

Neuropsykiatrisesti oireilevan lapsen ja perheen arjen tuki

Perheet keskiöön!



Neuropsykiatriaa

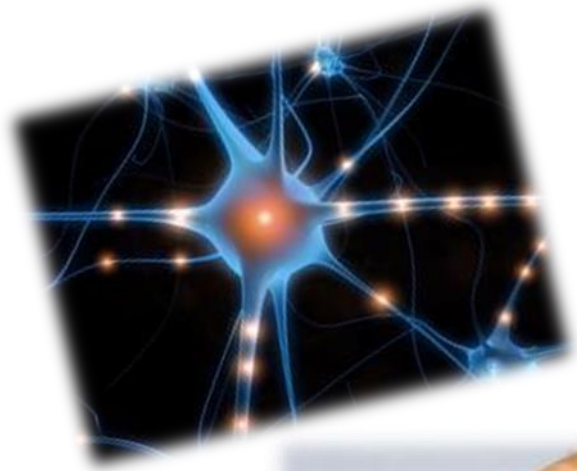
- ADHD
- Autismin kirjo
- Kielellinen erityisvaikeus
- Tourette, OCD
- CD/ODD
- + Liitännäisoireet
- + Toissijaiset oireet



Neuropsykiatriset häiriöt

- Ydinoireet ja oirekuva
- Yksilölliset painotukset ja kehittyminen iän myötä
- Liitännäisoireet ja seurannaisoireet
- Haitta-asteen arviointi arjessa; oireiden sijoittuminen jatkumolle ja tilannekohtainen arviointi

Oirekuvien taustalla vaikuttavat tekijät



Haastava käytös ?

