

Sisällys

Alkusanat.....	7
----------------	---

Osa 1


Neurokirjo tutuksi

Neurokirjon sateenvarjon alla.....	14
Neurokirjioon liittyviä haasteita ja vahvuuksia.....	38
Ympäristön muokkaus.....	66
Tilanteen arviointi ja tuen suunnittelu.....	82

Osa 2

Opettajan ja ohjaajan työkalupakki

Työkalut ja keinot oppilaan avuksi.....	106
Joustavan ajattelun mallintaminen.....	109
Kuormituksen ymmärtäminen.....	118
Strukturointi ja ennakointi.....	126
Sosiaalisten taitojen kehittäminen.....	156
Tunnetaidot.....	172
🔗 Vastuu vuorovaikutuksesta on aikuisella.....	175
<i>Marjukka Puustinen</i>	
Käyttätymisen taitojen harjoittelu.....	188
🔗 Lämmin vuorovaikutustapa tietoisena valintana.....	200
<i>Liisa Ahonen</i>	

Käyttäytymiseen vaikuttaminen.....	206
 Toivotun käyttäytymisen vahvistaminen.....	212
<i>Linda Litmanen</i>	
Tukea tarkkaavuuteen.....	222
Tukea toiminnanohjaukseen.....	230
Keinoja jumitilanteisiin.....	238
Vireystilan säätely.....	246
Rentoutumisen ja rauhoittumisen taitojen harjoittelu.....	254

Osa 3

Yhteistyö ja ammattitaidon kehittäminen

Yhteistyö vanhempien kanssa.....	264
 Yhteistyön katkoksia ja epätietoisuutta.....	269
<i>Päivi Karttunen</i>	
 Ensimmäiset askeleet kohti koulua.....	276
<i>Petra Hymylä</i>	
Tukea työssä jaksamiseen.....	284
 Tunnista, tuumaa, toimi – ammattilaisen keinot oman jaksamisen säätelyyn.....	296
<i>Johanna Perttilä</i>	
Oman työn reflektointi.....	304
 Havainnointitaidot ja läsnäolon kuminauha.....	307
<i>Sanna Turakka</i>	
Kiitokset.....	320
Lähteet.....	321
Kirjoittaja.....	325

Alkusanat

Palaan muistoissani vuosia taaksepäin. Silmieni eteen piirtyy pieni tummahiuksinen poika, jonka kanssa olin tehnyt vastavalmistuneena erityisopettajana usean viikon ajan töitä. Meillä oli hyvä yhteistyösuhde, ja teimme yhdessä päivittäin tehtäviä. Yhtenä aamuna kaikki oli toisin. Lapsi pakoili minua pöydän alla, katsoi pitkien etuhiuksiensa alta pelokkaasti ja kuvaili minua oudoksi. Olin ihmeissäni. En ymmärtänyt, mistä muutos johtui. Sillä tunnilla emme tainneet saada yhtään mitään aikaan. Tunnin lopuksi lapsi piirsi kuvan minusta. Kuvassa olin minä, mutta kynteni olivat valtavat, kuin petolinnun pelottavat kynnet. Näytin kuvassa enemmän rölliltä kuin itseltäni. Samaa meissä oli vain hiusten väri. Siinä hetkessä tajusin, mikä oli muuttunut. Olin saanut edellisenä päivänä tulevia häitämme varten omasta mielestäni kauniit, pitkät geelirakenteiset kynnet. Autismikirjolla olevalle lapselle se oli muutos, johon hän ei ollut varautunut. Minä näytin hänen silmissään täysin erilaiselta: uhkaavalta ja pelottavalta. Jousitamaton ajattelu, muutos ja lapsen erinomainen kyky havaita yksityiskohtia olivat vieneet meidät yllättävään tilanteeseen.

Tuo hetki ei unohdu minulta ikinä. Oivalsin jotain, mikä muutti koko elämäni opettajana. Halusin sukeltaa neurokirjon lasten elämään ja oppia tarkastelemaan toisin silmin tätä maailmaa. Näiden vuosien jälkeen olen edelleen usein ihmetelijän paikalla: vieläkään en läheskään aina ymmärrä tai tiedä vastauksia. Olen usein epävarmuuden äärellä hetkellisesti keinottomana, kunnes taas löydän polun pään. Olen huomannut, että ei-tietämisen tila on usein kaikkein parhain hetki, sillä siinä saan tarkastella tilannetta lapsen näkökulmasta.

