



Kommunikoi kanssani!

Opas tukea tarvitsevien lasten ja nuorten kommunikoinnin tukemiseen.



**Co-funded by
the European Union**



Erasmus+

Sisällys

Johdanto	4
<hr/>	
Osa 1: Mitä kommunikointi on ja miksi se on tärkeää?	5
<hr/>	
Osa 2: Lähestymistapoja kommunikoinnin tukemiseksi	15
<hr/>	
Osa 3: Lapset ja nuoret (10-18-vuotiaat)	32
<hr/>	
Osa 4: Nuoret aikuiset (18-25-vuotiaat)	38
<hr/>	
Lähteet	46
<hr/>	



Johdanto

COM-IN-opas on osa Erasmus+ -hanketta "Promoting communicative development in children and adolescents with intellectual developmental disabilities to support their inclusion - COM-IN" (Kehitysvammaisten lasten ja nuorten kommunikoinnin vahvistaminen heidän osallisuutensa tukemiseksi - COM-IN" (2021-1-FR01-KA220-VET-000033251). Tämä opas on suunniteltu ammattilaisille ja tämän oppaan avulla opit mukauttamaan kommunikointityyliäsi vastaamaan kunkin henkilön ainutlaatuisia tarpeita, sekä rakentamaan myönteisiä ja kunnioittavia suhteita.

COM-IN-hankkeen tavoitteena on tukea tarvitsevien lasten ja nuorten (10-25-vuotiaiden) kommunikointitaitojen vahvistaminen. Hankkeessa toteutettiin kehitysvammaisten parissa työskentelevien ammattilaisten keskuudessa kysely, jonka avulla selvitettiin kohderyhmän keskeisiä kommunikointitarpeita.

Hankkeen toisessa vaiheessa työryhmä laati tämän oppaan, joka on tarkoitettu kehitysvammaisten lasten ja nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille. Opas keskittyy kehitysvammaisten kommunikointitaitojen edistämiseen ja tukemiseen päivittäisissä kommunikointitilanteissa.

Opas sisältää yleistä tietoa kommunikoinnista sekä tietoa kehitysvammaisten ihmisten erityistarpeista. Se sisältää kaksi osaa, joista toinen käsittelee lapsia ja nuoria (10–18-vuotiaita) ja toinen nuoria aikuisia (18–25-vuotiaita).

Lasten ja nuorten kommunikointihaasteiden ilmettyä mahdollisimman varhainen tuki on tärkeää. COM-hankkeen kohderyhmänä olivat 10-25-vuotiaat kehitysvammaiset, jonka vuoksi tämä opas keskittyy kohderyhmän kommunikoinnin tukemiseen.

YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus

Jokaisella on oikeus mielipiteen- ja sananvapauteen; tähän sisältyy oikeus häiritsemättä pitää mielipiteensä sekä oikeus rajoista riippumatta hankkia, vastaanottaa ja levittää tietoja kaikkien tiedotusvälineiden kautta (19. artikla)

Kehitysvammaisuuden määritelmä

Maailman terveysjärjestön (WHO) tautiluokituksen ICD10:n mukaan älyllinen kehitysvammaisuus tarkoittaa tilaa, jossa henkisen suorituskyvyn kehitys on estynyt tai epätäydellinen. Kehitysvaiheessa kehittyvät taidot eli kognitiiviset, kielelliset, motoriset ja sosiaaliset taidot, jotka vaikuttavat yleiseen psyykkiseen suorituskyvyn, eivät ole kehittyneet riittävästi. Kehitysvamma voi esiintyä joko yksin tai yhdessä minkä tahansa fyysisen tai psyykkisen tilan kanssa.

WHO luokittelee kehitysvammaisuuden älykkyyssosamäärän (ÄO) perusteella älykkyystestien avulla neljään ryhmään: lievä (ÄO noin 50-70), keskivaikea (ÄO 35-49), vaikea (noin 20-34) ja syvä (ÄO alle 20) älyllinen kehitysvammaisuus. Lisäksi on luokka "määrittelemättömät älylliset kehitysvammat", kun älykkyyssosamäärää ei ole arvioitu tai kun älykkyystestit eivät ole antaneet luotettavaa tulosta.

Kommunikoinnin piirteitä lievässä kehitysvammassa

Lievästi kehitysvammaisilla ihmisillä kommunikointi ei pääsääntöisesti tuota ongelmia. He ymmärtävät hyvin konkreettisia ja selkeitä lauserakenteita ja puhetta, ja useimmiten oppivat jossain määrin lukemaan ja kirjoittamaan. Heillä voi kuitenkin olla erityisiä kielellisiä häiriöitä, jotka estävät toiminnallisen puheilmaisun kehittymisen tai estävät sen kokonaan. Heillä voi olla myös oppimisvaikeuksia. Lievästi kehitysvammaiset ihmiset käyttävät kommunikointikeinonaan yleensä puhetta, jossa saattaa esiintyä kielioppi- tai ääntämisvirheitä. He voivat toimia vastavuoroisesti; keskustelunaiheet rajoittuvat kuitenkin usein konkreettisiin aiheisiin. Tarvittaessa lievästi kehitysvammaiset käyttävät vaihtoehtoisia keinoja tukemaan ilmaisuaan. Joskus lievästi kehitysvammaisille kehittyy erityisiä kielellisiä häiriöitä, jotka voivat häiritä puheen ilmaisua tai estää sen kokonaan. Tuen ja ohjauksen avulla he voivat oppia toimimaan melko itsenäisesti arjen asioissa. Usein he kuitenkin tarvitsevat apua erilaisiin kotitöihin, talouteen ja asumiseen, mutta he voivat usein elää yksin ja huolehtia taloutensa perusteista. Lievästi kehitysvammaiset voivat myös työllistyä erilaisiin tuettuihin töihin. Työ vaatii kuitenkin ohjausta ja apua.

Kommunikoinnin piirteitä keskivaikeassa kehitysvammassa

Keskivaikeasti kehitysvammaiset ihmiset pystyvät yleensä jäsentämään tuttuja tilanteita ja ympäristöjä hyvin. He voivat olla aloitteellisia ja vastavuoroisia kommunikoinnissa. Tavanomaisesti he oppivat ymmärtämään selkeän puheen, jota käytetään jokapäiväisissä tilanteissa. Käsitteellisen kielen ymmärtäminen voi olla heille haastavaa. Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointikeinot ovat heille tärkeitä. Keskivaikeasti kehitysvammaiset oppivat usein ilmaisemaan myös itseään puheella, mutta puheen oppiminen voi olla melko hidasta, ja vieraiden voi olla vaikea tulkita heidän puhettaan sen kielellisten tai ääntämiseen liittyvien poikkeusten vuoksi. Luku- ja kirjoitustaidot ovat usein puutteellisia. Keskivaikeasti kehitysvammaisella henkilöllä on usein samanlaisia ongelmia päivittäisissä toiminnaissa kuin vaikeasti kehitysvammaisilla. He tarvitsevat asumispalveluita sekä ohjausta ja apua mm. hygienian hoidossa. Keskivaikeasti kehitysvammaiset voivat selvittää päivittäisistä toiminnaista tuen avulla melko itsenäisesti, mutta tuen tarve vaihtelee henkilöittäin. He voivat tehdä rajoitettuja ja valvottuja tehtäviä.

