

Jenni Julin ja Ilona Korimäki

Autismin kirjo ja itsenäinen päätöksenteko Ryhmäkokonaisuuden pilotointi Autismisäätiölle

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti AMK

Toimintaterapia

Opinnäytetyö

9.4.2015

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Jenni Julin, Ilona Korimäki Autismin kirjo ja itsenäinen päätöksenteko – Ryhmäkokonaisuuden pilotointi Autismisäätiölle 48 sivua + 1 liite 9.4.2015
Tutkinto	Toimintaterapia
Koulutusohjelma	Toimintaterapian koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Toimintaterapia
Ohjaajat	Yliopettaja Toini Harra Lehtori Anja Sario
<p>Autismin kirjon henkilöiden itsenäinen päätöksenteko ei toteudu kaikissa tapauksissa niin hyvin kuin olisi mahdollista. Riittävällä lähiympäristön tuella, keinoilla ja harjoituksella autismin kirjon henkilö voisi osallistua enemmänkin omaa elämäänsä koskeviin päätöksiin. Opin- näytetyön tarkoituksena on nostaa esiin autismin kirjon henkilöiden oikeutta itsenäiseen päätöksentekoon ja heidän osallisuuttaan omaan elämäänsä.</p> <p>Opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä Autismisäätiön Vallilan valmennuskeskuksen kanssa. Valmennuskeskuksella toteutettiin pilotointina ryhmäkokonaisuus, jonka aiheena oli itsenäinen päätöksenteko ja siihen liittyvät arkiset teemat, jotka oli mietitty yhdessä asiakkaiden kanssa. Ryhmäkokonaisuudessa hyödynnettiin toiminnallisia menetelmiä, kuvia ja erilaisia harjoituksia, joiden vaikuttavuutta ja hyödynnettävyyttä asiakkaiden arkeen tarkasteltiin koko ryhmäkokonaisuuden ajan. Ryhmäkokonaisuuden myötä Autismisäätiö sai käyttöönsä materiaalipaketin tulevia ryhmätoteutuksia varten. Ryhmäkokonaisuutta arvioitiin aktiivoin osallistuvan havainnoinnin, ryhmähaastattelun, diskurssin eli keskustelun, palautteen ja kyselylomakkeen avulla.</p> <p>Asiakkaiden tärkeiksi nostamia itsenäiseen päätöksentekoon liittyviä teemoja olivat oman mielipiteen ilmaiseminen, vaihtoehtoista valitseminen, syy-seuraussuhde ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyvät päätöksenteot. Itsenäisen päätöksenteon teemoja käsiteltiin ryhmässä arkisten asioiden kautta, jotta asiakkaiden ymmärrys käsitellyistä aiheista oli mahdollisimman suuri. Ryhmätoteutuksessa korostui suunnitelman joustavuus ja toteutuksessa otettiin huomioon asiakkaiden merkityksellisiksi kokemat asiat.</p> <p>Opinnäytetyön tärkeimpänä havaintona on se, että itsenäisen päätöksenteon teeman harjoittelua tukisi ryhmän jäsenten arkiympäristöjen, esimerkiksi perheen ja asumisyksikön työntekijöiden, osallistaminen harjoitteluun. Itsenäisen päätöksenteon täysipainoinen harjoittelu vaatisi sen, että kaikki ympäristöt osallistuisivat siihen ja tukisivat henkilöä tekemään päätöksiä. Itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvää harjoittelua voitaisiin tehdä myös muiden asiakasryhmien kanssa, esimerkiksi kehitysvammaiset ja psykiatriset asiakkaat.</p>	
Avainsanat	autismin kirjo, inhimillisen toiminnan malli, toiminnallinen oikeudenmukaisuus, ryhmätoiminnat, itsenäinen päätöksenteko

Authors Title Number of Pages Date	Jenni Julin, Ilona Korimäki Independent Decision-making among Persons with Autism Spectrum Disorders – Pilot Project for Autism Foundation of Finland 48 pages + 1 appendice 9 April 2015
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Occupational Therapy
Specialisation option	Occupational Therapy
Instructors	Toini Harra, Principal Lecturer Anja Sario, Senior Lecturer
<p>Independent decision-making is not often fully realised among persons with autism spectrum disorders. With sufficient support from the person's close environment and proper practice, autistic persons can be more involved in decisions concerning their own life. The purpose of this study is to highlight the right of persons with autism spectrum to decision-making and their involvement in their own lives.</p> <p>This thesis was carried out in cooperation with Autism Foundation of Finland. We carried out a pilot group the theme of which was independent decision-making and everyday themes related to the topic which were discussed together with the customers. Operational methods, pictures and a variety of exercises were used. The effectiveness and usefulness of the pilot group were considered throughout the group process. Autism Foundation of Finland received a material package for future group processes. The pilot group process was assessed by observation, group interviews, discourse, feedback and a questionnaire.</p> <p>The important themes related to independent decision-making were brought up by the clients. Important themes were personal opinion, cause and effect relationship and social interaction associated with the decisions. The themes concerning independent decision-making were processed through the activities of daily living. The flexibility of group plans was emphasized and the issues customers found meaningful were taken into account.</p> <p>The results lead to the conclusion that the close environment such as family and housing unit employees should be supportive and involved in the independent decision-making training. The training of independent decision-making could also be utilised with other customer groups such as people with intellectual disabilities or psychiatric problems.</p>	
Keywords	autism spectrum, Model of Human Occupation, occupational injustice, group intervention, independent decision-making

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Kehittämistyön lähtökohdat	3
2.1	Työelämän yhteistyökumppani	3
2.2	Itsenäisen päätöksenteon ryhmä	3
3	Teoreettinen tausta	4
3.1	Autismin kirjo	4
3.2	Inhimillisen toiminnan malli: tahdon osa-alue	6
3.3	Toiminnallinen oikeudenmukaisuus	10
3.4	Ryhmätoiminnot	12
4	Ryhmäkokonaisuuden suunnittelu	13
4.1	Asiakkaiden osallistaminen suunnitteluun	13
4.2	Ryhmäkokonaisuuden strukturointi	14
4.3	Aineistonkeruumenetelmät	16
4.4	Konkreettisten harjoitusten kehittäminen	20
5	Ryhmäkokonaisuuden toteutus	21
5.1	Ryhmäkertojen rakenne	21
5.1.1	Tutustuminen ja teemaan johdattelu	22
5.1.2	Päätöksentekeminen omassa arjessa ja oma mielipide	26
5.1.3	Vaihtoehtoista valitseminen ja syy-seuraussuhde	30
5.1.4	Sosiaalinen vuorovaikutus ja päätöksenteko	35
5.1.5	Ryhmäkokonaisuuden kertaus ja palaute	38
5.2	Kehittämisehdotukset	41
5.3	Itsenäisen päätöksenteon ryhmätoteutuksen opas	43
6	Yhteenveto ja pohdinta	43
	Lähteet	46
	Liitteet	
	Liite 1. Itsenäisen päätöksenteon ryhmätoteutuksen opas	

1 Johdanto

Jokaisen ihmisen elämään sisältyy erilaisia päätöksentekoa, jotka vaikuttavat siihen, miten koemme itsemme toimijana, millaisia asioista arvostamme ja mitä haluamme tehdä. Autismin kirjon henkilöillä itsenäinen päätöksenteko ei toteudu kaikissa tapauksissa niin hyvin kuin mahdollista, sillä vaihtoehtoista valitseminen, seurausten miettiminen ja asioiden yleistäminen uuteen kontekstiin on heille haastavaa. Tutkimuksessa on todettu, että neurotyypillisiin henkilöihin verrattuna autismin kirjon henkilöillä on enemmän vaikeuksia päätöksenteoissa. Päätöksentekoa vaikeuttavat päätöksentekemiseen liittyvä ahdistus, uupumus, päätöksentekoprosessiin sitoutuminen ja päätöksenteon vältteleminen. (Luke – Clare – Ring – Redley – Watson 2012: 612–621.)

Autismin kirjon henkilöiden puolesta tehdään paljon sellaisia päätöksiä, joihin he kykenivät myös itse vaikuttamaan riittävillä tiedoilla, keinoilla ja tuella. Itsenäisen päätöksenteon teema on tärkeä ja keskeinen autismin kirjon henkilöille, jotta heidän itsemääräämisoikeutensa toteutuisi. Itsenäisen päätöksenteon kautta autismin kirjon henkilöiden mahdollisuus omiin tekoihin vahvistuu, mikä tarkoittaa, että toiminnan merkityksellisyys ja tarkoituksellisuus näkyisivät toiminnassa enemmän.

Itsemääräämisoikeudella tarkoitetaan jokaiselle yksilölle kuuluvaa oikeutta tehdä vapaasti omaan elämäänsä liittyviä valintoja ja päätöksiä sekä toteuttaa niitä. Sen tarkoituksena on turvata mahdollisuus omien mielipiteiden muodostamiseen, tahdonilmaisuihin, moraalisiin, poliittisiin ja uskonnollisiin vakaumuksiin sekä omiin tekoihin. (Pietarinen – Launis – Räikkä – Lagerspetz – Rauhala – Oksanen 1994: 51.) Ihminen on toiminnallinen olento, joka osallistuu aktiivisesti omaan elämäänsä erilaisissa ympäristöissä. Ihmisten erilaiset tarpeet ilmenevät arjen toiminnoissa, jotka ovat yhteydessä terveyteen ja elämänlaatuun. Toiminnalliseen oikeudenmukaisuuteen liittyy ihmisen oikeudet, vastuut, vapaudet ja kyvyt tehdä jotain. (Stadnyk – Townsend – Wilcock 2010: 335–336.) Toiminnallisuus, henkilökohtainen vaikuttaminen ja toiminnan merkityksellisyys ovat keskeisiä toimintaterapian käsitteitä, joita pyritään tarkastelemaan yksilön arkielämän kautta. Omassa arjessaan yksilö tekee jatkuvasti päätöksiä ja valintoja, jotka vaikuttavat toiminnallisen identiteetin kokemukseen. Toiminnallista identiteettiä voi vahvistaa toimin-

nallisten valintojen kautta (Kielhofner 2008: 14). Toimintaterapian näkökulmasta katsottuna itsenäisen päätöksenteon harjoittelun avulla autismin kirjon henkilö saa kokemusta siitä, että hän pystyy vaikuttamaan omaan elämäänsä.

Itsenäisen päätöksenteon ja itsemääräämisoikeuden teemat ovat tällä hetkellä ajankohtaisia, sillä sosiaali- ja terveysministeriön valmisteleva lakiluonnos uudesta itsemääräämisoikeuslaista on eduskunnan käsiteltävänä. ”Uudella lailla pyritään vahvistamaan asiakkaan ja potilaan itsemääräämisoikeutta sekä vähentämään rajoitustoimenpiteiden käyttöä” (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015). Itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvä kehittämistyö yhteistyössä Autismisäätiön kanssa pyrkii tarttumaan ajankohtaiseen aiheeseen autismin kirjon henkilöiden näkökulmasta. Autismin kirjon ja päätöksenteon teemasta ei ole aiemmin tehty opinnäytetöitä, joten tarve aiheen käsittelylle on ajankohtainen.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

Miten asiakkaat hyötyvät itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvästä ryhmäkokonaisuudesta?

Mitä pitää huomioida suunniteltaessa Autismisäätiölle itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvää ryhmäkokonaisuutta?

Tavoitteena on suunnitella ja toteuttaa ryhmäkokonaisuus, jossa autismin kirjon henkilö saa lisää tietoa ja ymmärrystä omasta päätöksenteosta ja valinnoista konkreettisten ja toiminnallisten harjoitusten avulla. Tavoitteena on myös tarkastella ryhmäkokonaisuutta kriittisesti ja tuottaa Autismisäätiölle materiaalipaketti ryhmäkokonaisuudesta. Käytännön hyötynä Autismisäätiö saa uuden ryhmäkokonaisuuden pilotointina ja materiaalipaketin itsenäisen päätöksenteon teemasta tulevia toteutuksia varten. Kehittämistyön tarkoituksena on korostaa itsenäisen päätöksenteon tärkeyttä ja merkitystä autismin kirjon henkilöiden sekä muiden asiakasryhmien arjessa.

Opinnäytetyössä käytetään toimintatutkimuksellista lähestymistapaa. Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa on vahvasti käytäntöön suuntautuva ja sillä pyritään aikaansaamaan muutosta, minkä vuoksi se sopii hyvin kehittämistyön lähtökohdaksi. Toimintatutkimuksen tavoitteena on luoda uutta tietoa ja ottaa käytännössä toimivat ihmiset aktiivisiksi osallisiksi tutkimukseen ja kehittämiseen. (Ojasalo – Moilanen – Ritalahti 2014: 58.) Opinnäytetyön teoreettisena taustana ovat autismin kirjo, inhimillisen toiminnan malli (tahdon osa-alue), toiminnallinen oikeudenmukaisuus ja ryhmätoiminnat.

2 Kehittämistyön lähtökohdat

2.1 Työelämän yhteistyökumppani

Työelämän yhteistyökumppanimme on Autismisäätiö, joka on yleishyödyllinen voittoa tavoittelematon ja valtakunnallinen palveluorganisaatio. Autismisäätiön toimintaa ohjaavat arvot ovat osallisuus, hyvinvointi ja vaikuttavuus. Autismisäätiö tuottaa palveluita nuorille ja aikuisille, joilla on jokin neuropsykiatrinen oireyhtymä tai piirteitä sellaisesta. Autismisäätiö on asiantuntija erityisesti autismin kirjon henkilöille. Monimuotoisten palveluiden tavoitteena on asiakkaiden toimintakyvyn ja elämänlaadun koheneminen. Palveluihin kuuluvat asumispalvelut, työ- ja päivätoimintapalvelut, neuropsykiatriset avopalvelut ja työllistymisen tukipalvelut. (Autismisäätiö n.d.)

Opinnäytetyön yhteistyökumppaniksi tarkentui kehittämistyön edetessä Autismisäätiön työ- ja päivätoimintayksikkö Vallilan valmennuskeskus. Vallilan valmennuskeskuksen päivätoimintapalveluissa suunnitellaan asiakkaille tavoitteellista toimintaa, jonka lisäksi tarjotaan myös kommunikaation harjaannuttamista, liikuntaa ja toimintakykyä tukevia palveluita sekä itseilmaisua luovien menetelmin. Tavoitteellinen toiminta toteutuu esimerkiksi yksilökeskustelujen ja ryhmätoimintojen kautta. Osana tavoitteellista toimintaa päivätoimintapalveluissa harjoitellaan päivittäisen elämän taitoja. (Autismisäätiö n.d.) Päivittäisten elämän taitojen harjoittelu on pitkälti yhteydessä toimintaterapian keskeiseen osaamisalueeseen eli arjen toimintoihin.

2.2 Itsenäisen päätöksenteon ryhmä

Lähtökohtana yhteydenotollamme Autismisäätiöön oli se, että yhteistyökumppanilta tulisi jokin tietty tarve, johon tarttaisimme opinnäytetyön kautta. Kehittämistyömme muovautui eteenpäin yhteistyössä Vallilan valmennuskeskuksen työntekijöiden kanssa ja heiltä nousi esiin tarve itsenäisen päätöksenteon ryhmästä. Autismisäätiön ryhmissä on jo sisältöä liittyen itsenäisen päätöksenteon teemaan, mutta ryhmäkokonaisuutta kyseisestä teemasta ei ole aikaisemmin ollut, joten toteutamme ryhmäkokonaisuuden pilotointina Vallilan valmennuskeskukselle.

Asiakkaiden osallistaminen kehittämistyön ideointiin ja suunnitteluun on prosessimme keskiössä. Asiakkaat ovat mukana kehittämistyön jokaisessa vaiheessa, jotta kehittämistyön toteutus vastaisi heidän tarpeitaan. Asiakkaat ovat olleet osana kehittämistyön ideointia ryhmähaastattelun kautta, jossa kartoitimme itsenäisen päätöksentekoon liittyviä arkisia tilanteita ja asioita, jotka asiakkaat kokivat tärkeiksi. Itsenäistä päätöksentekoa käsitellään ryhmässä nimenomaan arkisten asioiden kautta, jotta teema kohtaa asiakkaiden tarpeet. Itsenäinen päätöksenteko liittyy olennaisesti esimerkiksi päivittäiseen ruokailuun, päivärytmiin, vapaa-ajan suunnitteluun, vaatteiden valintaan, kaupassa käymiseen ja rahankäyttöön. Edellä mainitut asiat tulivat ilmi ryhmähaastattelussa suoraan asiakkailta. Kehittämistavoite on lisätä asiakkaiden omien oikeuksien tiedostamista ja osallistamista omaan päätöksentekoon konkreettisuuden ja toiminnallisten harjoitteiden kautta.

3 Teoreettinen tausta

3.1 Autismin kirjo

Autismin kirjon käsite on yleistynyt yhteiseksi nimitykseksi kaikille autistista käyttäytymistä sisältäville oireyhtymille, joissa älyllinen ja toiminnallinen taso sekä kapasiteetti vaihtelevat paljon. Autismin kirjon oireyhtymissä kyse on neurologisen kehityksen häiriöistä, jotka aiheuttavat haasteita yksilön sosiaalisuuteen, kommunikaatioon ja aistikokemuksiin. Vaikeudet ilmenevät suurilta osin autismin kirjon henkilön käyttäytymisessä esimerkiksi rajoittuneina ja toistavina toimintoina, mutta käyttäytymisen ilmenemisen skaala on yksilöllinen ja laaja. Autistiset käyttäytymispiirteet aiheuttavat vaikeuksia autismin kirjon henkilön ja hänen ympäristönsä väliseen vuorovaikutukseen sekä voivat haitata laaja-alaisesti oppimista ja kehitystä. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 23–25.)

Autistiseksi triadiksi kutsutaan autistisen henkilön ulospäin näkyvässä käyttäytymisessä havaittavia kolmea poikkeavaa aluetta, jotka ovat kykenemättömyys tai vaikeudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, puutteellinen verbaali ja nonverbaali kommunikaatiokyky

sekä rajoittunut sisäinen mielikuvitusmaailma, joka ilmenee toistavana toimintana tai erikoisina kiinnostuksenkohteina. Poikkeavuudet kuitenkin ilmenevät eri tavoin yksilöstä riippuen. Neurokognitiiviset erityisvaikeudet näyttäytyvät usein autistisena ajatteluna eli kontekstisokeutena, joka tarkoittaa vaikeutta hahmottaa ja käyttää kontekstia apuna ajattelussa ja toiminnassa. Kontekstisokeus ilmenee sentraalisen koherenssin heikkoutena eli yksityiskohtien kautta maailman hahmottamisena, sosiaalisen kognition vaikeuksina eli sosiaalisten tietojen ja taitojen puutteina sekä toiminnanohjauksen vaikeuksina. Lisäksi erittäin suurella osalla autismin kirjon henkilöistä on aistitoimintojen poikkeavuuksia. (Partanen 2010: 26–28.)

Autismin kirjon häiriöt luokitellaan uusimmassa DSM-V -diagnoosiluokituksessa kolmeen eri vaikeusasteeseen oireiden vakava-asteisuuden mukaan (American Psychiatric Association 2013). Aikaisemmassa DSM-IV -diagnoosiluokituksessa laaja-alaisen kehityshäiriön kategoriaan kuuluvat lapsuusiän autismi, Aspergerin oireyhtymä, Rettin oireyhtymä, lapsuusiän disintegratiivinen kehityshäiriö ja määrittelemätön laaja-alainen kehityshäiriö. Nämä oireyhtymät eroavat toisistaan tietyillä tavoilla, mutta niissä on yhteisiä piirteitä. Kaikkiin laaja-alaisiin kehityshäiriöihin kuuluu vaikeuksia useilla kehitysalueilla. (Ozonoff – Dawson – McPartland 2009: 28–29.) Autismin kirjon tyypillisten oireiden lisäksi autismin kirjon henkilöllä voi olla myös muita tavallisia oireita, kuten poikkeavaa reagoitua aistiärsykkeisiin, liiallista tai alentunutta aktiivisuutta, unihäiriöitä, syömishäiriöitä, itseä vahingoittavaa käyttäytymistä, oppimisvaikeuksia, kehitysvammaisuutta ja pakko-oireita. Komorbiditeetti tarkoittaa kahden tai useamman häiriön esiintymistä samanaikaisesti. Autismin kirjon häiriöille on tyypillistä komorbiditeetin esiintyminen, sillä autismin kirjon yhteydessä esiintyy usein esimerkiksi ahdistuneisuushäiriöitä, ADHD:ta, masennusta ja Touretten syndroomaa. (Gillberg 1999: 25–28; Ozonoff – Dawson – McPartland 2009: 45–46.)