Työtietokoneeni taustakuvana lukee isoin kirjaimin ”Jokainen lapsi haluaa onnistua” ja ”Lapset toimivat oikein, jos osaavat”. Kuluneet vuodet pienten erityisten lasten ja nuorten seurassa ovat opettaneet keksimään yhä uusia keinoja onnistumisen takaamiseksi. Olen kohdannut upeita ammattilaisia, jotka ovat keksineet hienoja tapoja ylittää esteitä. Olen elänyt ammattilaisten seurassa, jotka ovat nähneet hyvän lapsessa ja iloinneet hänestä juuri sellaisena kuin hän on. Olen ollut läsnä myös hetkissä, joissa lapsessa ei ole nähty mitään hyvää. Olen kuullut puhetta, jota lapsen ei ikinä pitäisi kuulla itsestään.

Olen ymmärtänyt, että usein keinottomuus ja uupumus ajavat umpikujaan, jossa ei ole enää mitään hyvää: ei valoa, ei toivoa eikä luottamusta siihen, että tästäkin selvitään. Voimattomuus ajaa pahimmillaan tilanteeseen, jossa omasta työstä on mahdotonta löytää enää kipinää. Ratkaisu piilee voimaantumisessa: minä jaksan, kun minulla on jotain, mistä ammentaa, askelmerkkejä ainakin yksi eteenpäin, työkaluja takataskussa, keinoja seuraavaan päivään ja tukea ympärillä.

Olen kahden vuoden ajan kiertänyt antamassa opettajille ja ohjaajille koulutusta käyttäytymisterapiaa ja erityispedagogiikka yhdistävistä menetelmistä, joita voi käyttää neurokirjon

oppilaiden kanssa. Luennoistani on tullut hyvää palautetta, ja opettajat ovat kokeneet saaneensa arjessa tarvittavia keinoja ja työkaluja. Moni on toivonut työkalupakkia kirjaksi, ja nyt se on käsissäsi. Työkalupakki kuvaa ajatustani ideoiden laati-
kosta, josta voi ammentaa työhön uusia ja toimivia työkaluja.

Tämä kirja syntyi syvästä halusta olla neurokirjon lasten ja nuorten puolella. Neurokirjon lapsella tarkoitan tässä kirjassa oppilaita, joilla on ADHD, autismikirjon häiriö, Tourette tai kehityksellinen kielihäiriö. Ajatukseni kumpuavat ymmärryksestä, että meillä on käytössämme paljon menetelmiä, joiden avulla saamme koulun arjesta sujuvampaa ja oppimisen iloa kannattelevaa. *Neurokirjon oppilas – opettajan ja ohjaajan työkalupakki* syntyi antoisan ja välillä haastavan nepsyarjen keskelle kirjaksi, josta löytyy työkaluja seuraavaan päivään ja askelmerkkejä eteenpäin.

Kirjassa yhdistelen erityisopettajan ja lasten psykoterapeuttin ammattitaitoni pohjalta erityispedagogiikkaa ja käyttäytymisterapiaa. Käyttäytymisterapeuttiset työkalut ovat näyttöön perustuvia keinoja tukea lasta ja nuorta. Käyttäytymisterapeuttiset interventiot mainitaan muun muassa ADHD:n ja autismikirjon Käypä hoito -suosituksissa. Kun puhumme koulussa ilmenevistä haasteista, tarkoitamme useimmiten lapsen tai nuoren ulospäin näkyvän toiminnan eli käyttäytymisen haasteita. Käyttäytymisterapeuttiset työkalut tähtäävät nimensä mukaisesti käyttäytymisen muokkaamiseen ja toivotun käyttäytymisen lisäämiseen. Käyttäytymisterapeuttisen työotteen keskeinen ajatus on taitoharjoittelu. Ajatus taitojen oppimisesta sopii täydellisesti koulumaailmaan. Tässä kirjassa avaan teille omaa työkalupakkiani, jota käytän neurokirjon lasten tukemisessa. Oman tekstini lisäksi taitavat kollegani ja upeat

kokemusasiantuntijat vierailevat kirjan sivuilla tuomassa äänensä esiin.