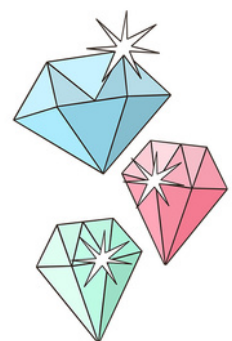
Kommunikoinnin piirteitä vaikeassa kehitysvammassa

Useimmilla vaikeasti kehitysvammaisilla ihmisillä on kommunikointivaikeuksia. He ymmärtävät usein yksinkertaista puhetta, joka liittyy tuttuun tilanteeseen. Ymmärtämisen tukemiseksi he tarvitsevat usein erilaisia puhetta tukevia ja korvaavia keinoja, kuten ilmeitä, osoittamista, äänenpainoja tai muita visuaalisia tai konkreettisia havainnointimenetelmiä. Useimmat heistä tarvitsevat vaihtoehtoisia kommunikointikeinoja koko elämänsä ajan. Vaikeasti kehitysvammaiset ihmiset tarvitsevat jatkuvaa tukea ja apua elämän eri osa-alueilla, kuten päivittäisissä toimissa, hygienian hoidossa ja vaatteiden valinnassa. Heillä ei ole luku- ja kirjoitustaitoja, eivätkä he hahmota vuorokauden aikoja tai tunne rahan arvoa. Muiden ihmisten tuki ja vuorovaikutus ovat olennaisia heidän hyvän elämänlaadun kannalta. Pitkän ja tavoitteellisen kuntoutuksen avulla vaikeasti kehitysvammainen voi oppia päivittäisten toimien taitoja ja selviytyä niistä melko itsenäisesti. He voivat suorittaa rajoitettuja ja valvottuja tehtäviä.

Kommunikoinnin piirteitä syvässä kehitysvammassa

Useimmilla syvästi kehitysvammaisilla ihmisillä on melko jäsentymätön käsitys ympäröivästä maailmasta ja heidän suhteestaan siihen. Heiltä puuttuu usein riittävät edellytykset aloitteelliselle ja aktiiviselle toiminnalle, minkä vuoksi he ovat varsin riippuvaisia lähi-ihmisten pyrkimyksistä luoda yhteyttä ja vuorovaikutusta. Syvästi kehitysvammaisilla on vaikeita kommunikaatiovaikeuksia, ja ilmaisukeinoja ovat usein ääntely, fyysinen olemus, katse, yleinen aktiivisuus tai passiivisuus sekä yksinkertaiset eleet, kuten osoittaminen tai kurkottaminen. Vuorovaikutuksen onnistuminen edellyttää, että lähi-hiukset pohtivat keinoja, jotka mahdollistavat syvästi kehitysvammaiselle aistikokemuksia, jotka erottuvat muusta ympäristöstä. Kommunikaatiossa tulisi hyödyntää kosketus-, tunto- ja liikeaisteja.

Syvästi kehitysvammaiset ihmiset voivat havainnoida ympäristöään aisti- ja liikkumisvajeista huolimatta, mutta tämä edellyttää heidän läheisiltään sopeutumista ympäristöön tukemaan heidän tarpeitaan. Tässä tilanteessa ympäristöllä on merkittävä rooli viestinnän ja tulkinnan onnistumisessa, jotta lähi-hiukset ymmärtävät nämä yksilöllisellä tavalla tuotetut viestit. He oppivat usein erottamaan tilanteet ja ihmiset, joihin he voivat reagoida esimerkiksi hymyillen. Syvästi kehitysvammaisten henkilöiden puheen ymmärtäminen on rajoittunutta. Siksi vuorovaikutuskumppanin tulisi käyttää muitakin ilmaisukeinoja puheen rinnalla. Viestejä voidaan selventää käyttämällä puheessa erilaisia äänensävyjä, esineitä ja ilmeitä. Vuorovaikutuskumppanin tulee käyttää yhteisissä tilanteissa samoja menetelmiä, joita kehitysvammainen käyttää. Syvästi kehitysvammaisille ihmisille on tavanomaista myös erilaiset liikkumisvaikeudet, joten he ovat useiden erilaisten toimenpiteiden kohteena. Tavoitteena on aktivoida heitä erilaisin erityisin menetelmin. Syvästi kehitysvammaiset voivat oppia yksinkertaisia tehtäviä, mutta he tarvitsevat jatkuvaa ohjausta ja hoitoa. Syvästi kehitysvammainen on täysin riippuvainen muiden ihmisten tuesta ja avusta, jota he tarvitsevat yleensä ympäri vuorokauden. Syvästi kehitysvammaiset tarvitsevat apua kaikissa päivittäisissä toimissa.



Liitännäisoireet ja kommunikointitarpeet

Kehitysvammaisuuden luokittelu vaihtelee maittain ja eri järjestelmien mukaan. WHO:n tautiluokituksessa sitä kutsutaan "älylliseksi kehityksen häiriöksi". Amerikkalainen DSM 5 luokittelee sen "älylliseksi vammaisuudeksi". Ranskalaisessa CFTMEA-luokituksessa se määritellään "henkiseksi vajavuudeksi". Kehitysvammaisuuteen liittyy monenlaisia liitännäisoireita, mm. fyysisiä sairauksia, motorisia haasteita, aistien yli- ja aliherkkyksiä, kognitiivisia haasteita ja mielenterveyden haasteita.

DSM 5 erottaa hermoston kehityshäiriöt (kommunikaatiohäiriöt, autismikirjon häiriöt, tarkkaavaisuus, stereotyyppiset liikkeet, suuret neurokognitiiviset häiriöt, erityiset oppimishäiriöt) ja mielenterveyden häiriöt (masennus, kaksisuuntainen mielialahäiriö, ahdistuneisuus, impulssihallinta, persoonallisuushäiriöt). Näistä yleisimpiä kehitysvammaisuuden yhteydessä ovat ADHD, autismikirjo, masennus, kaksisuuntainen mielialahäiriö, ahdistuneisuushäiriö, impulssikontrollin pulmat ja neurokognitiiviset haasteet.

ADHD:hen voi kuulua liitännäisoireita ja muita haasteita kuten päihteiden väärinkäyttöä, mielenterveyden haasteita sekä työttömyyttä (Gjervan et al, 2012). Ihmisillä, joilla on ADHD ja kehitysvammaisuus, on todennäköisesti haasteita kognitiivisessa toiminnassa. Tämä voi heikentää kommunikaatiota puheessa, kielessä ja käytännön elämässä. Tarkkaavaisuuden ja siihen liittyvien ADHD-oireiden vuoksi ihmiset poikkeavat puhuessaan todennäköisemmin aiheesta. Heillä on myös usein vaikeuksia löytää oikeita sanoja ja koota ajatuksia nopeasti ja linjakkaasti yhteen keskustelussa. Kuullun ymmärtämisessä voi olla haasteita, jos henkilöllä on vaikeuksia käsitellä nopeasti puhuttua kieltä tai hallita häiritseviä, meluisia ympäristöjä. Kuunnelleessaan he voivat menettää kokonaan keskustelun punaisen langan tai ohittaa yksityiskohtia, minkä vuoksi tärkeät tiedot jäävät rekisteröimättä. Keskustelun kulkuun kiinnittäminen voi myös vaikeutua entisestään, kun henkilö, jolla on ADHD, on ryhmässä tai meluisassa tilanteessa. Pienetkin keskeytykset saattavat häiritä häntä. Myös kyky keskittyä yhteen puhujaan ja siirtyä puhujien välillä on haastavaa, millä on sosiaalisia vaikutuksia. Hajautettavuuden, impulsiivisuuden tai muiden toimeenpanotoimintojen heikkenemisen vuoksi henkilö saattaa jättää noudattamatta samoja sääntöjä minä tahansa hetkenä tai ei havaitse sosiaalisia vihjeitä ollenkaan (kuten "odota vuoroasi vastata").



