oli, että vaihtoehtoisia, positiivisia keinoja löytyy. Erityisesti odotimme, että autismin kirjon kuntoutukseen kehiteltyjä menetelmiä kuten struktuuri, ennakointi ja osittaminen tuotaisiin ilmi vastauksissa. Saatujen vastausten perusteella totesimme ennako-odotuksemme oikeaksi.

Opinnäytetyömme tärkeimpänä tuloksena rangaistusmallille vaihtoehtoisia, uusia menetelmiä jumi-tilanteiden ratkaisemiseksi löytyi käytännön vinkkien muodossa. Vastauksista näkyi erityisesti positiivisen asenteen ja luovuuden merkitys, näkökulman vaihtamisen taito, ongelmien hallitseminen ja niiden muuttaminen taidoiksi, taitojen harjoittelu sekä innostaminen.

Nämä ratkaisu- ja voimavaralähtöiset toimintamallit todettiin saadun aineiston perusteella toimiviksi jumi-tilanteiden ratkaisemisessa, sillä vastaajat olivat kokeneet ne toimiviksi ja levittämisen arvoisiksi menetelmiksi. Autismi kuntoutukseen kehitetyistä menetelmistä löytyi myös samoja piirteitä kuin ratkaisu- ja voimavarakeskeisestä teoriasta ja ne voidaan nähdä positiivisina menetelminä jumi-tilanteiden ratkaisemiseksi. Työstä löytyneet käytännöt voidaan nähdä merkittäväksi avuksi arkeen sekä ammattilaisille että perheille

Saamistamme tuloksista löytyi myös rangaistusmenetelmien käyttämistä ratkaisukeinona jumi-tilanteeseen siitäkin huolimatta, että olimme rajanneet saatekirjeessä etsivämme vaihtoehtoisia keinoja rangaistusmenetelmille. Rangaistusmenetelmä näyttäytyi jonkin miellyttävän tekemisen menettämisenä huonon käyttäytymisen seurauksena. Vastaaja kuitenkin korosti, että rangaistuksen antaminen lapselle, esimerkiksi tietokonevuoron menettämisenä oli rangaistus myös koko perheelle.

Konekiellon antaminen on rangaistus koko perheelle, koska lapsi pyörii koko seuraavan päivän kärsimättömänä ja hermostuneena, koska ei pääse koneelle. Vastaaja 3.

Tästä johtopäätöksenä voidaan alleviivata rangaistuskeinon negatiivista vaikutusta koko ympäristöön. Positiivinen vaihtoehto olisi voinut mahdollisesti olla, että hyvästä käytöksestä palkitaan tietokoneella olo ajalla. Tällöin tilanne ”käännetään toisinpäin” ja hyvää käytöstä vahvistetaan positiivisilla menetelmillä.

Pohdimme myös miksi rangaistuskeinoja käytetään, vaikka tarjolla olisi positiivisiakin menetelmiä. Perinteinen rangaistusmalli on tuonut ehkä enemmän auktoriteettia kasvattajalle ja voi tuntua helpolta ratkaisulta esimerkiksi väsyneenä. Emme halua kokonaan väheksyä rangaistusmallin merkitystä lasten kasvattamisessa, sillä se on oikein käytettynä varmasti toimiva menetelmä terveesti kehittyneellä lapsella. Työmme näkökulma on kuitenkin neuropsykiatrisen erityislapsen jumi-tilanteesta lähtöisin oleva.

Opinnäytetyömme lähtökohtana oli ajatus oppaasta jumi-tilanteiden avuksi yhdessä Osmo-hankkeen kanssa. Olemme molemmat työskennelleet vuosia erityislapsen, nuorten ja aikuisten parissa ja todenneet, että hankalien jumi-tilanteiden kanssa uudet ja käytännönläheiset keinot ovat aina tarpeen! Toive, että opas olisi positiivinen sekä ratkaisu- ja voimavarakeskeinen tuli hankkeelta. Näiden lähtökohtien pohjalta lähdimme tutkimaan millaisia vaihtoehtoisia, positiivisia keinoja jumi-tilanteiden avuksi löytyy.