Kirjan ensimmäisessä osassa tutustutaan neurokirjoon. Diagnooseja tarkastellaan erityisesti koulun näkökulmasta. Haasteiden rinnalle nostetaan monet upeat neurokirjon vahvuudet ja pohditaan ympäristön muokkauksen merkitystä. Ensimmäisen osan lopuksi pohditaan neurokirjon oppilaan tuen tarpeen arviointia ja tuen suunnittelua. Kirjan toisessa osassa avataan opettajan ja ohjaajan työkalupakki. Työkaluissa on varmasti osittain tuttuja asioita. Olen halunnut lisätä paljon arkisia konkreettisia ideoita, jotta tututkin keinot toisivat lisäarvoa lukijalle. Ehkä löydät työkalupakista myös jotain aivan uutta, mitä et ole vielä kokeillut. Kirjan kolmannessa osassa syvennytään kodin ja koulun yhteistyöhön ja pohditaan erilaisia keinoja tukea lasta yhdessä. Lopuksi käsitellään työssä jaksamisen keinoja ja työtä tunteiden äärellä. Pysähtymispaikkoja on kouluarjessa aivan liian vähän, vaikka niiden merkitys jaksamiselle olisi suuri. Kirjan loppuosa voikin olla pieni hengähdyshetki sinulle omien tunteittesi ja tarpeittesi äärellä.

Toivon, että saat tästä kirjasta mukaasi keinoja, ajatuksia ja konkreettisia työkaluja haastavaan ja innostavaan arkeen neurokirjon lasten ja nuorten kanssa toimimiseen. Toivon, että tämä työkalupakki voisi kulkea mukana vuosia ja voit täydentää sitä omilla oivalluksillasi ja ideoillasi. Lukujen loppuun on sen mahdollistamiseksi jätetty tilaa ajatuksillesi ja muistiinpanoillesi.

Haluan vinkata sinulle vielä kotisivujeni maksuttoman materiaalipankin osoitteessa www.ellipsi.me. Sivuilta löydät paljon kouluun ja tämän kirjan aiheisiin sopivaa materiaalia. Ter-

vetuloa seuraamaan minua myös Instagramiin. Löydät minut nimellä maria_ellipsi. Ehkä tapaamme siellä!

Olen kirjoittanut tätä kirjaa kirkkaina kevätiltoina, ohikiitävinä hetkinä junassa, helteisinä kesäöinä Kyrönjoen rannalla ja ruskaretken jälkeisessä rauhassa Ylläksen juurella. Nyt syksyn kaikkien kauniiden värien hiljaa kadotessa ja talven läheisyydessä tämä kirja on valmis.

Tästä työstä, lapsista ja nuorista voimaa saaden
Isossakyrössä marraskuussa 2022
Maria