Kehitysvammaisuuteen, jossa liitännäisenä ADHD liittyy usein monimutkaisempia epilepsiatapauksia. Tällöin havaitaan korkeampaa oiretaakkaa ja monihäiriöitä (Holdsworth et al, 1974), (Reilly et al, 2017), (Ettinger et al) 2015). Henkilöillä on vaikeuksia ymmärtää, mitä joku sanoo. Heillä on vaikeuksia ymmärtää ympäristön vihjeitä tai rutiineja. Heidän on vaikeampaa kommunikoida muiden ihmisten kanssa kehonkielellä tai ilmeillä. Tämä voi johtua siitä, että henkilöllä on epäselvä puhe tai vaikeuksia sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Heidän on myös usein myös vaikeampaa kiinnittää huomiota ja kuunnella toisia tai seurata toimintaa.

Autismiskirjonhäiriö ja kehitysvamma esiintyvät usein rinnakkain. Viimeaikaisten arvioiden mukaan noin 30 prosentilla autismikirjon henkilöistä on kehitysvamma (Baio et al., 2018), ja tämä esiintyvyys on mahdollisesti suurempi (Thurm). et ai., 2019). Yksilöillä, joilla on tämä kaksoisdiagnoosi, on kognitiivisten kykyjensä ja mukautuvan toiminnan puutteiden lisäksi usein huomattavia puutteita sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kommunikaatiossa. Näiden lisäksi ilmenee toistuvaa käyttäytymistä ja muuttunutta sensorista käsittelyä. Autismin kirjolla olevilla henkilöillä, joilla on myös kehitysvamma, on yleensä suurempia vaikeuksia verbaalisessa ja ei-verbaalisessa kommunikaatiossa, haastavaa käyttäytymistä ja usein toistuvaa, stereotyyppistä ja itseään vahingoittavaa käyttäytymistä verrattuna autismin kirjon henkilöihin, joilla ei ole kehitysvammaa (Tureck). et ai., 2014) (1).

Tarkemmin sanottuna henkilöillä, joilla on kehitysvamma ja autismikirjoa, on usein havaittavissa heikkoja nonverbaalisia keskustelutaitoja, kuten käden eleiden, osoittamisen puutetta ja katsekontaktin välttämistä. Nämä johtavat turhautumisen tunteisiin ja siten käyttäytymisongelmiin. Usein havaitaan myös aiheiden jatkuvaa vaihtamista. Joillakin henkilöillä on vaikeuksia "pysyä aiheessa", koska hänen mielensä liikkuu nopeasti ja käsittelee tietoa ja monia ärsykeitä. Joskus nämä henkilöt menettävät kiinnostuksensa siihen, mistä he puhuvat, ja haluavat siirtyä toiseen keskusteluun. Keskittyminen sanojenkirjaimelliseen merkitykseen on hyvin yleistä. Henkilöillä, joilla on tämä kaksoisdiagnoosi, on tyypillisesti enemmän vaikeuksia ymmärtää ilmaisukieliä tai metaforia. Toistuva tai jäykkä kieli on myös toinen kommunikatiivinen piirre, joka on ominaista henkilöille, jotka ovat kehitysvammaisia ja autisteja. Nämä henkilöt saattavat sanoa asioita, joilla ei ole suoraa merkitystä tai merkitystä keskustelun kannalta. Heillä on usein echolaliaa, eli he toistavat kuulemiaan sanoja. Myös prosodia eli äänen rytmi ja intonaatio voi olla häiriintynyt. Rajattuja kiinnostuksen kohteita ja poikkeuksellisia kykyjä voi olla siinä määrin, että henkilö voi keskittää kommunikatiivisen kiinnostuksensa näihin erityisiin aiheisiin. He pystyvät kommunikoimaan kokonaisen monologin kiinnostuksen kohteena olevasta aiheesta kykenemättä kuitenkaan käymään täyttä keskustelua.

Pragmaattiset taidot ovat myös yleinen haaste, jonka nämä henkilöt kohtaavat ja joka liittyy vaikeuksiin käyttää kieltä ja sosiaalista viestintää tehokkaasti sosiaalisissa tilanteissa. Nämä haasteet voivat vaikuttaa arkielämän eri osa-alueisiin, kuten ystävystymiseen, keskusteluihin osallistumiseen ja sosiaalisten vihjeiden ymmärtämiseen.

Tutkimusten mukaan mielenterveyshäiriöiden on todettu olevan kolme neljä kertaa yleisempiä kehitysvammaisten keskuudessa kuin väestössä yleensä (Cooper ja Collacott 1996; Deb ym. 2001). Mielenterveyshäiriöihin sairastuneet henkilöt ajautuvat hyvin usein sosiaaliseen eristäytymiseen, koska heihin kohdistuu ennakkoluuloja ja sosiaalinen leimautuminen. Tämä on seurausta siitä, että kehitysvamma ja mielenterveydenhäiriö esiintyvät samanaikaisesti, mikä vaikeuttaa entisestään henkilön jokapäiväistä elämää (Torr, 2013).

Kehitysvammaisten ihmisten alttius mielenterveyshäiriöille perustuu moniin biologisiin, psykologisiin ja sosiaalisiin tekijöihin. Ihmiset, joilla on lievempi kehitysvamma ja hyvät kommunikointitaidot, pystyvät yleensä kuvaamaan kokemuksiaan ja esiintyvät yleensä tavalla, joka on tuttu useimmille mielenterveysalan ammattilaisille. Vaikeampaa kehitysvammaisuutta sairastavilla tai henkilöillä, joilla on kommunikaatiovaikeuksia, esiintyminen on kuitenkin usein epätyypillistä. Käyttäytymisekvivalentit ovat siis mielisairausten merkkien ja oireiden ilmaisemista pikemminkin käyttäytymisen kuin sanallisen kuvauksen kautta. Eri mielisairauksien vaikutus kommunikaatioon voi pahentua kehitysvammaisilla (esim. masennukseen liittyvä hidas puhe voi näkyä kehitysvammaisilla myös heikentyneenä verbalisointina).

Tutkimukset osoittavat, että masennus on yksi yleisimmistä mielenterveyden häiriöistä aikuisilla kehitysvammaisilla (Borthwick-Duffy, 1994; Linna ym., 1999; Richards ym., 2001). Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että kehitysvammaisilla lapsilla ja aikuisilla esiintyy masentuneina enemmän käytösongelmia, sosiaalista vetäytymistä ja ärtyisää mielialaa. Henkilöiden, joilla on kehitysvamma, on raportoitu kokevan surua, väsymystä, levottomuutta, itsekritiikkiä, itkuja, energian menetystä, muutoksia nukkumistottumuksissa, ärtyneisyyttä ja kiinnostuksen menetystä aiemmin nautittuihin toimintoihin (McGillivray & McCabe, 2007). Masentuneilla henkilöillä, joilla on lievä älyllinen kehitysvamma, on paljon stressaavia sosiaalisia vuorovaikutustilanteita, ja heidän vammansa oli yhteydessä negatiivisten sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden lisääntyneeseen esiintymistiheyteen (Nezu, Nezu, Rothenberg, DelliCarpini ja Groag 1995).

Siksi ahdistuneisuus on yleisempää kehitysvammaisilla lapsilla ja nuorilla kuin heidän tavanomaisesti kehittyvillä ikätovereillaan (Dekker ja Koot, 2003; Emerson, 2003; Whitaker ja Read, 2006). Kehitysvammaiset lapset ja nuoret, joilla on jo ennestään kognitiivisia ja joskus myös fyysisiä rajoitteita, voivat siksi olla vielä enemmän rajoittuneita toiminnassaan. Lisäksi ahdistuneisuus näyttää olevan yhteydessä haastavan käyttäytymisen ja muiden käyttäytymisongelmien korkeampaan tasoon (Pruijssers ym., 2014; Moskowitz ym., 2017) ja sosiaalisen hyväksynnän ja ystävyyden alhaisempaan tasoon.