Omat kokemukset
Stressin sietokyky
Ongelmia
itsesäätelyssä

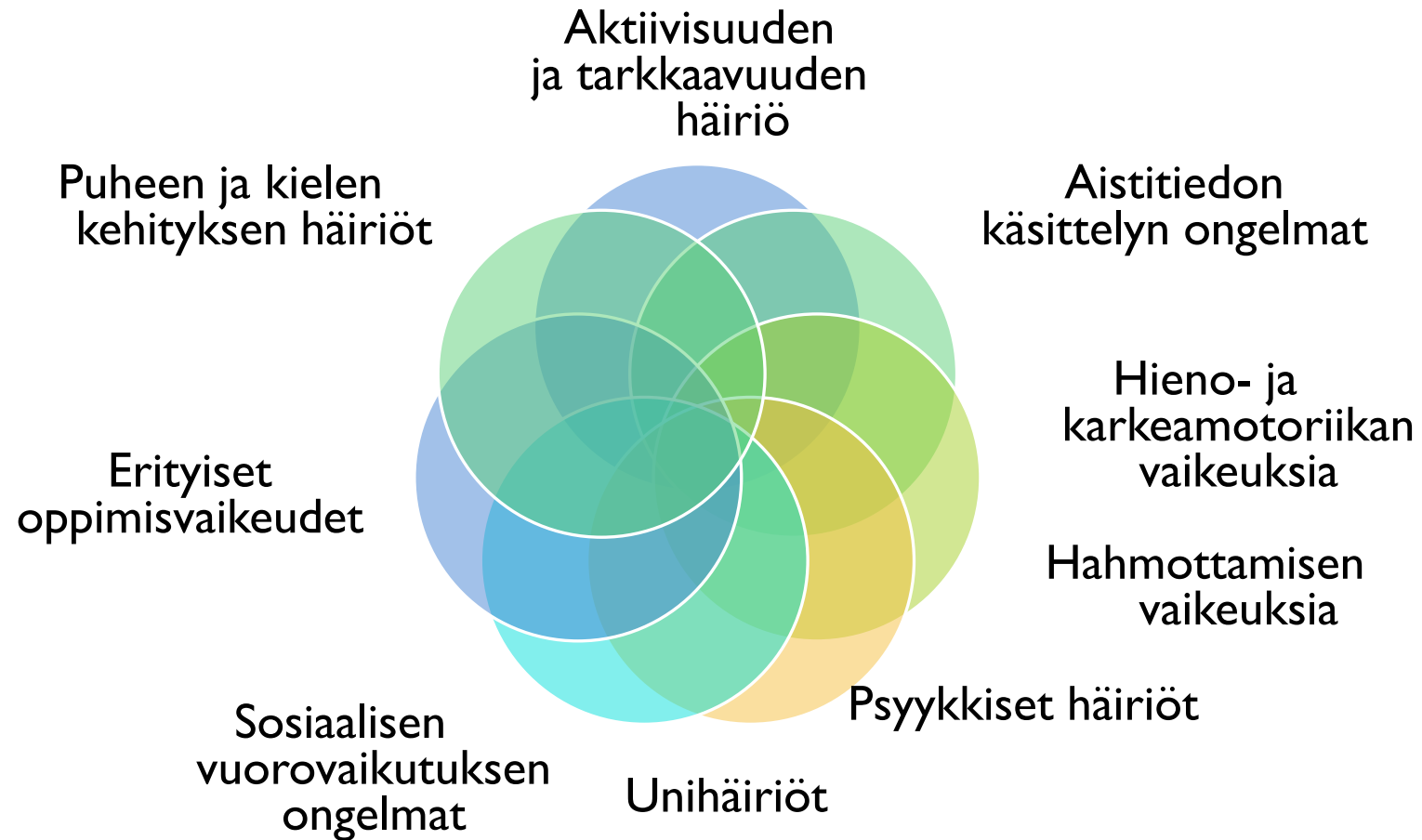




- 



Yhdessä esiintyvyys



Neuropsykiatriset oirekuvat ja aistit

- Adhd-oireisista lapsista n. 30-50% on hieno- ja karkeamotoriikan sekä aistitiedon käsittelyn ongelmia
- Autismikirjon lapsista 70-90% aistitiedonkäsittelyn pulmia
- Tourette-oireisilla lapsilla aistisäätelyn pulmat tavallisia





Ylireagoivuus/
yliherkkyys



Alireagoivuus



Aistimushakuisuus



KEEP IT POSITIVE!

Elinvoimaisuus

Rohkeus

Nopeus

Väsymättömyys

Innostavuus

Seurallisuus

Sanavalmius

Spontaanisuus

Tunteella eläminen

Herkkyys

Kekseliäisyys

Uteliaisuus

Hyvä muisti

Erityislahjakkuus

Vahvuutta vuorovaikutukseen ja tunnetaitoihin

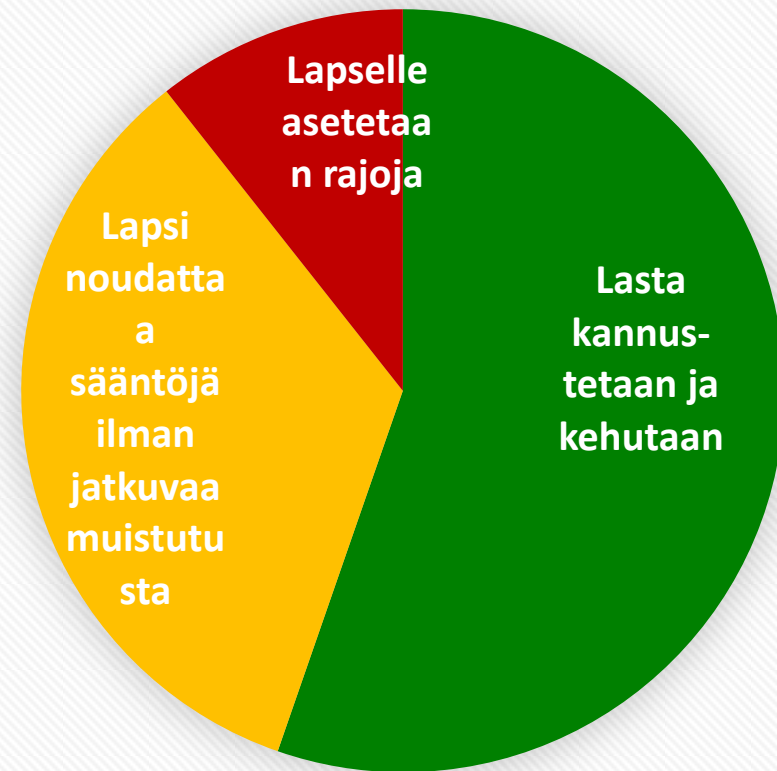
Onko tämä totta?