Osa 1

Neurokirjo

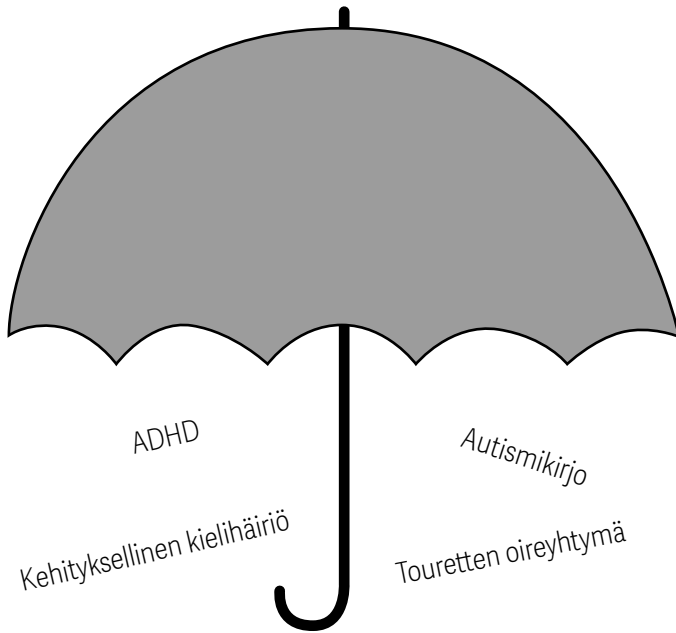
tutuksi

Neurokirjon sateenvarjon alla

Neurokirjo, nepsy ja neuropsykiatrinen ovat sanoja, jotka kuvaavat tämän kirjan aihepiiriä. Omissa ajatuksissani neurokirjon monimuotoisuutta kuvaa parhaiten mielikuva sateenvarjosta, jonka alle mahtuu monta erilaista neurokirjon kuvaa (kuvio 1). Yhteistä jokaiselle neurokirjon diagnoosille on se, että ne kertovat aivojen erilaisesta tavasta toimia. Sana neuro viittaa haasteiden aivoperäisyyteen. Neurokirjon haasteet liittyvät aivojen erilaiseen toimintatapaan. Tyypillisesti neurokirjon diagnooseiksi nimetään esimerkiksi ADHD, autis-
mikirjon häiriöt, Touretten oireyhtymä ja kehityksellinen kielihäiriö. Lapsella tai nuorella voi olla samaan aikaan kaksi tai useampi neurokirjon diagnoosi.

Neurokirjon diagnooseihin voi liittyä haasteita esimerkiksi sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, kielellisessä ja ei-kielellisessä kommunikoinnissa, aistitiedon käsittelyssä, oman toiminnan ja tarkkaavuuden ohjauksessa sekä tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä. Neuropsykiatrisiin pulmiin voi liittyä myös unen, oppimisen ja motoriikan haasteita. Neurokir-

jon haasteisiin voi moni meistä samaistua hetkittäin jossain elämänvaiheessa tai kuormittavassa tilanteessa. Erilaiset kuormitustekijät lisäävät usein myös lasten ja nuorten haasteiden näkyvyyttä. Onkin tärkeää huomata ero lapsen tai nuoren voimakkaan kuormituksen aikaan saamien oireiden ja varsinaisten neurokirjon oireiden välillä.



Kuvio 1. Yleisimmät neuropsykiatriset häiriöt

Neurokirjon oirekuvat vaihtelevat yksilöllisesti. Erilaiset kirjainyhdistelmät ja diagnoosi itsessään eivät vielä kerro paljonkaan lapsesta tai nuoresta. Ne kertovat vain hänen aivojensa erilaisesta toimintatavasta. Meidän kasvattajien tehtävä on tutustua lapseen, kerätä tietoa vanhemmilta ja muilta am-

mattilaisilta ja pohtia yhdessä, mistä juuri tämä lapsi hyötyisi koulussa. On tärkeää oppia tuntemaan oppilaan vahvuudet, haasteet ja tuen tarve ja rakentaa niistä paras mahdollinen kokonaisuus kouluun. Neurokirjon oppilaita varten ryhmään rakennettava tuki auttaa merkittävästi kaikkia lapsia. Erityisen tärkeää tuen, pedagogisten järjestelyiden ja lapsesta vuosien varrella kertyneen hiljaisen tiedon siirtäminen on koulun nivelvaiheissa, jotta toimivia tapoja ei tarvitse keksiä joka kerta uudelleen.

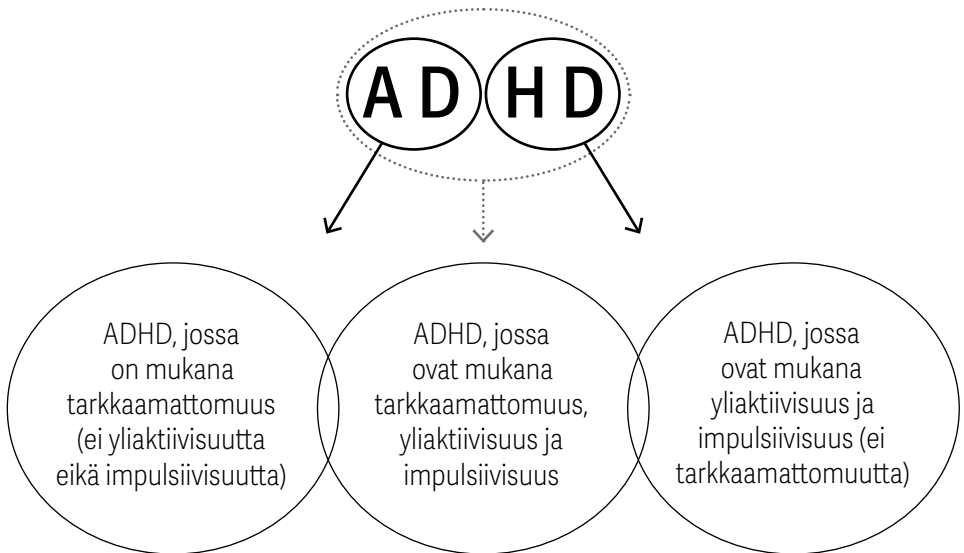
Neuropsykiatrisista häiriöistä on valtavasti tietoa lääketieteellisestä ja kuntoutuksellisesta näkökulmasta internetissä tai muissa kirjoissa. Niihin ei paneuduta tässä yhteydessä tarkemmin, sillä tämän kirjan painopiste on pedagogisissa työkaluissa. Seuraavissa alaluvuissa on tarkoitus avata neuropsykiatrisia termejä lyhyesti ennen kaikkea koulun näkökulmasta.