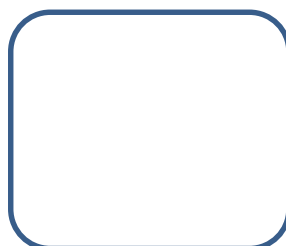
Ryhmäkokonaisuudessa tulee huomioida autismin kirjon henkilöiden ominaispiirteet, jotta ryhmätoteutus vastaisi heidän tarpeitaan mahdollisimman hyvin. Ryhmässä toteutettavat toiminnalliset harjoitukset ja ryhmäkerrat on suunniteltava autistinen käyttäytyminen, sosiaaliset vaikeudet, kommunikaation vaikeudet, yleistämisen ja toiminnanohjauksen vaikeudet, ymmärtämisen vaikeudet ja tunnetaidot huomioon ottaen. Lisäksi autismin kirjon henkilöiden kanssa työskennellessä ryhmäkertojen strukturointi ja harjoitus-

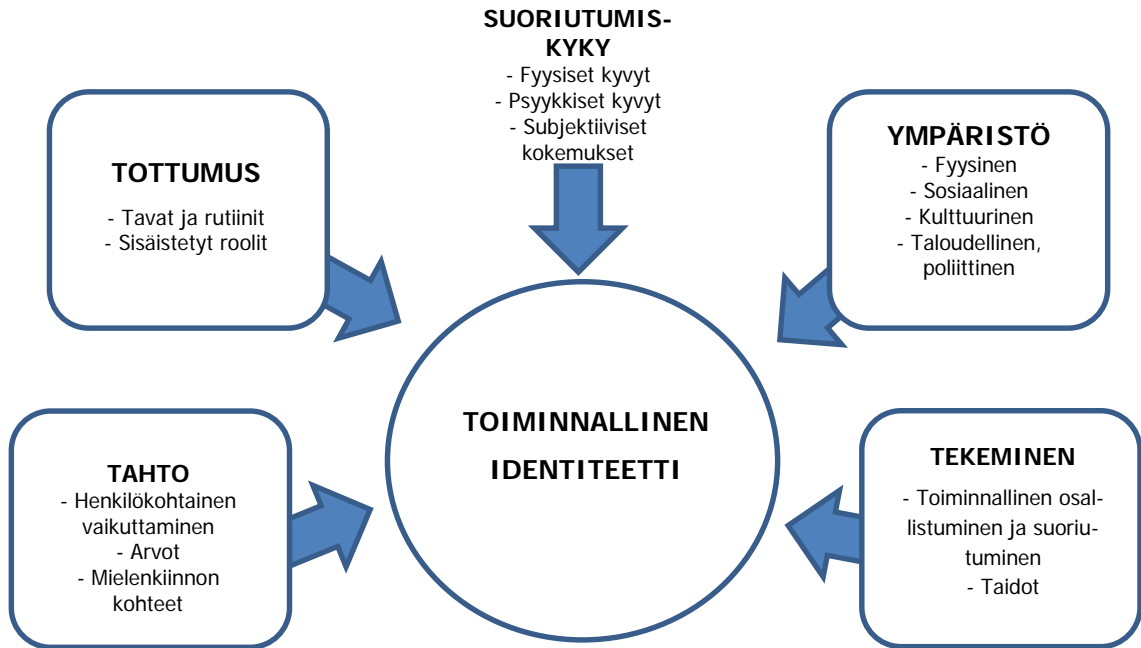
ten vastaaminen heidän kognitiivista tasoaan on otettava suunniteltaessa ja ryhmäkoko-
naisuutta toteutettaessa huomioon. Ryhmäkoko on pidettävä mahdollisimman pienenä,
jotta häiriötä ei ole liikaa. Itsenäinen päätöksenteko teemana on autismin kirjon henki-
löille melko haastava, joten konkreettisuuteen ja harjoitusten avulla oppimiseen paino-
tetaan suunnittelemisessa huomiota.

3.2 Inhimillisen toiminnan malli: tahdon osa-alue

Inhimillisen toiminnan malli on yksi keskeinen toimintaterapian malli (kuvio 1.), jonka
käsitteiden avulla voidaan ymmärtää ihmisen motivoitumista toimintaan, toimintojen jä-
sentymistä sekä ihmisen toiminnan ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. Inhimillisen
toiminnan malli välttää ihmisen jaottelun fyysiseen ja psyykkiseen puoleen vaan sen si-
jaan näkee ihmisen kokonaisuutena sisältäen nämä molemmat aspektit. Inhimillisen toi-
minnan malli erottelee ihmisen (*person*), ympäristön (*environment*) ja tekemisen
(*doing*). Ihmiseen liittyvät keskenään vuorovaikutteiset elementit ovat tahto (*volition*),
tottumus (*habituation*), ja suorituskyky (*performance capacity*). Ympäristö sisältää fyy-
sisen, sosiaalisen, kulttuurisen, taloudellisen ja poliittisen kontekstin tekijät, joilla on vai-
kutusta henkilön toimintaan. Ympäristö vaikuttaa olennaisesti henkilön motivaatioon
(tahto) ja toiminnan jäsentymiseen (tottumus). Mallissa tekeminen jaetaan kolmeen eri
tasoon: toiminnallinen osallistuminen (*occupational participation*), toiminnallinen suoriu-
tuminen (*occupational performance*) ja toiminnalliset taidot (*occupational skill*). (Kielhof-
ner 2008: 3–4, 13–21, 86, 101–103).

Inhimillisen toiminnan mallin tahto osa-alue tarkoittaa teoreettisesti ajatuksia ja tunteita,
jotka ovat yhteydessä ihmisen kykyihin, tehokkuuteen, nautintoon ja merkityksellisyy-
teen. Tahto osa-alueeseen kuuluu henkilökohtainen vaikuttaminen (*personal causation*),
arvot (*values*) ja mielenkiinnon kohteet (*interests*). Tahto auttaa ennakoimaan, valitse-
maan, kokemaan ja tulkitsemaan sitä, mitä teemme. Tahdolla on kokonaisvaltainen vai-
kutuksen toiminnalliseen elämäämme, sillä se muokkaa sitä, miten näemme maailman ja
sen tarjoamat haasteet sekä mahdollisuudet. Tahto ohjaa tekemistämme, toiminnallisia
valintojamme sekä miten koemme elämämme. (Kielhofner 2008: 34–35, 46–47.)





Kuvio 1. Toiminnalliseen identiteettiin vaikuttavat asiat ihmillisen toiminnan mallin mukaan (Kielhofner 2008)

Valitsimme ihmillisen toiminnan mallin ohjaamaan teoreettista tarkastelua, sillä mallin käsitteet ovat yhteydessä itsenäisen päätöksenteon teemaan. Itsenäiseen päätöksentekoon liittyy olennaisesti ihmillisen toiminnan mallin tahto osa-alue, sillä henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot ja mielenkiinnon kohteet ohjaavat pitkälti yksilön itsenäistä päätöksentekoa. Toteutamme ryhmäkokonaisuuden toimintaterapeuttisesta näkökulmasta, joten ihmillisen toiminnan malli on luonteva valinta teoreettiseksi viitekehyyksi. Ryhmäkertojen sisällössä ihmillisen toiminnan malli näkyy esimerkiksi valintojen tekemisessä harjoitusten kautta (henkilökohtainen vaikuttaminen), oman elämän konkreettisessa pohtimisessa (arvot) ja mielekkäiden toimintojen miettimisessä (mielenkiinnon kohteet).

Henkilökohtaiseen vaikuttamiseen kuuluvat tietoisuus omista kyvyistä (*sense of personal capacity*) ja tunne oman toiminnan tehokkuudestaan (*self-efficacy*). Tietoisuus omista kyvyistä tulee siitä, kun ihminen tarkastelee hänen omia mahdollisuuksiaan ja voimavarojaan tehdä sellaisia asioita, jotka hän kokee merkityksellisinä. Siihen liittyy myös oma arviointi omista fyysisistä, älyllisistä ja sosiaalisista kyvyistä. Ihminen voi tuntea itsensä

vähemmän pystyväksi verraten muihin ihmisiin, jos hänen tietoisuutensa omista kyvyistään on alhainen. Silloin ihminen saattaa vältellä uusia tilanteita, koska pelkää tekevänsä jotain väärin. Tietoisuus oman toiminnan tehokkuudesta tarkoittaa ihmisen havaintoja siitä, miten hän kykenee kontrolloimaan suoriutumistaan ja saavuttamaan siinä toivomiin tuloksia. Tämä saattaa näkyä esimerkiksi haasteiden etsimisessä tai halulla vaikuttaa muihin ihmisiin. Jos ihminen tuntee itsensä kyvyttömäksi ja hänellä ei ole tietoisuutta oman toiminnan tehokkuudesta, hän saattaa välttää uusia mahdollisuuksia, pysyy vanhassa tutussa ja turvallisessa ja ei halua palautetta omasta suoriutumisestaan. (Kielhofner 2008: 35–39.)

Ryhmätoteutuksen kautta pyrimme tarkastelemaan henkilökohtaisen vaikuttamisen osaa aluetta ryhmän jäsenissä. Autismin kirjon henkilöiden puolesta tehdään usein päätöksiä, joihin heillä mahdollisesti itsellään olisi myös kapasiteettia vaikuttaa. Heillä saattaa olla hyvin alhainen käsitys siitä, miten he pystyvät hallitsemaan omaa suoriutumistaan. Autismin kirjon henkilöillä voi olla myös hyvin epärealistinen käsitys omista kyvyistään. Ryhmätoteutuksessa yhtenä pyrkimyksenä on kannustaa ryhmän jäseniä pohtimaan tietoja omista kyvyistään ja tietoisuuttaan oman toiminnan tehokkuudesta. Ryhmätoteutuksen aikana kannustetaan ryhmän jäseniä vaikuttamaan omaan elämäänsä tekemällä päätöksiä. Ryhmässä korostetaan sitä, että pienetkin päätökset ovat merkityksellisiä ja lisäävät tyytyväisyyttä elämään. Viimeisellä ryhmäkerralla annetaan ryhmän jäsenelle positiivista palautetta heidän suoriutumisestaan ryhmässä ja tuodaan esiin heidän vahvuuksiaan. Positiivisen palautteen kautta yritetään lisätä ryhmän jäsenten tietoisuutta omista kyvyistään.

Arvot ovat ihmisen uskomuksia ja johtavia ajatuksia siitä, mikä on oikein ja tärkeää sekä mikä on väärin. Arvot vaikuttavat paljon elämäämme, sillä haluamme elää vahvasti niiden mukaisesti. Arvot voivat liittyä arkisiin toimintoihin tai suurempiin kokonaisuuksiin, esimerkiksi uskonnolliseen vakaumukseen tai ympäristönsuojeluun. Arvot ovat usein kulttuurisidonnaisia ja niihin liittyy vahva tunnelataus. Kun ihminen osallistuu arvojensa mukaiseen toimintaan, hänelle syntyy tunne tärkeydestä ja tarkoituksesta. Arvot ohjaavat pitkälti toimintaamme ja ne sitouttavat noudattamaan tiettyjä asioita. Velvollisuuden tunne on myös osa arvoja. Se määrittelee sen miten aikaa käytetään, mitä ja miten tehdään ja millaisia tavoitteita meillä on. (Kielhofner 2008: 39–42.) Arvo on abstrakti käsite ja autismin kirjon henkilölle abstraktien käsitteiden ymmärtäminen voi olla hyvin

haastavaa. Vaikka autismin kirjon henkilö ei välttämättä pysty kysyttäessä nimeämään omia arvojaan, ne näkyvät siinä mikä juuri hänelle on tärkeää. Ryhmässä pohditaan ryhmän jäsenille merkityksellisiä asioita.

Mielenkiinnon kohteet ohjaavat ihmistä tekemään sellaisia asioita, jotka hän kokee miellyttävänä ja tyydyttävänä. Mielenkiinnon kohteet jakautuvat taipumukseen nauttia tietyn tyyppisestä tekemisestä ja mieltymyksistä, jotka kertovat miten ja millainen toiminta ihmistä miellyttää. Nautintoa voi saada esimerkiksi fyysisistä aktiviteeteista, älyllisistä haasteista ja yhteistoiminnasta muiden kanssa. Mieltymykset liittyvät esimerkiksi urheiluun, kulttuuriin tai päivittäisiin askareisiin. Mielenkiinnon kohteet antavat sisältöä elämään ja energiaa tehdä sellaisia velvollisuuksia, joiden tekemisestä ihminen ei nauti. (Kielhofner 2008: 42–45). Autismi kirjon henkilöillä on usein tietty mielenkiinnonkohde, joista he saattavat puhua muille toistuvasti. He saattavat paneutua mielenkiinnon kohteisiinsa hyvin intensiivisesti. Suunnittelemme useat harjoitukset vastaamaan ryhmän jäsenten mielenkiinnonkohteita.

Ympäristöön liittyy tuet, mahdollisuudet, vaatimukset ja rajoitukset. Esimerkiksi perheenjäsenet tai ystävät voivat tarjota tukea sekä vakuuttelua, joka edesauttaa ihmisen tavoitteiden saavuttamista. (Kielhofner 2008: 86–88). Ympäristöllä on suuri vaikutus tahtoon joko itsenäisiä valintoja tukevana tai estävänä. (Ritsilä 2002: 7) Autismi kirjon henkilöillä ympäristö vaikuttaa hyvin paljon heidän tahtoonsa. Tämä näyttäytyy esimerkiksi tahto osa-alueen henkilökohtaisessa vaikuttamisessa. Perheellä ja asumisyksikön ohjaajilla on suuri vaikutus siihen, miten he tukevat autismi kirjon henkilön itsenäisiä valintoja. Ryhmätoteutuksessa tuetaan ryhmäjäseniä itsenäiseen päätöksentekoon, mutta emme voi vaikuttaa mitä esimerkiksi perhe tai asumisyksikön ohjaajat päättävät näiden henkilöiden puolesta. Itsenäisen päätöksenteon teema onkin hyvin haastava, sillä emme voi suoraan vaikuttaa ryhmän jäsenten lähiympäristöön. Kognitio vaikuttaa myös tahtoon ja sen ilmenemiseen. Tahto näkyy myös sellaisilla henkilöillä, joilla on alhaisempi kognitio. He kokevat tahdon välittömien mielihyvän ja mielihänen kokemusten kautta eivätkä pysty prosessoimaan sitä. (Ritsilä 2002: 7)

3.3 Toiminnallinen oikeudenmukaisuus

Toiminnallinen oikeudenmukaisuus on Townsendin ja Wilcockin mukaan määriteltävissä seuraavalla tavalla

1. oikeus kokea toiminta merkitykselliseksi ja rikastavaksi
2. oikeus kehittyä osallistumalla terveyttä ja sosiaalista yhteisyyttä edistävään toimintaan
3. oikeus käyttää yksilöllisiä tai väestön itsemääräämisoikeutta toiminnallisia valintoja tekemällä
4. oikeus osallistua kohtuullisessa määrin erilaisiin ja vaihteleviin toimintoihin omassa sosiaalisessa ympäristössään.

(Townsend – Wilcock 2004: 80.)

Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden lähtökohta on se, että yksilöt ovat erilaisia ja heillä on erilaisia tarpeita. Ihminen on toiminnallinen olento, joka osallistuu aktiivisesti omaan elämäänsä. Oikeudenmukaisuuteen liittyy ihmisen oikeudet, vastuut, vapaudet ja kyvyt tehdä jotain. Toiminnalliseen oikeudenmukaisuuteen liittyy vahvasti sosiaalisen oikeudenmukaisuuden käsite. Se keskittyy enemmän yhteiskunnallisiin asioihin: sosiaalisiin suhteisiin ja sosiaalisiin tilanteisiin esimerkiksi voiman ja resurssien oikeudenmukaisuuden jakautumiseen. Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden näkökulmasta ihminen edistää toiminnallisuuttaan halulla huolehtia muista, nauttimalla elämästä ja tekemällä jotain mitä tuntee osaavansa. (Stadnyk ym. 2010: 330–335.) Toiminnallinen oikeudenmukaisuus liittyy olennaisesti toimintaterapian näkökulmaan, mitä pyrimme liittämään ryhmäkokonaisuuteen. Townsendin ja Wilcockin teorian näkökulmasta tarkasteltaessa asiakkaiden esiin nostamat asiat liittyvät itsenäiseen päätöksentekoon. Esimerkiksi vapaa-ajan suunnittelu liittyy oikeuteen kokea toiminta merkitykselliseksi ja käyttää itsemääräämisoikeutta toiminnallisia valintoja tekemällä. Itsenäisen päätöksenteon kautta toiminnallinen oikeudenmukaisuus voi toteutua.

Toiminnalliseen epäoikeudenmukaisuuteen liittyvät käsitteet ovat toiminnallinen epätasapaino, toiminnallinen deprivatio, toiminnallinen erottelu ja toiminnallinen vieraantuminen. Toiminnallinen epätasapaino voi johtua siitä, että ihmisellä on tekemistä liikaa tai liian vähän. Esimerkiksi ihmisellä ei ole palkkatyön lisäksi aikaa muuhun toimintaan tai

hän on työtön, eikä hänellä ei ole elämässään tarpeeksi sisältöä. Toiminnallinen deprivatio tarkoittaa tilaa, jossa ihmiseltä suljetaan pois mahdollisuus osallistua hänelle välttämättömiin ja merkityksellisiin toimintoihin sellaisten tekijöiden takia, jotka eivät ole ihmisen kontrolloitavissa. (Stadnyk ym. 2010: 338.) Toiminnallista deprivatiota voivat aiheuttaa sosiaaliset, taloudelliset, maantieteelliset, historialliset ja kulttuurilliset tekijät. Vamma tai sairaus ei itsessään aiheuta toiminnallista deprivatiota vaan se syntyy sosiaalisista ja kulttuurisista käytännöistä, jota muut ihmiset asettavat näille henkilöille. Sosiaaliset asenteet vaikuttavat vammoista ja sairauksista kärsivien ihmisten osallistumiseen. Muiden stereotyyppiset havainnot ja rajoittuneet odotukset aiheuttavat sairaudesta ja vammasta kärsiviä osallistumasta ja sitoutumasta toimintaan. Asenteet ovat muuttuneet aikojen saatossa, mutta meillä on vielä pitkä matka siihen, että sairaudesta ja vammasta kärsivät henkilöt pystyvät täysin osallistumaan ja vaikuttamaan erilaisiin toimintoihin kuten omaan työhönsä ja vapaa-aikaansa. (Whiteford 2010: 305, 320.)

Toiminnallinen marginalisaatio tarkoittaa sitä, että sosiaalisten normien ja standardien perusteella estetään ihmisen tarve osallistua jokapäiväisen elämän toiminnallisiin valintoihin. Ulkopuolelta määritellään miten, milloin ja missä ihmisten tulisi osallistua erilaisiin toimintoihin. Toiminnallista marginalisaatiota voidaan tehdä esimerkiksi sukupuolen, iän ja kykyjen perusteella. Toiminnallinen vieraantuminen tarkoittaa ihmisen pitkään jatkunutta tunnetta irrallaan olemisesta, eristämisestä, tyhjyydestä ja identiteetin puuttumisesta. Tällaiset ihmiset kokevat elämänsä merkityksettömäksi ja esimerkiksi työtoiminnat saatetaan kokea tylsinä ja tarkoituksettomina. (Stadnyk ym. 2010: 338–339.)

Ryhmäkerroilla käsittelemme paljon toiminnallista oikeudenmukaisuutta ryhmään osallistuvien henkilöiden kokemuksien kautta. Ryhmässä pyritään selvittämään millaisissa tilanteissa toiminnallinen oikeudenmukaisuus on toteutunut ja millaisissa tilanteissa taas ei. Olemme kiinnostuneita esimerkiksi siitä, ovatko ryhmän jäsenet kokeneet esimerkiksi toiminnallista deprivatiota tai marginalisaatiota ja miten se on vaikuttanut heidän itsenäiseen päätöksentekoonsa. Ryhmäkokonaisuuden kautta myös haluamme tuoda ryhmän jäsenille sellaisen viestin, että heillä on oikeus päättää asioista, jotka liittyvät heidän omaan elämäänsä. Ryhmässä annetaan heille keinoja siihen, miten heidän itsenäistä päätöksentekoa voisi mahdollisesti helpottaa ja sitä kautta lisätä heidän omassa arjessaan.

3.4 Ryhmätoiminnot

Ryhmätoiminnot ovat ryhmässä tapahtuvaa toimintaa, jolla on jokin tavoite. Ryhmässä toimiminen sisältää paljon tärkeitä elementtejä, sillä ryhmän terapeuttisia tekijöitä ovat toivon herättäminen, tiedon jakaminen, samankaltaisuuden kokeminen eli universaaliuus, toisen auttamisen kokemus eli altruismi, sosiaalisten taitojen kehittyminen, mallioppiminen, ihmissuhdetaitojen oppiminen eli interpersoonallinen oppiminen, ryhmäkoheesio eli ryhmän vetovoima, katarsis eli tunnetilojen ilmaiseminen turvallisesti ja eksistentiaaliset tekijät. (Hautala – Hämäläinen – Mäkelä – Rusi-Pyykönen 2011: 167–168.) Ryhmämuotoinen toteutus soveltuu Vallilan valmennuskeskuksen toimintaan hyvin, sillä Vallilan valmennuskeskuksella on päivittäin ryhmiä autismin kirjon henkilöille. Kehittämistyön ideointivaiheessa oli jo selvää, että toteutus tulee olemaan ryhmämuotoinen, sillä itsenäisen päätöksenteon teema voi olla haastava monille autismin kirjon henkilöille. Ryhmämuotoinen toteutus näin ollen tukee oppimista tiedon jakamisen, mallioppimisen ja sosiaalisten taitojen kehittymisen kautta. Autismin kirjon henkilöillä on haasteita sosiaalisuuden alueella, minkä vuoksi autismitutuksen keskeinen tavoite on vuorovaikutukseen pääseminen ja kommunikoinnin kehittäminen (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 225). Ryhmätoteutus tukee ryhmän jäsenten vuorovaikutustilanteiden harjoittelua, sillä ryhmänohjaajien avustuksella ryhmän jäseniä osallistetaan keskusteluun jokaisella ryhmäkerralla.