Kuva: ADHD-liitto ry

Adhd-oireisen lapsen päivä

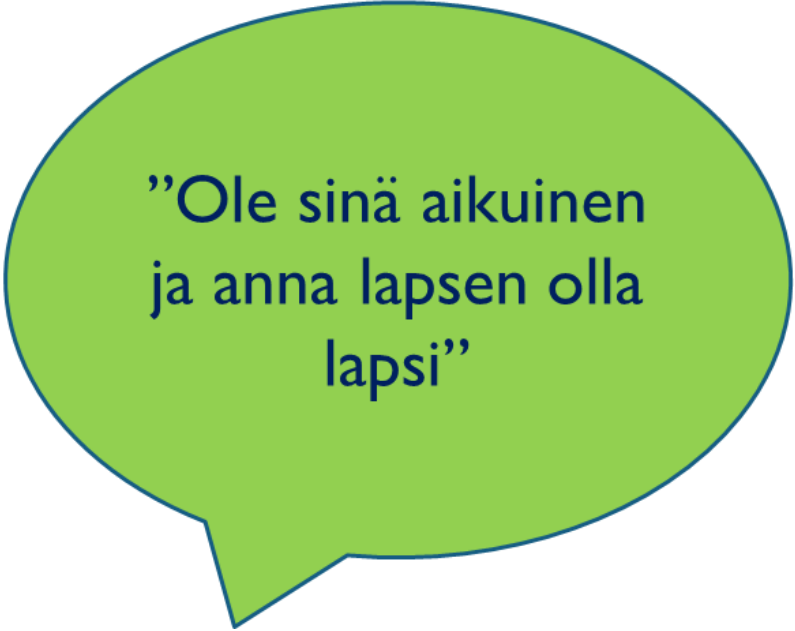


Lapsen päivä, jota adhd ei väritä



Auta lasta

- Lapsi tarvitsee aikuisen apua stressin & käyttäytymisen säätelyssä – kehitys vielä kesken
- Mitä tapahtuu?
- Mitä voi tehdä?
- Mihin pitää keskittyä?
- Luo järjestystä !



”Ole sinä aikuinen
ja anna lapsen olla
lapsi”

Auta
toimimaan
oikein





Auta
onnistumaan

Keskity
myönteiseen



Suunnitellaan arki toimivaksi

Ajattele tilanne lapsen näkökulmasta

- Mitä ympärillä tapahtuu ?
- Miten puhutaan, miten ohje on annettu ?
- Fyysiset olosuhteet
- Aistimushakuisuus ?
- Kyky ohjata omaa toimintaa vai poukkoillaanko ympärillä olevien ärsykkeiden mukaan ?

ADHD-oireisiin vaikuttavat ympäristö- ja motivaatiotekijät

Lähde: Käypähoito -suositus

Oireita usein voimistavat tekijät

- Ympäristön häiriötekijät (äänet, esineet, liike, jne)
- Suuri ryhmäkokoo
- Vapaamuotoinen tilanne
- Monimutkaiset ohjeet
- Pitkäkestoinen, ponnistelua vaativa työskentely
- Palaute vasta tekemisen päätyttyä
- Toistuva, tylsäksi/ vaikeaksi koettu tekeminen
- Useat yhtäaikaista, huomiota vaativat asiat
- Yleisesti koko ryhmälle annettu ohje
- Odotus paikallaan pysymisestä
- Fyysinen epämukavuus (liian kuuma/kylmä, väsymys, nälkäisyys, kipu)
- Psyykinen epämukavuus (jännittäminen, odottaminen)

