

Autismikirjo – mistä on kysymys?

elina.havukainen@autismiliitto.fi

www.autismiliitto.fi

MEKIN OLEMME TÄÄLLÄ!

- **Mitä autismi on?**
- **Kuinka moni on autismikirjolla?**
- **Mistä autismi johtuu?**
- **Erilaista autismia?**
- **Miten autismi näkyy käyttäytymisessä?**

Mitä autismi on?

<https://www.youtube.com/watch?v=Q7udsrTYyks>

Autismikirjon häiriö

- On aivojen neurobiologinen kehityshäiriö.
- Elämänmittaisesta tila, joka johtuu keskushermoston erilaisesta kehityksestä.
- Ilmenee hyvin yksilöllisesti ja sen aiheuttamat toimintarajoitteet ovat myös yksilöllisiä ja vaihtelevia.

”Kun olet tavannut yhden autismikirjon henkilön, olet tavannut yhden autismikirjon henkilön.”

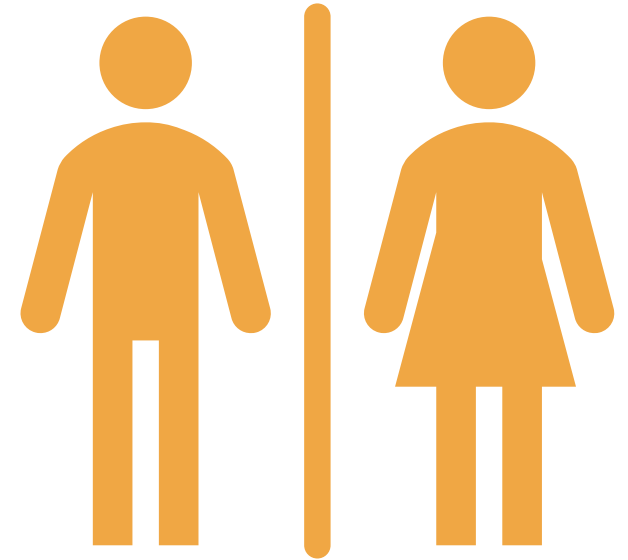


Kuinka moni on autismikirjolla?



Autismikirjon ihmisiä
katsotaan olevan noin
1 -1,2% väestöstä
eli n. 55 000 -66 000

Kehitysvammaisten
osuus autismikirjosta
on **n. 30%**



Autismissa ja Aspergerin
oireyhtymässä tyttöjen ja
poikien suhde on **1/3**

Mistä autismi johtuu?

Taustalla olevia syitä ei vielä kunnolla tunneta

- Luultavasti useampien tekijöiden yhteisvaikutus
- Taustalla sekä geneettisiä että ympäristötekijöitä
- 85% autismikirjon diagnoosin taustalla olevia tekijöitä ei saada selville
- Autismikirjon häiriö ei johdu toimimattomasta vanhemmuudesta, huonosta kasvatuksesta tai muusta vastaavasta tekijästä.

F 84.0 Lapsuusiän autismi, F 84.5 Aspergerin oireyhtymä, F 84.1 Epätyypillinen autismi

Tulevaisuudessa vain yksi sateenvarjodiagnoosi:

Autismikirjon häiriö

Liitännäisiä

- Käytöshäiriö, ahdistuneisuushäiriö, ADHD, unihäiriöt, tic-oireet
- Muita liitännäisiä: Touretten oireyhtymä, epilepsia, depressio, OCD, migreeni, puheenkehityksen viivästymä, bipolaarinen oireyhtymä, syömishäiriöt, oppimisvaikeudet jne.



Erilaista autismia?

Female Autism Fenotype

Autismikirjon ydinoireet samat, mutta ne voivat ilmetä eri tavalla. Esiintyy enemmän naisilla kuin miehillä.