Verrattaessa yleiseen väestöön näyttää siltä, että kaksisuuntaista mielialahäiriötä esiintyy kaksinkertainen määrä myös henkilöillä, joilla on diagnosoitu kehitysvamma (Cain ym., 2003; Cooper, Smiley, Allison, & Morrison, 2018; Cooper, Smiley, Morrison, Williamson, & Allan 2007). Henkilöillä, joilla on kaksoisdiagnoosina kehitysvamma ja kaksisuuntainen mielialahäiriö, aggressiivisuus on yleisesti havaittua käyttäytymistä (Tsioulis, Kim & Cohen, 2011). Erilaiset haastavat käyttäytymismallit ja toiminnalliset häiriöt oli yhdistetty maniaan kehitysvammaisilla henkilöillä (Cain ym., 2003). Kaksisuuntaisen mielialahäiriön diagnoosin saaneilla kehitysvammaisilla oli todennäköisemmin enemmän mielialaoireita, kuten ärtyneisyyttä, kohonnutta mielialaa ja euforista mielialaa, kuin henkilöillä, joilla oli diagnosoitu ei-psykoottinen masennus, masennus (psykoosin kanssa) tai skitsofrenia (Cain ym., 2003). Lisäksi kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastavilla henkilöillä ja kehitysvammaa sairastavilla henkilöillä raportoitiin olevan todennäköisemmin myös muita kuin mielialaoireita, kuten kohonnutta itsetuntoa, häiriintynyttä puhetta, lisääntynyttä energisyyttä, vähentyneitä unta, hajamielisyyttä ja lisääntynyttä osallistumista miellyttävään toimintaan (2). Painostava puhe voi näkyä lisääntyneenä vokalisointina (nopeus tai äänenvoimakkuus) tai elehtimisena henkilöillä, joiden ilmaisukyky on rajoittunut (3). Sosiaalisten taitojen lisääntyneitä puutteita on havaittavissa, kuten "sopimattomia toistuvia ääntelyjä", "noloja kommentteja", "häiritsee muita". (Ruedrich, 1993; Lowry, 1993), (Cain ym., 2003), (Ruedrich, 1993; Lowry, 1993).

Impulsiivisuus on kehitysvammaisilla henkilöillä suurempaa kuin tyypillisesti kehittyneillä henkilöillä, koska kognitiivinen kehitys liittyy käyttäytymisen estämiseen. (Burbidge ym., 2010), (Seager & O'Brien, 2003). Joka seitsemäs kehitysvammainen nuori käyttäytyy impulsiivisesti, (Bradley & Isaacs, 2006). Impulsiivisuus on yleinen piirre edellä mainituissa mielenterveyden häiriöissä, ja se voi olla huomattavissa näiden häiriöiden oireina. Oireet voivat kuitenkin edetä niin pitkälle, että ne esiintyvät selvinä, usein toistuvina jaksoina ja alkavat häiritä henkilön normaalia toimintaa. Näin on henkilöillä, joilla on kehitysvamma ja impulssikontrollin häiriö, jolloin vaikutukset ovat vielä merkittävämpiä henkilön toimintakykyyn ja kommunikointiin. Itse asiassa monet pakko-oireet luonnehtivat yksilön käyttäytymistä tai rituaalia, jota ihminen tuntee ajautuvansa toteuttamaan toistuvasti. Kaikkia edellä mainittuja suoritetaan pyrkimyksenä lievittää pakkomielleitä, ja helpotus on lyhyt, koska pakkomielleiset ajatukset palaavat yleensä voimakkaampina. Kommunikaatio on näin ollen häiriintynyt, koska kyvyttömyys itsehillintään ja yksilön käyttäytymisen estämiseen aiheuttaa merkittäviä seurauksia yksilön akateemisille, sosiaalisille ja kognitiivisille taidoille.

Neurokognitiivisten liitännäissairauksien osalta dementia saattaa olla yleisempää iäkkäillä kehitysvammaisilla aikuisilla kuin väestössä yleensä. Ihmisillä, joilla on Downin syndrooma, on kohonnut Alzheimerin taudin riski (4).

Näiden kehitysvammaisten henkilöiden neurokognitiivisten häiriöiden olennainen piirre on jo olemassa olevien kognitiivisten kognitioiden heikkeneminen, mikä aiheuttaa henkilön päivittäisen toimintakyvyn entistä vakavampaa heikkenemistä verrattuna aiempaan tasoon. Downin syndrooman omaavien henkilöiden dementian myöhempiin vaiheisiin liittyy dyspraksia (Prasher, 1995) sekä neurologisten oireiden, kuten nielemisvaikeuksien, myoklonisten nykäysten ja kouristuskohtausten kehittyminen. Henkilöllä on huomattavia vaikeuksia kommunikoida menestyksekkäästi jopa perustietoja. Jopa kyllä/ei vastaukset voivat olla epätarkkoja. Tämä voi ulottua nonverbaaliseen viestintään, kuten nyökyttelyyn, pään ravisteluun tai peukalon ylös/alas -eleisiin. Henkilö saattaa ilmoittaa kyllä, vaikka hän tarkoittaa ei ja päinvastoin. Kaiken kaikkiaan näiden häiriöiden luonnolliseen kehitykseen kuuluu taitojen asteittainen heikkeneminen, itsenäisyyden lisääntyvä menettäminen ja lisääntyvä riippuvuus muista henkilöistä henkilökohtaisen avun ja päivittäisten rutiinien ylläpitämisen osalta.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että liitännäishäiriöt vaikuttavat edelleen kehitysvammaisten henkilöiden kommunikointitaitoihin. Tässä mainitut liitännäishäiriöt vaikuttavat edelleen henkilön kykyyn ymmärtää, mitä sanotaan, mikä edellyttää kuuntelu-, tarkkaavaisuus-, muisti- ja käsittelykykyä. Ne vaikuttavat sekä ymmärtämiseen että ilmaisuun, ja vaikutukset voivat vaihdella lievistä vakaviin. Henkilöillä, joilla on kaksoisdiagnoosi, on vielä enemmän vaikeuksia ilmaista toiveitaan ja tarpeitaan. He eivät pysty kuvaamaan kokemuksiaan, oireitaan tai tunteitaan, ja he käyttävät lähinnä käyttäytymistä ilmaistakseen hätänsä ja tarpeensa. Nämä vaikeudet heikentävät entisestään henkilön ihmissuhteita ja johtavat sosiaaliseen eristäytymiseen.

1.<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1750946721000404>

2.<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6813838/>

3.<https://www.aucd.org/docs/webinars/Mental%20Health%20Diagnosis%20in%20IDD%20-%20AUCD.pdf>

4.<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0891422213000851>.

Mitä on kommunikointi?

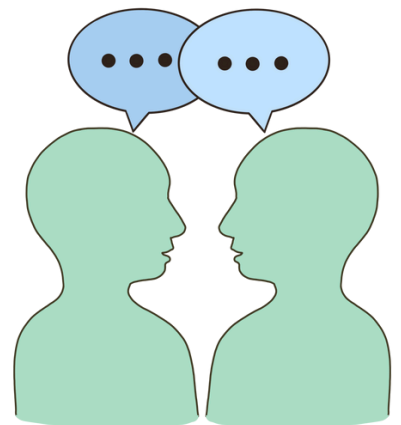
“Kommunikointi on: tapa, jolla hallitsemme elämäämme, saamme ystäviä, tulemme itsenäisiksi, teemme valintoja, ilmaisemme tunteitamme ja ajatuksiamme vastavuoroisesti”

American Speech-Language-Hearing Associationin (ASHA) mukaan kommunikointi on aktiivinen prosessi, jossa vaihdetaan tietoja ja ajatuksia. Viestintään kuuluu sekä ymmärtäminen että ilmaiseminen. Kommunikointiin kuuluu myös yksilölliset liikkeet, eleet, esineet, verbalisointi, vokalisointi, kuvat, merkit, symbolit, painetut sanat ja lisätyn ja vaihtoehtoisen avun ja tuen laitteiden (AAC) tuotokset. Kun kommunikaatio on tehokasta, molemmat osapuolet voivat ilmaista tarpeensa, toiveensa, tunteensa ja mieltymyksensä niin, että heidät ymmärretään.