Opinnäytetyön jatkototeutuksena, saamamme aineiston pohjalta tuotetaan opas jumi-tilanteita varten yhdessä Osmo-hankkeen kanssa. Valmis opas tulee luettavaksi Tampereen kaupungin sivuille, osoitteeseen www.tampere.fi/neptunus. Opas toimii neuropsykiatrisista erityisvaikeuksista kärsivien lasten ja nuorten kanssa tehtävän työn kehittämisideana. Oppaaseen tullaan keräämään aineisto pääosin opinnäytetyömme kautta saaduista käytännön vinkeistä.

Opinnäytteemme pääsee heti toimimaan työkentän kehittäjänä, sillä meidät on tilattu esittelemään opinnäytetyötämme ja sen tuloksia Tampereen seudun Aspergerin syndrooma ja autismiyhdistys TSAU! ry:n jäseniltään 16.12.2012.

Pohdintaa vertaisohjauksesta

Etsimme vaihtoehtoisia menetelmiä neuropsykiatristen lasten vanhemmilta sekä heidän kanssaan työskenteleviltä ammattilaisilta. Nämä ryhmät toimivat toisilleen vertaisina ja uskoimme, että näiltä ryhmiltä voimme löytää toimiviksi koettuja menetelmiä jumi-tilanteiden kohtaamiseen. Vertaisohjaus näyttäytyy myös eräänlaisena houkuttimena kyselyyn vastaajille, ajatuksella anna hyvän kiertää.

Uskomme, että vertaisohjauksellisuus lisää menetelmien jakamisen ihmisläheisyyttä ja kiinnostavuutta, sillä vertaisen antamat ohjeet saattavat saada eri tavalla arvostusta kuin ylemmältä taholta tulleet ohjeet. Kyselyyn vastanneet ihmiset ovat halunneet levittää hyväksi kokemiaan menetelmiä, koska ovat kokeneet ne toimiviksi ja muille levittämisen arvoisiksi menetelmiksi. Pohdimme myös vertaisohjauksen yhteiskunnallista hyötyä niin yksilölle kuin yhteisöllekin.

Vertaistoiminnan hyödyt ulottuvat yksilöitä pidemmälle sillä vertaustoiminnalla voidaan saada myös yhteiskunnallista hyötyä. Dabkowskin (2006) mukaan, vertaisohjauksesta hyötyvät myös opettajat, joilla ei ole aikaa yksilölliseen opetukseen. Tämän perusteella voitaisiin ajatella myös laajemmin niin, että vertaisohjauksen hyöty voidaan nähdä myös yhteiskunnallisena hyötynä. Ihmisten toisilleen antama tuki ja tieto on ilmaista, toisin kuin ammattilaisten antamat kalliit opetusryhmät, joissa opettajilla ei välttämättä ole aikaa juuri yksilölliseen opetukseen ja tukeen.

Vertaisohjaus ja yhteistyö saman asian kanssa elävien vanhempien tai ammattilaisten kesken voi lisätä yksilöiden hyvinvointia ja osallisuuden tunnetta samalla kun kokemustiedon avulla autetaan muita. Sosiaalisilla verkostoilla ja sosiaalisen tuen saamisella on tutkittu olevan myös terveyttä ylläpitäviä vaikutuksia (Bengtsson-Tops 2001, 56; Vuorinen 2002, 8, Kinnusen 2006, 37 mukaan).

Työssämme olemme halunneet ottaa mukaan ammattilaisten lisäksi vanhemmat. Syinä valintaan on ollut aineiston kerääminen vertaisohjauksen periaatteen mukaisesti ja uusien, ehkä piilossa olevien toimintamallien löytäminen, mutta myös vanhempien osallisuuden lisääminen. Uskomme, että vanhemmat ovat usein omien lastensa parhaita asiantuntijoita ja monissa perheissä saattaa olla käytössä hyviä, luovia käytäntöjä, jotka on opittu eletyn arjen kautta.

Perheitä tukeessa voidaan itse perheet sijoittaa keskeiseen rooliin tukea suunniteltaessa. Ammattilaiset näkevät vanhemmat yhä enenevässä määrin lapsilleen tärkeinä. Ammattilaisten kanssa yhteistyössä toimivat vanhemmat ovat asianosaisia asiantuntijoita, joilla on kokemus tapahtumista oman arjen kautta. (Dunst ym. 1993, 200; Mattus 1993b, 11–12, Kinnusen 2006, 33 mukaan).