- Oireiden peittely eli maskaaminen.
- Heikkouksien kompensoiminen vahvuuksilla esim. äly, taito
- Kovempi halu sopeutua ikätovereihinsa -> sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyvät roolit.
- Autismikirjolla olevat tytöt ovat useammin passiivisempia ja pojat taas yliaktiivisia ja aggressiivisempia.
- Täydellisyyden tavoittelu vahvempaa
- Mielenkiinnonkohteet erilaisia (tyttöillä ihmiset, ilmiöt ja eläimet ja pojilla esineet ja faktat)
-> Tyttöillä erityiset mielenkiinnonkohteet sinänsä eivät eroa ikätovereihin vaan niiden laatu ja voimakkuus

PDA-autismi

- Äärimmäinen (patologinen) vaatimusten välttely
- Autismiin liittyvät piirteet + omia PDA-piirteitä



Miten autismi näkyy käyttäytymisessä?

Autismin ydinpiirteet näkyvät

Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa

- Autismikirjon henkilöiden on vaikeampaa ymmärtää toisen ihmisen tunteita ja ilmaista omia tunteitaan.

Sosiaalisessa kommunikaatiossa

- Autismikirjon henkilöllä voi olla eriasteisia vaikeuksia ymmärtää ja käyttää kieltä sekä tulkita eleitä ja ilmeitä.

Sosiaalisessa mielikuvituksessa

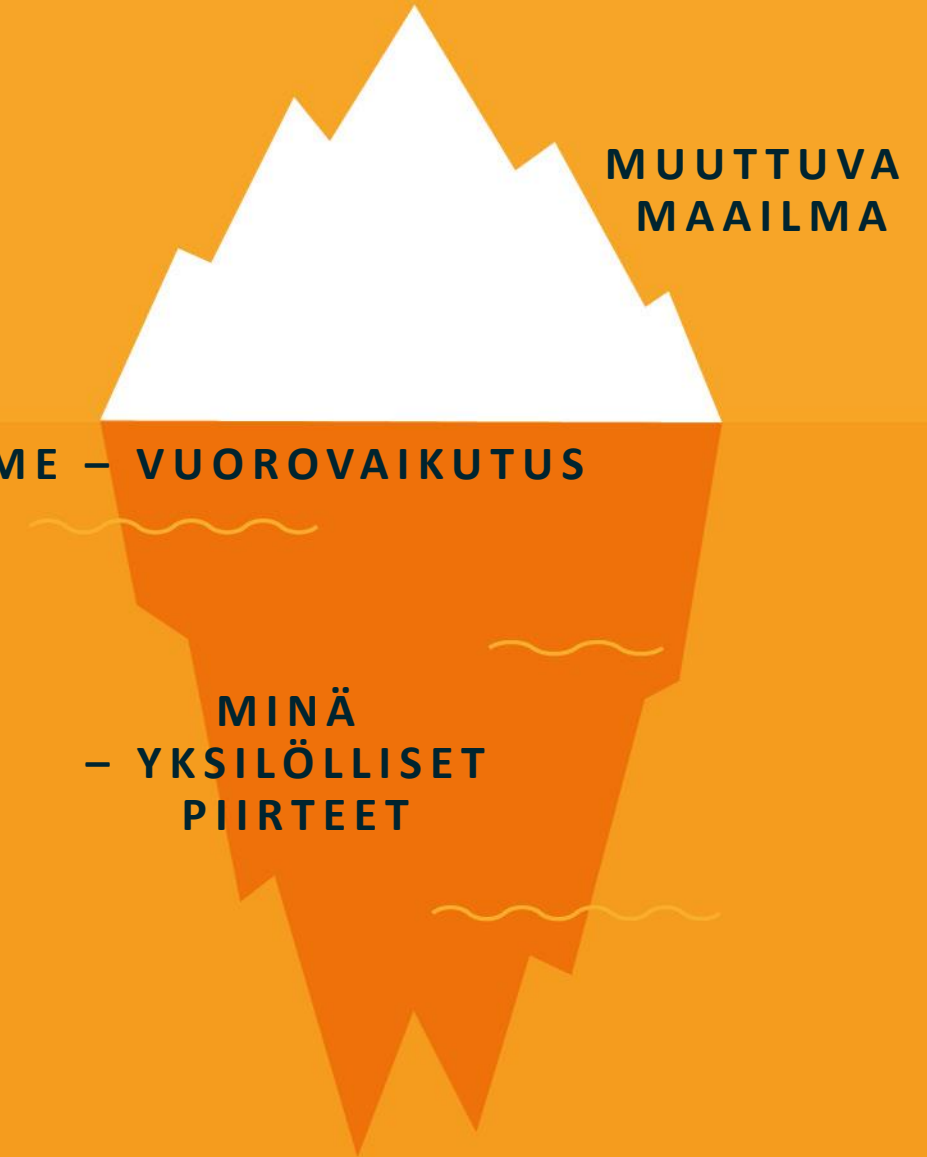
- Autismikirjon henkilöllä on vaikeuksia mieltää erilaisia tilanteita oman kokemuspiirinsä ulkopuolelta.