Jokaisen oikeus sananvapauteen, itsemääräämisvapauteen ja osallisuuden vapauteen tunnustetaan ja tunnustetaan useissa kansainvälisissä yksilön oikeuksia koskevista sopimuksista ja julistuksista. Ihmisoikeuksien yleismaailmallisen julistuksen 19 artiklassa todetaan: Jokaisella on oikeus mielipiteen- ja sananvapauteen; tämä oikeus sisältää vapauden pitää mielipiteitä häiritsemättä sekä vapauden etsiä, vastaanottaa ja levittää tietoa ja ajatuksia minkä tahansa tiedotusvälineen kautta ja rajoista riippumatta.

Mahdollinen vammaisuus tai tuen tarve ei saa vaikuttaa henkilön oikeuksiin. YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimuksen (UNCRPD) 21 artiklassa todetaan: Sopimusvaltiot toteuttavat kaikki tarvittavat toimenpiteet sen varmistamiseksi, että vammaiset henkilöt voivat käyttää oikeuttaan sanan- ja mielipiteenvapauteen, mukaan lukien vapaus etsiä, vastaanottaa ja välittää tietoa ja ajatuksia yhdenvertaisesti muiden kanssa ja kaikkien valitsemiensa viestintämuotojen välityksellä, kuten tämän yleissopimuksen 2 artiklassa määritellään, mukaan lukien:

- (a) yleisölle tarkoitetun tiedon tarjoaminen vammaisille henkilöille esteettömässä muodossa ja eri vammaisryhmille soveltuvalla tekniikalla oikea-aikaisesti ja ilman lisäkustannuksia.
- (b) hyväksytään ja helpotetaan viittomakielten, pistekirjoituksen, tukevien ja vaihtoehtoisten kommunikointikeinojen ja kaikkien muiden esteettömien viestintävälineiden käyttöä - 15 - vammaisten henkilöiden valitsemien viestintätapojen ja -muotojen käyttöä virallisissa vuorovaikutustilanteissa.
- (c) kehoitetaan yksityisiä tahoja, jotka tarjoavat palveluja yleisölle, myös Internetin kautta, tarjoamaan tietoja ja palveluja vammaisille henkilöille saavutettavassa ja käyttökelpoisessa muodossa.
- (d) kannustetaan joukkotiedotusvälineitä, mukaan lukien Internetin välityksellä tapahtuvaa tiedottamista harjoittavat tahot, tekemään palveluistaan vammaisille henkilöille helppokäyttöisiä.
- (e) viittomakielten käytön tunnustaminen ja edistäminen



Kehityksen vaiheet

Vauva (0-2 vuotta):

- Kukkuminen (2-3 kuukautta): Vauva tuottaa kujertavia ääniä, jotka ilmaisevat mielihyvää.
- Höpöttely (6-8 kuukautta): Lörpöttelyssä toistetaan konsonantti vokaaliyhdistelmiä (esim. "ba-ba-baba").
- Eleet (9-12 kuukautta): Vauva alkaa käyttää eleitä, kuten osoittamista, ilmaistakseen tarpeitaan.
- Ensimmäiset sanat (12-18 kuukautta): Vauva sanoo ensimmäiset tunnistettavat sanansa.
- Sanaston laajentaminen (18-24 kuukautta): Pikkulapsi oppii lisää sanoja ja alkaa yhdistellä niitä yksinkertaisiksi lauseiksi.

Varhaislapsuus (2-6 vuotta):

- Varhaiset tuomiot (2-3 vuotta): Lapsi muodostaa yksinkertaisia lauseita ja laajentaa sanavarastoaan.
- Kieliopin kehitys (4-6 vuotta): Lauseet monimutkaistuvat ja kielioppitaidot paranevat.
- Kerrontataidot (4-6 vuotta): Lapsi alkaa kertoa yhtenäisiä tarinoita.

Keskilapsuus (7-12 vuotta):

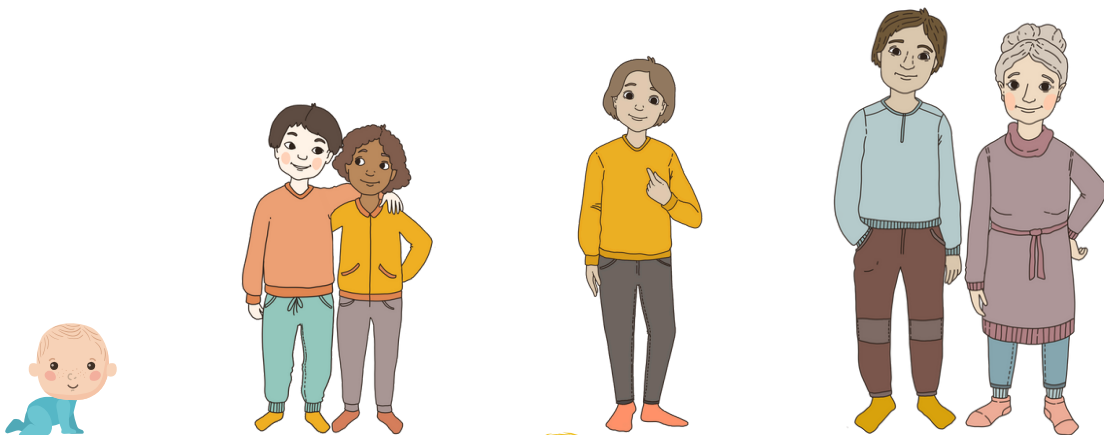
- Sanaston kasvu (7-9 vuotta): Sanasto laajenee edelleen.
- Luku- ja kirjoitustaidot (7-12 vuotta): Lapsi oppii lukemaan ja kirjoittamaan, mikä parantaa kommunikaatiokykyä.
- Monimutkaiset kielitaidot (10-12 vuotta): Lapsi ilmaisee ajatuksiaan ja ajatuksiaan yksityiskohtaisemmin.

Teini-ikä (13-18 vuotta):

- Abstrakti ajattelu (13-15 vuotta): Teini kehittää abstraktia ja kriittistä ajattelua, mikä lisää viestinnän monimutkaisuutta.
- Vakuuttava viestintä (16-18 vuotta): Teini kehittää kykyään suostutella, argumentoida ja ilmaista mielipiteitään tehokkaasti.
- Sosiaalinen viestintä (13-18-vuotiaat): Viestintä muuttuu vivahteikkaammaksi ja keskittyy sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja ihmissuhteisiin.

Varhainen aikuisuus (19-25 vuotta):

- Ammatillinen viestintä (19-25 vuotta): Nuori aikuinen kehittää viestintätaitojaan akateemisissa ja ammatillisissa yhteyksissä.
- Lähi-suhteet (19-25 vuotta): Viestintätaidot ovat ratkaisevan tärkeitä intiimien suhteiden muodostamisessa ja ylläpitämisessä.



Miten kehitysvamma vaikuttaa kommunikointiin?

Kielen kehitys: Kehitysvammaiset henkilöt voivat kokea viivästyksiä kielenkehityksessä. Tämä voi vaikuttaa sekä ekspressiiviseen kieleen (puhuttu tai kirjoitettu viestintä) että reseptiiviseen kieleen (tiedon ymmärtäminen ja käsittely).