Määtä (1999, 97) mukaan vammaista lasta voidaan riittävästi auttaa vain, jos ymmärretään vanhempien asiantuntijuus ja tunnetaan lapsen kasvuympäristö (Kinnunen, 2006, 33). Ammattilaiset voivat tukea vanhempien osallisuutta luomalla luottamuksellisen ympäristön ilman syytösten pelkoa huonosta vanhemmuudesta tai epäonnistumisesta. Tällainen tukeminen kehittää lisäksi vanhempien vuorovaikutustaitoja ja lisää vanhempien hyvinvointia ja selviytymistä. (Jones ym. 1996,95; Osofsky ym. 2000, 69; Brooks – Gunn ym. 2000, 570 – 571. Kinnusen 2006, 33 mukaan.)

Lisäksi Kinnusen (2006, 74) tekemän tutkimuksen mukaan vanhemmat ovat korostaneet kuinka merkityksellinen tunne syntyy, kun voi auttaa toisia vanhempia oman kokemuksen kautta.

Pohdintaa ratkaisu- ja voimavarakeskeisyydestä

Ratkaisukeskeisyys antaa mahdollisuuden erilaisuudelle ja luovalle tavalle tarkastella maailmaa. Teorian soveltaminen erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten kasvatukseen sopii mielestämme kuin nenä päähän, sillä usein tavanomaiset tavat ja menetelmät eivät toimi neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia omaavilla henkilöillä, juuri heidän erilaisuutensa vuoksi. Mitä sitten on erilaisuus ja normaalius? Se voisikin olla taas uuden tutkimuksen aihe. Tässä työssä olemme halunneet pohtia erilaisuuden merkitystä erityislasten kohdalla ja tarkastella sitä ratkaisu- ja voimavarakeskeisyyden kautta.

Jumi-tilanteista puhuttaessa esiin nousee kysymys erilaisuudesta. Me olemme kaikki yksilöitä, erilaisia. Meille on ajan myötä kehittynyt erilainen tapa toimia ja hakea ratkaisuja kohtaamiimme tilanteisiin.

Erilaisuus voidaan nähdä positiivisena tai negatiivisena. Positiivinen erilaisuus on näkökulmia laajentavaa, luovuutta ja luovaa tapaa toimia eri tavalla, kuin on

tavanomaista. Negatiivisesti ajatellen erilaisuus voidaan nähdä poikkeavuutena. Kun kaksi eri tavalla katsottua näkemystä kohtaavat, voi syntyä ristiriitatilanne hyvinkin vähäpätöisestä erilaisuudesta, jolloin itsestä eriävää tapaa toimia ei arvosteta. (Sinkkonen & Pihlaja 2000, 123.)

Näkökulmaa vaihtamalla positiiviseksi erilainen tapa toimia, tai ongelma voidaan nähdä tavoitteena. Ongelmien uudelleen määrittely tai ”uudelleennimeäminen” on myös osa positiivista lähestymistapaa ja näkökulman vaihtamista.

Usein erilaiset diagnostiset käsitteet tai inhimilliset ongelmat saavat itselleen valtavan painoarvon ja musertavan mörön taakan jo pelkällä ongelmaan viittaavalla nimellään (Furman & Ahola 1995, 61). Jumi-tilanteessa puhutaan raivokohtauksesta tai jumittamisesta, jolloin käsiteltävä asia on aina ongelma-lähtöinen. Ratkaisukeskeisen terapian mukaan ongelma nimetään uudeksi opeteltavaksi taidoksi, esimerkiksi raivokohtauksen ollessa ongelmana, ei keskitytä huutamiseen ja sen kieltämiseen vaan nimetään opeteltava asia esimerkiksi ”kauniisti puhumisen taidoksi”.

Autismikuntoutukseen tarkoitettujen menetelmien, kuten osittamisen, strukturoinnin ja ennakoinnin lisäksi oletimme, että vastauksissa olisi mainittu vielä yksi menetelmä, seuranta. Kujanpään (1999, 91, 101) mukaan eräs autismikuntoutuksen väline, on myös erilaisten arviointien ja seurannan toteuttaminen. Tällaisen seurannan avulla voidaan määritellä missä tilanteessa ongelma ilmenee ja miten sitä on yritetty ratkaista. Esimerkkitalanteet olisivat antaneet mahdollisuuden tämänkin menetelmän esiintuomiseen vastauksissa, mutta syystä tai toisesta sitä ei tarjottu vaihtoehdoksi.