HÄN – HAVAINTO

**MUUTTUVA
MAAILMA**

ME – VUOROVAIKUTUS

**MINÄ
– YKSILÖLLISET
PIIRTEET**



***Mitä onkaan siis jäävuoren alla?
-erilainen ”käyttöjärjestelmä”***

- Aistien erityispiirteet
- Stressiherkkyys
- Toiminnanohjaus
- Sosiaalisen kanssakäymisen erityispiirteet

HÄN – HAVAINTO

MUUTTUVA
MAAILMA

ME – VUOROVAIKUTUS

MINÄ
– YKSILÖLLISET
PIIRTEET



ME, JOILLE HALAUS ON KUIN PÄÄHÄN PUJOTETTU MUOVIPUSSI JA
PARFYymi KUIN RATSUPIISKAN ISKU KASVOILLE

Autismikirjolla olevan lapsen toimintakyky ja sen tukeminen

Aistit

Stressiherkyys



Aistit



Aistitiedon säätelyn vaikeudet

- **Aistiyliherkkyys**
- **Aistialiherkkyys**
- Aistimusten välttely
- Aistihakuisuus



Aistien erityispiirteet

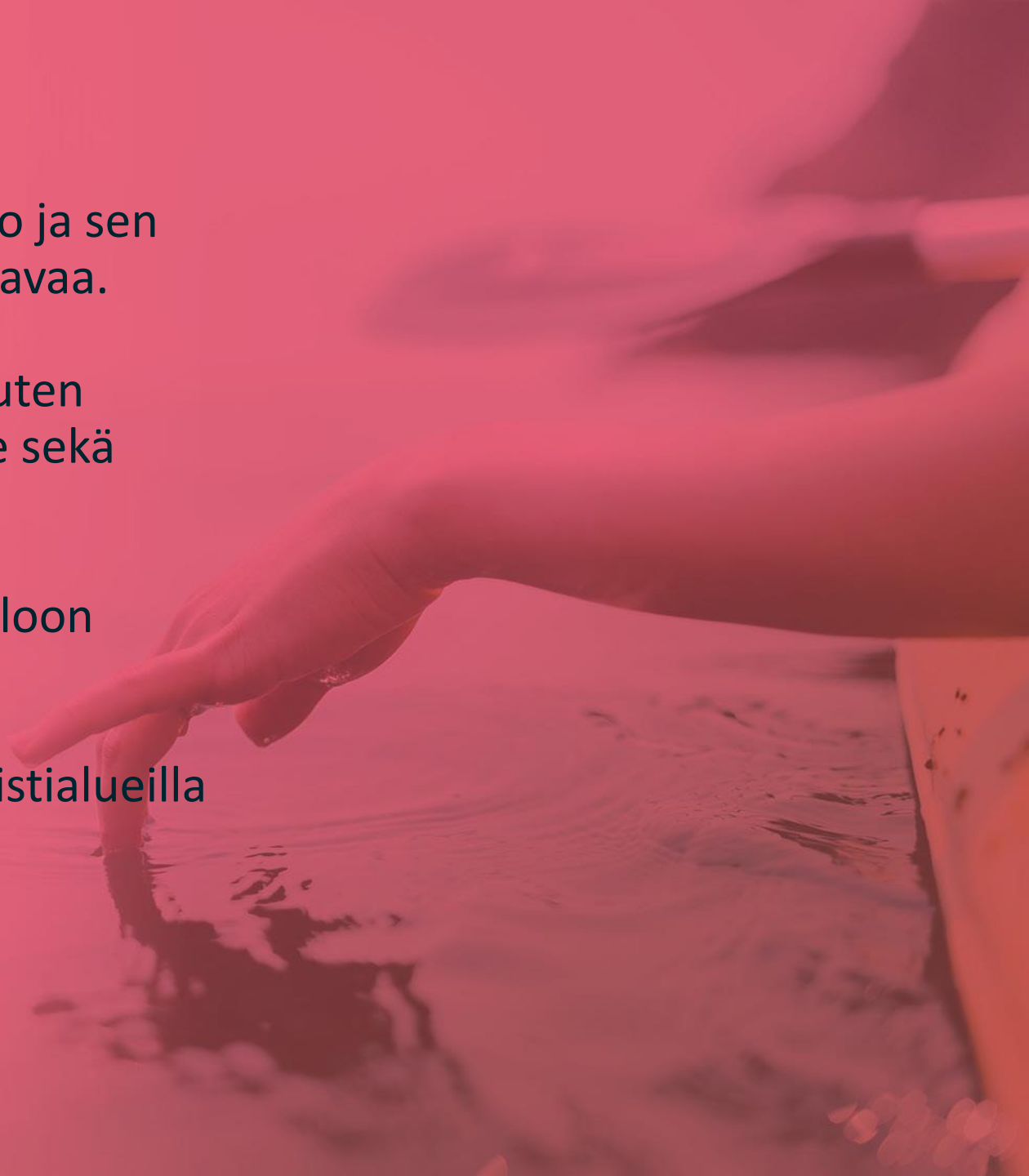
Autismikirjon lapsella aistien välittämä tieto ja sen tulkinta on yksilöllistä ja tavallisesta poikkeavaa.

Voi olla yli- tai aliherkkä eri aistimuksille, kuten äänille, kosketukselle, eri hajuille ja mauille sekä valolle, väreille, lämpötiloille ja kivulle.

Helpommin havaittavia ovat näköön ja kuuloon liittyvät herkkyydet.