Toimintaterapeuttisella ryhmällä voi olla myös erilaisia viitekehyksiä, jotka jäsentävät ryhmäkokonaisuuksia. Ryhmien suunnittelussa voidaan soveltaa erilaisia viitekehyksiä, joita ovat esimerkiksi tehtäväkeskeinen, sosiaalinen oppiminen, psykoedukatiivinen, voimavarakeskeinen, yhteisöllinen ja inhimillisen toiminnan malliin (MOHO) pohjautuva viitekehys (O'Brien – Solomon 2013: 95–101.) Itsenäisen päätöksenteon ryhmän viitekehys toimii inhimillisen toiminnan malliin (MOHO) pohjautuva viitekehys. Inhimillisen toiminnan mallin tahdon -osa-alue tukee itsenäisen päätöksenteon teemaa ja on rakentamassa näkökulmaa ryhmän suunnittelulle. Tahto -osa-alueen henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot ja mielenkiinnon kohteet luovat teoreettista pohjaa ryhmätoteutuksen suunnittelulle ja konkreettisille harjoituksille.

Toimintaterapiassa on tärkeää tavoitteiden miettiminen ryhmässä niin yksilön kuin ryhmän kannalta. Toimintaterapeutin on tärkeää myös pohtia ryhmäläisten soveltuvuutta ryhmään, ryhmässä käytettäviä toimintoja ja ryhmän kokonaissuunnitelmaa (Howe –

Schwartzberg 2001: 135–143.) Toiminnan analysoinnin avulla voidaan tarkastella yksilön, toiminnan, kontekstin ja yhteisön välisiä suhteita ja vaikutuksia. Näiden osien kokonaisuudella voidaan luoda tarkoin suunniteltua terapeutista interventiota toiminnan avulla (Mackenzie – O’Toole 2011:10.) Itsenäisen päätöksenteon ryhmässä tullaan hyödyntämään tavoitteiden asettelua ja toiminnan analysointia, jotta ryhmätoteutus vastaisi ryhmän jäsenten tarpeita ja tukisi itsenäisen päätöksenteon toteutumista ryhmän jäsenten omassa arjessa. Ryhmän suunnitteluprosessi alkaa toiminnan analyysillä ja asiakkaan toiminnallisten vahvuuksien ja heikkouksien ymmärtämisellä. Kontekstin, palautteen ja reflektoinnin avulla tulee suunnitella seuraavaa ryhmäkertaa ja koko ryhmäprosessia, jotta ryhmä vastaa asiakkaan tavoitteita mahdollisimman hyvin. (O’Brien - Solomon 2013: 109.) Vaikka itsenäisen päätöksenteon ryhmä ei varsinaisesti ole toimintaterapiaryhmä, ryhmätoteutuksen suunnitteluun ja toteutukseen pyritään sisällyttämään toimintaterapeuttisia elementtejä, jotta ryhmän terapeutit tekijät, inhimillisen toiminnan mallin viitekehys ja toiminnan analysointi tukisivat käytännön toteutusta.

4 Ryhmäkokonaisuuden suunnittelu

4.1 Asiakkaiden osallistaminen suunnitteluun

Vallilan valmennuskeskuksen asiakkaat ovat olleet mukana kehittämistyön suunnittelussa alusta asti. Ideointivaiheessa ryhmäkokonaisuuden sisältöä on kartoitettu yhdessä asiakkaiden kanssa vapaamuotoisen ryhmähaastattelun avulla. Haastattelun tavoitteena oli selvittää asiakkaiden omia ajatuksia liittyen itsenäisen päätöksenteon teemaan sekä heidän kognitiivista tasoaan. Haastattelusta nousi esiin arkisiin asioihin liittyviä päätöksentekotilanteita, joihin asiakkaat toivoivat harjoitusta. Haastattelusta huomasi, että asiakkaat olivat innostuneita ja kiinnostuneita teemasta.

Toimintatutkimuksessa on olennaista ottaa ihmiset mukaan aktiivisiksi osallisiksi tutkimukseen ja kehittämiseen. Toimintatutkimuksen osallistava kehittäminen on toimintatutkimuksen menetelmä. Yhdessä kehitetty on yleensä parempi ratkaisu kuin ulkopuolelta tulleet ajatukset, sillä yhteisön jäsenet tuntevat toimintansa haasteet paremmin kuin muut. (Ojasalo ym. 2014: 58–59.) Läheinen työskentely ja vuorovaikutus tutkimuskohteen jäsenten kanssa ohjaavat tutkijaa ja tutkittavia yhdessä arvioimaan päätöksiään ja

toimintaansa sekä pohtimaan ja saavuttamaan yhdessä asetettuja tavoitteita ja päämääriä. (Vilka 2006: 46–47.) Kehittämistyön lähtökohta on se, että asiakkaat ja työntekijät osallistuvat ryhmäkokonaisuuden kehittämiseen ja suunnitteluun alusta asti, jotta he tulevat kuulluksi ja ryhmätoteutus vastaisi heidän tarpeitaan.

Toimintaterapeuttisen työskentelyn lähtökohtana on asiakaslähtöisyys, mikä tarkoittaa asiakkaan osallistamista suunnitteluun ja toteutukseen, valinnanmahdollisuuksien antamista asiakkaalle, asiakkaan kunnioittamista ja hänen tietonsa kuuntelemista, toiminnan mahdollistamista terapiaprosessin kautta sekä asiakkaan näkemistä omana ainutkertaisena yksilönä. (Cole – Tufano 2008: 25–30.) Lisäksi toimintaterapeuttisessa prosessissa korostuu asiakkaan toiminnallinen sitoutuminen, joka syntyy yhdessä terapeutin kanssa valittujen toimintojen vaikuttavuudesta. Toiminnallinen sitoutuminen terapiaprosessin aikana edellyttää asiakkaan motivaatiota ja valintoja oman toiminnan muuttamiseen sekä toiminnan tarkoitusta, joka vastaa asiakkaan mielenkiintoa. Asiakkaan toiminta, ajatukset ja tunteet muokkaavat terapiaprosessia ja vaikuttavat suuresti toiminnalliseen sitoutumiseen. (Kielhofner 2008: 171–172.)

Ryhmän toiminnan tulee vastata ryhmän jäsenten tarpeisiin ja mielenkiinnonkohteisiin, jotta he voivat sitoutua ryhmään. Sosiaalinen ja kulttuurinen merkitys ryhmän jäsenelle, toiminnan sopivuus jäsenen taitotasoon, vuorovaikutus toiminnassa toisten osallistujien kanssa ja toiminnan konteksti ovat tekijöitä, jotka vaikuttavat ryhmän jäsenten kokemukseen tarkoituksenmukaisesta toiminnasta. Ryhmän jäsenten on hyvä tietää mitä ryhmässä oleminen tarkoittaa ja miten ryhmän on tarkoitus auttaa heitä heidän elämäntilanteissaan. Ryhmänohjaajan on tärkeää huomioida ryhmän jäsenen kyky osallistua ja tukea ryhmän toimintaa huomioimalla ryhmän jäsenen energiataso, kyky käsitellä informaatiota ja asettaa henkilökohtaiset rajansa. (Craig – Finlay 2010: 256, 259; Cole 2012: 202.) Kehittämistyön taustalla on asiakaslähtöinen näkökulma, sillä tarve itsenäisen päätöksenteon ryhmälle muotoutui Vallilan valmennuskeskukselta. Asiakkaiden toiveita, mielenkiintoja ja tietoa omasta elämäntilanteestaan huomioidaan ryhmätoteutuksen suunnittelussa ja toteutuksessa.

4.2 Ryhmäkokonaisuuden strukturointi

Ryhmäkokonaisuuden strukturointia eli aikataulullisia ja sisällöllisiä elementtejä pohdittiin yhdessä Autismsäätiön Vallilan valmennuskeskuksen työntekijöiden kanssa ennen ryhmäkokonaisuuden toteutusta. Ryhmäkokonaisuus valikoitui toteutumaan intensiivisesti kaksi kertaa viikossa Vallilan valmennuskeskuksen tiloissa. Ryhmäkoko tarkentui neljään henkilöön, mikä on sopiva koko ryhmätyöskentelyyn itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyen. Vallilan valmennuskeskuksen työntekijät valitsivat ryhmään osallistujat halukkaiden joukosta. Ryhmäkertoja on yhteensä kahdeksan ja yhden ryhmäkerran kesto on yksi tunti. Ryhmäkerran ajallisen pituuden on tuettava autismin kirjon henkilöiden keskittymistä, minkä vuoksi ryhmäkerran pituudeksi valikoitui yksi tunti.

Aineistonkeruun näkökulmasta on aiheellista pohtia ohjaajusrooleja ryhmätoteutuksessa yhteistyössä Vallilan valmennuskeskuksen työntekijöiden kanssa. Yhteisen suunnittelun tuloksena päädyttiin siihen, että pääohjaaja valikoituu Autismsäätiön Vallilan valmennuskeskuksen työntekijöistä ja toimimme itse ryhmässä apuohjaajina. Apuohjaajina toimiminen mahdollistaa paremman harjoitusten soveltuvuuden ja toimivuuden havainnoinnin sekä kriittisen pohdinnan mahdollisia seuraavia toteutuksia varten. Apuohjaajan roolista asiakkaiden havainnoiminen onnistuu paremmin, sillä tällöin opinnäyte-työn tekijöinä meillä ei ole pääpainoista ohjausvastuuta.

Pääohjaajalla on paljon hiljaista tietoa, sillä pääohjaaja tuntee ryhmään osallistuvat asiakkaat ja tietää Vallilan valmennuskeskuksen yleiset ryhmäkäytännöt, joten ryhmäkerroista ei mene aikaa ryhmäkäytäntöjen omaksumiseen. Hiljaisella tiedolla tarkoitetaan tietoa, joka on hankittu tekemällä, aistimalla ja harjaannuttamalla käytännöllistä tietoa ja taitoa. Tieto ja taito muodostuvat henkilökohtaisen kokemuksen avulla esimerkiksi toistamalla ja seuraamalla toisen henkilön tekemistä. (Vilkkä 2005: 119–121.) Ryhmätoteutus hyötyy pääohjaajan ammatillisesta tiedosta, jota voidaan hyödyntää asiakkaiden kanssa toimimisessa ja ohjaamisessa. Pääohjaaja toimii myös avainhenkilönä. Avainhenkilö tarkoittaa henkilöä, joka tuntee yhteisön ja auttaa yhteisen jäsenten luottamuksen heräämisessä tutkijoita ja tutkimusta kohtaan (Vilkkä 2006: 44).

Ryhmätoteutusta suunniteltaessa on pidetty alusta asti mielessä, että ryhmä voidaan toteuttaa jatkossa pilotoinnin pohjalta. Tämä tarkoittaa sitä, että toteutetun suunnitelman pohjalta on mahdollista ohjata ryhmäkokonaisuus uudelleen, minkä vuoksi on pidettävä mielessä objektiivisuus ja käytännön toistettavuus. Käytännön toistettavuudella

tarkoitetaan sitä, että ryhmäkokonaisuus voidaan toteuttaa huolimatta ohjaajan koulustaustasta. Itsenäisen päätöksenteon teema on yhteydessä toimintaterapian näkökulmaan ihmisestä toimijana, mutta ryhmäkokonaisuus tulee suunnitella niin, että ohjaajan ei tarvitse olla koulutukseltaan toimintaterapeutti.

Ryhmäkokonaisuutta suunniteltaessa on kiinnitettävä huomiota suunnitelman joustavuuteen ryhmäkertojen sisällön suhteen. Teemoja ja käsiteltäviä asioita mietitään etukäteen ennen ryhmätoteutusta, mutta suunnitelma tarkentuu ryhmäkokonaisuuden edetessä keskittyen ryhmäläisten tarpeisiin koskien itsenäisen päätöksenteon teemaa. Joustavuus suunnitelmassa mahdollistaa sen, että ryhmän toteutus vastaa ryhmän jäsenten tarpeita parhaalla mahdollisella tavalla. Joustavuus ja asiakkaan näkökulman ymmärtäminen ovat tärkeitä elementtejä toimintaterapeuttisessa työssä (Cole – Tufano 2008: 30). Näin ollen ryhmäkokonaisuuden joustavuus tukee asiakaslähtöistä työskentelyä ja mahdollistaa ryhmän jäsenten motivoitumisen yhteiseen prosessiin.

Ryhmätoteutuksen alustavia teemoja ovat itsemääräämisoikeus ja itsenäisen päätöksenteon osa-alueet, itsenäinen päätöksenteko kotielämässä ja kodin ulkopuolella, sosiaalinen vuorovaikutus, itsenäisen päätöksenteon merkitys ja tärkeys elämässä sekä itsenäinen päätöksenteko yhteiskunnallisella tasolla. Vallilan valmennuskeskuksen työntekijöiden ja asiakkaiden kanssa toteutuneen yhteisen pohdinnan ja suunnittelun myötä edellä mainitut teemat ovat valikoituneet ryhmäkokonaisuuden sisällöksi. Sisältöä muokataan tarvittaessa ryhmään osallistuvien tarpeiden, mielenkiinnon ja kognitiivisen tason pohjalta. Ensimmäisellä ryhmäkerralla luodaan ryhmän säännöt yhdessä ryhmän jäsenten kanssa. Säännöt luovat raamit ryhmälle ja niihin voidaan palata jatkossa tarpeen tullen. Struktuurien ja yhteisten pelisääntöjen luominen usein helpottaa autismin kirjon henkilön asettautumista yhteiseen työskentelyyn.

4.3 Aineistonkeruumenetelmät

Opinnäytetyömme on luonteeltaan laadullinen tutkimus, jossa käytetään toimintatutkimuksellista lähestymistapaa. Toimintatutkimus on osallistavaa tutkimusta, jolla pyritään ratkomaan käytännön ongelmia ja aikaansaamaan muutosta. Toimintatutkimuksen tavoite on luoda uutta tietoa ja ymmärrystä ilmiöstä. Toimintatutkimus on vahvasti käytän-

töön suuntautuvaa ja olennaista toimintatutkimuksessa on se, että tutkittavat ovat aktiivisia toimijoita itse tutkimus- ja kehittämisprosessissa. Toimintatutkimusprosessin vaiheet ovat suunnittelu, toiminta ja toiminnan arviointi. Nämä vaiheet toistuvat uudelleen prosessin edetessä, jotta yhdessä asetetut päämäärät saavutettaisiin. Toimintatutkimuksen aineistonkeruumenetelminä voidaan käyttää esimerkiksi osallistuvaa aktivoivaa havainnointia, kyselyjä, ryhmäkeskustelua ja ryhmähaastattelua. Havainnointia voidaan pitää yhtenä tehokkaimmista aineistonkeruutavoista toimintatutkimuksessa. (Ojasalo ym. 2014: 58–61.) Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa sopii kehittämistyömme lähtökohdaksi, sillä tavoitteena on lisätä tietoa ja ymmärrystä asiakkaille ryhmäkokonaisuuden kautta itsenäisen päätöksenteon teemasta. Aineistonkeruumenetelminä kehittämissä ovat osallistuva aktivoiva havainnointi, diskurssi, ryhmähaastattelu ja kyselylomake. Ryhmäkokonaisuuden aikana keräämme tietoa sen toimivuudesta ja pohdimme kriittisesti parannusehdotuksia jatkoa ajatellen.

Aktivoiva osallistuva havainnointi toimintatutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä on tilannekeskeistä, aktiiviseen vaikuttamiseen ja muutokseen pyrkivää. Aktivoiva osallistuva havainnointi onkin enemmän tutkimusasetelma, kun varsinainen menetelmä. Lähtökohdiana on, että tutkijat työskentelevät läheisesti vuorovaikutuksessa tutkittavien kanssa. Sekä tutkijoiden että tutkittavien pitää molempien hyväksyä ja sitoutua tutkimuksen perustaan, jotta tutkimus voi onnistua. Toimintatutkimuksessa tutkijat pyrkivät tutkittavien kanssa yhdessä tiedostamaan kehitystarpeita, suunnittelemaan kehittämistä ja tunnistamaan ydinongelmat ja ratkaisemaan ne. Jäsenet yritetään ohjata aktiiviseen rooliin omassa toiminnassaan. (Vilkka 2006: 46–47.) Osallistuva aktivoiva havainnointi on erinomainen aineistonkeruumenetelmä tähän kehittämistyöhön, koska toimimme läheisessä vuorovaikutuksessa ryhmän jäsenten kanssa. Osallistuvan aktivoivan havainnoinnin avulla pyritään aktivoimaan ryhmän jäseniä tunnistamaan omia kehitystarpeitaan itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyen. Pyrimme aikaansaamaan sellaista muutosta ryhmän jäsenissä, että he alkaisivat itse tutkia omaa toimintaansa ja mahdollisesti kyseenalaistamaan sitä. Osallistuvan aktivoivan havainnoinnin avulla pystymme osallistumaan ryhmässä käytäviin keskusteluihin ja esimerkiksi esittämään lisäkysymyksiä ryhmän jäsenille sekä täydentämään pääohjaajan ohjausta.

Toimintatutkimuksessa yleisesti käytetty menetelmä on diskurssi eli toimijoiden yhteiset keskustelut. Keskustelu on mukana kehittämisprosessin jokaisessa vaiheessa niin, että edellinen luo aina pohjan seuraavalle. (Ojasalo ym. 2014: 62.) Aineistonkeruumenetel-

mänä hyödynnämme diskurssia, jonka perusteella keräämme tietoa harjoitusten soveltuvuudesta ja ryhmän jäsenten tuottamista mielipiteistä ja ajatuksista itsenäisen päätöksentekoon teemaan liittyen. Ryhmäkerroilla diskurssi aineistonkeruumenetelmänä korostuu, koska vuorovaikutus ryhmän jäsenten ja ohjaajien välillä on keskiössä. Autismin kirjon henkilöiden kanssa työskenneltäessä on huomioitava heidän vuorovaikutukselliset haasteensa ja kiinnittää huomiota heidän puhutun kielen ymmärtämisen haasteisiin. Näin ollen ohjaajana toimiessa on varmistettava, että ryhmän jäsenet ymmärtävät mistä aiheista ollaan puhumassa ja mitä harjoituksilla tavoitellaan.

Ryhmähaastattelu toteutuu teemahaastatteluna eli puolistrukturoituna haastatteluna. Teemahaastattelun tavoitteena on, että vastaaja voi antaa oman kuvauksensa käsiteltävistä teema-alueista. Teemahaastattelussa poimitaan keskeiset aiheet ja teema-alueet, joita olisi välttämätöntä käsitellä tutkimuskysymykseen vastaamiseksi. Ryhmähaastattelu tutkimusaineiston keräämisen keinona mahdollistaa yhteisen kielen, käsitteiden ja keskustelun luomisen. (Vilka 2005: 100–102.) Autismin kirjon henkilöiden kanssa on tärkeää selventää käsitteitä ja niiden tarkoitusta, jotta molemmin puolinen ymmärrys puhutuista asioista saavutettaisiin. Ryhmähaastattelun haasteena on luoda kaikille ryhmän jäsenille ymmärrys puhuttavista aiheista ja teemoista, mikä vaikuttaa suurelta osin haastattelukysymysten muodostamiseen ja selventämiseen ryhmän jäsenille. Ryhmähaastattelun keskeinen etu yksilöhaastatteluun nähden on se, että ryhmän dynamiikka ohjaa käsiteltäviä asioita uusille tasoille. Lisäksi kun haastattelijoina on useampi kuin yksi, haastattelussa voidaan onnistua luomaan rennompaa ilmapiiriä ja virittää keskustelua monipuolisemmin. Useamman haastattelijan etuna on myös se, että toinen haastattelijoina voi keskittyä kirjaamiseen ja toinen keskusteluun osallistumiseen. (Ojasalo ym.: 2014: 111–112.)

Ryhmähaastattelu toteutuu ensimmäisellä ja viimeisellä ryhmäkerralla. Ryhmähaastattelun runkona käytetään teemoja, joita asiakkaat ovat tuoneet ilmi ideointivaiheessa. Itsenäistä päätöksentekoa käsitellään ryhmässä arkisten asioiden kautta, joita ovat esimerkiksi päivittäinen ruokailu, vapaa-ajan suunnittelu ja rahankäyttö. Ensimmäisellä ryhmäkerralla pyritään saamaan tietoa siitä kuinka itsenäinen päätöksenteko toteutuu ryhmän jäsenten omassa arjessa. Viimeisellä kerralla palataan ryhmähaastattelun muodossa samoihin teemoihin ja pyritään tarkastelemaan onko tapahtunut muutosta ja onko ryhmätoteutuksella ollut vaikutusta itsenäisen päätöksenteon kehittymisessä.

Kyselylomakkeen suunnittelu perustuu kehittämistyön tavoitteisiin, joiden tulee olla selvillä ennen lomakkeen suunnittelua. Vastaaajien tulisi ymmärtää kysymykset mahdollisimman samalla tavalla, mikä edellyttää kysymysten laadinnassa käytettyä kauttaaltaan yksinkertaista, tarkoituksenmukaista ja täsmällistä tietoa. Tutkijan on tunnettava tutkittava kohderyhmä, jotta voidaan varmistaa, että käsitteet ovat esitetty kyselylomakkeessa tutkittavalle ymmärrettävällä tavalla. (Ojasalo ym. 2014: 121; Vilkkä 2005: 81.) Kyselylomakkeen avulla pyrimme keräämään tietoa siitä kuinka ryhmän jäsenet hyötyvät itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvästä ryhmäkokonaisuudesta. Samaa kyselylomaketta käytetään ensimmäisellä ja viimeisellä ryhmäkerralla, mikä mahdollistaa muutoksen tarkastelun. Ensimmäisellä ryhmäkerralla selvitämme kyselylomakkeen avulla miten itsenäinen päätöksenteko toteutuu ryhmän jäsenten omassa arjessa. Kyselylomake koostuu numeraalisista monivalintakysymyksistä sekä yhdestä avoimesta kysymyksestä. Kyselylomakkeen kysymykset ja käsitteet käydään yhdessä ryhmän jäsenten kanssa läpi, jotta he olisivat mahdollisimman tietoisia käsiteltävistä aiheista. Ensimmäisen ryhmäkerran kyselylomakkeen pohjalta suunnittelemme tulevia ryhmäkertoja ja valikoimme teemoja, joissa itsenäisen päätöksenteon toteutuminen ryhmän jäsenien mielestä on haasteellista. Viimeisellä ryhmäkerralla ryhmän jäsenet täyttävät kyselylomakkeen uudestaan sen hetkisestä tilanteesta, minkä avulla voidaan verrata onko ryhmätoteutuksella ollut vaikutusta itsenäisen päätöksenteon harjaantumisessa.