Seurantalomakkeet havainnollistavat ongelman ytimen löytymistä, sillä suunnitelmallinen ja jatkuva havainnointi jokapäiväisistä tilanteista antaa mahdollisuuden huomata poikkeuskysymyksen, milloin tilanne on parempi, milloin ongelmaa ei ilmene. Poikkeuksien etsiminen on myös yksi ratkaisu- ja voimavarakeskeisistä menetelmistä. Poikkeusten avulla ihminen pohtii itse elämäänsä huomatakseen tapahtumia ja olosuhteita milloin ongelmaa ei esiintynyt, tämä johtaa ratkaisun löytymiseen (Held 1996, 31.)

8.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksissa pyritään aina arvioimaan tehdyn tutkimuksen luotettavuutta, puhutaan tulosten reliabiliteetista eli tulosten toistettavuudesta sekä validiteetistä eli tulosten pätevyydestä. Laadullisessa tutkimuksessa reliabiliteetti ja validiteetti voidaan käsittää erilaisilla kuin määrällisessä tutkimuksessa. Osa tapaustutkimuksen tekijöistä ajattelee, että kaikki ihmistä ja kulttuuria koskevat asiat ovat ainutlaatuisia, joten luotettavuuden ja pätevyyden arviointia ei voitaisi käyttää. Vaikka näin haluttaisiin ajatella, jokaista tutkimusta tulisi aina jollain tavalla arvioida, vaikka haluttuja termejä ei haluttaisi käyttää. (Hirsjärvi ym. 2007, 226–227)

Opinnäytetyömme luotettavuus näkyy mielestämme saamiemme vastausten samankaltaisuudessa ja päällekkäisyyksissä. Tulosten toistettavuus näkyy selvästi siten, että samoja menetelmiä oli käytetty monissa perheissä tai työpaikoilla sekä samoja menetelmiä voitiin käyttää eri esimerkkitalanteiden jumi-tilanteista selviämiseen. Tulokset voitaneen tulkita myös päteviksi siitä syystä, että vastaajat olivat kokeneet toimintamallit hyväksi ja levittämisen arvoisiksi.

Esimerkkitalanteiden ymmärtämiseen eri vastaajien välillä on varmasti vaikuttanut se, onko vastaaja jumi-tilanteita työssään kohdannut ammattilainen vai erityislapsen vanhempi. Halusimme antaa esimerkkitalanteita sekä kotona tapahtuvista (esimerkki 2.) että työmaailmassa tapahtuvista jumi-tilanteista (esimerkki 3.) Tämän pohjalta voimme edelleen todeta tutkimustulosten luotettavuuden, sillä samojen menetelmien tarjoaminen jumi-tilanteiden ratkaisemiseksi toistui vastauksissa huolimatta siitä oliko vastaaja vanhempi vai ammattilainen.

Aineisto kerättiin anonyymisti luotettavan käsittelyn varmistamiseksi, mutta myös siksi, että vastaajan ei olisi tarvinnut kaunistella vastauksiaan peläten mainettaan kasvattajana tai ammattilaisena. Tämä puoltaa myös vastausten validiteetin uskottavuutta.

Yksi tutkimusetiikan peruste on, että tutkittavalle on annettava mahdollisuus pysyä anonyymina. Joskus tutkittavat eivät tätä halua, sillä he saattavat ajatella hyötyvänsä tutkimuksen tuomasta julkisuudesta. Tämä saattaa toisaalta olla haasteellista tutkijalle, jos vastaajat eivät olekaan tyytyväisiä tuloksiin. Vastaajien anonyymiteetin säilyminen tuo sen sijaan selkeitä etuja tutkimukselle. Se lisää tutkijan vapautta käsitellä arkoja asioita eikä hänen tarvitse pelätä aiheuttavansa tutkittaville haittaa heidän pysyessään

nimettöminä. Anonymiteetti mahdollistaa arkojen ja ristiriitaisten asioiden käsittelyä, joka taas lisää tutkimuksen objektiivisuutta. Vastajien mahdollisuus pysyä anonyymeinä rohkaisee ihmisiä puhumaan suoraan ja rehellisesti ja näin ollen helpottaa tutkimuksen kannalta tärkeiden tietojen keräämistä. (Mäkinen 2006, 114)

