

AUTISMIKIRJON LAPSI KOULUIÄSSÄ

Tässä oppaassa kerrotaan autismikirjoon liittyvistä erityispiirteistä, miten ne näkyvät autismikirjon lapsen käyttäytymisessä ja miten voit ottaa ne huomioon hänen kanssaan koulussa, iltapäivätoiminnassa ja harrastuksissa.

TIETOA AUTISMIKIRJOSTA

Autismi on aivojen neurobiologinen kehityshäiriö, joka vaikuttaa siihen, miten lapsi viestii ja on vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, sekä siihen, miten hän aistii ja kokee ympäröivän maailman. Kyse on koko elämän mittaisesta tilasta, joka johtuu keskushermoston erilaisesta kehityksestä.

Autismikirjo ilmenee hyvin yksilöllisesti ja sen aiheuttamat toimintarajoitteet ovat myös yksilöllisiä ja vaihtelevia. Voidaankin sanoa, että kun olet tavannut yhden autismikirjon henkilön, olet tavannut vain yhden autismikirjon henkilön.

Autismikirjoa esiintyy ympäri maailmaa noin 1-1,2 %:lla väestöstä. Autismia on tavattu pojilla enemmän kuin tytöillä. Varsinkin aikaisempina vuosikymmeninä ero oli merkittävä, jopa 15:1. Tämä koski lähinnä Aspergerin oireyhtymää, jonka diagnosikriteerit kehittyivät aikanaan kuvaamaan poikien autismikirjon piirteitä. Tytöillä ja naisilla autismikirjo ilmenee hieman eri tavoin kuin pojilla ja miehillä. Tästä johtuen moni autismikirjon tyttö on jäänyt diagnosoimatta. Tilanne tyttöjen ja naisten diagnosoinnin suhteen on kuitenkin alkanut kohentua ja tyttöjen autismikirjioon liittyvät piirteet havaitaan nykyään jo paremmin. Nykyisin arvellaankin, että poikien ja tyttöjen suhdeluku autismikirjolla on lähempänä 3:1.

Autismiin liittyvässä diagnosoinnissa on tapahtumassa muutos, kun käyttöön otetaan ICD-10 tautiluokituksen korvaava ICD-11-luokitus. Tulevan muutoksen yhteydessä nykyisessä tautiluokituksessa laaja-alaisiin kehityshäiriöihin sisältyvät erilliset diagnoosit (autismi, Aspergerin oireyhtymä, epätyypillinen autis-

mi, disintegratiivinen kehityshäiriö) poistuvat ja tilalle tulee yksi sateenvarjodiagnoosi "autismikirjon häiriö". Tällöin autismikirjolla olevat saavat yhteisen diagnoosin autismikirjon häiriö, jota sitten tarkennetaan yksilön toimintakykyä kuvaavilla lisämääritteillä.

MIKÄ AIHEUTTAA AUTISMIA?

Autismilla on sekä geneettistä että fysiologista taustaa. Autismikirjo on monitekijäisesti periytyvä, mutta siihen vaikuttavat myös sikiön kehityksen aikaiset tapahtumat. Autismi ei johdu toimimattomasta vanhemmuudesta, huonosta kasvatuksesta tai muusta vastaavasta tekijästä. Autismi on pysyvä ominaisuus.

Kaikkien autismikirjolla olevien ihmisten käyttäytymisessä on havaittavissa erityispiirteitä eri osa-alueilla. Ohessa niitä käsitellään autismikirjon lapsen kannalta:

Sosiaalinen vuorovaikutus

Autismikirjon lapsen on vaikeampaa ymmärtää toisten tunteita ja ilmaista omia tunteita. Tästä syystä voi olla vaikeampaa luoda ja ylläpitää ystävyys- tai kaverisuhteita. Hänelle voi tuottaa vaikeuksia muodostaa katsekontaktia. Myös tapa reagoida ilmeillä ja eleillä voi olla erilainen.

Sosiaalinen kommunikaatio

Autismikirjon lapsella on eriasteisia vaikeuksia kielen ymmärtämisessä ja sen tuottamisessa sekä sanattomassa ilmaisussa. Hänen voi olla vaikea esimerkiksi päätellä äänensävyä toisen ihmisen tunnetilaa ja hän voi tulkita kieltä hyvin kirjaimellisesti.