Palautteella tarkoitetaan suullisesti tai kirjallisesti tuotettua tietoa asiasta. Ryhmän jäsenet voivat antaa palautetta ohjaajille ja ohjaajat voivat antaa palautetta ryhmän jäsenille. Palaute mahdollistaa oppimisen helpottumista ja ymmärryksen lisääntymistä kun se on kuvailevaa, eriteltyä ja tilannekohtaista. (Hautala – Hämäläinen – Mäkelä – Rusi-Pyykönen 2011: 195). Viimeisellä ryhmäkerralla pyydämme ryhmän jäseniltä palautetta sekä suullisesti että kirjallisesti. Kirjallinen palaute koostuu avoimista kysymyksistä, joissa selvitetään kokeeko ryhmän jäsen, että ryhmästä on ollut hyötyä ja onko käyttänyt ryhmässä opittuja taitoja, välineitä tai tekniikoita ryhmän ulkopuolella omassa arjessaan. Lisäksi kirjallisessa palautteessa kysytään mitä tarkoittaa itsenäinen päätöksenteko ja mitä asioita siihen liittyy, mikä mahdollistaa tarkastelun siitä ovatko ryhmän jäsenet sisäistäneet itsenäisen päätöksenteon teeman käsitteen. Palautteen avulla kehitetään ryhmäkokonaisuuden mahdollisia tulevia toteutuksia sekä Autismisäätiölle annettavaa materiaalipakettia ryhmäkokonaisuudesta. Palautetta kerätään myös ryhmän pääohjaajalta siitä kuinka yhteistyö sujui, miten itsenäisen päätöksenteon ryhmän tuotoksia voidaan hyödyntää organisaatioissa ja mitä tulisi huomioida jatkoa ajatellen.

4.4 Konkreettisten harjoitusten kehittäminen

Tausta-ajatuksena konkreettisten harjoitusten kehittämiseksi on käydä itsenäisen päätöksenteon teemoja läpi harjoitusten kautta, sillä autismin kirjon henkilöt hyötyvät toimimisen ja tekemisen avulla oppimisesta. Konkreettisuus ja kuvien käyttö korostuvat harjoitusten suunnittelussa. Harjoitukset liittyvät arkisiin teemoihin ja ryhmän jäsenten omiin elämäntilanteisiin ja niiden haasteisiin, mikä helpottaa teemojen käsittelyä. Ryhmätoteutuksessa käsiteltäviä alustavia teemoja ovat itsemääräämisoikeus ja itsenäisen päätöksenteon osa-alueet, itsenäinen päätöksenteko kotielämässä ja kodin ulkopuolella, sosiaalinen vuorovaikutus, itsenäisen päätöksenteon merkitys ja tärkeys elämässä sekä itsenäinen päätöksenteko yhteiskunnallisella tasolla. Konkreettisten harjoitusten suunnittelemisessa tärkeää on jättää tilaa myös joustavuudelle, jotta harjoitukset tukisivat ryhmän jäsenten oppimista ja kohdentuisivat heidän kognitiivisen tasonsa mukaisesti. Ennen ryhmäkokonaisuutta olemme kehittäneet paljon erilaisia konkreettisiä harjoituksia, joita voi porrastaa ryhmätoteutuksessa ryhmän jäsenten tarpeiden mukaisesti. Ryhmäkokonaisuutta ei täten suunnitella kokonaan ennen toteutusta, vaan sitä muokataan joustavasti ryhmän jäsenten mukaan.

Toimintaterapian tärkeänä työkaluna on toiminnan porrastaminen ja analysointi, mikä on toimintaterapeutin ydinosaamisaluetta. Toimintaterapeutti sovittaa yhteen asiakkaan kyvyt ja taidot sekä toiminnan vaatimukset ja ympäristön olosuhteet. Toiminnan analyysia tehdessä on tärkeää kiinnittää huomio asiakkaan taitojen eri osa-alueisiin, joita ovat esimerkiksi fyysiset, kognitiiviset ja sosiaalisen vuorovaikutuksen taidot. (Kielhofner – Forsyth 2009: 91–104.) Ryhmätoteutuksessa kiinnitetään erityistä huomiota ryhmän jäsenten kognitiivisiin taitoihin ja valmiuksiin, jotta konkreettiset harjoitukset ovat vaatimuksiltaan yhteensopivia ryhmän jäsenten valmiuksien kanssa. Kognitiivisia valmiuksia ovat esimerkiksi tarkkaavaisuus ja sen säätely, orientaatio tehtävään, ongelmanratkaisukyky, looginen päättely ja oman toiminnan hallinta (Hagedorn 2000: 225).

Ryhmätoteutuksessa on harjoituksia, joita toteutetaan sekä yksilö- että ryhmämuotoisesti, mikä mahdollistaa teemojen monipuolisen läpikäymisen. Suurin osa harjoituksista käydään läpi keskustelun avulla, jolloin jokaisen ryhmän jäsenen ajatukset ja mielipiteet kuunnellaan. Osa harjoituksista tehdään myös kirjoittaen, jotta ryhmän jäsenille mahdollistetaan monipuolinen itsensä ilmaiseminen. Konkreettisten harjoitusten tärkeänä tukena on kuvien käyttö, mikä tukee autismin kirjon henkilöiden ymmärrystä asioista. Kuvat auttavat jäsentämään ympäristöä, aikaa, tunteita sekä ajatuksia (Kerola – Kujanpää –

Simola 2009: 70). Näin ollen kuvien käyttö on perusteltua ja toimivaksi todettu tapa autismin kirjon henkilöiden kanssa työskennellessä.

5 Ryhmäkokonaisuuden toteutus

5.1 Ryhmäkertojen rakenne

Ryhmän tavoite on saada ryhmän jäsenille lisää tietoa ja ymmärrystä omasta päätöksenteosta ja valinnoista konkreettisten ja toiminnallisten harjoitusten avulla. Tavoitteena on tuottaa Autismisäätiölle materiaalipaketti ryhmäkokonaisuudesta mahdollisia seuraavia toteutuksia varten. Lisäksi tarkastelemme ryhmäkokonaisuutta kriittisesti ja pohdimme kehittämisehdotuksia. Ryhmäkokonaisuuden kehittämissaiheissa on mietitty käsiteltäviä teemoja, joita muokattiin tarvittaessa ja ryhmäkokonaisuuden runko rakentui joustavasti vastaamaan ryhmän jäsenten tarpeita. Ryhmän jäsenten kognitiivinen taso vaihtelee paljon, mikä toi haasteita ryhmäkokonaisuuden toteutukseen ja konkreettisten harjoitusten tekemiseen. Ryhmäkertojen toteutunut rakenne (taulukko 1) muotoutui pitkälti ryhmän jäsenten osallistamisen ja ohjaajien havaintojen kautta.

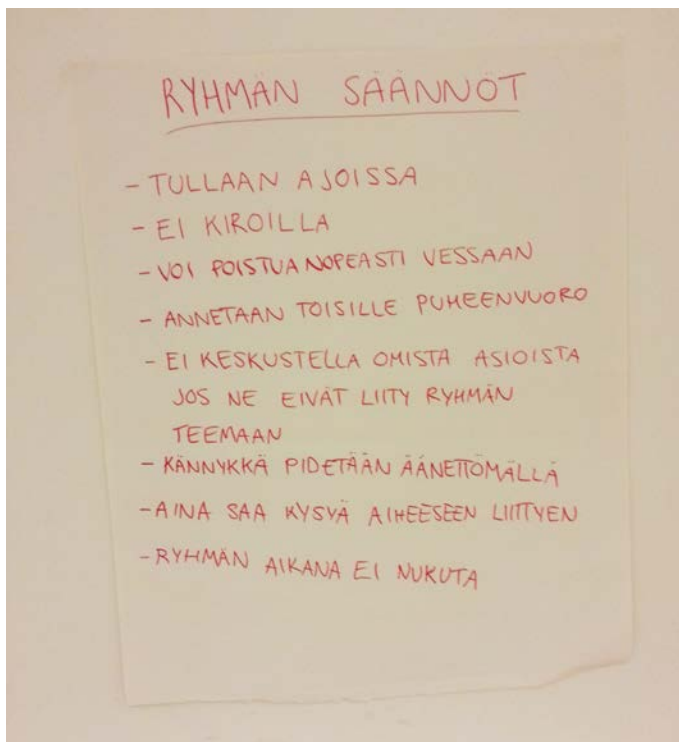
Taulukko 1. Ryhmäkertojen rakenne

	Teema	Tavoite
1	Tutustuminen ja teemaan johdattelu	Selventää ryhmän jäsenille opinnäytetyön ja ryhmän tarkoitus, luoda ryhmälle säännöt, keskustella itsenäisen päätöksenteon käsitteestä ja kyselylomakkeen täyttö.
2	Tärkeiden teemojen pohtiminen ja tavoitteiden asettaminen	Tarkentaa ryhmäkokonaisuudessa käsiteltävät teemat vastaamaan ryhmän jäsenten tarpeita ja tavoitteiden asettaminen.
3	Päätöksentekeminen omassa arjessa ja päätöksenteon osa-alueet	Pohtia päätöksentekemistä omassa arjessaan ja tutustua itsenäisen päätöksenteon osa-alueisiin.
4	Oma mielipide ja sen ilmaisu	Käydä läpi mitä tarkoittaa oma mielipide, esitellään oma mielipide-kortti, pohditaan mielenkiinnonkohteita ja harjoitellaan mielipiteen ilmaisemista levyraadin kautta.
5	Oma mielipide ja vaihtoehtoista valitseminen	Saada ryhmän jäsenten mielipiteet esille ja herättää ryhmän jäsenten ajatuksia siitä miten omat mielipiteet vaikuttavat päätöksentekoon.

6	Tärkeät asiat omassa elämässä ja syy-seuraussuhde	Pohtia syy-seuraussuhdetta ryhmän jäsenten omassa arjessa ja tunnistaa tärkeitä asioita omassa arjessa.
7	Sosiaalinen vuorovaikutus ja päätöksenteko	Pohtia sosiaalisiiin tilanteisiin liittyviä syy-seuraussuhteita ja päätöksentekotilanteita.
8	Ryhmäkokonaisuuden kertaus ja palautteen antaminen ryhmäkokonaisuudesta	Kerrata ryhmässä käsitellyt asiat, ryhmän jäsenet saavat materiaalipaketin ryhmässä käsitellyistä teemoista ja välineistä, ryhmähaastattelun tekeminen, kyselylomakkeen täyttö ja palaute.

5.1.1 Tutustuminen ja teemaan johdattelu

Ensimmäisellä ryhmäkerralla teemana oli tutustuminen ja itsenäisen päätöksenteon teemaan johdattelu. Lähtökohtana ensimmäiselle ryhmäkerralle oli tutustuminen juuri näihin ryhmän jäseniin sekä heidän osallistaminen ryhmän suunnitteluun, jotta seuraavaa ryhmäkertaa ja koko ryhmätoteutusta voisi suunnitella ryhmän jäsenten kognitiivista tasoa ja mielenkiinnonkohteita vastaavaksi. Ensimmäiseksi esittelimme itsemme sekä opinäytetyön ja itsenäisen päätöksenteon ryhmän tarkoituksen ryhmän jäsenille. Selvensimme myös rooliamme apuohjaajina ja Vallilan valmennuskeskuksen työntekijän roolia pääohjaajana, jotta ryhmäläisille muodostuisi selkeä kuva ohjaajusrooleista. Ryhmän jäsenet kertoivat itsestään lyhyesti, esimerkiksi mistä ovat kiinnostuneet ja missä asuvat. Ryhmän jäsenet täyttivät tutkimussuostumuslomakkeet, jotka kävimme yhdessä läpi ja selvensimme lomakkeen tarkoitusta ja lomakkeella kerätyn tiedon käyttöä. Teimme yhdessä ryhmän jäsenten kanssa ryhmän säännöt, jotka kirjasimme ylös isolle paperille (kuvio 2.). Ryhmän jäseniltä kysyttiin mitä heille tulee mieleen sanoista itsenäinen päätöksenteko, jotta heidän ajatuksiaan teemasta saataisiin esille.



Kuvio 2. Ryhmän säännöt

Ryhmän jäsenten esittämiä kommentteja kysymykseen mitä tulee mieleen sanoista itsenäisen päätöksenteko:

- Oman käytöksen miettiminen: voiko kommentoida että toinen on kaunis tai ei ole?
- Ohjaa henkilön toimintaa
- Kahdesta vaihtoehdosta valitseminen
- Miten tehdään oma valinta
- Ei harmainta hajuakaan

Itsenäisen päätöksenteon teeman käsittelemisen apuna käytettiin kuvia, jotka liittyvät arkiin asioihin ja omiin päätöksiin. Pohjana päätöksenteon teeman käsittelyyn kuvien avulla käytettiin Savon Vammaisasuntosäätiön Tuetusti päätöksentekoon -projektin materiaalia. Projektin tavoitteena on ollut tuottaa materiaalia tuetusta päätöksenteosta ja materiaali sisältää päätöksentekoa tukevia työvälineitä (Savon Vammaisasuntosäätiö n.d.). Teen elämässäni päätöksiä -kuvaa (kuvio 3.) käytettiin keskustelun avuksi. Ryhmän jäseniä pyydettiin pohtimaan ovatko he tehneet päätöksiä kuvassa mainittuihin asioihin liittyen, esimerkiksi harrastuksiin ja sosiaaliseen kanssakäymiseen.



Kuvio 3. Tuettu päätöksenteko -ohjevihon materiaalia (Savon Vammaisasuntosäätiö 2014)

Itsenäisen päätöksenteon teemaan johdattelun jälkeen siirryttiin kyselylomakkeen täyttöön ja läpikäymiseen. Kyselylomakkeen avulla pyrittiin tarkastelemaan päätöksenteon toteutumista ryhmän jäsenten arjessa. Kyselylomakkeen numeraalisessa monivalintakysymyksessä pyrittiin selvittämään, miten itsenäinen päätöksenteko toteutuu ryhmän jäsenten arjessa, esimerkiksi pukeutumisessa, ruokailussa, kaupassa käymisessä, harrastuksissa ja vapaa-ajan suunnittelussa. Avoimella kysymyksellä pyrittiin selvittämään, mistä ryhmän jäsenet haluavat lisää tietoa liittyen itsenäisen päätöksenteon teemaan. Kyselylomakkeen täyttämistä ennen käytiin lomakkeen käsitteet läpi, jotta ryhmän jäsenet ymmärtäisivät mitä käsitteet tarkoittavat. Lisäksi käytiin yhdessä läpi numeraaliset vastausvaihtoehdot ja niiden tarkoitus. Ryhmän jäsenet täyttivät kyselylomakkeen kohta kohdalta ja ohjaajat avustivat tarvittaessa pohtimisessa. Kyselylomakkeen täyttö vaikutti erittäin haastavalta kahdelle ryhmän jäsenelle ja he tarvitsivat erittäin paljon tukea vastaamiseen. Epäselväksi jäi pystyivätkö kyseessä olevat ryhmän jäsenet refleктоimaan

omaa käytöstään, toimintatapojaan ja omaa arkeaan itsenäiseen päätöksentekoon liittyen. Havaintojen pohjalta kyselylomake ei ole toimiva väline aineistonkeruuseen, sillä kahden ryhmän jäsenen kognitiivinen taso ei tavoittanut kyselylomakkeen tarkoitusta. Toisaalta kaksi muuta ryhmän jäsentä miettivät vastauksiaan tarkkaan ja pystyivät hyvin pohtimaan omaa arkeaan. Avoimeen kysymykseen ryhmän jäsenet kirjoittivat ”haluan lisätietoa suhteessa itsenäiseen päätöksentekoon, rahankäyttöön sekä sosiaalisiin suhteisiin”, ”kaikki asiat” sekä ”miten perustella (oma päätöksenteko)?”. Diskurssin eli keskustelun kautta nousi esille, että ryhmän jäsenet halusivat lisää tietoa liittyen pukeutumiseen, ruokailuun, rahankäyttöön, kaupassa käymiseen, harrastuksiin ja sosiaalisiin suhteisiin. Keskustelujen ja kyselylomakkeen avoimen kysymyksen perusteella suunniteltiin seuraavia kertoja vastaamaan ryhmän jäsenten tarpeita ja heidän esiin nostamia teemoja liittyen itsenäiseen päätöksentekoon.

Toisen ryhmäkerran aiheena oli itsenäiseen päätöksentekoon liittyvien tärkeiden teemojen pohtiminen ja tavoitteiden asettaminen. Ryhmäkerta aloitettiin lämmittelyharjoituksella, jossa jokainen kertoi jonkin edellisen päivän aikana tekemänsä päätöksen tai valinnan ja mietti tuntuiko päätöksentekeminen vaikealta vai helpolta. Ryhmän jäsenten vastauksissa oli selkeää eroavaisuutta siinä, miten he pystyivät miettimään edellisen päivän päätöksentekoa. Osa ryhmän jäsenistä kertoi ja pohti taitavasti sekä perusteli omaa valintaansa, kun taas osa ei pystynyt vastaamaan tai mallinsi ohjaajan esimerkkivastausta. Seuraavaksi palattiin edellisellä kerralla täytettyyn kyselylomakkeeseen ja keskityttiin keskustelemaan ryhmän jäsenten toivomista teemoista, joita olivat pukeutuminen, ruokailu, kaupassa käyminen, harrastukset ja sosiaaliset suhteet. Ryhmän jäsenille jaettiin heidän täyttämänsä kyselylomakkeet pöydälle, jotta heidän oli helpompi palata ensimmäisellä ryhmäkerralla pohtimiinsa asioihin. Jokainen kertoi miten itsenäinen päätöksenteko toteutuu omassa arjessa edellä mainituista teemoista, esimerkiksi pohtimalla päättääkö itse ja miten oma päätöksenteko toteutuu näissä asioissa. Asiakkaan kuunteleminen on ensimmäinen askel kohti asiakaslähtöisyyttä. Asiakas on oman sairautensa ja vammansa asiantuntija. Jokainen asiakas kohdataan yksilönä, jolla on oma näkemys ja kokemus toimintaan vaikuttavista seikoista. (Cole – Tufano 2008: 25–30.) Keskustelun kautta päätöksentekotilanteiden pohtiminen ryhmän jäsenten omassa arjessa vaikutti haastavalta harjoitukselta. Ryhmän jäsenet pohtivat enemmänkin omaa toimintaansa eivätkä niinkään niihin liittyviä päätöksentekoa ja he tarvitsivat paljon apukysymyksiä sekä tukea pohdintaan ohjaajilta.

Toisella ryhmäkerralla mietittiin lisäksi jokaiselle ryhmän jäsenelle yksi konkreettinen tavoite omaan arkeen liittyen. Tavoite oli mielellään todella pieni, jotta se mahdollisesti voisi toteutua ryhmäkokonaisuuden aikana tai ainakin tulisi jonkinlaista edistymistä tavoitteeseen liittyen. Jos ryhmän jäsen ei keksinyt itse tavoitetta niin sitä voitiin miettiä yhdessä, jotta jokaisella olisi tavoite. Tavoitteeseen palataan ryhmätoteutuksen lopussa ja katsotaan toteutuiko se sekä voidaan miettiä jatkoon tavoitteita tai muokata ja porrastaa tavoitetta. Asiakaslähtöinen työote on toimintaterapian lähtökohta, mihin liittyy olennaisesti tavoitteiden asettaminen yhdessä asiakkaan kanssa. Tavoitteiden asettaminen edistää tehokasta ajan ja resurssien käyttöä, asiakkaan osallistamista olemaan mukana prosessissa ja asiakkaan ymmärrystä interventiosta. Pienetkin asiat ja edistymiset tavoitteeseen pääsyssä voivat olla tärkeitä ja merkityksellisiä asiakkaalle. Tavoitteiden avulla voidaan tarkastella intervention tuloksia. (Park 2009: 107.) Tavoitteiden asettaminen vaikutti haastavalta ja se vei paljon aikaa. Yksi ryhmän jäsenistä pystyi kuitenkin itse pohtimaan ja päättämään tavoitteen itse ilman ohjaajien tukea. Loput kolme ryhmän jäsenistä tarvitsi paljon tukea, jotta tavoitteet saatiin päätettyä. Tavoitteisiin palataan ryhmätoteutuksen aikana ja ryhmätoteutuksen lopussa tarkastellaan tavoitteiden toteutumista.

Ryhmän jäsenten asettamat tavoitteet:

- Päätän itse millaisen mallin piirrän seuraavaksi.
- Päätän ja haen itse ruuanvalmistuksessa tarvittavat ainekset lähikaupasta.
- Päätän itse milloin tulen taukotilaan muiden kanssa.
- Päätän itse mitä ruokaa laitan ruuanlaittopäivänä asumisyksikössä.