Opinnäytetyömme saatekirje ohjeisti vastaamaan esimerkkitilanteisiin ainoastaan positiivisilla menetelmillä. Työ ja sen tulokset olisivat olleet hyvin erilaiset, mikäli olisimme saatekirjeessä jättäneet kysymyksen rajamaatta, esimerkiksi näin: Löytyykö jumi-tilanteisiin käytännön vinkkejä tai menetelmiä? Tällainen tutkimuskysymyksen asettelu tuottaisi erilaisen aineiston ja olisi myös mielenkiintoinen aihe tarkastella. Tällä kysymyksen asettelulla emme kuitenkaan olisi välttämättä saaneet tarvittavaa ratkaisuja ja voimavarakeskeistä materiaalia käytännön vinkeistä opasta varten. Jatkotutkimuksena olisi mielestämme mielenkiintoista tutkia rangaistuskeinojen ja ratkaisuja ja voimavarakeskeisten menetelmien eroja ja merkitystä kasvatuksen tehokkuudessa.

Puntaroimme myös, miksi emme keränneet materiaalia tutkimuskyselyä varten suoraan jumi-tilanteista kärsiviltä lapsilta ja nuorilta itseltään? Pohdimme oliko eettisesti oikein sivuuttaa heidän oman äänensä kuuleminen ja omien menetelmiensä tarkastelu. Tämä voisikin olla uuden tutkimuksen aihe.

Opinnäytetyöprosessin kannalta meille haasteellisinta ja opettavaisinta on ollut aineiston analysointi ja tulosten tarkastelu. Tämä johtunee siitä, että saamamme aineiston määrä oli hyvin runsas ja monipuolinen. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi runsaan ja kirjavan aineiston vertaaminen teoreettisen viitekehyyksemme mukaisesti oli työlästä. Haastetta toi lisäksi saatujen tulosten selkeä esiintuominen työhön. Esimerkkitapausten karsiminen oli vaikeaa, sillä niissä oli niin paljon hyviä menetelmiä, että olisimme halunneet esitellä ne kaikki.

8.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Ajatus opinnäytetyön toteuttamisesta yhdessä parityönä oli ollut meillä ajatuksena kevästä 2012. Lähdimme suunnittelemaan aihetta yhdessä työelämä tahon, Osmo-hankkeen kanssa, jossa toinen meistä oli suorittanut kolmannen opintovuoden harjoittelunsa. Pohdimme yhdessä omia mielenkiinnon kohteitamme ja vertasimme niitä hankkeelta tullessiin opinnäytetyön aihe-ehdotuksiin. Halusimme toteuttaa opinnäytetyömme suoraksi apuvälineeksi työelämä taholle, jotta tietäisimme, että tutkimuksen tekemisestä olisi suora hyöty työelämätahon työkaluna.

Idea muodostui vähitellen kevään aikana ja opinnäytetyömme ideapaperin esitimme huhtikuussa 2012. Ideapaperin esittämisestä alkoi aiheen rajaaminen, joka osoittautui haasteelliseksi, mutta onnistui kuitenkin yhdessä käytyjen keskustelujen sekä miellekarttojen avulla. Suunnittelimme tekevämme opinnäytetyömme teoriaosan kesän aikana, mutta kesän tuomat kiireet hautasivat alkaneen opinnäytetyöprojektin hetkeksi paikoilleen. Elokuussa 2012 palasimme työn ääreen virkeinä ja kesän aikana selkiytyneiden ajatusten motivoimina. Varasimme syyslukukauden kokonaisuudessaan opinnäytetyölle, jotta työkuviot eivät sotkisi meneillään olevaa prosessia.

Olimme samaa mieltä siitä, että työtä tehdään tehokkaasti yhdessä sovitun päivä- ja viikkorytmin mukaisesti. Tämän vuoksi työ alkoi valmistua ennätysvauhtia ja teoriaosan kirjoittaminen sujuikin melko vaivattomasti. Esimerkkitalanteiden hahmotteleminen sen sijaan oli haastavaa ja aikaa vievää. Oli turhauttavaa jäädä jumiin moneksi päiväksi hiomaan esimerkkitapauksia oikeaan muotoonsa, kun aikaisemmin kirjoittaminen oli luistanut niin sujuvasti. Työelämää konsultoimalla, yhdessä sekä koulutovereiden kanssa pohtimalla esimerkkitapaukset saatiin kuitenkin muotoonsa ja kyselylomakkeet eteenpäin vastaajille.