Sosiaalinen viestintä: Kehitysvammaisten ihmisten voi olla haastavaa osallistua tehokkaaseen sosiaaliseen viestintään. Tähän sisältyy vaikeuksia ymmärtää sosiaalisia vihjeitä, ylläpitää asianmukaista katsekontaktia ja tulkita sanatonta viestintää.

Pragmaattiset kielitaidot: Pragmaattinen kieli tarkoittaa kielen käyttöä sosiaalisissa yhteyksissä. Kehitysvammaisilla henkilöillä voi olla vaikeuksia pragmaattisten kielitaitojen kanssa, minkä vuoksi heidän on vaikea osallistua keskusteluihin asianmukaisesti, vuorotella viestinnässä tai ymmärtää viestinnän vivahteita eri tilanteissa.

Puheäänen tuotanto: Joidenkin kehitysvammaisten henkilöiden voi olla vaikea artikuloida puheääniä selkeästi. Tämä voi vaikuttaa heidän puheensa ymmärrettävyyteen, jolloin muiden on haastavaa ymmärtää heitä.

Työmuisti: Tämän vuoksi henkilöiden on haastavaa käsitellä ja säilyttää tietoa kommunikaation aikana. Tämä voi vaikuttaa heidän kykyynsä noudattaa ohjeita, osallistua keskusteluihin tai ymmärtää monimutkaista kieltä.

Mukautuvat viestintästrategiat: Ihmiset, joilla on kehitysvamma, voivat kehittää mukautuvia viestintästrategioita kompensoidakseen haasteitaan. Näihin strategioihin voi kuulua eleiden, visuaalisen tuen tai apuvälineiden käyttö.

Kommunikointikumppanit ja heidän roolinsa

Kommunikatiivisen vuorovaikutuksen onnistuminen riippuu jokaisen kommunikointiin osallistuvan henkilön kommunikointitaidoista. Kommunikointikumppani on henkilö tai henkilöt, jotka lähettävät ja vastaanottavat viestejä keskenään. Tätä termiä käytetään usein viitattaessa henkilöihin, jotka käyttävät AAC:tä. Tässä oppaassa termillä "kommunikointikumppanit" tarkoitetaan kaikkia niitä, jotka ovat suoraan tai epäsuorasti mukana kommunikoinnissa sellaisten ihmisten kanssa, joilla on kommunikointi tarpeita. Kommunikointikumppaneilla on keskeinen rooli kehitysvammaisten tukemisessa. He ovat vuorovaikutuksessa yksilön kanssa eri rooleissa ja eri ympäristöissä.

Kommunikointihaaste vaikuttaa suoraan asianomaisten henkilöiden lisäksi välillisesti myös heidän perheisiinsä sekä muihin, "laajennetumpiin" kommunikaatiokumppaneihin, kuten elämäkumppaniin/ystäviin, ammattilaisiin ja yhteisön jäseniin. Sen perusteella kommunikaatiovamma liittyy erottamattomasti yksilölliseen viestintätasoon. Se vaikuttaa kuitenkin myös palveluntarjoajien ja viranomaisten tasoon.

Yksilötasolla:

Siihen osallistuvat suorat kommunikaatiokumppanit (perhe, ystävät, tukityöntekijät ja muut), jotka voivat tunnistaa, mikä toimii parhaiten henkilölliselle henkilöllisyydelle. (välitön viestintä / ihmisten välinen vuorovaikutus)

Heidän roolinsa:

Varmistetaan, että he käyttävät inklusiivisia viestintävälineitä tai -menetelmiä maksimoidakseen pääsyn avaintietoihin ja itseilmaisuuksiin. Varmistetaan, että henkilöt, joilla on viestintätarpeita, voivat käyttää inklusiivisia viestintävälineitä tai -menetelmiä, mukaan lukien AAC, ymmärtääkseen tietoa ja ilmaistakseen itseään tavoilla, jotka hyödyntävät viestintävahvuuksiaan ja vastaavat heidän viestintätarpeitaan. Riippumatta siitä, mitkä viestintämenetelmät (verbaalinen tai ei-sanallinen) toimivat yksilölle parhaiten, käyttävät niitä johdonmukaisesti kaikki, jotka kommunikoivat suoraan henkilön kanssa. Koska jokaisen vamman luonne on erilainen, vammaisten elämänlaatu riippuu henkilökohtaisten ominaisuuksien ja ympäristötekijöiden vuorovaikutuksesta. Yhteiskunnan kansalaisten hyvinvointi on funktio poliittisista päätöksistä ja lainsäädännöllisistä järjestelyistä, jotka tunnustavat jokaisen yhteiskunnan kansalaisen oikeuden hallita jokapäiväistä elämäänsä ja kyetä tyydyttämään perustarpeita, kuten psykologisia, moraalisia ja biologisia tarpeita. Tarkemmin sanottuna osallistavan viestinnän soveltamisen voidaan ajatella sisältävän kolme tasoa, jotka ovat suoraan tai epäsuorasti mukana henkilön viestinnässä. Kokonaisvaltaisen osallistavan viestinnän mallin tulisi sisältää ja korostaa kaikkien tasojen tärkeyttä.

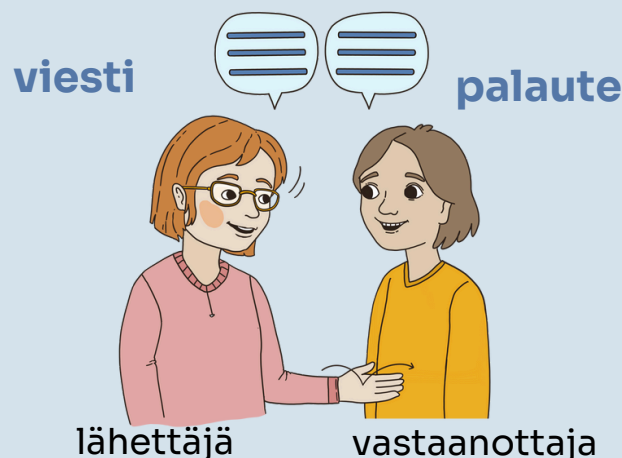
Palveluntarjoajan taso:

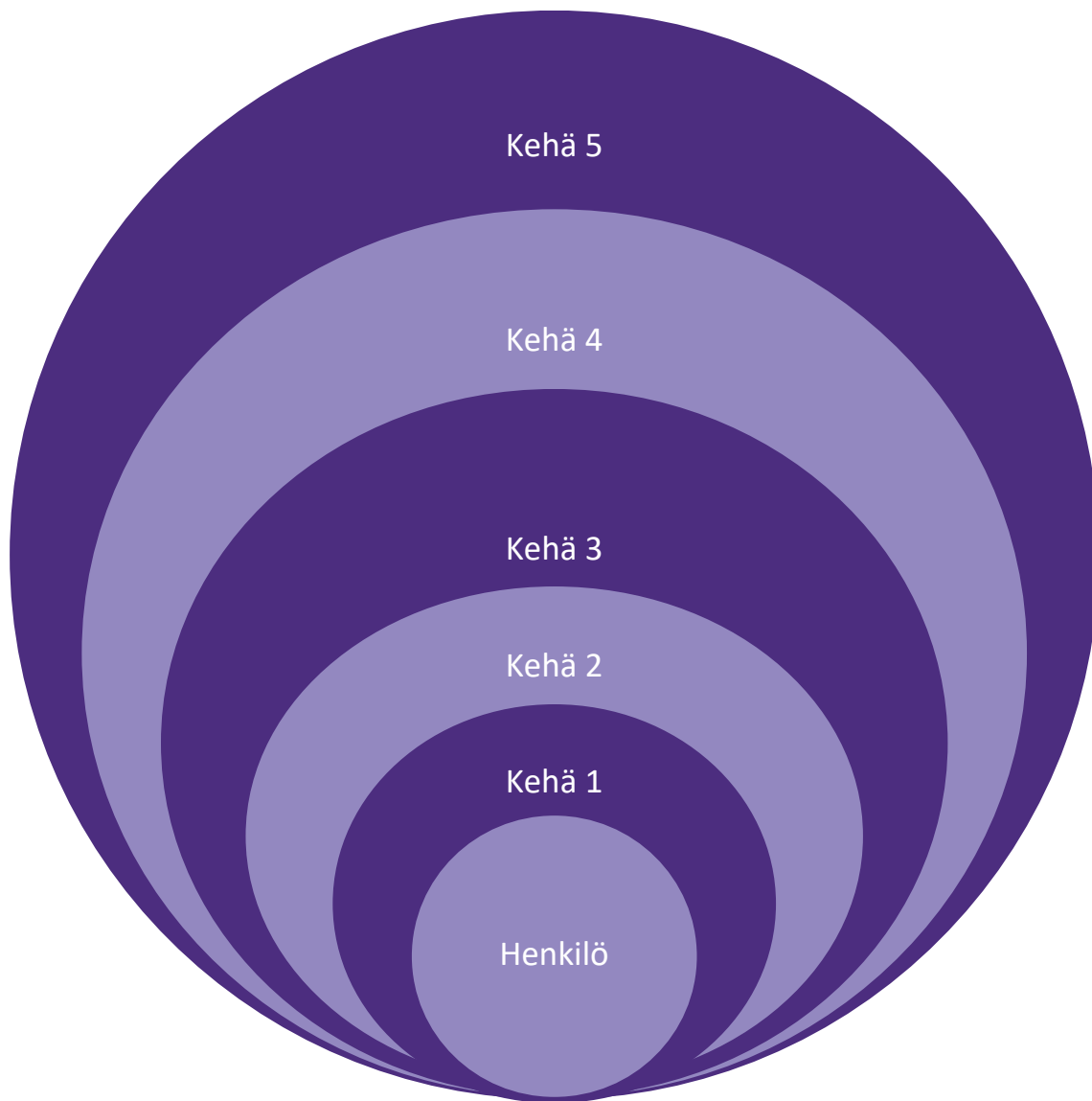
Palvelut, organisaatiot, esim. johtajat, palvelupäälliköt Varmistetaan, etteivät viestinnän esteet enää rajoita palvelujen saatavuutta. Palveluntarjoajat, kuten kommunikaatiovammaisten organisaatioiden, palveluiden tai paikkojen johtajat ja johtajat, varmistavat, että osallistavaa viestintäkäytäntöä toteutetaan ja palvelujen saatavuus on rajoittamaton. Tämä sisältää ajantasaisen yhteisen suunnittelun, koulutuksen ja asianmukaisten AAC-resurssien saatavuuden varmistamisen.

Viranomaisten taso:

Varmistetaan, että paikallisviranomaiset, WHO, YK, johtajat ja keskeiset sidosryhmät täyttävät koko väestön viestintätarpeet. Paikalliset viranomaiset ja keskeiset sidosryhmät ymmärtävät, ymmärtävät ja jakavat osallistavan viestinnän tarpeen väestötasolla, jotta kokonaisten yhteisöjen ja väestön monipuoliset viestinnän vahvuudet ja tarpeet täyttyvät. Viranomaistaso laatii ja muotoilee linjauksia, palveluntarjoajat suunnittelee ja toteuttaa ja yksilötaso rakentuu kahdella muulla tasolla saavutettuun ja niistä hyötymiseen.

Viestintä on prosessi, jossa lähetetään ja vastaanotetaan viestejä sanallisin tai ei-verbaalisin keinoin





Kehä 1: läheiset ja pysyvät kommunikointikumppanit (vanhemmat, sisarukset jne.)

Kehä 2: läheiset ystävät/perhe

Kehä 3: tutut henkilöt

Kehä 4: ammattilaiset (lääkärit, psykologit, kasvattajat, opettajat, puheterapeutit jne.)

Kehä 5: tuntemattomat henkilöt (esim. kaupan työntekijä)

Nämä kehät edustavat ihmisen elämän eri verkostoja. Jokainen kehä tuo ainutlaatuisen lisän ihmisen henkilökohtaisten ja sosiaalisten kokemustensa tarinaan. Yhdessä kehät luovat verkoston, mikä ilmaisee erilaisten ihmissuhteiden vahvuutta ja yhteyksiä. Jokaisella kehällä on oma merkityksensä ihmisen elämässä.

Mitä on osallistava viestintä

Tehokas viestintä on onnistuneen muutoksen keskeinen osatekijä ja työkalu, jota voidaan käyttää suoraan mihin tahansa tunnistettuun tarpeeseen (Lewis, 2006; Lewis et al, 2006).¹ Osallistava viestintä on tehokkaan viestinnän avain, koska se mahdollistaa kaikkien jäsenten aktiivisen osallistumisen yhteiskunnassa/yhteisössä.

Tarkasteltaessa kommunikaatiiovammaa sosiaalisesta näkökulmasta voidaan ajatella, että se, kuten mikä tahansa vamman muoto, muodostuu ja muodostuu ei niinkään yksilön heikkenemisestä sinänsä, vaan sosiaalisten esteiden eri tasoista (Walmsley, 2001).

Tästä seuraa, että tällaisten esteiden ylittäminen on välttämätöntä sellaisten ihmisten elämänlaadun parantamiseksi, joilla on kommunikaatiotarpeita. Tässä tarkoituksessa osallistavan viestinnän käsite on hyödyllinen, koska sen tavoitteena on vähentää kommunikoinnin esteitä.

Viisi vinkkiä vaikuttavaan viestintään

Hyvä kommunikointi mahdollistaa osallistavan ihmissuhteen, joka tukee yksilöiden valinnanvaraa, kontrollia, suurempaa itsenäisyyttä ja parempia terveystuloksia. Kestäviä parannuksia kommunikoinnissa voidaan saavuttaa vain "koko järjestelmälähestymistavan" avulla.

Royal college of Speech and Language Therapists (RCSLT) suosittelee viittä hyvää käytäntöstandardia vastaamaan yksilöiden puhe-, kieli- ja viestintätarpeisiin. Nämä standardit tarjoavat käytännön puitteet, joiden avulla perheet, omaishoitajat, ystävät, ammattilaiset ja viranomaiset voivat tietää, onko palvelu tehnyt kohtuullisia muutoksia viestintäkäytäntöönsä. Jokainen standardi on määritelty selkeästi sen suhteen, mikä standardi on, miltä näyttää ja miten muut tietävät, että se on saavutettu.

1: Yksityiskohtainen kuvaus siitä, kuinka ihmisten kanssa kommunikoida parhaiten.

Jokainen ymmärtää ja arvostaa yksilön puhe-, kieli- ja kommunikaatiotarpeita. Yksilöitä tuetaan ja otetaan mukaan yhdessä heidän parhaiten tuntevien ihmisten kanssa kehittämään kattava kuvaus parhaista tavoista vuorovaikutukseen yhdessä. Tämä kuvaus on sovittu, aktiivinen, säännöllisesti päivitettävä ja helposti saatavilla. Tätä kuvausta voidaan kutsua viestintäpassiksi, ohjeeksi tai profiiliksi. Se sisältää parhaat tavat tukea ymmärrystä ja ilmaisua, edistää vuorovaikutusta ja osallistumista ja kuvaa, miten olla jonkun kanssa.

2: Palvelut osoittavat, kuinka ne tukevat yksilöitä kommunikaatiotarpeella, jotta he osallistuvat hoitoaan ja palveluitaan koskeviin päätöksiin.