Yli- ja aliherkkyyksiä voi esiintyä samoilla aistialueilla ja ne voivat vaihdella hyvinkin paljon.

Aistit voivat ylikuormittua helposti.



AISTIEN ERITYISPIIRTEET	YLIHERKKYYS	ALIIHERKKYYS
NÄKÖ	Välttelee kirkkaita, välkkyviä valoja; Liian monet värit ja tavarantalous ahdistavat; Kohti liikkuvat esineet tai muut asiat voivat aiheuttaa pelkoa.	Hakee voimakkaita näköaistimuksia. Katso esim. kuvaruutua läheltä, räpsyttää valoja tai kaihtimia, nauttii autonikkunasta katselemisesta.
KUULO	Tietyt äänitaajuudet epämiellyttäviä: porakone, koneiden ja valaisimien äänet, ihmisten äänet (sirinä, kohina, kahina); Äkilliset ja kovat äänet (koiran haukku, lasten itku, taputus); Monet yhtäaikaisten äänet.	Voi vaikuttaa kuuntelevan vain toisella korvalla. Voi olla kiinnittämättä huomiota tiettyihin ääniin; Nauttii meluisista paikoista ja väenpaljoudesta; Pitää ovien ja tavaroiden paiskomisesta 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 koeketusta ja esim. kipua.
LIIKE- JA TASAPAINOAISTI	Motorinen kömpelyys; Välttää korkeita paikkoja, epätasaista maastoa; Liukuportaat ja hissi pelottavat	Hakee liikettä esim. keinuu koko ajan, heijaa.