Sosiaalinen mielikuvitus

Autismikirjon lapsella on vaikeuksia mieltää erilaisia tilanteita oman kokemuspäiirinsä ulkopuolelta. Hänelle voi olla vaikeaa asetta toisen ihmisen asemaan ja mieltää miltä toisesta tuntuu.

Lisäksi voi esiintyä aistien yli- ja aliherkkyyttä, toiminnanohjauksen vaikeuksia ja erilaista toistavaa käyttäytymistä sekä erityisiä mielenkiinnon kohteita.

AISTIEN ERITYISPIIRTEET

Autismikirjon lapsella aistien välittämä tieto ja sen tulkinta on yksilöllistä ja tavallisesta poikkeavaa. Hän voi olla yli- tai aliherkkä eri aistimuksille, kuten äänille, kosketukselle, eri hajuille ja mauille sekä valolle, väreille, lämpötiloille ja kivulle. Esimerkiksi ympäristön erilaiset taustääänet, jotka harvoin haittaavat muita ihmisiä, voivat autismikirjon henkilöstä kuulostaa varsin kovilta ja häiritseviltä.

Tämä voi aiheuttaa ahdistuneisuutta ja tuntua jopa fyysisenä kipuna. Helpommin havaittavia ovat näköön ja kuuloon liittyvät herkkyydet. Yli- ja aliherkkyksiä voi esiintyä samoilla aistialueilla ja ne voivat vaihdella hyvinkin paljon elämän varrella, jopa päivittäin.

Autismikirjon lapsen aistit voivat ylikuormittua helposti. Aistien kuormittumista voivat lisätä erilaiset äänet, valot, hajut, ihmisvilinä. Lapsi voi pyrkiä aistikuormitustilanteissa itse vähentämään niiden vaikutusta sulkemalla pois osan aisteistaan, vetäytymällä rauhalliseen paikkaan tai rauhoittumaan itselleen tyypillisellä tavalla kuten hyppimällä, räpyttelemällä käsiä, hypistelemällä jotain tai heijaamalla (nk. stimmaus). Kaikki edellä mainitut ovat tapoja, joilla autismikirjon lapsi pyrkii säätelemään aistikuormitusta, eikä niitä pitäisi rajata, ellei se ole aivan välttämätöntä.

Aisteihin liittyvät erityispiirteet (esimerkkejä):

AISTIEN ERITYISPIIRTEET	YLIHERKKYYS	ALIHHERKKYYS
NÄKÖ	Välttelee kirkkaita, välkkyviä valoja; Liian monet värit ja tavarantaljoua ahdistavat; Kohti liikkuvat esineet tai muut asiat voivat aiheuttaa pelkoa	Hakee voimakkaita näköaistimuksia
KUULO	Tietyt äänitaajuudet epämiellyttäviä: porakone, koneiden ja valaisimien äänet, ihmisten äänet (sirinä, kohina, kahina); Äkilliset ja kovat äänet (koiran haukku, lasten itku, taputus); Monet yhtäaikaist äänet	Voi kuulla ääniä vain toisella korvalla, toisessa korvassa kuulo voi olla osittainen tai puuttua kokonaan. Voi olla kiinnittämättä huomiota tiettyihin ääniin; Nauttii meluisista paikoista ja väenpaljoudesta; Pitää ovien ja tavaroiden paikomisesta tai niiden rikkoutumisen aiheuttamasta äänestä
MAKU	Välttää happamia makuja, voimakkaita mausteita, vieraita makuja. Huom. Ruuassa tärkeä myös rakenne, väri, haju	Voimakkaiden aistimusten etsiminen (chili, mausteiset ruuat)
HAJU	Välttää voimakkaita hajuja ja hajusteita ympäristössä (ihmiset, ruuat, eläimet, luonto)	Voimakkaiden hajujen suosiminen (myös ns. epämiellyttävät hajut)
TUNTO (pintatunto ja syvätunto)	Kosketus, vaatteiden saumat, materiaalit, vetoketjut, pesumerkit, sukat, hiusten hoitaminen, suihku tuntuvat epämiellyttäviltä. Kipuherkkyys	Etenkin syvätuntoon liittyvien aistimusten haku; Vaikeus tunnistaa esimerkiksi kipua
LIIKE- JA TASA-PAINO AISTI	Motorinen kömpelyys; Välttää korkeita paikkoja, epätasaista maastoa; Liukuportaot ja hissi pelottavat	Hakee liikettä esim. keinuu koko ajan, heijaa