5.1.2 Päätöksentekeminen omassa arjessa ja oma mielipide

Kolmannen ryhmäkerran teemoina olivat päätöksentekeminen omassa arjessa ja päätöksenteon osa-alueet. Aluksi palattiin edellisellä kerralla asetettuihin tavoitteisiin ja mietittiin jokaisen kohdalla milloin ja miten toteuttaa tavoitteen, jotta tavoitteet konkretisoituisivat enemmän. Päätöksentekemistä omassa arjessa lähestyttiin pohtimalla, mistä asioista ryhmän jäsenet eivät päättäneet itse. Tätä kautta voitaisiin päästä eri näkökulmasta päätöksenteon aiheeseen ja muutoksen mahdollistamiseen. Jokaiselle ryhmän jäsenelle jaettiin paperi, johon he kirjoittivat asioita, joista eivät päättäneet itse.

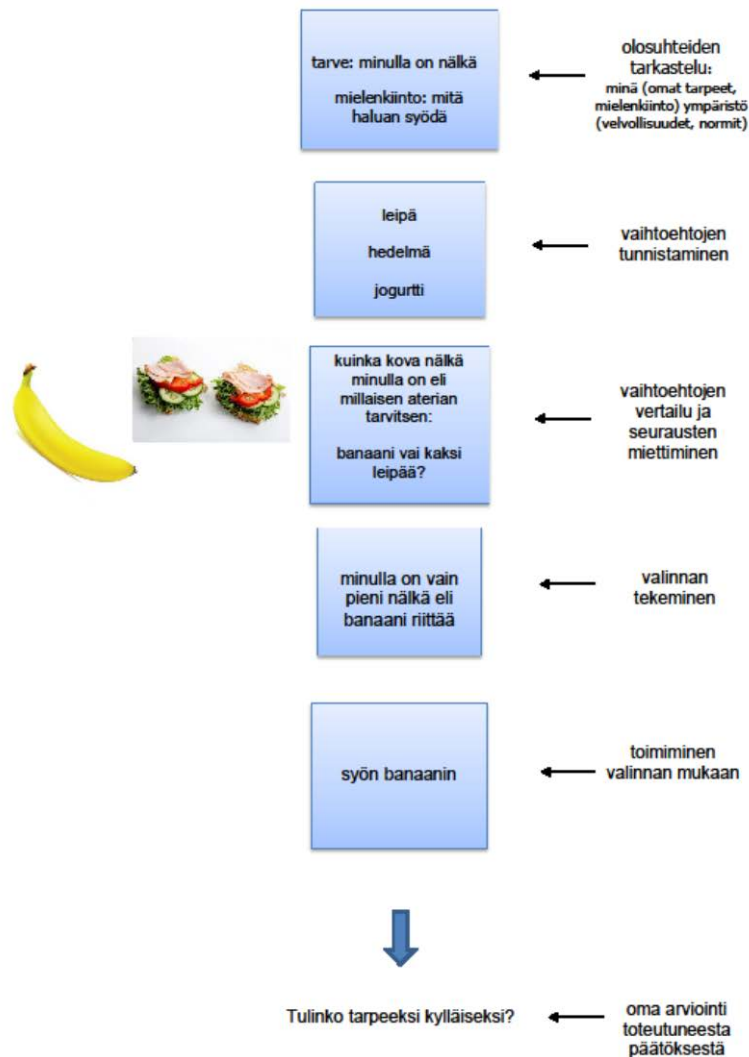
Ryhmän jäsenten kirjoittamat asiat, joista eivät päätä itse:

- Ostos erimielisyydet.
- Paitaostokset, tavaroiden säilytys, tavaroiden pito ja yleiset tilat (asumisyksikössä).
- En voi päättää missä esimerkiksi yksi ryhmä, johon osallistun, työskentelee.
- En pysty itse päättämään joidenkin vaatteiden ostamisesta. En pysty itse päättämään kaikista syömistäni ruuista. Isä kontrolloi mitä saan syödä.

Ryhmäläisten kirjoittamat asiat käytiin läpi yhdessä ja heiltä pyydettiin kommentteja toisten kirjoittamiin asioihin, millä pyrittiin harjoittamaan toisten kuuntelemisen taitoa ja omaan tilanteeseen peilaamista. Yksi ryhmän jäsenistä pystyi kattavasti pohtimaan asioita, joista ei päättä itse. Lopuista ryhmän jäsenistä harjoitus tuntui haastavalta, mutta ohjaajien apukysymysten avulla he saivat silti kirjoitettua ja pohdittua asioita, joista eivät päättä itse. Ryhmän jäsenten vastauksista ja pohdinnoista korostui ostoksiin ja rahan käyttöön liittyvät asiat, joista he eivät päättä itse. Lisäksi ryhmän jäsenet toivat useassa kohtaa esiin asumisyksikköihin liittyviä asioita, joihin eivät voi itse vaikuttaa tai päättää.

Kolmannella ryhmäkerralla tutustuimme päätöksenteon malliin esimerkin kautta. Kehitimme ryhmätoteutusta varten vaiheittaisen päätöksenteon mallin, jonka tarkoitus oli selvittää päätöksenteon prosessia (kuvio 4.). Teimme malliin yksinkertaisen esimerkin selvittämään vaiheita ja prosessia, jotta ryhmän jäsenet ymmärtäisivät mallia paremmin. Päätöksenteon mallin tarkoituksena oli olla yhtenä päätöksenteon välineenä, jota ryhmän jäsenet voisivat tarvittaessa hyödyntää omassa arjessaan päätöksentekotilanteiden tukena.

Päätöksenteon malli: välipalan valitseminen



Kuvio 4. Päätöksenteon malli: välipalan valitseminen

Kävimme yhdessä ryhmän jäsenten kanssa jokainen mallin vaihe läpi esimerkin kautta, jotta käsitteet ja mallin tarkoitus selventyisivät. Päätöksenteon malli pyrittiin esittelemään ryhmän jäsenille niin, että he saivat ymmärryksen mallin yleistettävyydestä muihinkin päätöksentekotilanteisiin. Tulevilla ryhmäkerroilla mallia avataan uusien esimerkkien avulla, jotta toiston kautta malli tulisi tutummaksi ja sitä kautta mallia voisi tarvittaessa hyödyntää päätöksentekotilanteissa. Yksi ryhmän jäsen tuotti mallin pohjalta oman esimerkin liittyen työtehtävien valintaan, mikä vastasi mallin tarkoitusta olla tukena päätöksentekotilanteissa. Muut ryhmän jäsenet eivät saaneet mietittyä esimerkkiä mallin pohjalta. Päätöksenteon malli oli vaikea sisäistää osalle ryhmän jäsenistä, kun taas yhdelle

ryhmän jäsenistä mallin tarkoitus oli selkeä ja soveltaminen omaan esimerkkiin oli helppoa. Havaintojen pohjalta päätöksenteon malli välineenä soveltuu autismin kirjon henkilölle jos hänen kognitiivinen tasonsa on riittävä sisäistämään prosessin vaiheet ja niiden soveltamisen omaan arkeen. Yksi ryhmän jäsenistä sanoi tarvitsevänsä lisää tietoa siitä mitä tarkoittaa seurausten miettiminen, mikä oli hyödyllinen kommentti tulevien ryhmäkertojen suunnittelua varten.

Ryhmäkerran lopuksi yhdessä pääohjaajan kanssa pohdittiin miten edetä ryhmätoteutuksen kanssa seuraavaksi, sillä joidenkin ryhmän jäsenten kognitiivisesta tasosta johtuen keskustelun kautta on vaikea päästä konkreettiselle ja käytännön tasolle itsenäisen päätöksenteon teemaa käsiteltäessä. Harjoitusten täytyisi olla vielä konkreettisempia, jotta ryhmän jäsenet tuottaisivat itse enemmän asioita ryhmäkerroilla harjoitusten avulla. Pääohjaajan kanssa keskustellessa tärkeiksi teemoiksi nousivat oman mielipiteen ilmaisu ja syy-seuraussuhde, joita olisi hyvä käsitellä ryhmässä tulevilla ryhmäkerroilla.

Neljännän ryhmäkerran teemoina oli oma mielipide ja sen ilmaisu. Ensiksi käytiin läpi ryhmän jäsenten kanssa mitä tarkoittaa oma mielipide, jotta käsitys ryhmäkerran aiheesta olisi ryhmän jäsenille selkeä. Ryhmäkerran alussa korostettiin sitä, miten oma mielipide liittyy itsenäiseen päätöksentekoon, miksi oma mielipide on tärkeä asia, miten sitä voi ilmaista ja mielipiteitä voi olla monenlaisia. Oma mielipide ohjaa päätöksentekoa ja valintoja, sillä niitä usein tehdään omien mielenkiintojen pohjalta. Tämän vuoksi on tärkeää tunnistaa omia mielenkiinnonkohteita sekä mielipiteitä erilaisiin asioihin liittyen. Ihmiset ovat kiinnostuneita tekemään asioita, jotka he kokevat miellyttävinä ja tyydyttävinä. Mielenkiinnon kohteet antavat ihmisille energiaa ja sisältöä elämään. (Kielhofner 2008: 42–44).

Ryhmän jäsenille esiteltiin tekemämme oma mielipide-kortti (kuvio 5.), jonka tarkoitus on olla oman mielipiteen ilmaisemisen tukena. Oman mielipidekortin käyttöä lähdettiin harjoittelemaan niin, että jokainen ryhmän jäsen kertoi omia mielenkiinnonkohteitaan ja muut ilmaisivat mielipidettään kyseisistä asioista kortin avulla. Tässä harjoituksessa tärkeintä oli, että ryhmän jäsenet saivat idean kortin käyttötarkoituksesta eli oman mielipiteen ilmaisemisesta. Havaintojen ja keskustelun pohjalta kaikki ryhmän jäsenet tuntuivat ymmärtävän kortin tarkoituksen. Yksi ryhmän jäsen erityisesti hyötyi kortista ja pystyi sen avulla ilmaisemaan ja tarkentamaan hyvin mielipiteitään.

OMA MIELIPIIDE –KORTTI



Kuvio 5. Oma mielipide -kortti

Mielenkiinnonkohteista keskustelun jälkeen oli levyraati, minkä tarkoituksena oli ilmaista omaa mielipidettä, kommentoida toisten valintoja ja kuunnella toisten mielipiteitä. Ryhmän jäsenet saivat valita haluamansa kappaleen ja muut ilmaisivat mielipidettään valituista kappaleista oma mielipide -kortin avulla ja perustelivat omaa mielipidettään. Jokainen ryhmän jäsen pystyi valitsemaan soitettavan kappaleen helposti, mikä vaikutti siltä, että musiikki on tärkeä asia jokaiselle ryhmän jäsenelle ja levyraati on sen vuoksi hyvin soveltuva toiminnallinen väline. Ryhmän jäsenet vaikuttivat innostuneilta levyraadista ja kertoivat mielipiteitään kappaleista välillä todellakin tarkasti esimerkiksi rytmistä ja erilaisista musiikkigenreistä. Kaikilla ryhmän jäsenillä vaikutti olevan ymmärrys käsiteltävästä teemasta, harjoituksien tarkoituksista ja oman mielipiteen liittymisestä itsenäiseen päätöksentekoon.

5.1.3 Vaihtoehtoista valitseminen ja syy-seuraussuhde

Viidennen ryhmäkerran teemana oli oma mielipide ja vaihtoehtoista valitseminen. Ryhmäkerran aluksi jatkettiin levyraatia, sillä se oli toimiva harjoitus mielipiteen ilmaisuun ryhmän jäsenille. Yksi ryhmän jäsenistä hyötyi edelleen oma mielipide -kortin käytöstä ja muut ryhmän jäsenet ilmaisivat omaa mielipidettään suullisesti ilman korttia. Levyraadissa kahdelle ryhmän jäsenelle tuli mielipide-eroja toisen valitsemasta kappaleesta, jolloin yksi ryhmän jäsen perusteli hyvin toiselle ryhmän jäsenelle, että kaikkien ei tarvitse

tykätä samoista asioista. Levyraati tuntui olevan hyvä harjoitus synnyttämään keskustelua ryhmän jäsenten kesken.

Levyraadın jälkeen ryhmässä käytiin kierros läpi siitä mitkä olivat olleet edellisessä viikonlopussa tärkeitä asioita, joista tuli hyvälle mielelle. Jokainen ryhmän jäsen pystyi helposti mainitsemaan tärkeitä asioita, joita olivat tehneet. Ryhmän jäsenten mainitsemia asioita olivat pyöräily, Linnan juhlien katsominen, pitkään nukkuminen ja mummolla käynti. Itselle tärkeiden asioiden pohtiminen oli pohjustusta vaihtoehtoista valitsemisen teemaan. Seuraavana harjoituksena oli vaihtoehtoista valitseminen, jossa käytettiin tukena kuvia (kuvio 6.). Kuvia laitettiin pöydälle erilaisista asioista ja ryhmän jäseniltä kysyttiin minkä vaihtoehdon he valitsisivat ja miksi. Harjoituksen tarkoituksena oli saada ryhmän jäsenet pohtimaan, mikä on oma mielipide kuvissa olevista asioista, onko se tärkeä omassa elämässä ja jos ei annetuista vaihtoehtoista mikään miellytä niin mikä olisi oma valinta. Lisäksi harjoituksen tarkoitus oli saada ryhmän jäsenten mielipiteet esille ja jatkaa edellisen ryhmäkerran keskustelua siitä miten omat mielipiteet vaikuttavat vaihtoehtoista valitsemiseen ja päätöksentekoon. Harjoitus vaikutti toimivalta, sillä jokainen pystyi tekemään valintoja annetuista kuvista ja perustelemaan niitä. Kuvat auttoivat harjoitukseen keskittymisessä, sillä ryhmän jäsenten keskittyminen ja motivaatio harjoituksessa oli paljon parempi kuin keskustelun kautta asian pohtiminen aikaisemmilla kerroilla.

Kuudennen ryhmäkerran teemoina olivat tärkeät asiat omassa elämässä ja syy-seuraussuhde. Aluksi palattiin edellisen ryhmäkerran vaihtoehtoista valitsemisen teemoihin ja pohdittiin mitkä asiat ovat ryhmän jäsenille tärkeitä (kuvio 7.). Jokainen ryhmän jäsen valitsi vähintään kaksi teemaa, jotka ovat tärkeitä heille itselleen ja joissa he haluavat tehdä itsenäisesti päätöksiä. Valinnoille pyydettiin perusteluja ja esimerkkejä ryhmän jäsenten omista elämistä. Tärkeiksi teemoiksi nousivat musiikki, elokuvat, tekeminen, liikunta ja sosiaalisuus. Tämä harjoitus vaikutti toimivalta, sillä ryhmän jäsenet tuottivat paljon omia esimerkkejä omasta elämästä ja teemojen pohjalta syntyi paljon keskustelua.



Kuvio 6. Vaihtoehtoista valitseminen kuvien avulla



Kuvio 7. Tärkeitä asioita omassa elämässä, joissa haluaa tehdä päätöksiä

Autismin kirjon henkilön on usein vaikea hahmottaa, mitä tietystä tekemisestä seuraa ja miten tapahtumat liittyvät toisiinsa (Kerola – Kujanpää – Simola 2009: 118–119). Autismin kirjon henkilölle on usein myös ominaista vaikeus ymmärtää millaisia vaikutuksia valinnoilla voi olla. Kuudennella ryhmäkerralla käsiteltiin syy-seuraussuhdetta erilaisten esimerkkien ja harjoitusten kautta (kuvio 8.). Aluksi ohjaajat selvensivät mitä syy-seuraussuhde tarkoittaa ja korostivat seurauksien miettimisen tärkeyttä, jotta voi tehdä itselleen sopivia valintoja ja päätöksentekoa. Syy-seuraussuhteen esimerkit olivat ryhmän jäsenten mielestä selkeitä ja toimivat hyvänä pohjana harjoituksille.

Harjoituksissa ryhmän jäsenet valitsivat kahdesta vaihtoehdosta itselle sopivamman ja pohtivat valintojen vaikutusta seurauksiin. Harjoitukset vaikuttivat toimivilta, mikä näyttyi runsaana keskusteluna ja ryhmän jäsenten tuottamana pohdintana. Harjoitusten pohjalta ryhmän jäsenet pohtivat omaan elämään liittyviä seurauksia, jotka liittyivät esimerkiksi rahankäytön vaikeuteen, sosiaalisiin tilanteisiin ja tietokoneen kautta ystävien saamiseen. Lopuksi ryhmän jäseniltä vielä kysyttiin miltä tämän kerran harjoitukset tuntuivat ja oliko harjoitusten tekeminen helppoa vai vaikeaa. Ryhmän jäsenten kognitiivisen tason vaihtelevuus näyttyi hyvin tässä harjoituksessa, sillä harjoitukset näyttyivät kahdelle ryhmän jäsenelle helppoina ja kahdelle haastavina. Ryhmäkerran lopussa korostettiin syy-seuraussuhteen tiedostamisen tärkeyttä ja merkitystä sekä syy-seuraussuhteen vaikutusta itsenäiseen päätöksentekoon.

ESIMERKKI 1.

Jos laitan talvitakin päälle kesällä,
minulle tulee kuuma.

Syy: laitan talvitakin päälle
kesällä



Seuraus: minulle tulee kuuma



ESIMERKKI 2.

Jos en mahdu pelaamaan lautapeliä
muiden kanssa vaikka haluaisin, niin
minulle tulee paha mieli.

Syy: En mahdu peliin mukaan



Seuraus: minulle tulee paha mieli



HARJOITUS: RAHANKÄYTTÖ

Minulla on kova nälkä ja menen ostamaan itselleni
syötävää.



ostan karkkia



seuraus?



ostan ainekset
jauhelihakastikkeeseen



seuraus?

HARJOITUS: SOSIAALISUUS

Haluan olla yksin huoneessani ja kuunnella
musiikkia tai piirtää. Minua kuitenkin pyydetään
tulemaan olohuoneeseen muiden kanssa. Mitä eri
vaihtoehtoja seuraa?



kuuntelen musiikkia
huoneessani



seuraus?



menen olohuoneeseen

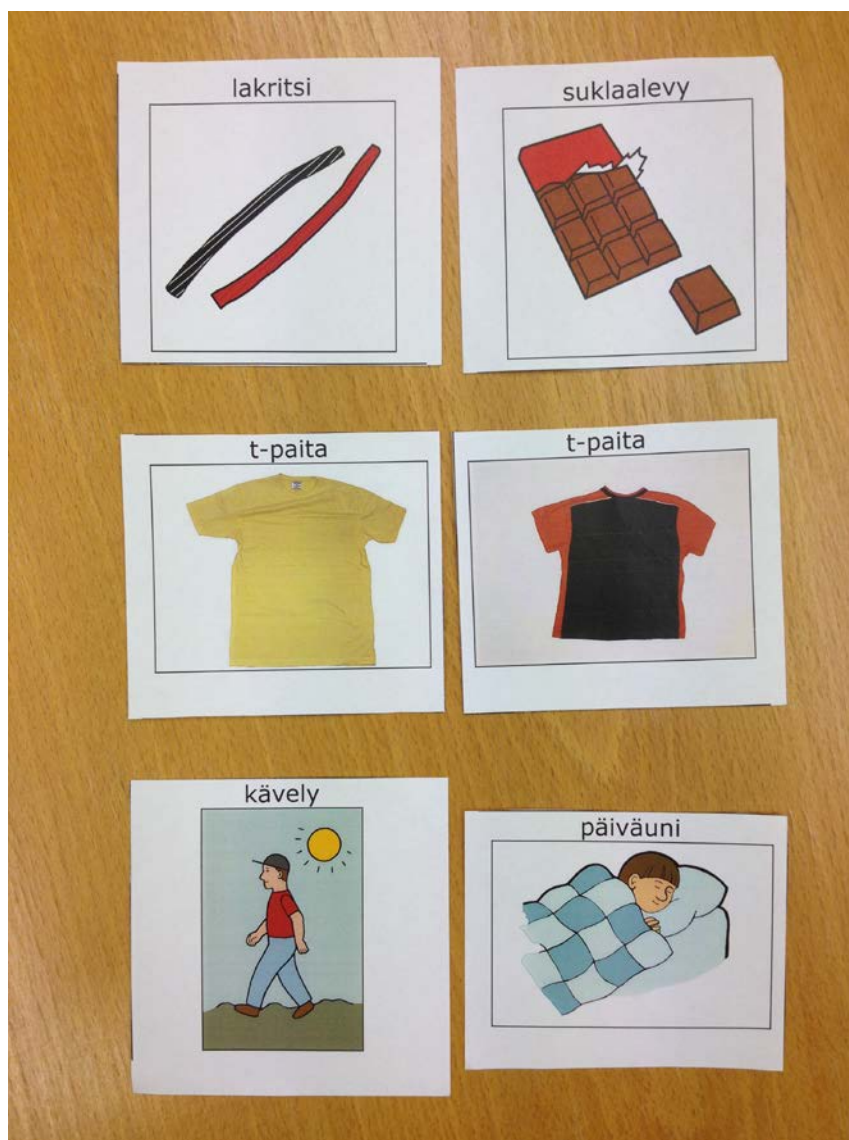


seuraus?

Kuvio 8. Syy-seuraussuhteen kuvaharjoituksia

5.1.4 Sosiaalinen vuorovaikutus ja päätöksenteko

Seitsemännen ryhmäkerran teemoina olivat sosiaalinen vuorovaikutus ja päätöksenteko eli pohdittiin ryhmän jäsenten kanssa sosiaaliin tilanteisiin liittyviä syy-seuraussuhteita ja päätöksentekotilanteita. Ryhmäkerran alussa palattiin jälleen vaihtoehtoista valitsemisen teemaan kuvien avulla (kuvio 9.). Harjoituksessa ryhmän jäseniä pyydettiin pohtimaan kumman vaihtoehtoista valitsisi, ja mitä eri vaihtoehtoista seuraisi. Harjoitus tuntui toimivalta ja ryhmän jäsenet ymmärsivät mitä harjoituksessa tuli tehdä ja miettiä, mikä näkyi hyvin viimeisessä kohdassa eli päiväunen ja kävelyn seurausten miettimisessä, jossa tuli paljon erilaisia mielipiteitä ja pohdintoja esiin.