Työ valmistui ennätys ajassa marraskuussa 2012. Nopeaan työskentelytahtiin oli vaikuttanut halu valmistua koulusta vuoden 2012 puolella, jotta uusia työsuhteita voitaisiin vastaanottaa tammikuussa 2013. ”Pieni paniikki” osoittautui hyväksi motivaattoriksi, mutta näin jälkeinpäin ajateltuna olisimme voineet tehdä työmme pidemmällä aikataululla ja antaa lisää aikaa erityisesti aineiston analyysille ja tulosten vertailulle.

Neuropsykiatriset erityisvaikeudet ja siihen liittyvät jumi-tilanteet ovat meille molemmille entuudestaan tuttuja, mutta työn edistyessä olemme varmasti molemmat saaneet paljon uutta tietoa erityisvaikeuksista ja niiden arkipäivään tuomista haasteista. Opinnäytetyöprosessin aikana pääsimme muun muassa osallistumaan Autismisäätiön Haaste-hankkeen Vinkkejä haastavaan käyttäytymiseen – koulutukseen.

Erityisesti ratkaisu- ja voimavarakeskeisen teorian soveltaminen on avautunut meille työtä tehdessä aivan uudella tavalla ja olemmekin kokeneet saaneemme monta ahaa-elämystä löytäessämme ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä piirteitä aineistosta saaduista menetelmistä. Olemme tyytyväisiä, että saimme syventyä tähän menetelmään työtä tehdessämme ja sosionomin (AMK) työhön valmistuttuamme voimme kokea saaneemme paljon itsevarmuutta menetelmän käyttämiseen työkentällämme.

Koko prosessi on ollut mielenkiintoinen ja antoisa. Uskomme että suurimmalta osin tämä johtuu siitä, että valitsimme tehdä työmme parityönä ja näin olemme voineet peilata omia ajatuksiamme toisen kanssa läpi koko prosessin. Ongelmien ilmaantuessa olemme löytäneet ratkaisun yhdessä pohtimalla, mukautumalla toisen mielipiteeseen kompromisseja tekemällä ja olemme oppineet perustelemaan omia näkemyksiämme teoreettisesti.

Opinnäytetyöprosessi on ollut monella tavalla hyödyllinen ja se on opettanut meille paljon uutta. Työn edetessä olemme pysähtyneet pohtimaan ihmisyyttä ja ihmisarvoa sekä arvokasta elämää. Millaista elämä erityisvaikeuksien kanssa on henkilölle itselleen ja hänen läheisilleen? Miksi tarvitaan tukea ja apua? Miksi uusia keinoja arjen helpottamiseksi on kehitettävä kokoajan?

On ilahduttavaa nähdä miten nykyisin enenevässä määrin kiinnitetään huomiota erityistä tukea tarvitsevien yksilöllisiin tarpeisiin ja etsitään yksilöllisesti sopivia ratkaisuja arjen ongelmiin. Toivomme, että opinnäytetyömme löytää paikkansa nimenomaan viestin viejänä siitä, että yksilöllisiä kasvatus ja kuntoutus menetelmiä tarvitaan. Täsmällisellä kasvatuksella ja kuntoutuksella voi olla valtava merkitys erityistä tukea tarvitsevan henkilön laadukkaaseen arjen toteutumisessa. Erityisen tärkeää on varhaisen kuntoutuksen aloittaminen, jotta voitaisiin turvata erityistä tukea tarvitsevan henkilön mahdollisimman itsenäinen ja hyvä tulevaisuus myös aikuisuudessa.

Valmistuvina sosionomeina (AMK) koemme, että sosionomin työn erityisalaa on sekä asiakkaan että heidän lähiyhteisöjensä yksilöllinen kohtaaminen ja osallisuuden lisääminen. Sosionomi tekee tavoitteellista, kuntouttavaa ja ennaltaehkäisevää työtä, jossa vaaditaan luovaa ongelmanratkaisutaitoa. Opinnäytetyömme vastaa mielestämme tällaisiin työelämän haasteisiin hyvin.

”Vain luovuudella selviää jumeista. Auktoriteeteilla ja käskyttämällä tulee riitaa lisää ja jumiin jäänyt provosoituu lisää” (Kyselyyn vastaaja 3.)

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

2.10.2012

Hei!