Oireita usein lievittävät tekijät

- Rauhallinen ympäristö, sopiva ärsyketaso
- Pieni ryhmä, kahdenkeskisyys
- Strukturoitu tilanne
- Lyhyet, yksi vaihe kerrallaan annetut ohjeet
- Lyhyisiin jaksoihin jakautuva tekeminen
- Välitön, kannustava palaute
- Mielenkiintoinen tekeminen, hyvä motivaatio
- Työskentely yksi asia kerrallaan
- Yksilölle suoraan suunnattu ohje
- Mahdollisuus liikehtiä häiritsemättä muita (esim. jumppapallolla istuminen, sormeiltava esine)
- Vireystilan säätelyä helpottavat olosuhteet (mahdollisuus lepo hetkeen, välipala)
- Salliva, rauhoittumista tukeva ilmapiiri

Jäsentäminen

Toimintaympäristö

Selkeyttäminen

Asioiden tutut paikat

Häiriötekijöiden huomioiminen

Päiväohjelma

Tuttu järjestys ja rutiinit

Kuvat & muistilistat tukena

Sarjakuvapiirtäminen &
sosiaaliset tarinat

Tehtävät/ toiminnot

Yksi asia kerrallaan; selkeät alut & loput



Arki strukturoituna

- Tieto luo turvaa
- Rutiinit sujuvoittavat arkea
- Jäsentynyt toiminta edellyttää tietoa tapahtumista
- Strukturi on sopimus
- Yllätyksiltä ei voi välttyä



TIME
FOR
PLAN B

to do list

MEAL LIST

Dairy	Bread
milk	Loaf
eggs	french bread
cottage cheese	buns
Sour cream	biscuits
meat	Breakfast
Hamburger	cereal
Pork loin	oatmeal
Boneless chicken	granola bars
Pasta & grains	Produce
Rice	apples
egg noodles	oranges
Moriconi & cheese	onions
Lasagna noodles	potatoes
	lettuce

Visualisoinnin merkitys

Lisää lapsen

kykyä ymmärtää
kykyä hahmottaa
kykyä ilmaista itseään
kykyä muistaa
kykyä ohjata toimintaansa
kykyä hallita käyttäytymistään
kykyä tehdä valintoja