Kommunikaatio

Autismikirjon lapsella voi olla eriasteisia vaikeuksia ymmärtää ja käyttää kieltä sekä tulkita eleitä ja ilmeitä. Hän voi ymmärtää puhutun tai kirjoitetun kielen kirjaimellisesti. Hän voi keskustellessaan toisen kanssa ilmehtiä tai elehtiä epätavallisesti ja hänellä voi olla vaikeuksia sekä käsitellä että muistaa puhuttua asiaa. Osalla autismikirjon lapsista puhe on hyvin rajoittunutta tai voi puuttua kokonaan. He tarvitsevat puhetta tukevia ja korvaavia menetelmiä kommunikaationsa tueksi. On tärkeää löytää lapselle kommunikointitapa, jolla hän voi ilmaista itseään ja tulla ympäristössään ymmärretyksi.

Toiminnanohjaus

Autismikirjon lapsella voi olla vaikeuksia oman toimintansa ohjauksessa. Hänelle voi tuottaa vaikeuksia havaita esimerkiksi se, kuinka kauan jonkun asian tekeminen vie aikaa ja missä järjestyksessä asiat kannattaisi tehdä, jotta lopputulos olisi mahdollisimman hyvä. Hänelle voi olla tärkeää tehdä asiat tietyllä tavalla ja totutussa järjestyksessä. Pienikin muutos rutiineissa voi estää tai vaikeuttaa toiminnan etenemistä. Käyttäytyminen voi vaikuttaa ulospäin itsepäiseltä, omaehtoiselta tai välinpitämättömältä, mutta todellisuudessa se voi olla merkki toiminnanohjaukseen liittyvistä haasteista. Lapselle voi tuottaa myös vaikeuksia pitää mielessä annettuja käskyjä tai kehotuksia, etenkin jos niitä annetaan useita ja liian nopeassa tahdissa.

Toiminnanohjauksen vaikeudet koskettavat monia arjen osa-alueita: pukeutumista, hygienian hoitoa, erilaisten tehtävien suorittamista jne. Toiminnanohjauksen vaikeuksiin auttavat yleensä riittävä ennakointi ja toiminnan jäsentäminen eli strukturointi. Autismikirjon lapsi hahmottaa asioita eri tavalla ja hän hyötyy siitä, että hän tietää **mitä tehdään - milloin tehdään - missä tehdään**

- kenen kanssa tehdään - kuinka kauan se kestää ja mitä sen jälkeen tapahtuu. Toiminnan tueksi voi rakentaa sekä kuvitettuja että kirjallisia ohjeita tukemaan toiminnan etenemistä, ympäristön hahmottamista ja muutostilanteiden käsittelyä.

Stressiherkkyys

Ihmisillä on hyvin yksilöllinen tapa sekä stressaantua että reagoida stressiin. Jotkut vaikuttavat säilyttävän tasapainonsa vaikeissakin tilanteissa, kun taas toiset stressaantuvat pienemmistäkin asioista. Erilaiset elämäntapahtumat ja ulkopuolelta tulevat ärsykkeet kohottavat stressitasoa vaihtelevasti, tilanteesta riippuen. Jos stressitaso on syystä tai toisesta valmiiksi kohonnut, on uuden stressitasoa nostavan tekijän vaikutus tavallista merkittävämpi. Stressitasoa kohottavat tekijät voivat olla hyvin erityyppisiä; lyhyitä tilannesidonnaisia asioita tai tapahtumia, kuten aisteihin kohdistuvat ärsykkeet, tai pidempikestoisia, esimerkiksi muutokset elinympäristössämme. Moniin stressitasoa kohottaviin tekijöihin on mahdollista varautua ennakkoinnilla.