ADHD

Sami puhua pulputtaa silmät intoa tuikkien uusista ideoistaan ja ajatuksistaan. Kun muut vasta kavaavat kirjaa esiin, hän on jo ehtinyt avata kirjan, pudottaa penaalin lattialle ja kaatua tuolilla kurkotellessaan penaalialia. Samin ajatukset laukkaavat kovaa vauhtia, ja penaalialia kurkotellessaan hän selittää vieressään istuvalle, miten ötököitä voisi parhaiten metsästää haavilla koulun jälkeen. Opettajan tiedustellessa koko luokalta tehtävien vastauksia Sami ei malttaisi millään odottaa, sillä oikeat vastaukset

pyrkivät väkisinkin tulemaan ulos suusta. Hän on kekseliäs, hän on innovatiivinen, hän on nopeista nopein. Koulussa iloitaan Samin idearikkaudesta ja innokkuudesta. Ne ovat Samin vahvuuksia.

Jokaiselle koulun aikuiselle tulee tutuksi työuran aikana kirjainyhdistelmä ADHD. AD on lyhenne englannin kielessä tarkkaavuuden pulmia kuvaavasta ilmauksesta *attention deficit* ja HD taas ylivilkkautta ja impulsiivisuutta kuvaavasta ilmauksesta *hyperactivity disorder*. ADHD on neuropsykiatrinen haaste, jonka ilmiasu vaihtelee. ADHD:stä voidaan tunnistaa selkeästi kolme erilaista tyyppiä (kuvio 2).



Kuvio 2. ADHD:n kolme muotoa

Toimintaohjeet

”Siivoa pulpetti”, ”Pakkaa reppu”, ”Tee tehtävä” ja ”Rauhoitu” ovat aikuisten hyvää tarkoittavia ohjeita. Lapselle nämä ohjeet eivät välttämättä kerro muuta kuin tavoitellun lopputuloksen. Se, miten tavoitteeseen päästään, onkin jo eri juttu ja monen neurokirjon lapsen ulottumattomissa. Kun ohjeet pilkotaan osiksi, jokaisella on mahdollisuus onnistua.

Miltä ohje ”Siivoa pulpetti” näyttäisi osiksi purettuna?

1. Tyhjennä pulpetti. Nosta kaikki tavarat tuolille.
2. Kostuta käsipaperi. Pyyhi pulpetin sisäpohja käsipaperilla. Kerää roskat paperiin ja vie paperi roskiin.
3. Erottele pulpetissa säilytettävät ja pois laitettavat tavarat.
4. Järjestä pulpetissa säilytettävät tavarat takaisin pulpettiin. Laita isot kirjat alimmaiseksi. Aseta kynät ja kumit samaan paikkaan.
5. Hienoa! Valmista tuli!

Osatavoitteiden kautta päästään onnistumisen äärelle. ”Siivoa pulpetti” aukesi selkeiksi askeleiksi, ja tehtävää on mahdollista lähteä toteuttamaan.

Luokassa ohjeiden antaminen on vaihe, johon kannattaa panostaa. Ohjeen ymmärtäminen vaikuttaa suuresti siihen, miten työskentely lähtee sujumaan. Yhden kerran ääneen sanottu pitkä ohje häviää monen oppilaan mielestä. Tavallista on sekin, että vain viimeiseksi sanottu ohje jää mieleen.