Stressiherkkyys



Stressin vaikutus toimintakykyyn

<https://haastemanuaali.autismiliitto.fi/wp-content/uploads/2017/09/Stressiopas.pdf>

- Autismikirjolla olevalla stressitaso saattaa vaihdella huomattavasti päivän aikana.
- Ero perusstressitason ja kaaoksen välillä saattaa olla paljon pienempi kuin ns.neurotyypillisellä ihmisellä.
- Stressin, elämäntilanteiden ja masennuksen välillä on yhteys
- Tärkeää opetella tunnistamaan stressitason nousemisesta kertovat varoitusmerkit!
- Varoitusmerkkinen huomioiminen on aina tärkeää, mutta niihin tulee suhtautua niiden merkitys ymmärtäen.



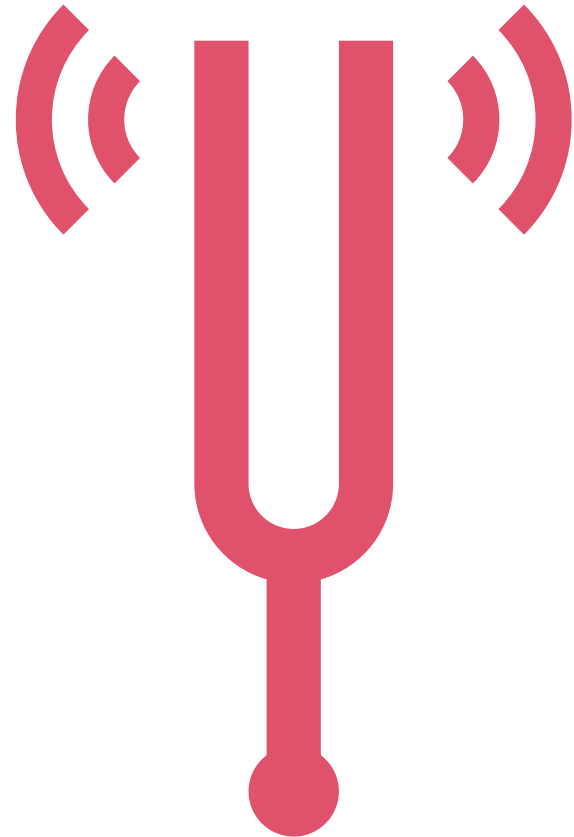
Stressin hallinta

Stressinhallinnassa voidaan käyttää apuna coping –eli hallintakeinoja.

- Yksilöllisiä keinoja (liikunta, ulkoilu, mielenkiinnonkohteisiin syventyminen)

Copingia voidaan harjoitella (ja kannattaakin)

- aistiärsykkeiden estäminen (esim. kuulokkeiden käyttö)
- liikkeiden kontrollointi (esim. käsien yhteen puristaminen)
- itsensä rauhoittaminen (esim. hengitysharjoitukset)
- kommunikaatiotaidot (esim. avun pyytäminen).



ME, JOTKA EMME PITKÄSTY YKSIN, MUTTA IHMISTEN KESKELLÄ KYLLÄ

Autismikirjon lapsen toimintakyky ja sen tukeminen

- Toiminnanohjaus
- Sosiaalinen kanssakäyminen

Toiminnanohjaus



Toiminnanohjaus

www.erityisvoimia.fi/treenaa-toiminnanohjausta

- ***Toiminnanohjauksen tarkoitus***

- jäsentää arjen tilanteita
- tehdä suunnitelmia
- toimia tekemänsä suunnitelman mukaisesti
- toimia joustavasti muuttaen suunnitelmaa tarvittaessa
- torjua tehtävän suorittamista häiritseviä impulsseja