ITSETUNTO



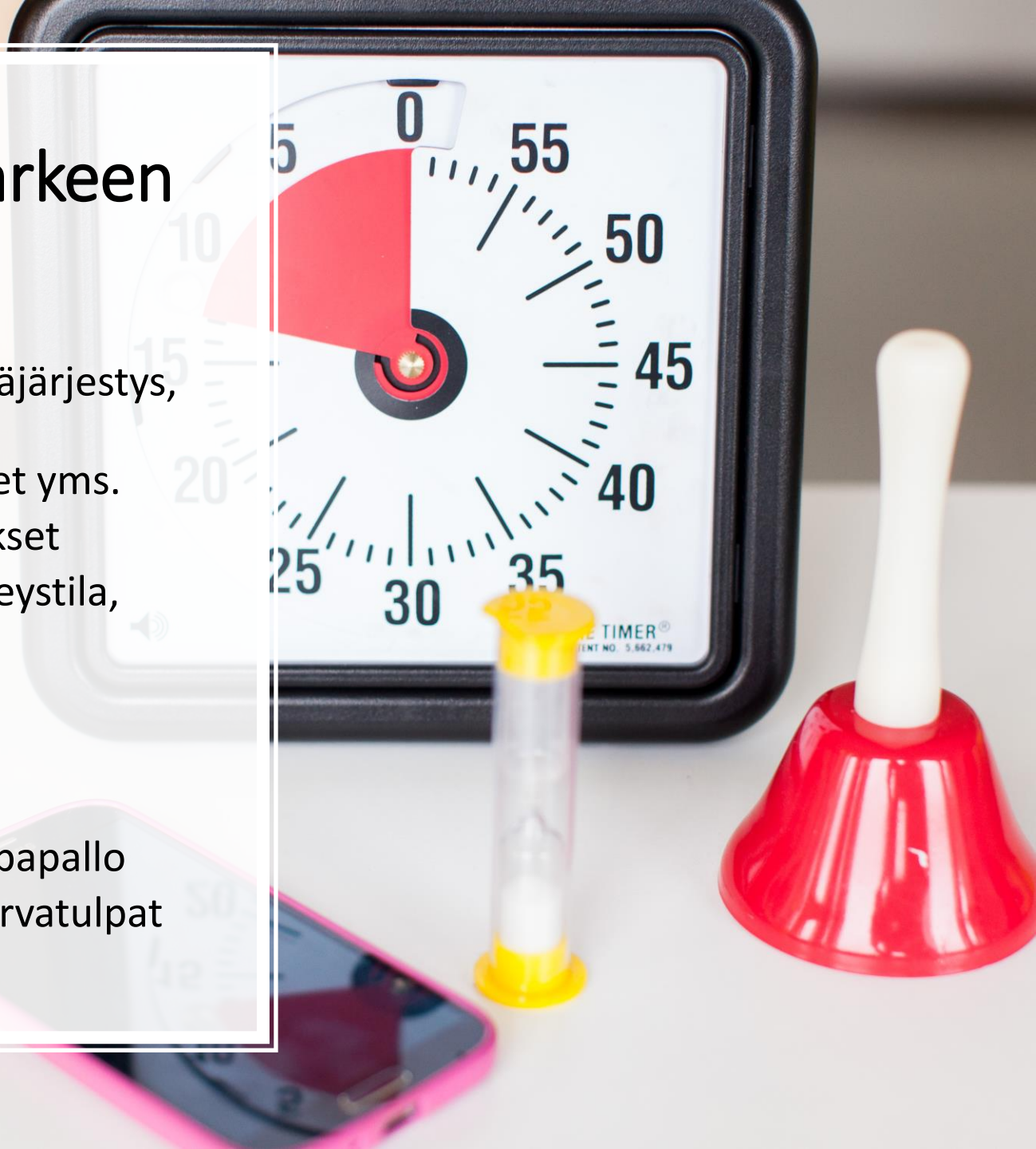
Aistisäätelyn huomioimisen tärkeys (Sensory Modulation)

- Aistiyliherkkyys, aliherkkyys, aistimushakuisuus
- Aistisäätely vahvasti yhteydessä lapsen haastavaan käyttäytymiseen, pulmiin vuorovaikutussuhteissa, voimakkaisiin tunnereaktioihin ja tunteiden säätelyn haasteisiin, kuten myös arjen taitojen oppimiseen ja itsesäätelyn taitojen kehittymiseen
- Yksilölliset tukitoimet huolellisen tutkimuksen pohjalta
- Arjen jäsentäminen: myönteisyys, ennakointi ja rutiinit, lapsen aktiivinen osallisuus
- Tasapainoilua - sopiva kuormitus, stressioireiden huomaaminen