Olemme sosionomi-opiskelijoita Tampereen ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä yhteistyössä Tampereen kaupungin Osmo-hankkeen kanssa. Osmo- hanke kehittää ja syventää erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten parissa työskentelevien osaamista ja työtapoja sekä antaa valmennusta tukea tarvitseville lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen.

Työmme tarkoituksena on tutkia löytyykö uhkaus ja rangaistus- menetelmille vaihtoehtoisia, positiivisia keinoja hankaliin jumi- tilanteisiin, joita erityistä tukea tarvitsevilla lapsilla ja nuorilla saattaa esiintyä.

Saamiemme vastausten pohjalta kokoamme oppaan käytännön vinkeistä ja positiivisista toimintatavoista jumitilanteissa. Opas tulee Tampereen kaupungin Osmo- hankkeen käyttöön.

Voit antaa vastauksesi anonyymisti, kaikki saamamme tiedot käsitellään luottamuksellisesti. Vastaathan viimeistään 22.10.2012 mennessä.

Toivomme, että vastaat seuraaviin esimerkkitalanteisiin ja autat meitä levittämään positiivisia menetelmiä! Kysymyksiin vastaamiseen kuluu arviolta 30min. Valmis opas julkaistaan internetissä sivuilla: www.tampere.fi/neptunus

Suuret kiitokset vastauksistasi!

Lähetä vastauksesi jompaankumpaan alla olevista sähköposti osoitteista. Annamme myös mielellämme lisätietoja, otathan tarvittaessa yhteyttä meihin sähköpostitse.

Ystävällisin terveisin:

Juuli Kirjavainen
juuli.kirjavainen@soc.tamk.fi

Leena Eskonen
leena.eskonen@soc.tamk.fi

Opinnäytetyötämme ohjaavat Tampereen ammattikorkeakoulun opettajat:

Pirkko Turunen, lehtori, opinto-ohjaaja

Ulla-Maija Takkunen, lehtori

Liite 2. Kyselylomakkeen esimerkkitalanteet

Esimerkkitalanne 1.

Matti viihtyy hyvin tietokoneella lempipelinsä parissa. Kuitenkin lähes joka kerta, kun Matin pitäisi lopettaa pelaaminen ja siirtyä iltapuuhiihin tai syömään hän alkaa kiukuttelemaan ja hermostuu tietokoneen sammuttamisesta kohtuuttomasti.

Mitä neuvoja antaisit tietokoneelta poistumistilanteen sujumiseksi?

Esimerkkitalanne 2.

Maija on tarkka tyttö omasta pukeutumisestaan. Perheen ongelmaksi on nyt muodostunut se, että Maija on alkanut kontrolloimaan myös muiden perheenjäsenten pukeutumista esimerkiksi vaatimalla muita pitämään paidan helmaa housujen sisällä ja käyttämään ainoastaan tiettyjä kenkiä. Jos Maijan tahtoa ei toteuteta, on siitä seurauksena kaaosta luovaa raivoamista.

Miten neuvoisit Maijan perhettä?

Esimerkkitalanne 3.

Ulkovälitunti on alkanut. Lapset hajaantuvat pihalla keinumaan, hiekkalaatikolle ja kiipeilytelineisiin mutta Pekka on pysähtynyt ulkoportille seisomaan. Pekalla on vaikeuksia ohjautua itsenäisesti tekemään mitään ulkoilutilanteessa. Millä keinoilla Pekkaa voisi auttaa ulkoleikkien aloittamiseen?

Muita hyväksi havaittuja vinkkejä jumitalanteisiin: Kerro vapaamuotoisesti, voit tarvittaessa jatkaa paperin kääntöpuolelle.