Autismikirjon lapsella voi olla vaikeuksia oman toimintansa ohjauksessa

Vaikeuksia:

- kuinka kauan jonkun asian tekeminen vie aikaa
- missä järjestyksessä asiat kannattaisi tehdä
- tärkeää tehdä asiat tietyllä tavalla ja totutussa järjestyksessä
- muutos rutiineissa voi estää tai vaikeuttaa toiminnan etenemistä
- pitää mielessä annettuja käskyjä tai kehotuksia

Käyttäytyminen voi vaikuttaa ulospäin itsepäiseltä, omaehtoiselta tai välinpitämättömältä, mutta todellisuudessa se voi olla merkki toiminnanohjaukseen liittyvistä haasteista.

Vaikeudet koskettavat monia arjen osa-alueita: pukeutumista, hygienian hoitoa, erilaisten tehtävien suorittamista jne.

Tueksi toiminnanohjaukseen

(Esteille hyvästit –kirja, Autismisäätiö)

- **Ajan hahmottamisen tuki**

- > ”lukujärjestys” paitsi kouluun myös kotiin, harrastuksiin, vapaa-aikaan

- > erilaiset aikaa visualisoivat apuvälineet toimintoihin; timerit, kellotaulut, tiimalasi

- **Asiakokonaisuuksien ja syy-seuraussuhteiden hahmottamisen tuki**

- > sosiaaliset tarinat kuvina, kirjoitettuna, piirrettynä

- > tilojen jäsentäminen tiettyä tarkoitusta varten, tehtävien jäsentäminen

- **Ennakointi sekä siirtymä- ja muutostilanteiden tuki**

- > tulevien tekemisten ja tapahtumien jäsentäminen ennakolta mm. muutoskortti

Tueksi toiminnanohjaukseen

(Esteille hyvästit –kirja, Autismisäätiö)

- **Strukturointi**

-> mitä tehdään - milloin tehdään - missä tehdään - kenen kanssa tehdään - kuinka kauan se kestää - mitä sen jälkeen tapahtuu

-> lukujärjestys, päiväohjelma

- **Selkeät ohjeet**

-> suoraan ihmiselle osoitettu puhe, selkeät viestit ("Laita takki naulakkoon" vs. "Voisivatko kaikki laittaa nyt takkinsa sitten naulakkoon")

- **Palaute**

- **Rutiinien ja rituaalien hyödyntäminen**

- **Palkitseminen**

Sosiaalinen kanssakäyminen



Sosiaalisen kommunikation erityispiirteet

Autismikirjon ihmisellä voi olla eriasteisia vaikeuksia ymmärtää ja käyttää kieltä sekä tulkita eleitä ja ilmeitä.



- Voi tulkita puhuttua ja kirjoitettua kieltä hyvin kirjaimellisesti, eikä välttämättä havaitse esimerkiksi sarkasmia.
- Voi keskustellessaan toisen kanssa ilmehtiä tai elehtiä epätavallisesti ja hänellä voi olla vaikeuksia sekä käsitellä että muistaa puhuttua asiaa.
- Osalla autismikirjon henkilöistä puhe on hyvin rajoittunutta tai puuttuu kokonaan
- Vaikeaa ymmärtää keskustelun sääntöjä (esim. puheenvuorot, asiaankuulumattomat huomautukset, monologit).
- Sanattoman viestinnän ymmärtäminen on vaikeaa, eleiden ja kasvojen ilmeiden käytön vaikeudet.

Sosiaalisen vuorovaikutuksen erityispiirteet

Autismikirjon ihmisen voi olla vaikeampaa ymmärtää toisen ihmisen tunteita ja ilmaista omia tunteitaan. Tämä voi vaikeuttaa ystävyssuhteiden tai ihmissuhteiden muodostamista.