Kuvio 9. Vaihtoehtoista valitsemisen kuvien avulla

Sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyviä päätöksentekotilanteita pohdittiin paljon seitsemännellä ryhmäkerralla, sillä kyseisen teeman käsitteleminen oli ryhmän jäsenten toivomus ryhmätoteutuksen alussa. Sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyvät haasteet ovat tyypillisiä autismin kirjon henkilöille ja sosiaalisilla vaikeuksilla on suuri vaikutus autismin kirjon henkilön oppimiseen ja käyttäytymiseen (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 42). Sosiaalisen vuorovaikutuksen vaikeuksiin liittyy nonverbaalin vuorovaikutuksen eli esimerkiksi ilmeiden ja eleiden ymmärtämisen vaikeus, vaikeus luoda ja ylläpitää ihmissuhteita saman ikäisten kanssa sekä tunneällyn vaikeudet. Kommunikaatiovaikeuksiin liittyy yksilöstä riippuen puheen kehityksen vaikeutta tai puuttumista kokonaan, vaikeus ylläpitää keskustelua sekä kaikupuhe tai stereotyyppinen puhe. (Miller Kuhaneck – Watling 2010: 5.) Ryhmän jäsenille korostettiin sitä, että sosiaalisissa tilanteissa voi myös tehdä päätöksiä, esimerkiksi mitä aikoo sanoa toiselle, millaisella tyyllillä sanoo ja onko kaikkea välttämättä tarpeellista sanoa. Ryhmän jäsenten kanssa puhuttiin myös sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyvistä odotuksista siitä miten pitäisi käyttäytyä, esimerkiksi kohtelias käytös on toivottavaa ja toiselle ei sanota pahasti jos siihen ei ole mitään syytä. Ryhmän jäsenille lisäksi painotettiin, että myös sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyvissä päätöksentekotilanteissa on tärkeää valita erilaisista käyttäytymisvaihtoehdoista ja miettiä niiden seurauksia.

Sosiaalista vuorovaikutusta ja päätöksentekotilanteita lähdettiin pohtimaan kuvaharjoitusten kautta (kuvio 10.). Kuvaharjoituksissa oli kaksi erilaista tilannetta, joihin mietittiin millaisia seurauksia tilanteessa oleville osapuolille voi tulla. Kuvaharjoituksessa tilanteina olivat toisen haukkuminen ja riitatilanne ryhmässä. Molemmista tilanteista pohdittiin kuvien avulla millaisia tunteita ja tekoja voi olla seurauksena. Havaintojen pohjalta kuvat tukivat ryhmän jäsenten ymmärrystä käsiteltävistä tilanteista ja niihin liittyvistä seurauksista. Ryhmän jäsenet tuottivat paljon omia esimerkkejä sosiaalisista tilanteista ja teema selkeästi herätti paljon ajatuksia, sillä se kosketti ryhmän jäsenten arkea ja omaa elämää. Osa ryhmän jäsenistä alkoi pohtia omaa käytöstään eri näkökulmista ja miettimään oman käytöksensä seurauksia, esimerkiksi omaa suorapuheisuuttaan. Lisäksi pohdittiin yhdessä mitä tarkoittaa kohtelias käytös ja mitä siihen liittyy. Yksi ryhmän jäsenistä esimerkiksi pohti toisten tervehtimisen merkitystä ja kiroilemista muiden seurassa. Sosiaalisten tilanteiden kuvaharjoitukset ja oman käytöksen pohtiminen herättivät ryhmän jäsenissä paljon ajatuksia. Yksi ryhmän jäsenistä kommentoi sosiaalisen vuorovaikutuksen teemasta: ”Tällaisista asioistahan vois puhua vaikka kuinka paljon kun on näin mielenkiintoista”.



Kuvio 10. Kuvaharjoitukset sosiaalisista tilanteista

Seuraavaksi käsiteltiin yksinkertaistettua päätöksenteon mallia (kuvio 11.). Mallin avulla pyrittiin pohtimaan seurauksia ryhmän jäsenten omien esimerkkien kautta ja kaksi ryhmän jäsentä tuottivat oman esimerkin päätöksenteon malliin. Toinen esimerkeistä liittyi koulukiusaamistilanteeseen ja toinen soveliaaseen käytökseen julkisella paikalla. Yksinkertaistettu päätöksenteon malli oli ryhmän jäsenten mielestä helpompi sisäistää, sillä siinä ei ollut niin paljon vaiheita kuin aikaisemmassa päätöksenteon mallissa (kuvio 4.). Seitsemännen ryhmäkerran lopuksi palattiin toisella ryhmäkerralla asetettuihin tavoitteisiin ja tarkasteltiin niiden toteutumista. Yksi ryhmän jäsenistä muisti oman tavoitteensa ja oli toteuttanut sen ryhmätoteutuksen aikana. Muut ryhmän jäsenet eivät olleet toteuttaneet tavoitettaan ja eivät olleet innostuneita toteuttamaan jatkossa valitsemaansa tavoitteita.

Päätöksenteko ja seurausten miettiminen



Kuvio 11. Päätöksenteko ja seurausten miettiminen

5.1.5 Ryhmäkokonaisuuden kertaus ja palaute

Kahdeksannella eli viimeisellä ryhmäkerralla teemoina olivat ryhmäkokonaisuuden kertaus ja palauteen antaminen ryhmäkokonaisuudesta. Kertasimme kaikki ryhmätoteutuksen aikana käytyt teemat sekä kävimme läpi ryhmän jäsenille annettavan materiaalipaketin, joka sisälsi kaikki välineet. Materiaalipaketti sisälsi listan ryhmässä käsitellyistä aiheista ja teen elämässäni päätöksiä -listan (kuvio 12.) sekä ryhmässä käytettyjä välineitä, joita ovat oma mielipide -kortti, päätöksenteko ja seurausten miettiminen, päätöksenteon malli, päätöksenteon malli esimerkillä ja päätöksenteko lainsäädännön näkökulmasta.

Ryhmähaastattelun avulla keräsimme tietoa ryhmän jäsenten kokemuksista ja ajatuksista ryhmätoteutukseen liittyen. Pyrimme haastattelun avulla selvittämään välineiden ja harjoitusten toimivuutta sekä sitä, mitkä asiat olivat jääneet päällimmäisinä mieleen ryhmätoteutuksesta. Yksi ryhmän jäsen koki hyötyvänsä oma mielipide -kortin käyttämi-








sestä ja sanoi kommentiksi ryhmän olleen kiva. Lisäksi yksi ryhmän jäsen koki hyödylliseksi syy-seuraussuhteen käsittelyn ja päätöksenteon lyhemmän mallin (kuvio 4.). Kaksi ryhmän jäsenistä eivät osanneet sanoa ryhmähaastattelussa mitään kommenttia ryhmätoteutuksesta.

ITSENÄINEN PÄÄTÖKSENTEKO

Ryhmässä käsiteltyjä aiheita:

- oman mielipiteen ilmaiseminen
- valinnan tekeminen
- vaihtoehtoista valitseminen
- itselle tärkeiden asioiden pohtiminen
- mitä tykkään harrastaa
- syy-seuraussuhde
- päätöksentekeminen ja oma käytös sosiaalisissa tilanteissa
- päätöksenteon vaiheet

TEEN ELÄMÄSSÄNI PÄÄTÖKSIÄ:

- millaista työtä teen 
- mitä harrastan 
- kenen kanssa vietän aikaani 
- mitä puen päälleni 
- mitä haluan syödä 
- milloin tapaan läheisiäni 
- miten haluan asua 

Kuvio 12. Ryhmän jäsenille jaetun materiaalipaketin ensimmäiset sivut

Ryhmähaastattelun jälkeen jaettiin ensimmäisellä kerralla täytetyt kyselylomakkeet ryhmän jäsenille ja heitä pyydettiin täyttämään ne uudestaan sen hetkisestä tilanteesta. Vain yksi ryhmän jäsen pystyi vertailemaan alkutilannetta sen hetkiseen tilanteeseen ja pohtimaan onko edistystä tapahtunut, joten kyselylomakkeesta ei saatu muilta kovin relevanttia tietoa edistymisestä. Kyselylomakkeen uudelleentäyttö ei antanut käyttökelpoista tietoa kolmen ryhmän jäsenen itsenäisen päätöksenteon edistymisestä, mihin todennäköisesti vaikuttaa kyseessä olevien ryhmän jäsenten vaikeus itsearviointiin, oman

toiminnan reflektointiin ja muutosten tarkasteluun. Kyselylomakkeessa annettujen vastausvaihtoehtojen soveltuvuus vastaajien kognitiiviseen tasoon ja vastaajien tietoisuus tutkitusta aiheesta vaikuttavat siihen kuinka onnistunut kyselylomakkeen käyttö aineistonkeruumenetelmänä on. Näin ollen kyselylomakkeen käytön heikko reliabiliteetti eli luotettavuus aineistonkeruumenetelmänä voi johtua myös kysymysten asettelun heikosta soveltuvuudesta juuri näille henkilöille.

Lisäksi ryhmän jäseniä pyydettiin täyttämään kirjallinen palautelomake, jossa pyydettiin arvioimaan ryhmän hyödyllisyyttä ja välineiden toimivuutta sekä pohtimaan onko käyttänyt ryhmätoteutuksessa opittuja taitoja, tekniikoita tai välineitä ryhmän ulkopuolella omassa arjessa. Lisäksi palautelomakkeessa kysyttiin mitä tarkoittaa itsenäinen päätöksenteko ja mitä asioita siihen liittyy. Palautelomakkeen vastauksista välittyi vahvasti tarve pidempikestoiselle ryhmätoteutukselle, jotta ryhmässä käsitellyt asiat siirtyisivät ryhmän jäsenten arkeen. Itsenäisen päätöksenteon teema on haastava autismin kirjon henkilöille, joten pidempikestoinen ryhmätoteutus tukisi teeman ymmärtämistä ja omaksumista sekä konkreettisten harjoitusten kautta oppimista.

Ryhmän jäsenten kirjoittamia palautteita palautelomakkeeseen:

1. Oletko kokenut ryhmän hyödylliseksi? Miksi/miksi et?
 - Olen kokenut, koska ryhmässä on käsitelty tärkeitä ja mielenkiintoisia aiheita.
 - On ollut aika hyödyllinen.
 - En tiedä.
 - Olen tykännyt ryhmästä.
2. Oletko käyttänyt ryhmässä opittuja taitoja/tekniikoita/välineitä ryhmän ulkopuolella omassa arjessa?
 - En ole käyttänyt.
 - En tiedä.
 - En ole käyttänyt välineitä, en tiedä olenko käyttänyt tekniikoita.
 - Vähän.
3. Mitä sinun mielestäsi tarkoittaa itsenäinen päätöksenteko? Mitä asioita siihen liittyy?
 - Itsenäinen päätöksenteko tarkoittaa, että päättää itse omista asioista.
 - Jaa a.
 - En tiedä.
 - Oma päätös.

Ryhmäkerran lopuksi annoimme jokaiselle ryhmän jäsenelle yksilöllistä palautetta niiden havaintojen pohjalta, mitä ryhmätoteutuksen pohjalta oli tullut. Ryhmän jäsenille annettussa palautteessa pyrittiin keskittymään heidän vahvuuksiinsa ja onnistumisen koke-

muksiinsa sekä korostettiin ryhmätoteutuksessa ollutta hyvää ilmapiiriä. Toimintaterapian näkökulmasta asiakkaalle on tärkeää antaa palautetta ja keskittyä asiakkaan vahvuuksiin, mikä tukee asiakkaan motivaatiota ja muutosta. Ryhmäkerran lopuksi kiitimme ryhmän jäseniä osallistumisesta ja lopetimme ryhmäkerran kuuntelemalla musiikkikapaleen, josta ryhmän jäsenet pitivät.

5.2 Kehittämisehdotukset

Itsenäisen päätöksenteon ryhmä toteutettiin pilotointina, joten on tärkeää tarkastella ryhmäkokonaisuuteen liittyviä kehittämisehdotuksia. Ryhmätoteutuksen aikana on tarkasteltu kriittisesti ryhmäkertojen sisältöä, harjoituksia, välineitä ja ryhmäkokonaisuuden vaikuttavuutta ryhmän jäsenten arkeen. Havaintojen pohjalta on tehty kehittämisehdotuksia tulevia mahdollisia ryhmätoteutuksia varten. Tärkeimpänä havaintona on se, että teeman käsittely vaatii enemmän ryhmäkertoja. Yksittäiselle ryhmäkerralle ei kannata suunnitella liikaa käsiteltäviä asioita, vaan keskittyä yhdellä ryhmäkerralla muutamaan tärkeään asiaan ja kerrata niitä ryhmätoteutuksen edetessä. Kahdeksaan ryhmäkertaan jouduttiin sisällyttämään paljon käsiteltäviä asioita, mutta mahdollisia tulevia ryhmätoteutuksia varten olisi hyvä varata enemmän ryhmäkertoja. Itsenäisen päätöksenteon teema on haastava autismin kirjon henkilöille, joten pitkäkestoisempi ryhmätoteutus mahdollistaisi teemaan liittyvien asioiden opettelemisen yksilön omaan tahtiin sekä opittujen taitojen yleistämisen omaan arkeen ja erilaisiin konteksteihin. Autismi kirjon henkilöiden kontekstisokeutta näin ollen tukisi pitkäkestoisempi ryhmäkokonaisuus.

Ryhmän jäsenten huolellinen valinta on tärkeää tällaisessa ryhmätoteutuksessa, sillä ryhmän jäsenten mahdollisimman samantasoinen kognitio helpottaa harjoitusten suunnittelemista ja porrastamista sekä mahdollistaa ryhmän jäsenten vertaiskokemukset. Ryhmätoteutuksessa oli kognitiiviselta tasoltaan hyvin eritasoisia ryhmän jäseniä, minkä vuoksi vertaiskokemukset ja samoista asioista keskusteleminen jäivät vähäiseksi. Harjoitusten porrastamisen avulla voidaan muokata toimintaa ryhmän jäsenille sopivaksi erilaiset kognitiiviset tasot huomioon ottaen, mutta ryhmäkokonaisuus olisi paljon mielekkäämpi ja toimivampi, jos ryhmän jäsenet kykenisivät samankaltaiseen ajatteluun. Ryhmätoteutusta suunniteltaessa on hyvä ottaa huomioon ryhmän jäsenten henkilökemiat, jotta turhautumiselta toisiin ja riitatilanteilta vältyttäisiin. Lisäksi on tärkeää pohtia ryhmän ajankohtaa päivästä, ja jokaisen ryhmäkerran lopussa on tärkeää muistuttaa seuraavan ryhmäkerran ajankohdasta.

Itsenäinen päätöksenteko on abstrakti käsite, joten ryhmätoteutuksen alussa pitäisi konkretisoida siihen liittyviä asioita ja tehdä näkyvämmäksi mitä itsenäinen päätöksenteko tarkoittaa omassa arjessa. Tavoitteiden asettaminen toisella ryhmäkerralla ei ollut kovin toimiva väline osallistaa ryhmän jäseniä pohtimaan itsenäistä päätöksentekoa omassa arjessa, sillä ryhmän jäsenet eivät olleet vielä sisäistäneet itsenäisen päätöksenteon teemaa ja siihen liittyviä asioita. Yhteinen tavoitteiden määrittely on tärkeää, koska ihminen ei ponnistele saavuttaakseen tavoitteita, jos hän ei koe niitä itse henkilökohtaisina ja merkityksellisinä (Nyman 2011: 10). Liian aikaisessa vaiheessa asetetut tavoitteet eivät välttämättä kohtaa ryhmän jäsenten tarpeita ja mielenkiinnonkohteita. Ryhmätoteutuksessa kahden ryhmän jäsenen tavoitteet liittyivät ruuanvalmistukseen, mutta ryhmäkertojen edetessä oivallettiin, että tavoitteet eivät ole kyseisille henkilöille merkityksellisiä. Tavoitteen asettamisessa on tärkeää, että tavoite vastaa sitä missä henkilö haluaa tehdä itsenäisesti päätöksiä.

Ryhmätoteutuksen aikana tehtyjen havaintojen pohjalta tärkeiksi elementeiksi nousivat kuvien käyttö, esimerkkien hyödyntäminen, käsiteltyjen asioiden riittävä toisto ja konkreettisuus. Mahdollisissa tulevilla ryhmätoteutuksissa tulisi liittää edellä mainittuja elementtejä ryhmäkertoihin ja harjoituksiin. Lisäksi tärkeää on osallistaa ryhmän jäseniä pohtimaan omaa arkeaan mahdollisimman paljon, mitä tukisivat esimerkiksi itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvät kotitehtävät ja erilaisissa ympäristöissä toimiminen. Ryhmätoteutusta ja itsenäisen päätöksenteon harjoittelua tukisi esimerkiksi kahvilassa tai kaupassa käynti, jossa ryhmän jäsenet tekisivät päätöksiä erilaisissa ympäristöissä.

Ryhmätoteutuksessa pyrittiin kyselylomakkeen avulla tarkastelemaan ryhmän jäsenten päätöksenteon kehitystä, mutta kyselylomake ei osoittautunut toimivaksi ja luotettavaksi menetelmäksi. Kyselylomakkeen käytön heikkoutena voi olla esimerkiksi se, että miten onnistuneita annetut vastausvaihtoehdot ovat vastaajien näkökulmasta ja miten tietoisia vastaajat ovat tutkitusta aiheesta (Vilka 2005: 81). Kyselylomake vaati ryhmän jäseniltä itsearviointitaitoja, mikä on usein autismin kirjon henkilöille haastavaa. Kyselylomake oli tehty ennen ryhmän jäseniin tutustumista, minkä vuoksi joidenkin ryhmän jäsenten kognitiivinen taso ei vastannut kyselylomakkeen tarkoitusta. Havainnointi osoittautui tärkeimmäksi aineistonkeruumenetelmäksi kun haluttiin tietoa ryhmän jäsenten itsenäisen päätöksenteon edistymisestä. Mahdollisissa tulevilla ryhmätoteutuksissa ohjaajan on tärkeä tutustua ryhmän jäseniin, heidän mielenkiinnonkohteisiinsa sekä arkeensa, jotta hän voi tarkastella mahdollista muutosta ja tuoda sitä ilmi ryhmän jäsenille.

5.3 Itsenäisen päätöksenteon ryhmätoteutuksen opas

Itsenäisen päätöksenteon ryhmätoteutuksen opas (liite 1.) on tehty pilotoinnin pohjalta. Oppaseen on kerätty itsenäiseen päätöksentekoon liittyviä teemoja, harjoituksia ja välineitä. Opas on tarkoitettu ryhmänohjaajalle avuksi ryhmän runkoon ja teeman käsitteilyyn. Oppaan tarkoituksena on antaa ryhmän jäsenille keinoja, miten heidän itsenäistä päätöksentekoa voisi mahdollisesti helpottaa ja sitä kautta lisätä heidän omassa arjessaan. Oppaan teemoja ovat esimerkiksi oma mielipide, syy-seurassuhde, sosiaalinen vuorovaikutus ja itsenäinen päätöksenteko, päätöksentekeminen omassa arjessa ja vaihtoehtoista valitseminen.

Opasta voi soveltaa myös muiden asiakasryhmien kanssa työskennellessä. Itsenäistä päätöksentekoa harjoitellaan arkisten asioiden kautta, sillä konkreetian kautta oppiminen on tehokkaampaa ja vaikuttavampaa. Asiakkaiden osallistaminen ryhmätoteutukseen suunnitteluun on keskeisessä osassa, mikä myös lisää ryhmän vaikuttavuutta ja merkityksellisyyttä. Ryhmätoteutuksen kesto, intensiivisyys ja sisältö tulee pohtia asiakasryhmien tarpeiden mukaan.

6 Yhteenveto ja pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa pilotointina ryhmäkokonaisuus, jossa ryhmään osallistuvat autismin kirjon henkilöt saavat lisää tietoa ja ymmärrystä omasta päätöksenteosta sekä valinnoista konkreettisten ja toiminnallisten harjoitusten avulla. Tavoitteena oli myös tuottaa Autismisäätiölle materiaalipaketti ryhmäkokonaisuudesta, jota voidaan käyttää mahdollisia tulevia ryhmätoteutuksia varten. Tutkimuskysymyksemme olivat, miten ryhmään osallistujat hyötyvät itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvästä ryhmäkokonaisuudesta ja mitä pitää huomioida suunniteltaessa Autismisäätiölle itsenäisen päätöksenteon teemaan liittyvää ryhmäkokonaisuutta. Ryhmätoteutuksen suunnittelua tehtiin yhdessä Vallilan valmennuskeskuksen asiakkaiden ja työntekijöiden kanssa. Ryhmä toteutui kahdeksan kertaa Autismisäätiön tiloissa. Aineistonkeruuta toteutettiin aktivoivalla osallistuvalla havainnoinnilla, ryhmähaastattelulla, kyselylomakkeella ja ryhmäkeskusteluilla. Ryhmätoteutuksesta kerättiin palautetta ryhmään osallistujilta ja ryhmän pääohjaajalta. Ryhmätoteutuksen jälkeen tuotettiin materiaalipaketti Autismisäätiölle käsitellyistä teemoista sekä konkreettisista ja toiminnallisista harjoituksista.