Autismikirjon lapsen hermosto kuormittuu helposti ja sen seurauksena hänen stressitasonsa nousee. Kuormitusta voivat aiheuttaa mm. meluisa ympäristö, vaihtuvat ja epäselvät tilanteet sekä sosiaalinen kanssakäyminen. Ero perusstressitason ja kaaoksen välillä on yleensä paljon pienempi kuin ihmisellä, jolla ei ole neuropsykiatrista diagnoosia. Kannattaa huomata, että myös positiiviset tapahtumat ja tilanteet elämässä nostavat stressitasoa - kauan odotettu matka lapselle mieluisaan kohteeseen tai vaikka syntymäpäivä. Haastavaan käyttäytymiseen liittyy aina kohonnut stressitaso, joten stressin väheneminen vähentää myös haastavaa käyttäytymistä.

VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN

Autismikirjon lapsella on usein haasteita vuorovaikutussuhteen rakentamisessa toisiin ihmisiin ja he tarvitsevat tukea näiden erityishaasteidensa kanssa. Vuorovaikutustilanteissa haastetta tuo esimerkiksi vastavuoroisuus. Autismikirjon lapsi ei välttämättä aloita tai koe tarvetta keskusteluun, tervehtimiseen tai omien kokemuksiensa jakamiseen. Joillakin on myös selvästi vähemmän kiinnostusta ihmissuhteisiin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei autismikirjon lapsi haluaisi olla vuorovaikutuksessa. Vuorovaikutustilanteita vaikeuttaa esimerkiksi ihmisen tunnistaminen kasvoista yleisesti esiintyvän kasvosokeuden vuoksi tai toisen ihmisen ilmeiden, eleiden ja tunteiden tulkinta.

TIETOA AUTISMIKIRJOSTA

Kouluikäisellä autismikirjolla olevalla lapsella voi olla

- vaikeuksia sosiaalisten taitojen oppimisessa
- vähän ystäviä
- vaikeutta ottaa katsekontaktia
- epätasainen kykyprofiili – hän on joissain asioissa todella hyvä, toiset asiat taas eivät näytä sujuvan
- erityinen kiinnostuksen kohde, joka voi olla aika erikoinenkin
- taipumus tulkita sanottua kirjaimellisesti
- ongelmia tarkkaavuudessa
- haastavaa käyttäytymistä
- rutiineihin tarrautumista
- kömpelyyttä
- erilaisuutta aistitoiminnoissa.

Hänen on ehkä vaikeaa

- lukea kehonkieltä ja muuta sanatonta viestintää
- asettua toisen lapsen asemaan
- hahmottaa kokonaisuuksia
- ohjata toimintaansa
- ajatella joustavasti
- huolehtia tavaroistaan
- olla keskeyttämättä muita
- kestää muutoksia, epäonnistumista tai kritiikkiä
- olla muiden seurassa välitunnilla.

Autismikirjon lapsella on myös voimavaroja ja vahvuuksia:

- hyvä muisti
- kyky paneutua omiin mielenkiinnon kohteisiin
- omaperäinen ilmaisu ja näkemys ympäristöstä
- rehellisyys
- oikeudenmukaisuus
- sääntöjen noudattaminen
- aistien erilaisuus, herkkyys
- visuaalisuus
- loogisuus
- luovuus
- erityiset lahjakkuuden alueet
- tunnollisuus
- ideoiden runsaus
- kyky uppoutua asioihin
- kiinnostus faktatietoihin
- tarkka yksityiskohtien havaitseminen

- omaperäinen huumorintaju
- kyky hahmottaa tietokoneen logiikkaa
- taito työskennellä perusteellisesti ja yksityiskohtiin keskittyen

Haastava käyttäytyminen

Autismikirjon lapsella voi joskus esiintyä haastavaa käyttäytymistä. Haastavaksi käyttäytymistä kutsutaan silloin, kun se tuottaa selkeää fyysistä, psyykkistä, taloudellista tai sosiaalista haittaa henkilölle itselleen tai ympäristölle. Haastavaan käyttäytymiseen on aina olemassa jokin syy. Monesti haastavaan käyttäytymiseen liittyvät aistien erityispiirteet, toiminnanohjauksen haasteet, vuorovaikutuksen ja kommunikaation vaikeudet ja sosiaalisten tilanteiden aiheuttama kuormittuminen. Erilaiset muutokset toimintaympäristössä, kuten uudet ihmiset tai yllättävät muutokset kesken koulupäivän, voivat vaikuttaa autismikirjon henkilöön huomattavan voimakkaasti. Tällöin lapsen stressitaso nousee. Mikäli tilanne jää huomioimatta, on vaarana, että niin kutsuttu kaaosraja ylittyy ja seuraa haastavan käyttäytymisen tilanne.