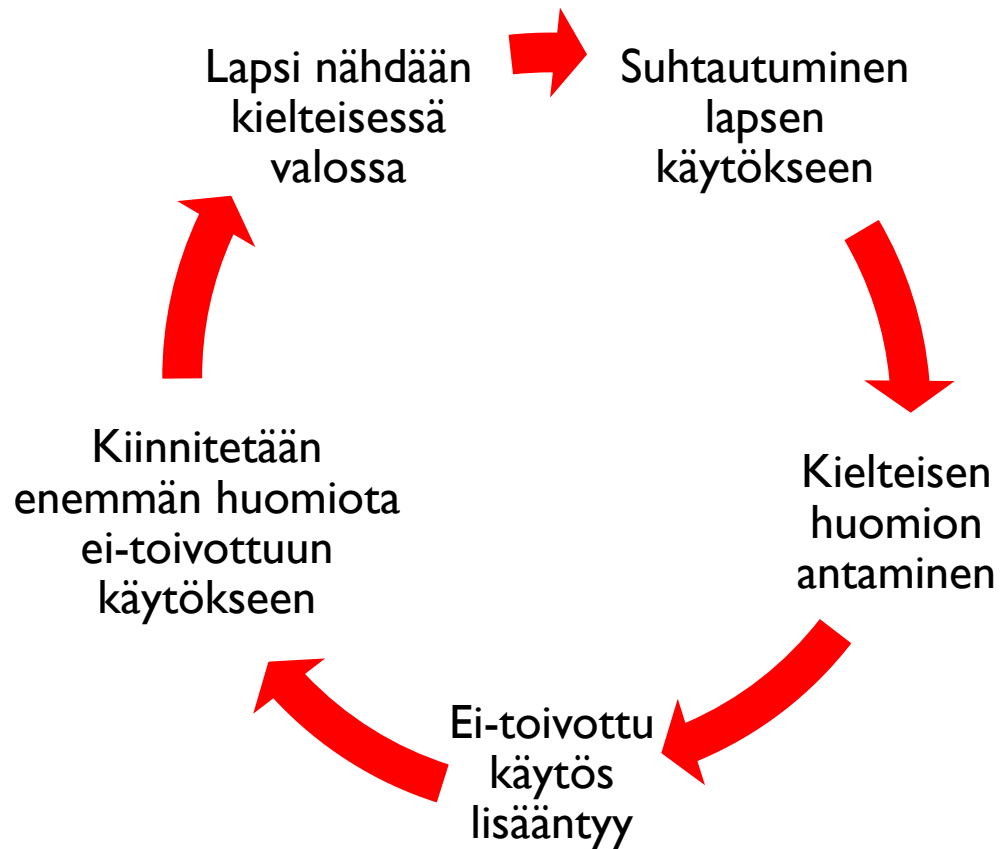
Apuvälineitä arkeen esim.

- Kuvien käyttö (päiväjärjestys, tilannekohtaiset)
- Timetimer, ajastimet yms.
- Älylaitteet, sovellukset
- Säätelymittarit (Vireystila, tunne)
- Painotuotteet
- Hypistelylelut
- Purutuotteet
- Aktiivityynyt, jumppapallo
- Kuulosuojaimet, korvatulpat
- Aurinkolasit, lippis