- Onko ihminen tosissaan vai ei? Onko hän helposti lähestyttävä? -> kasvosokeus?
- Vaikeus tunnistaa toisten tunteita tai aikomuksia heijastuu sosiaaliseen käyttäytymiseen ->mielen teoria
- Toisen henkilön reviirin ja henkilökohtaiseen tilan huomioiminen
- Tahdittomuutta ja tahatonta töykeyttä saattaa esiintyä
- Vaikeuksia pitää tai saada ystäviä, vaikeus liittyä aktiviteetteihin -> oman ikäiset ystävät
- Emotionaalinen haavoittuvuus
- Vaikeus pyytää apua

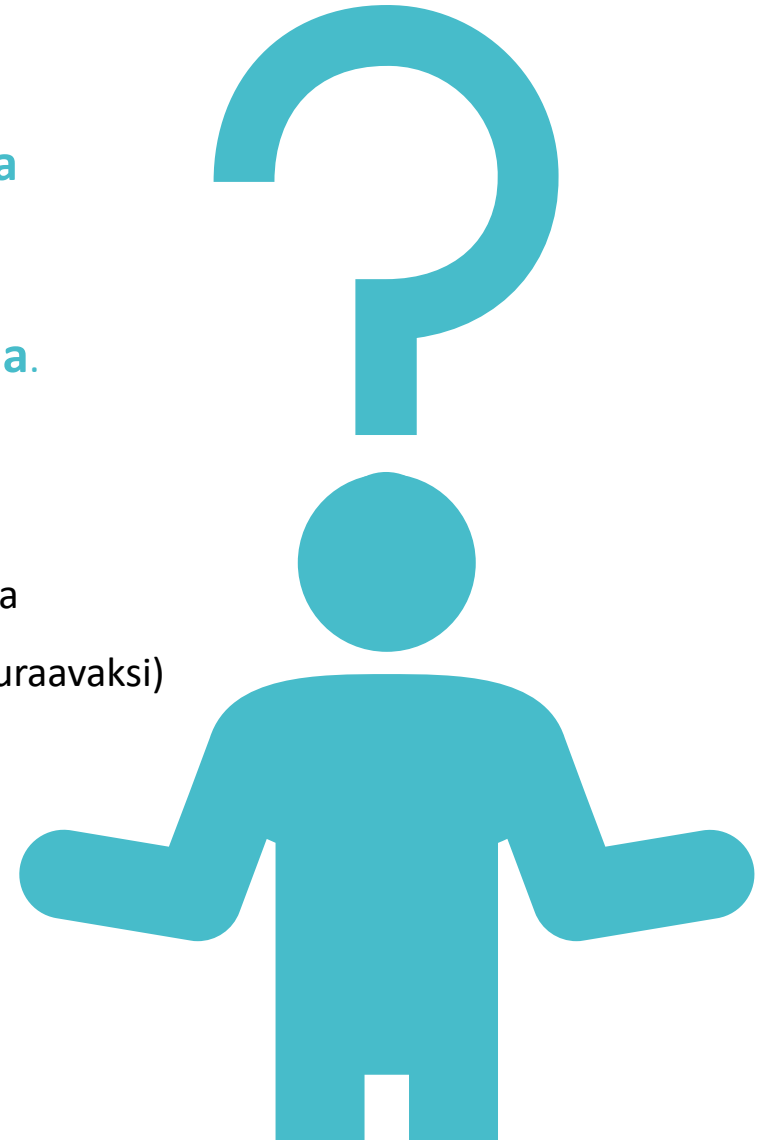


Sosiaalisen mielikuvituksen / joustavuuden erityispiirteet

Autismikirjon ihmisen voi olla vaikeaa mieltää erilaisia tilanteita oman kokemuspiirinsä ulkopuolelta. Tämä vaikeuttaa uusiin tilanteisiin sopeutumista ja toisten ihmisten käyttäytymisen ja toiminnan tulkintaa.