Haastavaan käyttäytymiseen vaikuttamisessa kaikkein toimivinta on stressitilanteiden ennaltaehkäisy. Yhtä tärkeää on pohtia haastavan käyttäytymisen tilanteeseen johtaneita syitä ja tilannetta edeltäneitä tapahtumia, jotta lapsen kanssa voidaan opetella toisenlaista tapaa toimia. Parasta haastavan käyttäytymisen ennaltaehkäisyä on huomioida autismikirjon lapsen erityistarpeet aistien, toiminnanohjauksen, kommunikaation ja vuorovaikutuksen osalta sekä muokata ympäristöä ja toimintatapoja autismiystävällisempään suuntaan.

MUISTA NÄMÄ

Autismikirjon lapsella on erilainen tapa hahmottaa maailmaa, joten hänellä on myös erilainen tapa oppia asioita. Tarvitaan

siis erilainen tapa opettaa ja ohjata. Usein oppiminen tapahtuu visuaalisesti eli näön kautta. Kannattaa huomioida yksilöllinen opetustyyli ja käyttää mahdollisimman monikanavaisia opetus- ja ohjaustapoja.

Autismikirjon lapsella lahjakkuus voi olla jakautunut epätasaisesti. Hän voi olla erittäin taitava toisissa asioissa, kun taas toiset asiat ovat hänelle vaikeita. Taitavuus johtuu usein siitä, että on erityisen kiinnostunut kyseisestä aiheesta. Muista, että uuden oppiminen voi vaatia autismikirjon lapselta normaalia enemmän toistoja ja harjoittelua. Pakottaminen ei auta, sen sijaan oikeanlainen palkitseminen voi edistää lapsen oppimista.

MITEN TUET AUTISMIKIRJON LASTA

Ennakoi

- Auta lasta suunnittelemaan ajankäyttöään esim. tehtävien suhteen.
- Tee sopimuksia hänen kanssaan.
- Ennakoi tilanteiden syy- ja seuraussuhteita.
- Ennakoi sosiaalisia tilanteita, etenkin jos ne ovat uusia.
- Motivoi lasta palkkioilla, esimerkiksi tarroilla.
- Anna ohjeita yksi kerrallaan, tarvittaessa käytä apuna kuvia tai kirjoitettuja ohjeita.
- Valitkaa lapsen kanssa sopiva vakiopaikka esim. luokassa, ruokailussa ym.
- Ennakoi muutokset!

Strukturoi

- Vastaa kysymyksiin mitä tehdään - missä tehdään - milloin tehdään - kenen kanssa tehdään - kuinka kauan se kestää - mitä sen jälkeen tapahtuu?
- Anna ohjeet yksi kerrallaan ja riittävästi aikaa niiden noudattamiseksi.

- Tehkää yksilöllisiä päivä- ja tehtäväjärjestyksiä.
- Noudata selkeää rakennetta koulupäivissä ja tehtävissä.
- Strukturoikaa tekemisiä yhdessä autismikirjon lapsen kanssa.
- Kehota ja muistuta.
- Hyödynnä lapsen kiinnostuksen kohteita.
- Jäsennä ajan kulumista ja tehtävien suorittamista käyttämällä apuna kalentereita, kelloja (tiimalasit, munakellot), kännykkää, lukujärjestyksiä jne.
- Harjoita työmuistia.
- Jaa tehtävät pienempiin osiin.
- Tee kirjallisia ja kuvitettuja ohjeita.
- Tarvittaessa rajaa lapsen työtila esimerkiksi sermillä.

Visualisoi

- Havainnollista puhettasi esineillä, kuvilla ja teksteillä.
- Käytä värejä ja kuvia tilojen ja toimintojen hahmottamiseen.
- Havainnollista sääntöjä esimerkiksi kuvien ja sosiaalisten kuvatarinoin.
- Käytä ohjauksessa apuna kuvia tai kirjoitettuja ohjeita.