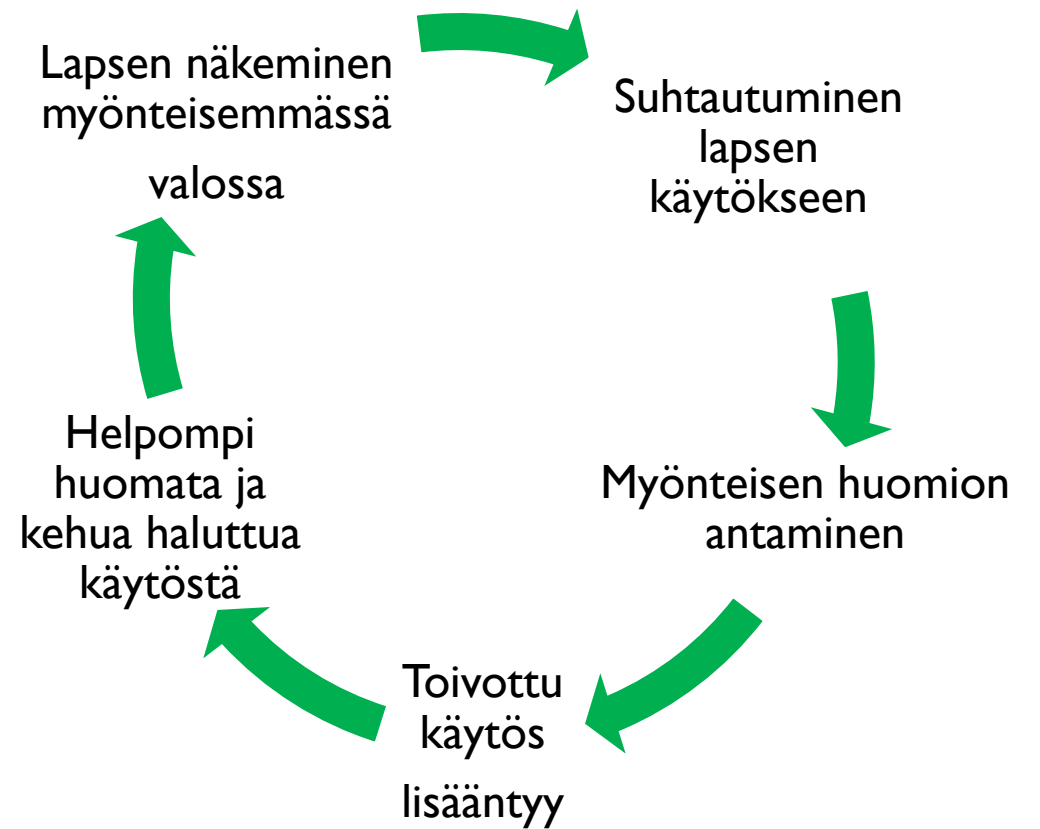


Keskity ja kiinnity hyvään

Kielteisen huomion kehä



Myönteisen huomion kehä



Hyvästä on helpompi ponnistaa

- Näe hyvä ja huomioi onnistumiset
- lapsen, vanhemman, perheen
- Mikä sujuu jo nyt ja mikä
tulevaisuudessa
- Ongelmat arkikieliseksi tavoitteiksi
kohti ratkaisuja
- Vaatimustaso lapsen taitoja
vastaavaksi
- Peruna kerrallaan