Vaikeuksia:

- Toisen henkilön asemaan asettumisessa
- Toisen henkilön ajatusten, tunteiden ja toiminnan tulkitsemisessa
- Ennakoimisessa (mitä tapahtuu seuraavaksi tai voisi tapahtua seuraavaksi)
- Puutteellisena vaarantajuna
- Mielikuvitusleikkeihin eläytymisessä (toisten)
- Muutosten tekemisessä ja tulevaisuuden suunnittelussa
- Uusissa tilanteissa selviytymisessä



ME HILJAISUUDEN, NUMEROIDEN, HÄMÄRÄN, VALON JA
APPELSIINIMAKUISTEN JA MUIDEN YKSINÄISTEN AJATUSTEN LAPSET

Autismikirjon lapsen toimintakyvyn tukeminen

Vahvuuksien tukeminen



Vahvuuksien tukeminen

Autismikirjoon liittyy myös paljon vahvuuksia ja voimavaroja. Kirjoon kuuluvalla henkilöllä voi olla esimerkiksi erittäin hyvä yksityiskohtien erottelukyky, hyvä oikeudentaju ja joskus myös erityinen lahjakkuus.

Vahvuudet voivat löytyä myös erityismielenkiinnon kohteista

Miten tukea:

- **Rohkaise ja kannusta kirjon henkilöä toimimaan erityismielenkiinnonkohteiden parissa.**
- **Muista, että mielenkiinnonkohteet voivat toimia kannustimina ja palkkioina monien uusien tai vähemmän mielenkiintoisten asioiden oppimisessa tai suorittamisessa.**

Mitä tiedät heistä? Upeita vahvuuksia autismikirjolla...



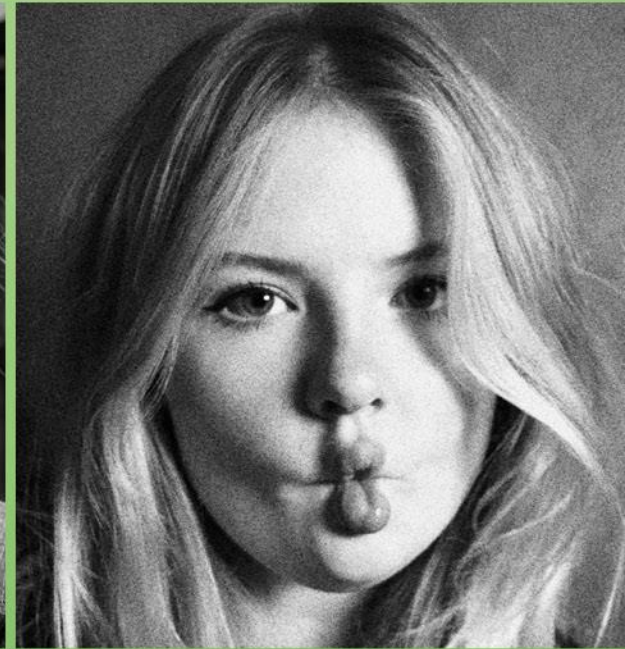
- rehellisyys
- omaperäisyys
- huumorintaju



- hyperfokus
- uskollisuus



- yksityiskohtien havainnointi
- muisti



Miten tuet autismikirjon lasta – lapsena hankitut taidot kantavat aikuisuuteen

Ennakoi

- Auta lasta suunnittelemaan ajankäyttöään
- 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!



Miten tuet autismikirjon lasta – lapsena hankitut taidot kantavat aikuisuuteen

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
- Harjoita työmuistia.
- Jaa tehtävät pienempiin osiin.
- Tee kirjallisia ja kuvitettuja ohjeita.
- Tarvittaessa rajaa lapsen työtila esimerkiksi sermillä.



Miten tuet autismikirjon lasta – lapsena hankitut taidot kantavat aikuisuuteen

Visualisoi

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

Huomioi aistit

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



Miten tuet autismikirjon lasta – lapsena hankitut taidot kantavat aikuisuuteen

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
- 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.



<https://www.youtube.com/watch?v=nTVwYgHrxu0>

Kiitos.