LÄHTEET

- Autismi- ja Aspergerliitto ry. Autismin kirjo. Luettu. 28.9. 2012. http://www.autismiliitto.fi/autismin_kirjo/
- Autismi ja Aspergerliitto ry. Esitteet. Kommunikointi. Luettu. 24.10.2012. http://www.autismiliitto.fi/julkaisut_ja_myynti/esitteet/
- Bengtsson-Tops 2001, 56; Vuorinen 2002, 8. Teoksessa Kinnunen, T., 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylä. Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Dabkowski, B. 2000. The History Of Peer Tutoring The History Of Peer Tutoring. Verkkojulkaisusta Intertext. A Student Publication of the Syracuse University Writing Program. <http://wrt-intertext.syr.edu/VIII/dabkowski.html>. Luettu 24.10.2012.
- Dunst ym. 1993, 200; Mattus 1993b, 11-12. Teoksessa Kinnunen, T., 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylä. Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Duodecim, Terveyskirjasto, Autismikirjon häiriöt ja niiden samanaikaisuus ADHD:n kanssa, 2011. Luettu 25.9.2012. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=nix00918
- Furman, B. & Ahola, T. 1995. Muuttuset. Terapiasta ratkaisuihin. 2.painos. Järvenpää. Lyhytterapia-instituutti Oy.
- Furman, B. 2010. Muksuopin lumous. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Gray, C. (2002). My social stories book. London: Jessica Kingsley. Teoksessa Kerola, K., Kujanpää, S. & Timonen, T. 2009. Autismin kirjo ja kuntoutus. Juva. PS-kustannus. 45.
- Haley, J. 1997. Lyhytterapian lähteillä. Milton H. Ericksonin terapeuttiset menetelmät. Helsinki. Lyhytterapia-instituutti Oy.
- Held, B, 1996. Solution-focused therapy and the postmodern. A Critical Analysis. Teoksessa. Miller, S. Hubble, M & Duncan, B. 1996 Handbook of solution-focused brief therapy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 2007. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Huotari, A. & Tamski, E. 2010. Tammenterhon tarinoita. Mikkeli: Eeva-Liisa Tamski.
- Ikonen, O. & Suomi, A. 1999. Kasvatuksellinen kuntoutus ja opetus. Teoksessa. Ikonen, O. 1999. Autismi. Teoriasta käytäntöön. Jyväskylä. PS-viestintä Oy.
- Johnson, B. 2004. Miten selvittää ongelmista joihin ei ole ratkaisua? Tampere. Resurssi.
- Jones ym. 1996,95; Osofsky ym.2000, 69; Brooks-Gunn ym.2000, 570-571. Teoksessa Kinnunen, T., 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylä. Diakonia-ammattikorkeakoulu.

- Kaartinen, M. 2011. Neuropsykiatriset häiriöt. Teoksessa. Kaljunen, O. 2011. NEPSY-KÄSIKIRJA. Tampere. Tampereen kaupunki.
- Kallinen, R., Kerbs, H. & Nurmi, J. 2006. Laadukas vertaisohjaus, Hämeenlinna, Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Katajainen, A., Lipponen, K. & Litovaara, A. 2003. Voimavarat käyttöön. 2.painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Kerola, K., Kujanpää, S. & Timonen, T. 2009. Autismin kirjo ja kuntoutus. Juva. PS-kustannus.
- Kinnunen, T., 2006. VERTAISTUKI erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylä. Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Kujanpää, S. 1999. Arviointi. Teoksessa. Ikonen, O. 1999. Autismi. Teoriasta käytäntöön. Jyväskylä. PS-viestintä Oy.
- Mattila, A.S. 2011. Näkökulman vaihtamisen taito. Helsinki: WSOY.
- MHS. Psychological Assesments and Services. Luettu 27.9.2012. <http://www.mhs.com/product.aspx?gr=edu&prod=cars&id=overview>
- Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Määttä, P. 1999. Perhe asiantuntijana: erityiskasvatuksen ja kuntoutuksen käytännöt. Jyväskylä. Gummerus. Teoksessa Kinnunen, T., 2006. VERTAISTUKI erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylä. Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Ozonoff, S., Dawson, G. & McPartland, J. Aspergerin syndrooma ja hyvätasoinen autismi. Opas vanhemmille. 2008. Kuopio. UNIpress.
- Sinkkonen, J. & Pihlaja, P. 1999. Ulos umpikujasta. Miten auttaa tunnehäiriöistä lasta? Helsinki. WSOY.
- Tampereen kaupunki. Neuropsykiatriset erityisvaikeudet. Luettu 26.10.2012 <http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/neptunus.html>
- Tampereen kaupunki. Neuropsykiatriset erityisvaikeudet. Oppaat ja kuvat. Osittaminen Luettu 24.10.2012. <http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/neptunus/oppaatjakuvat.html>
- Time Timer. Our story. Luettu 25.10.2012 <http://www.timetimer.com/press.php>
- Varonen, L. 2010. Muksuopin lumousta etsimässä. Ratkes 1/2010, 20-21.