Opinnäytetyön tärkeimpänä havaintona oli se, että itsenäisen päätöksenteon teeman harjoittelua tukisi ryhmän jäsenten arkiympäristöjen osallistaminen harjoitteluun. Autismin kirjon henkilön arkiympäristöjä ovat esimerkiksi perhe, asumisyksikkö, työ- ja päivätoiminta, koulu, harrastukset ja ystävät. Itsenäisen päätöksenteon täysipainoinen harjoittelu vaatisi sen, että kaikki ympäristöt osallistuisivat siihen ja tukisivat henkilöä tekemään päätöksiä. Asumisyksiköissä olisi todella tärkeää, että ohjaajat antaisivat autismin kirjon henkilöille eri vaihtoehtoja ja tätä kautta antaisivat näiden henkilöiden tehdä itsenäisesti valintoja arkisissa asioissa, esimerkiksi pukeutumisen suhteen. Henkilön oma motivaatio vaikuttaa merkittävästi itsenäiseen päätöksentekoon esimerkiksi siinä, näkeekö henkilö edes tarvetta muutokselle eli haluaisiko hän päättää itsenäisesti asioista enemmän. Voi olla myös, että autismin kirjon henkilö ei välttämättä pysty tällaiseen abstraktiin ajatteluun. Jos autismin kirjon henkilö on tyytyväinen siihen, että muut tekevät hänen puolestaan päätöksiä, jolloin siihen ei väkisin tietenkään yritetä vaikuttaa. Liikat vaatimukset voivat aiheuttaa myös ahdistusta henkilölle, koska hän voi kokea saavansa liikaa vastuuta. Tärkeää olisi kuitenkin herättää henkilölle sellainen ajatus, että hänelläkin on mahdollisuus päättää asioista. Henkilön arkiympäristöjen tuki ja rohkaiseminen tähän ajatukseen olisi erittäin tärkeää, jotta henkilön itsenäinen päätöksenteko mahdollistuisi. Ryhmän jäsenet toivat ilmi ryhmäkerroilla, että heidän vanhempansa saattavat päättää esimerkiksi heidän ostamista ruoista ja vaateostoksista. Nämä toisten tekemät päätökset eivät kuitenkaan tuntuneet haittaavan ryhmän jäseniä, joten emme voi silloin todeta, että ryhmän jäsenet olisivat kokeneet toiminnallista epäoikeudenmukaisuutta.

Ryhmän toteutuksessa oli tärkeää tarkastella ryhmää kriittisesti, mutta toisaalta myös tarkastella niitä asioita, jotka toteutuivat hyvin. Näitä kaikkia havaintoja voidaan käyttää apuna mahdollisia tulevia ryhmätoteutuksia varten. Ensimmäisellä ryhmäkerralla sääntöjen tekeminen toimi hyvin, ja niihin palattiin useamman kerran muillakin ryhmäkerroilla. Pääohjaajan valikoituminen Vallilan valmennuskeskuksen työntekijöistä toimi erinomaisesti tässä ryhmätoteutuksessa, sillä hänellä oli arvokasta kokemustietoa autismin kirjon henkilöiden parissa työskentelystä.

Ryhmään osallistujat hyötyivät tästä ryhmästä kukin omalla tavallaan. Yksi ryhmän jäsen onnistui ryhmän aikana ilmaisemaan mielipidettään hyvin. Alussa hän myötäili usein muiden mielipiteitä, mutta myöhemmin pystyi myös erottumaan muista omalla mielipiteellään. Yksi ryhmän jäsen pohti ryhmässä paljon omaa käytöstään ja hän toikin ryhmään todella paljon esimerkkejä omasta elämästään. Yksi ryhmän jäsen sai mielestämme

tästä ryhmästä paljon. Hänellä oli todella taitavaa pohdintaa liittyen itsenäiseen päätöksentekoon ja sen toteutumiseen omassa arjessaan. Ryhmätoteutus näytti herättävän ryhmän jäsenille ajatuksia esimerkiksi syy-seuraussuhteesta ja sosiaalisista tilanteista. Nämä teemat synnyttivät todella paljon keskustelua. Itsenäisen päätöksenteon ryhmä jäi pintaraapaisuksi, koska tämä teeman käsitteleminen vaatisi enemmän aikaa aiheen käsittelyyn, harjoitusten ja välineiden käyttöönottamiseen ja yleistämiseen. Emme päässet aivan teeman ytimeen, mihin osaltaan vaikutti ryhmän jäsenten kognitiiviset taidot ja se, että emme osallistaneet ryhmän jäsenten lähiympäristöjä tähän. Tällaista teemaa onkin hyvin haastavaa harjoitella pelkästään ryhmässä, sillä todelliset arjen tilanteet eivät ole samanlaisia. Kuvat toimivat kuitenkin ryhmässä hyvin ja havainnollistivat asioita. Kuvat autoivat myös ryhmän jäseniä keskittymään pitkäjänteisemmin. Näiden ryhmän jäsenten kohdalla toiminnalliset harjoitukset todettiin hyväksi. Esimerkkien käyttö ja abstraktien asioiden muuntaminen konkreettiseksi asioiksi toimivat todella hyvin. Asioiden toistaminen on myös tärkeää, koska niiden sisäistämiseen voi kulua todella pitkä aika.

Ryhmäkokonaisuus toteutui luottamuksellisesti: emme jakaneet ryhmän jäsenten tietoja eteenpäin ja emme kirjoittaneet heistä opinnäytetyöhömmä yksilöllisesti tunnistettavasti tai nimellä. Huolehdimme tarvittavista asiakirjojen täytöstä, kuten tutkimusluvasta ja tutkimussuostumuksesta. Eettisesti tarkasteltuna emme näe, että ryhmän jäsenille koitui ryhmäkokonaisuudesta haittaa, sillä emme käsitelleet liian henkilökohtaisia ja vaikeita tai traumaattisia asioita ryhmässä. Opinnäytetyötä tehdessä ryhmäkertojen sisällöt muuttuivat monta kertaa, mikä mahdollisti joustavuuden. Ennen ryhmän toteutusta meillä oli selvä runko ryhmäkerroille, mutta se muuttui heti ensimmäisen kerran jälkeen. Jokaisella yksittäisellä ryhmäkerralla myös ryhmäkerran sisältö muuttui jonkin verran, esimerkiksi yhden asian käsittely saatettiin kokea niin tärkeäksi, että seuraava jäi kokonaan käsittelemättä ajallisten resurssien takia. Opimme tästä prosessista joustavaa työtettä ryhmänohjaukseen. On hyvä olla tarkka suunnitelma ryhmäkerralle, mutta on myös tärkeää, että sitä pystyy muokkaamaan nopeasti havainnoimalla ryhmän jäseniä ja ilmapiiriä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa materiaalia mahdollisten tulevien ryhmätoteutuksien tueksi. Autismin kirjon henkilöt eivät ole ainoa asiakasryhmä, jolla tällainen ryhmätoteutus voisi olla hyödyllinen. Itsenäisen päätöksenteon ryhmää voisi toteuttaa muillekin asiakasryhmille, joille tämä teema on haasteellinen. Näitä voisi olla esimerkiksi kehitysvammaiset henkilöt, itsenäistyvät nuoret ja psykiatriset asiakkaat. Teema voi myös käsitellä muillakin tavoilla, kuin pelkästään ryhmämuotoisena toteutuksena. Ideaalitan-

teessa esimerkiksi asumisyksikkö voisi ottaa itsenäisen päätöksenteon harjoittelun ohjaamaan työntekijöiden työtä asukkaiden parissa. Itsenäisen päätöksenteko vaatii läheisiltä sekä sosiaali- ja terveysalan työntekijöiltä uskoa henkilön kykyihin ja voimavaroihin. Opinnäytetyön viestinä on myös se, että on tärkeää antaa päätösvalta henkilölle itselleen sopivissa määrin, vaikka se veisikin aikaa ja voimavaroja enemmän.

Lähteet

American Psychiatric Assosiation 2013. Autism spectrum disorder. Verkkodokumentti. <<http://www.dsm5.org/Documents/Autism%20Spectrum%20Disorder%20Fact%20Sheet.pdf>>. Luettu 19.3.2015.

Autismisäätiö n.d. Verkkodokumentti. <<http://www.autismisaatio.fi/fi/autismisaatio/esitely/>>. Luettu 20.1.2015.

Cole, Marilyn B. 2012. Group dynamics in occupational therapy. The theoretical basis and practice application of group intervention. 4. painos. Thorofare NJ: SLACK Incorporated.

Cole, Marilyn B. – Tufano, Roseanna 2008. Applied theories in occupational therapy. A practical approach. Hamden, Conn.: SLACK Inc., cop.

Craig, Claire – Finlay, Linda 2010. Working with groups. Teoksessa Curtin, Michael – Molineux, Matthew – Supyk-Mellson, Jo (toim.): Occupational therapy and physical dysfunction. Enabling occupation. 6. painos. Edinburgh: Churchill Livingstone Elsevier.

Gillberg, Christopher 1999. Autismi ja autismin sukuiset häiriöt lapsilla, nuorilla ja aikuisilla. 2. painos. Helsinki: Hakapaino Oy.

Hagedorn, Rosemary 2000. Tools for practice in occupational therapy. A structured approach to core skills and processes. Edinburgh: Churchill Livingstone.

Hautala, Tiina – Hämäläinen, Tuula – Mäkelä, Leila – Rusi-Pyykönen, Mari 2011. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Howe, Margot c. – Schwartzberg, Sharon L. 2011. A functional approach to group work in occupational therapy. 3. painos. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Kerola, Kyllikki – Kujanpää, Sari – Timonen, Tero 2009. Autismin kirjo ja kuntoutus. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kielhofner, Gary – Forsyth, Kirsty 2009. Activity analysis. Teoksessa Duncan, Edward A.S. (toim.): Skills for practice in occupational therapy. Edinburgh: Churchill Livingstone Elsevier. 91-104.

Kielhofner, Gary. 2008. Model of Human Occupation. Theory and Application. 4. painos. Baltimore, MD: Lippincott Williams & Wilkins.

Luke, Lydia - Clare, Isabel C.H. - Ring, Howard - Redley, Marcus - Watson, Peter 2012. Decision-making difficulties experienced by adults with autism spectrum conditions. Autism 16 (6). 612–621.

Mackenzie, Lynette – O’Toole, Glyn 2011. Occupation analysis in practice. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Miller Kuhaneck, Heather - Watling, Renee (toim.) 2010. Autism. A comprehensive occupational therapy approach. 3. painos. The American Occupational Therapy Association. White Plains: Automated graphic systems, Inc.

Nyman, Jennie 2011: Näkökulmia tavoiteasetteluun. TOimintaterapeutti 30 (1). 10–13.

O’Brien, Jane Clifford – Solomon, Jean W. 2013. Occupational analysis and group process. Missouri: Elsevier Inc.

Ojasalo, Katri – Moilanen, Teemu – Ritalahti, Jarmo 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Ozonoff, Sally – Dawson, Geraldine – McPartland, James 2009. Aspergerin syndrooma ja hyväntasoinen autism – opas vanhemmille. Kirsi Kankaansivu (suom.). Kuopio: UNI-press.

Park, Steve 2009. Goal setting in occupational therapy: a client-centred perspective. Teoksessa Duncan, Edward A.S. (toim.): Skills for practice in occupational therapy. Edinburgh: Churchill Livingstone Elsevier. 105–122.

Partanen, Kalle 2010. Voimaa autismin kirjon kuntoutukseen. Helsinki: Autismisäätiö.

Pietarinen, Juhani – Launis, Veikko – Räikkä, Juha – Lagerspetz, Eerik – Rauhala, Marjo – Oksanen, Markku 1994. Oikeus itsemääräämiseen. Helsinki: Painatuskeskus Oy.

Ritsilä, Jaana 2002. Toimintaterapeuttien käsityksiä tahdosta ja kokemuksia tahdon arviointimentelmän käyttöönotosta. Pro gradu tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Toimintaterapia.

Savon Vammaisasuntosäätiö 2014. Teen päätöksiä - olen oman elämäni päämies. Tuettu päätöksentekoon -ohjevihko. Verkkodokumentti. <http://www.savas.fi/userfiles/file/tuepa/Tuettu_paatoksenteko_ohjevihko.pdf>. Luettu 13.11.2014.

Savon Vammaisasuntosäätiö n.d. Tuetusti päätöksentekoon -projekti (2011-2014). Verkkodokumentti. <<http://www.savas.fi/kehittamistoiminta/tuetusti-paatoksentekoon/tuetusti-paatoksentekoon/>>. Luettu 13.11.2014.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2015. Itsemääräämisoikeuslaki. Verkkodokumentti. <<http://www.stm.fi/vireilla/lainsaadantohankkeet/itsemaaraamisoikeuslaki>>. Luettu 27.1.2015.

Stadnyk, Robin L. – Townsend, Elizabeth A. – Wilcock, Ann A. 2010. Occupational Justice. Teoksessa Christiansen, Charles H. – Townsend, Elizabeth A. (toim.): Introduction to occupation. The Art and Science of Living. New Jersey: Pearson Education. 329–354.

Townsend, Elizabeth – Wilcock Ann A. Occupational justice and client-centred practice: A dialogue in progress. Canadian Journal of Occupational Therapy. 71 (2). 75-87.

Vilka, Hanna 2014. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Vilka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Whiteford, Gail 2010. Occupational Deprivation: Understanding Limited Participation. Teoksessa Christiansen, Charles H. – Townsend, Elizabeth A. (toim.): Introduction to occupation. The Art and Science of Living. New Jersey: Pearson Education. 303–328.

Itsenäisen päätöksenteon ryhmätoteutuksen opas

ITSENÄISEN PÄÄTÖKSENTEON RYHMÄ

Ideoita ja harjoituksia ryhmätoteutukseen



Toimintaterapeuttiopiskelijat
Ilona Korimäki ja Jenni Julin
2015

ITSENÄISEN PÄÄTÖKSENTEON RYHMÄ

- suositeltava ryhmäkoko 4-6 henkeä
- ryhmään osallistujat mielellään mahdollisimman ”saman tasoisia”, jotta harjoituksia voi soveltaa mahdollisimman hyvin
- intensiivinen toteutustapa (esim. 2krt/viikko) tukee teeman käsittelyä
- toteutettu ensimmäisen kerran pilotointina syksyllä 2014 toimintaterapeuttiopiskelijoiden opinnäytetyönä
- pilotoinnissa toteutui 8 ryhmäkertaa, mielellään ryhmäkertoja kuitenkin enemmän, jotta teemaa päästään käsittelemään syvällisemmin ja tarkemmin
- tarkoitus: antaa ryhmäläisille keinoja miten heidän itsenäistä päätöksentekoa voisi mahdollisesti helpottaa ja sitä kautta lisätä heidän *omassa arjessaan*
- pääpaino ryhmäläisten omassa arjessa, jotta ryhmässä tehdyistä harjoituksista olisi ryhmäläisille hyötyä käytännössä
- itsenäistä päätöksentekoa käsitellään arkisten asioiden kautta, esim. ruokailu, vapaa-ajan suunnittelu ja rahankäyttö
- tärkeää käsitellä juuri niitä asioita, joita ryhmäläiset itse tuovat ilmi
- tähän pakettiin on kerätty erilaisia teemoja itsenäiseen päätöksentekoon liittyen, mitä voi hyödyntää aiheen käsittelyssä
- paketin lopussa on liitteenä harjoituksia teemoihin liittyen, joita voi hyödyntää tai soveltaa ryhmäläisiä varten
- ryhmätoteutusta tukisi erilaisissa ympäristöissä toimiminen (esim. kauppa, kahvila ja tapahtuma), jossa ryhmän jäsenet pääsisivät tekemään valintoja

Päätöksenteon harjoittelu

- Päätöksentekoa kannattaa harjoitella tutuilla ja helpoilla asioilla tutuissa elämäntilanteissa, esim. vaatteiden valinta asumisyksikön ohjaajan kanssa.
- Valitseminen useasta vaihtoehdosta voi olla vaikeaa. Aluksi tukijoiden kannattaa tarjota muutama vaihtoehto ja myöhemmin lisätä niitä henkilön taso huomioiden.
- Harjoittelussa on tärkeää löytää itselle sopivimmat menetelmät.
- Ammattilaisten ja läheisten on hyvä löytää keinoja, joilla saadaan esille henkilön voimavarat ja vahvuudet, joita voi hyödyntää päätöksenteon harjoittelussa.
- On tärkeää antaa päätösvalta henkilölle itselleen, vaikka se veisikin aikaa ja voimavaroja enemmän.

Sisältö

1. Oma mielipide
2. Tärkeät asiat omassa elämässä, mielenkiinnon kohteet
3. Itsenäisen päätöksenteon merkitys ja tärkeys
4. Päätöksentekeminen omassa arjessa
5. Vaihtoehtoista valitseminen, valintojen tekeminen
6. Syy-seuraussuhde
7. Tavoitteiden tekeminen
8. Päätöksenteon osa-alueet
9. Sosiaalinen vuorovaikutus ja päätöksenteko
10. Itsemääräämisoikeus ja itsenäinen päätöksenteko yhteiskunnallisella tasolla

Liitteet:

Teen elämässäni päätöksiä

Oma mielipide -kortti

Päätöksenteko ja seurausten miettiminen

Päätöksenteon malli

Päätöksenteon malli: välipalan valitseminen

Syy-seuraussuhde: esimerkki 1.

Syy-seuraussuhde: esimerkki 2.

Syy-seuraussuhde: harjoitus 1. harrastus

Syy-seuraussuhde: harjoitus 2. myöhästyminen

Syy-seuraussuhde: harjoitus 3. rahankäyttö

Syy-seuraussuhde: harjoitus 4. sosiaalisuus

Teemoja ryhmässä käsiteltäväksi

1. Oma mielipide

- Oma mielipide ohjaa itsenäistä päätöksentekoa ja valintoja.
- On tärkeää tietää mitä mieltä on asioista ja mistä pitää/ei pidä, jotta voi tehdä mielipiteiden mukaisia päätöksiä.
- Tärkeää korostaa, että mielipiteitä on monenlaisia ja jonkun muun ihmisen mielipide voi erota omasta mielipiteestä. Jokaisella on oikeus omaan mielipiteeseensä.
- Mielipiteen kertominen ja sen perusteleva ovat myös todella tärkeitä, sillä ne auttavat henkilön omiin asioihin vaikuttamisessa ja päätöksentekemisessä.

Harjoituksia ja välineitä oman mielipiteen ilmaisemiseksi:

- *Oma mielipide -kortti*: tarvittaessa apuna mielipiteiden ilmaisemisessa
- *Levyraati*: jokainen ryhmäläinen valitsee soitettavan kappaleen ja perustelee valintansa, muut kertovat mielipiteensä kappaleista
- *Kuvien käyttö*: kuvia erilaisista asioista (esim. ruokalajeja, harrastuksia, musiikki, paikkoja, toimintoja), joista ryhmäläiset kertovat oman mielipiteensä
- *Keskustelu*: jokainen kertoo oman mielenkiinnon kohteensa ja muut ryhmäläiset kertovan mielipiteensä kyseisestä asiasta ja perustelevat sen (kunnioitetaan jokaisen omaa mielipidettä!) → harjoittaa muiden mielipiteiden kuuntelemista ja toisten henkilöiden mielipiteiden hyväksymistä
- *"Draamaharjoitus"*: pariharjoitus, jokaiselle parille annetaan väittämä (esim. "hiihtäminen on hauskaa", "säästäminen kannattaa"), toinen on puolesta ja toinen vastaan → oman kantansa perusteleva

2. Tärkeät asiat omassa elämässä, mielenkiinnon kohteet

- On tärkeää tunnistaa mitkä ovat itselle tärkeitä asioita elämässä.
- Ihminen haluaa tehdä päätöksiä niihin asioihin liittyen, jotka ovat hänelle tärkeitä.

Harjoituksia

- *Viikonlopun tärkeät asiat:* jokainen ryhmäläinen kertoo mikä/mitkä ovat olleet viikonlopussa tärkeitä asioita itselle ja perustelee miksi juuri ne ovat tärkeitä. Harjoituksen tarkoitus on herättää ryhmäläisiä pohtimaan omia tärkeiksi pitämiään asioita tai tekemisiä.
- *Asiat, joissa haluan tehdä päätöksiä:* Pöydälle laitetaan lappuja, joissa on erilaisia teemoja (esim. liikunta, ruoka, vaatteet jne). Jokaisen ryhmäläisen tulee valita teemoista kaksi, jotka ovat tärkeitä heille itselleen ja joissa haluaa tehdä itsenäisesti päätöksiä. Käydään kierros läpi ja jokainen perustelee valitsemansa teemat.
- *Tärkeiden asioiden kartta:* tärkeiden asioiden karttaan laitetaan asioita, jotka ovat itselle tärkeitä ja mahdollisesti myös niitä asioita, joita haluaisi elämäänsä.

3. Itsenäisen päätöksenteon merkitys ja tärkeys

- Ryhmässä korostetaan itsenäisen päätöksenteon merkitystä ja tärkeyttä jokaisen elämässä.
- Tuodaan ilmi sitä, että ryhmäläisillä on oikeus tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä ja vaikuttaa omaan elämäänsä.
- Tärkeää linkittää teema ryhmäläisten arkeen, jotta itsenäisen päätöksenteon teema selkenisi ryhmäläisille mahdollisimman hyvin ja he saisivat keinoja päätöksien tekemiseen.

Harjoituksia

- *Mistä en päättä itse/Mistä päätän itse:* jokainen kirjoittaa paperille asioita mistä ei päättä itse ja toisena harjoituksena mistä päättää tällä hetkellä itse. Tämän jälkeen käydään kierros läpi ja tarkoituksena on synnyttää keskustelua, että millaisia eroavaisuuksia ryhmäläisillä on asian suhteen (esim. saako joku päättää omasta hiustyylistä/vaatteista ja jollain toisella esim. vanhemmat päättävät)

4. Päätöksentekeminen omassa arjessa

- Ryhmän alussa on tärkeää selvittää kuinka ryhmäläiset kokevat itsenäisen päätöksenteon toteutuvan heidän elämässään.
- Korostetaan, että pienetkin päätökset ovat merkityksellisiä.
- Linkitetään teemoja mahdollisimman paljon omaan arkeen. Tarkoituksena on että saadaan ryhmäläisiltä esimerkkejä heidän omasta elämästään.