Vanhempaa arvostavan kohtaamisen tärkeys



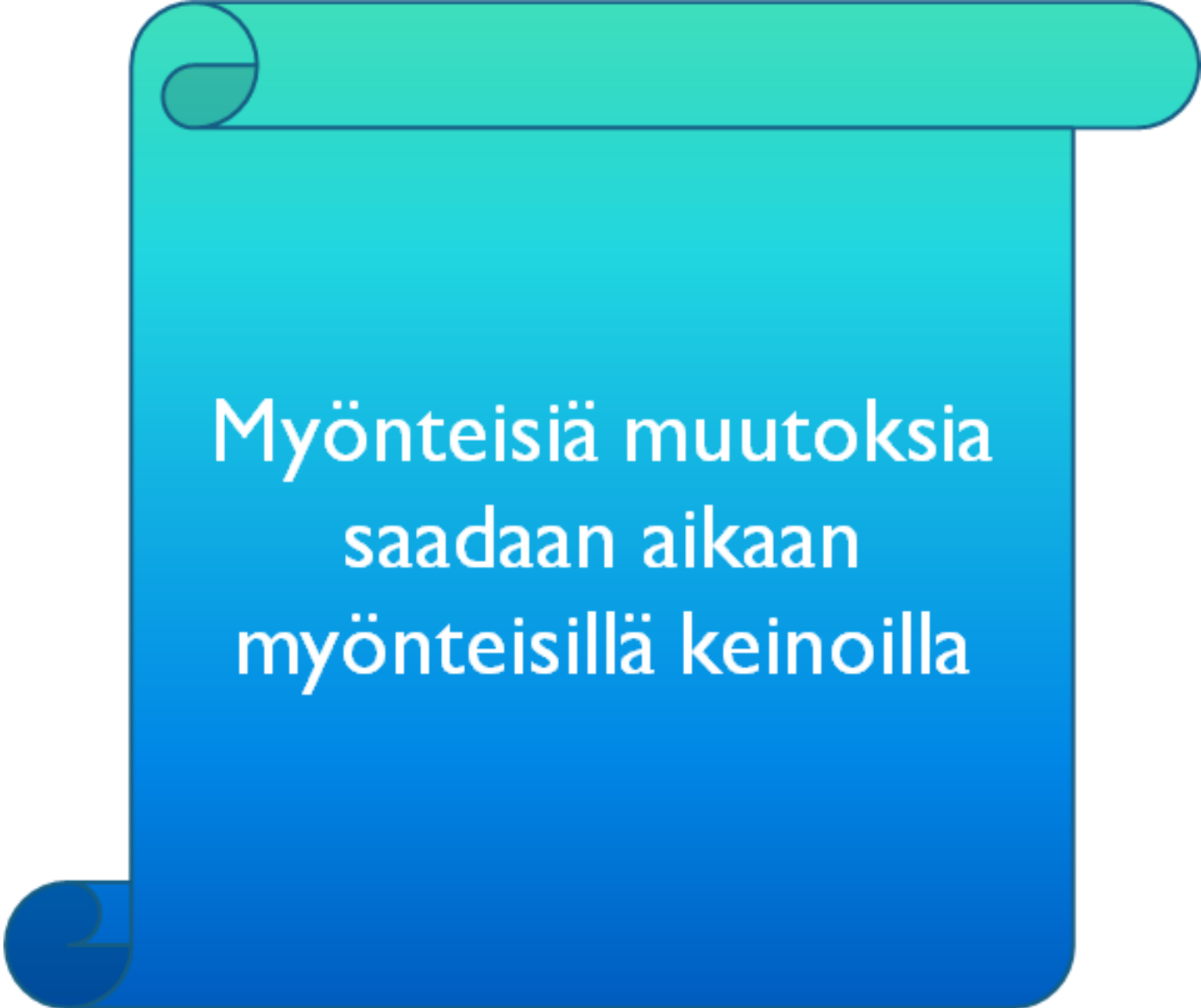
- Syyllisyyden kokemus
- Oman lapsensa *arjen* asiantuntijuus
- Tarve tulla kuulluksi, osalliseksi ja hyväksytyksi -> luottamuksen rakentuminen kantaa hoitopolulla

Vahvista vanhempia

- tunnistamaan omat voimavaransa, vahvuutensa ja onnistumisensa
- tunnistamaan omia haasteitaan
- tunnistamaan lapsen vahvuudet
- luottamaan lapsen kykyihin
- olemaan läsnä
- luottamaan omiin kasvatustaitoihinsa

Auta ensin
itseäsi
– sitten muita





Myönteisiä muutoksia
saadaan aikaan
myönteisillä keinoilla

Lisälukemista

mm. arjen tukitoimiin ja aistisäätelyn pulmiin liittyen

- Arki toimimaan – vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen. 2011. ADHD-liiton ja Barnavårdsföreningen i Finland r.f yhteistyössä toimittama opas vanhemmille ja ammattilaisille. Opas saatavana myös ruotsinkielisenä. Tilaukset: Adhd-liitto tai Barnavårdsföreningen.
- Aro, T. & Laakso, M-L (toim.) 2011. Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Niilo Mäki Instituutti.
- Berggren, K. & Hämäläinen, J. (toim.) 2018. ADHD-käsikirja. PS-Kustannus. (Tämäkin kirja sisältää paljon asiaa lapsen itsesäätelystä & aistisäätelyn pulmista sekä vinkkejä arjen tukitoimista)
- Greene, R.W. 2008. Tulistuva lapsi. Uusi lähestymistapa helposti turhautuvien ja joustamattomien lasten ymmärtämiseen ja kasvattamiseen. 3. painos. Finn Lectura.
- Kuosmanen, M., Kurkio, N., Mahlberg, N., Ruoho-Pettersson, T. & Serenius-Sirve, S. (toim.) 2017. Perhekoulun käsikirja. Käytännön opas vanhemmille. Barnavårdsföreningen i Finland r.f.