Huomioi aistit

- Muokkaa ympäristöä aistiystävällisemmäksi.
- Salli korvatulpat, sermit, aurinkolasit, älypuhelimet ym.
- Kiinnitä huomiota ympäristön ääniin, materiaaleihin, lämpötilaan, valoihin, hajuihin, väreihin yms.
- Huomioi oma äänenkäyttösi.
- Opetta rentoutumaan.
- Mahdollista tauot, joilla autismikirjon lapsi voi tasata aistejaan esim. rauhallisessa tilassa.

Tue sosiaalisia taitoja

- Käytä suoraa, konkreettista kieltä.

- Käytä sosiaalisia tarinoita, sarjakuvia, filmejä, draamaa jne.
- Harjoittele tunnetaitoja lapsen kanssa.
- Tee yhteisiä sopimuksia ja kompromisseja.
- Huomioi lapsen vahvuudet.
- Rohkaise pyytämään apua, sopikaa vaikka yhteisestä merkistä, jolla pyydetään apua.
- Kiinnitä erityistä huomiota lapseen välitunneilla ja muissa vapaissa tilanteissa, ohjaa häntä mielenkiintoiseen toimintaan ja kaverisuhteiden luomiseen.

Muuta

- Opetä ”kädestä pitäen”, mallia näyttäen.
- Kannusta ja tsemppaa.
- Anna rehellistä, ”oikeaa” palautetta.
- Opetä vastuuta ja anna vastuutehtäviä.

Kouluikäisenä hankitut arkielämäntaidot kantavat aikuisuuteen.

YHTEISTYÖ

Autismikirjon lapsella on erityisiä tarpeita liittyen kasvuun ja kehitykseen. Hän voi tarvita arkeensa hoitoon, kasvatukseen, opetukseen ja kuntoutukseen liittyvää tukea. Näitä varten on yleensä laadittuna suunnitelma, johon voidaan sisällyttää kaikki eri tukimuodot. Kun lapsella on autismikirjon diagnoosi, on hyvin todennäköistä, että hän saa kuntoutusta, esimerkiksi puheterapiaa tai toimintaterapiaa, mutta joskus myös muita terapiamuotoja. Kuntouttajien tapaamisia voi olla hyvin vaihtelevasti, joten suuri osa kuntoutuksesta ja uusien asioiden opettelemisesta tapahtuu varsinaisen kuntoutuksen ulkopuolella arjessa, koulussa ja kotona.

Hyvä yhteistyö on avointa ja lasta sekä hänen perhettään kunnioittavaa. Perheen asiantuntemus on ensiarvoisen tärkeää. Heillää

todennäköisesti on paras tieto lapsensa erityispiirteistä ja mieltymyksistä ja esimerkiksi siitä, millaiset asiat ovat lapsen kanssa tuotaneet aikaisemmin edistystä. Yhteistyö eri tahojen (perhe, koulu, harrastukset, kuntouttajat) kesken on tärkeää, jotta varmistetaan paras mahdollinen tuki lapselle.

HYVIÄ LINKKEJÄ

Kommunikaatio ja vuorovaikutus

Kuvia ja toimintaohjeita:

www.papunet.net/materiaalit/

Tunnetaitojen harjoittelu:

www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen

Aistit

Opas aistiherkän lapsen tukemiseksi

www.autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/tukikeinot/aistit-ja-rentoutuminen/

Tilojen esteettömyyskarttoitus:

www.aistiesteettomyys.web.app/

Haastava käyttäytyminen

Haaste-toimintamalli

www.autismiliitto.fi/haastemanuaali

Useat autismikirjon nuoret kertovat kokeneensa kiusaamista kouluaikoina. Puutu kiusaamiseen, selvitä tilanne kaikille osapuolille ymmärrettävästi, koska autismikirjon oppilas voi käsittää kiusaamisen eri tavalla kuin muut. Erilaisuus on myönteinen asia. Koko luokkayhteisö voi oppia uusia asioita erilaisuuden ymmärtämisen kautta ja hankkia tärkeitä taitoja elämää varten.

www.autismiliitto.fi
#TunneAutismi



AUTISMILIITTO