Harjoituksia

- *Kyselykierros* (esim. lämmittelyksi ryhmäkerran alkuun): Missä olet tehnyt valinnan tänään? Oliko se helppoa/vaikeaa? Miksi?
- *Tärkeät teemat arjessani*: kerätään ryhmäläisiltä heille tärkeitä teemoja, joissa he haluavat tehdä itsenäisesti päätöksiä (esim. pukeutuminen, ruokailu, kaupassa käyminen). Käydään kierros läpi jokaisesta teemasta: jokainen kertoo miten itsenäinen päätöksenteko toteutuu omassa arjessa em. teemoista (esim. ”Päätätkö itse näistä asioista? Miten oma päätöksesi toteutuu näissä asioissa?”). Erilaisia teemoja on esimerkiksi liitteessä ”Teen elämässäni päätöksiä”.
- *Mistä en päättä itse*: lähdetään lähestymään itsenäisen päätöksenteon aihetta sitä kautta, että mistä asioista ryhmäläiset eivät päättä itse. Tätä kautta päästäisiin eri näkökulmasta päätöksenteon aiheeseen ja muutoksen mahdollistamiseen. Itsenäistä työskentelyä: jaetaan jokaiselle paperi, johon on tarkoitus kirjoittaa em. asioita. Ohjaajat auttavat tarvittaessa. Käydään kierros läpi ryhmäläisten kirjoittamista asioista. Pyydetään kommentteja muilta ryhmäläisiltä (toisten kuunteleminen ja omaan tilanteeseen peilaaminen).
- *Keskustelua erilaisista teemoista* mm.
 - Kaupassa käynti: käykö itse kaupassa, missä on lähin kauppa, kuinka usein käy, tekeekö ostoslistan, onko vaikeuksia?
 - Rahankäyttö: kuka hoitaa, tuntuuko ongelmalliselta vai onko hallinnassa?
 - konkreettinen harjoitus: tietty määrä rahaa → mihin sen laittaa jos erilaisia vaihtoehtoja (esim. makeiset vai oikea ruoka) ja miksi valitsee näin

5. Vaihtoehtoista valitseminen, valintojen tekeminen

- Päätöksen tekeminen on helpompaa kun saa tietoa päätökseen liittyvistä vaihtoehtoista.
- Korostetaan, että vaihtoehdot tarkoittavat saman asian erilaisia ratkaisuja.
- Vaihtoehtoista valitsemista voi tehdä esim. sen perusteella mistä pitää, mitä muut suosittelee, mikä on järkevintä ja mistä tulee hyvä mieli

Harjoituksia

- *Kuvien käyttö:* pöydälle laitetaan kuvia erilaisista teemoista (mm. ruokalajit, liikuntamuodot ja erilaiset toiminnot). Kumman valitsee ja miksi? Käydään kierros ja jokainen saa kertoa oman valintansa.

6. Syy-seuraussuhde

- Syy-seuraussuhde tarkoittaa sitä, että valinnasta tai päätöksestä seuraa jotakin. Esim. minulla on nälkä, joten päätän syödä. En ole enää nälkäinen (syy: päätän syödä, seuraus: enää ei ole nälkä).
- Seurauksien miettiminen on tärkeää, jotta voi tehdä itselleen sopivia valintoja ja päätöksiä.
- Korostetaan että jokaisella päätöksellä on seurauksia. Päätösten hyviä ja huonoja seurauksia kannattaa käydä läpi ennen päätöksentekotilannetta.

Harjoituksia

- *Neljä erilaista harjoitusta:* jokaiselle jaetaan harjoitukset paperilla (harrastus, myöhästymisen, rahankäyttö ja sosiaalisuus) ja niistä valitaan sopivin vaihtoehto tai kirjoitetaan seuraus-vastaus. Ohjaajat auttavat ryhmäläisiä pohtimissa. Jokaisesta harjoituksesta käydään kierros läpi ja katsotaan mitä ryhmäläiset ovat kuhunkin pohtineet. Liitteinä on kaksi esimerkkiä syy-seuraussuhdeista (talvitakki, lautapeli) ja neljä harjoitusta. Harjoituksia voi tehdä yksin tai ryhmässä.
- *Valinnan tekeminen ja syy-seuraussuhde:* Ryhmässä käsitellään erilaisia valintoja ja niiden seurauksia. Kuvat ovat hyvä väline konkretisoimaan eri vaihtoehtoja. Esim. "Olen väsynyt. Voin valita päiväunet tai kävelyn. Mitä kummastakin vaihtoehdosta voi seurata?" (pöydällä kuva nukkumisesta ja kävelystä).

7. Tavoitteiden tekeminen

- Tavoitteen asettaminen voi mahdollisesti auttaa ryhmäläistä havahtumaan siihen, että hän voi itse päättää omista asioistaan, esim. "mitä syön aamupalaksi / mitä teen tänään illalla töiden jälkeen / kenen kanssa vietän aikaa".
- Vähintään yksi konkreettinen tavoite omaan arkeen liittyen (esim. valitsen aamuisin itse vaatteet).
- Tavoite mielellään todella pieni, jotta se mahdollisesti voisi toteutua ryhmäkoko- naisuuden aikana (tai ainakin tulisi jonkinlaista edistymistä päätöksen tekemi- sessä).
- Mietitään jokaisen kohdalla milloin ja miten toteuttaa tavoitteen (konkretia!).
- Jos ryhmäläinen ei keksi itse niin ohjaaja auttaa miettimisessä, tärkeää että jo- kaisella ryhmäläisellä olisi tavoite.

8. Päätöksenteon osa-alueet

- Päätöksentekemistä voi käsitellä ryhmäläisten tason mukaan myös pilkkomalla päätöksentekeminen osiin, jotta se olisi prosessina helpompi hahmottaa.
- Liitteinä kaksi erilaista päätöksenteon mallia, joita voi soveltaa ryhmäläisten ta- son mukaan.
- *Päätöksenteon malli*
 1. olosuhteiden tarkastelu: minä (omat tarpeet, mielenkiinto) ja ympäristö (velvollisuudet, normit, odotukset)
 2. vaihtoehtojen tunnistaminen
 3. vaihtoehtojen vertailu ja seurausten miettiminen
 4. valinnan tekeminen
 5. toimiminen valinnan mukaan
- Kohtien läpikäyminen ja käsitteleminen esimerkin kautta voi selventää mallia (esim. kaupassa käyminen: välipalan ostaminen).
- Mietitään kaikki kohdat läpi ryhmäläisten kanssa ja selvennetään mitä kohdat tar- koittavat ja mitä esimerkissä pitää missäkin kohtaa huomioida.
- Tärkeää olisi löytää esimerkkejä ryhmäläisten omasta arjesta, mitkä voidaan käydä läpi mallin kautta → mallin soveltaminen käytäntöön.

9. Sosiaalinen vuorovaikutus ja päätöksenteko

- Sosiaalisissa tilanteissa voi myös tehdä päätöksiä oman käytöksen suhteen, esim. mitä aion sanoa toiselle, millaisella tyyllillä, onko kaikkea tarpeellista sanoa.
- Sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyy paljon odotuksia siitä miten pitäisi käyttäytyä, esimerkiksi kohtelias käytös on toivottavaa ja toiselle ei sanota pahasti jos siihen ei ole mitään syytä.
- Ryhmäläisiltä voitaisi tässä kohtaa kysyä, että mitä on kohtelias käytös, jotta heidän mielipiteensä tulee kuulluksi. Kohteliaaseen käytökseen kuuluu esimerkiksi toisen kuunteleminen, kysymyksiin vastaaminen, siisti kielenkäyttö, tervehtiminen, vuoron antaminen toisille.

Harjoituksia

- *Kuvaharjoitus:* pöydälle laitetaan kuvia erilaisista sosiaalisista tilanteista (esim. riitatilanne, toiselle ilkeästi sanominen, myöhästyminen ym.) ja pyydetään ryhmäläisiä pohtimaan millaisia seurauksia tällaisilla tilanteilla voisi olla. Tunteet ja teot ovat myös erikseen kuvina, joita voi näyttää ryhmäläisille (jos ne auttavat havainnollistamaan esim. mistä tunteesta puhutaan).
 - Tunteita erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa voi olla esim.: pelko, viha, suru, ahdistus, ärtymys, positiivisissa tilanteissa ilo
 - Tekoja erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa voi olla esim.: tappelu, toisen haukkuminen takaisin, hiljeneminen, vastaan sanominen, paikalta poistuminen

10. Itsemääräämisoikeus ja itsenäinen päätöksenteko yhteiskunnallisella tasolla

- Itsemääräämisoikeus tarkoittaa jokaisen ihmisen oikeutta määrätä omasta elämästä ja tehdä omia valintoja. Lainsäädäntö ohjaa kunnioittamaan jokaisen ihmisen itsemääräämisoikeutta.
- Jos ryhmäläisiä tukee itsenäisen päätöksenteon teeman käsitteleminen myös yhteiskunnallisella tasolla, niin alla on listattu lakeja, jotka liittyvät päätöksentekemiseen:
 - Sosiaalihuollon asiakaslaki: jokaisen asiakkaan omia toiveita ja mielipiteitä on kuunneltava palveluiden suunnittelussa, esim. asumispalvelut ja työtoiminta
 - Uusi itsemääräämisoikeuslaki (tulee voimaan keväällä 2015): kohentaa sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaiden ja potilaiden itsemääräämisoikeutta, vähentää rajoittamiskeinojen käyttöä sekä parantaa niin asiakkaiden kuin henkilökunnankin oikeusturvaa
 - YK:n ihmisoikeusjulistus ja vammaisten ihmisten oikeuksia koskeva yleissopimus: oikeus omaan kieleen, kulttuuriin ja sananvapaus myös vammaisilla ihmisillä, vaihtoehtoiset viestintäkeinot, oikeus saada tarvitsemaansa tietoa ymmärrettävässä muodossa
 - Suomen vammaispoliittinen ohjelma: oikeus itsenäiseen harkintaan, päätöksentekoon ja toimintaan häntä itseään koskevissa asioissa, mahdollisuus tuettuun päätöksentekoon (pätöksenteossa voi olla tarvittaessa apuna toinen henkilö)

Lisää tietoa:

Tuettu päätöksenteko - opas päätöksentekijälle ja tukihenkilölle. SAVAS. Savon Vammaisasuntosäätiö 2014. http://www.savas.fi/userfiles/file/esitteet_ja_opaat/savas_tuepaopas_2014.pdf

Papunet → laaja valikoima kuvia harjoituksia varten

TEEN ELÄMÄSSÄNI PÄÄTÖKSIÄ:

- millaista työtä teen



- mitä harrastan



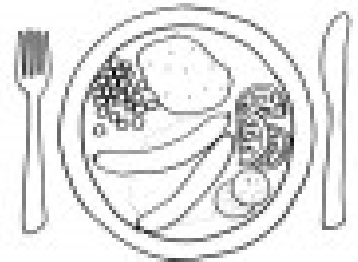
- kenen kanssa vietän aikaani



- mitä puen päälleni



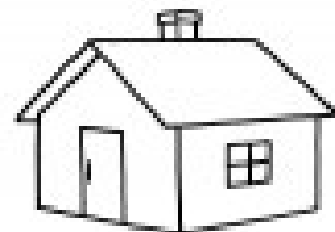
- mitä haluan syödä



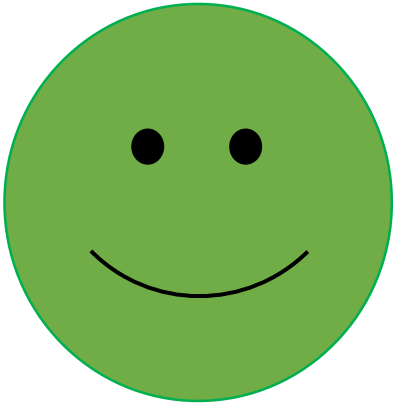
- milloin tapaan läheisiäni



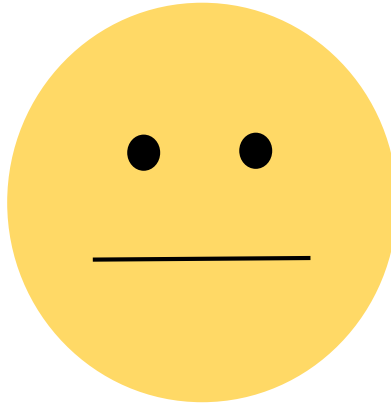
- miten haluan asua



OMA MIELIPIIDE –KORTTI



PIDÄN



EN TIEDÄ



EN PIDÄ

PÄÄTÖKSENTEKO JA SEURAUSTEN MIETTIMINEN

1. VAIHTOEHTOJEN
MIETTIMINEN

2. SEURAUSTEN
POHTIMINEN

3. PÄÄTÖS
MITEN TOIMII

PÄÄTÖKSENTEON MALLI

1. olosuhteiden tarkastelu:
minä (omat tarpeet, mielen-
kiinto) ympäristö (velvollisuu-
det, normit)

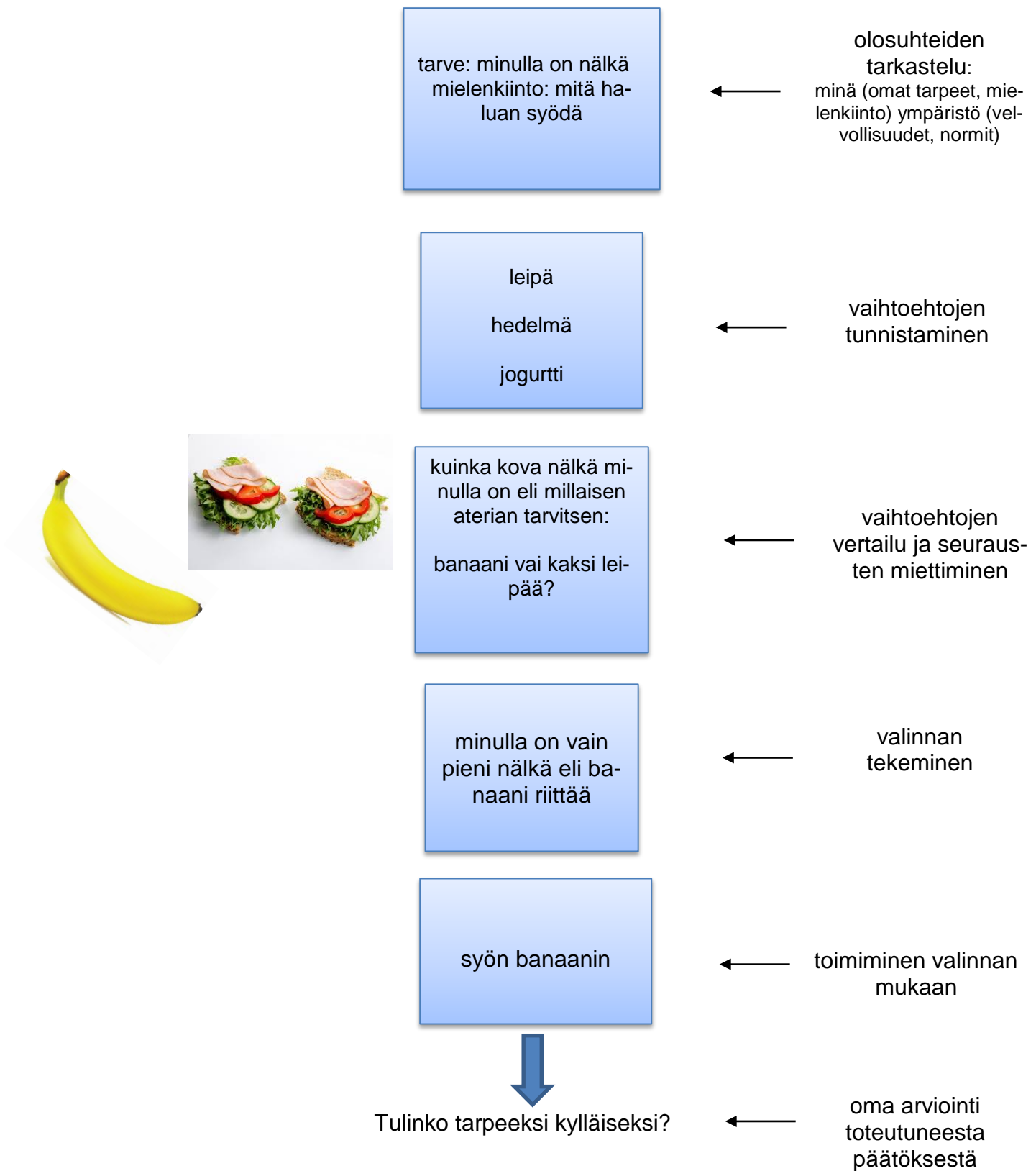
2. vaihtoehtojen tunnistami-
nen

3. vaihtoehtojen vertailu ja
seurausten miettiminen

4. valinnan tekeminen

5. toimiminen valinnan
mukaan

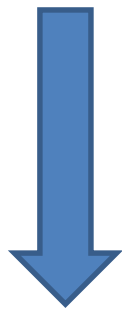
PÄÄTÖKSENTEON MALLI: välipalan valitseminen



SYY-SEURAUSSUHDE: ESIMERKKI 1.

Jos laitan talvitakin päälle kesällä, minulle tulee kuuma.

Syy: laitan talvitakin päälle
kesällä



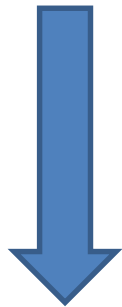
Seuraus: minulle tulee kuuma



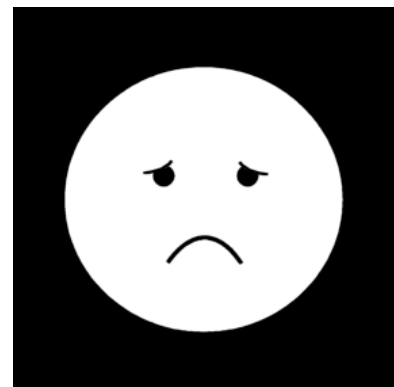
SY-Y-SEURAUSSUHDE: ESIMERKKI 2.

Jos en mahdu pelaamaan lautapeliä muiden kanssa vaikka haluaisin, niin minulle tulee paha mieli.

Syy: En mahdu peliin mukaan



Seuraus: minulle tulee paha mieli

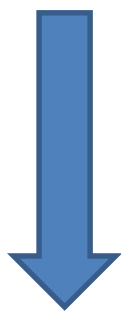


SYY-SEURAUSSUHDE: HARJOITUS 1. HARRASTUS

Haluan aloittaa uuden harrastuksen, jotta tutustun uusiin ihmisiin ja saan kavereita. Kumpi vaihtoehdoista sopii paremmin jos haluan saada kavereita?



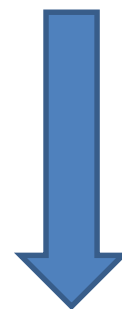
Tietokoneen
pelaaminen



Pelaan yksin



Salibandyn
pelaaminen



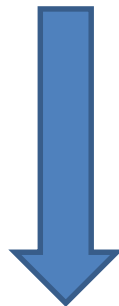
Pelaan yhdessä
muiden
kanssa

SYYS-SEURAUSSUHDE: HARJOITUS 2. MYÖHÄSTYMI- NEN

Tulen myöhässä itsenäisen päätöksenteon
ryhmään.



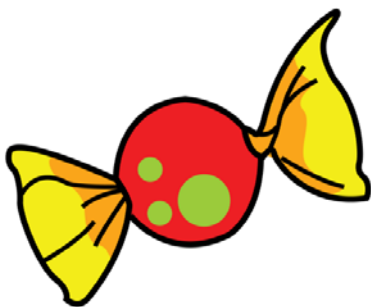
Myöhästymisen
ryhmästä



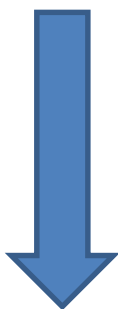
Seuraus?

SYY-SEURAUSSUHDE: HARJOITUS 3. RAHANKÄYTTÖ

Minulla on kova nälkä ja menen ostamaan itselleni syötävää.



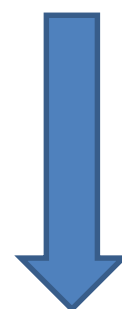
ostan karkkia



seuraus?



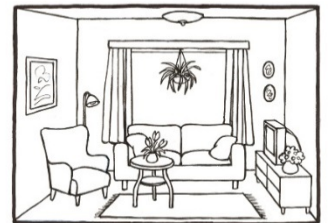
ostan ainekset jauheli-
hakastikkeeseen



seuraus?

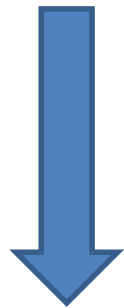
SYY-SEURAUSSUHDE: HARJOITUS 4. SOSIAALISUUS

Haluan olla yksin huoneessani ja kuunnella musiikkia tai piirtää. Minua kuitenkin pyydetään tulemaan olohuoneeseen muiden kanssa. Mitä eri vaihtoehtoista seuraa?

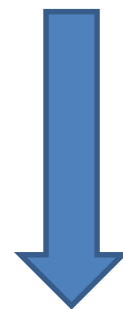


kuuntelen musiikkia huoneessani

menen olohuoneeseen



seuraus?



seuraus?