Palveluntarjoajat ymmärtävät, että ihmiset ymmärtävät ja ilmaisevat itseään eri tavoin. Yksilöille tämä tarkoittaa tiedon saamista ja itsensä ilmaisemista tavoilla, jotka vastaavat heidän tarpeitaan. Osallistava viestintä on lähestymistapa, jolla pyritään "luomaan tukeva ja tehokas viestintäympäristö käyttämällä kaikkia saatavilla olevia viestintäkeinoja ymmärtääkseen ja tullakseen ymmärretyksi". Jotta palvelut osoittaisivat osallisuutta ja osallistumista, tarvitaan usein innovatiivisia ja luovia ratkaisuja yksilöiden näkemysten ymmärtämiseen.

3: Henkilökunta arvostaa ja käyttää asiantuntevasti parhaita tapoja kommunikoida kunkin yksittäisen henkilön kanssa Henkilökunta tunnistaa viestintävaikeudet.

He ymmärtävät, että heidän on muutettava viestintätäytyliään tukeakseen palvelun käyttäjää ja heillä on tiedot ja taidot mukauttaa viestintätasojaan, -tyylejään ja -menetelmiään. Henkilökunta on tietoinen kommunikaatioon vaikuttavista tekijöistä, erityisesti kuulosta, näöstä ja aistinvaraisesta integraatiosta. Henkilökunta tietää, että sillä on merkitystä, mitä he ajattelevat ja miten he sanovat asioita. Henkilökunta ymmärtää, kuinka hyvä viestintä tukee tietoista suostumusta ja valmiuksia.

4: Palvelut luovat mahdollisuuksia, suhteita ja ympäristöjä, jotka saavat ihmiset haluamaan kommunikoida.

Ymmärrettävä, vieraanvarainen ja sosiaalisesti rikas ympäristö on olennainen ihmissuhteiden kannalta kaikille yksilöille ja erityisesti ihmisille, joilla on kommunikaatiotarpeita. Suhteet ovat hyvinvoinnin keskeistä. Oikean viestintäympäristön luominen auttaa ihmisiä elämään arvokasta ja merkityksellistä elämää. Vuorovaikutuksen laatu edistää yleistä emotionaalista ja henkistä hyvinvointia tarjoamalla yhteenkuuluvuuden, osallistumisen ja osallisuuden tunteen. Vuorovaikutukseen ei välttämättä liity puhetta. Vuorovaikutus on tapa olla "olemassa" toisen henkilön kanssa ja luoda mielekästä yhteyttä niihin, joita on vaikea tavoittaa tai joita on helppo jättää huomiotta.

5: Yksilöitä tuetaan ymmärtämään ja ilmaisemaan terveyteensä ja hyvinvointiinsa liittyvät tarpeet.

Oppimishaasteiset kohtaavat vältettävissä olevia terveyseroja. Rajoitettu viestintä ja terveyslukutaito heikentää kykyä välittää terveystarpeita tehokkaasti. On olennaista ottaa huomioon viestintätarpeet yksilön terveyden tukemiseksi. Diagnoosin saaminen voi osoittautua vaikeaksi, jos henkilö ei pysty kuvailemaan oireita helposti tai hänen käyttäytymistään ymmärretään ja tulkitaan väärin. Henkilökunnan on oltava tietoinen siitä, kuinka ihmiset viestivät terveydestään ja kuinka he osoittavat olevansa kipeänä. Tähän sisältyy huonon terveyden pitäminen syynä käyttäytymisen muutoksiin. Tietäminen, kuinka paljon henkilö voi ymmärtää, on myös olennaista päätettäessä hänen kyvystään saada terveydenhoitoa.

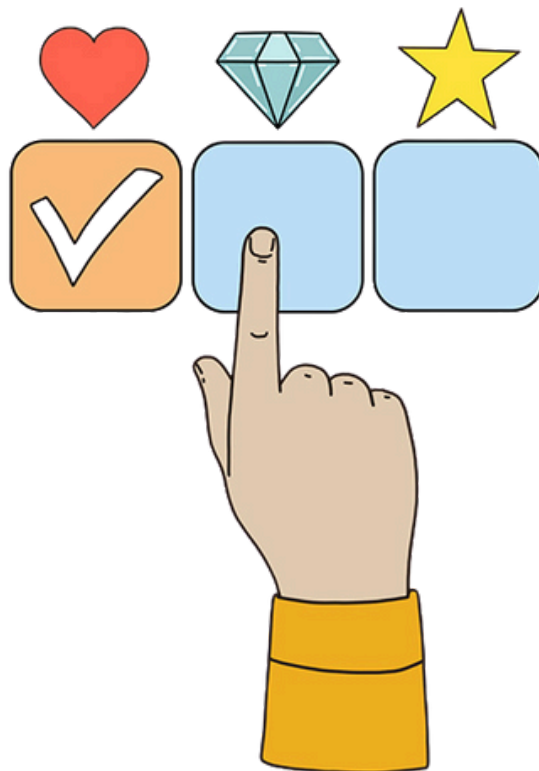
Näin ollen huomaamme, että osallistava viestintä vähentää eriarvoisuutta ja sosiaalista eristäytymistä. Se edistää ihmisoikeuksia ja auttaa viranomaisia välttämään syrjintää. Osallistava viestintä tekee palveluista helpommin saavutettavia kaikille. Se auttaa saavuttamaan onnistuneita tuloksia yksilöiden ja laajemman yhteisön kannalta. Se antaa ihmisille mahdollisuuden elää itsenäisemmin ja osallistua julkiseen elämään.



Keinoja kommunikoinnin tukemiseen

“Työntekijän ei tarvitse osata käyttää kaikkia kommunikointia tukevia välineitä ja menetelmiä. On kuitenkin tärkeää, että työntekijä ymmärtää menetelmien käytön merkityksen asiakkaan osallisuuden toteutumisen kannalta.”

- Vammaispalvelujen käsikirja, Suomi-



Kehitysvammaisten henkilöiden viestinnän tukemisessa on tärkeää ottaa huomioon heidän ainutlaatuiset tarpeet ja kyvyt. Tässä on joitain strategioita, jotka voivat helpottaa viestintää:

- Puhetta tukeva, täydentävä ja korvaava kommunikointi (AAC): AAC-menetelmät voivat olla hyödyllisiä henkilöille, joilla on vaikeuksia sanallisen viestinnän kanssa. Nämä järjestelmät voivat vaihdella yksinkertaisista kuvatauluista kehittyneisiin elektronisiin laitteisiin. Työskentele puheterapeutin tai AAC-asiantuntijan kanssa määrittääksesi henkilölle sopivin AAC-järjestelmä.
- Visuaaliset tuet: Visuaaliset apuvälineet voivat parantaa kehitysvammaisten viestintää ja ymmärtämistä. Käytä visuaalisia aikatauluja, sosiaalisia tarinoita ja visuaalisia vihjeitä tiedon välittämiseen ja ymmärtämisen tukemiseen.
- Yksinkertaista kieli: Käytä selkeää ja tiivistä kieltä kommunikoidessasi. Jaa monimutkaiset tiedot yksinkertaisempiin, paremmin hallittavissa oleviin osiin. Vältä käyttämästä ammattislangia tai abstrakteja käsitteitä, joita yksittäisen henkilön voi olla vaikea ymmärtää.
- Aktiivinen kuuntelu: Ole aktiivinen kuuntelija ja anna yksilölle riittävästi aikaa käsitellä ja vastata. Käytä ei-sanallisia vihjeitä, kuten nyökkäys, katsekontaktin ylläpitäminen ja rohkaisevien eleiden tarjoaminen osoittaaksesi, että olet mukana keskustelussa.
- Edistä sosiaalista vuorovaikutusta: Rohkaise sosiaalista vuorovaikutusta ja tarjoa mahdollisuuksia olla tekemisissä ikätovereiden ja perheenjäsenten kanssa. Strukturoitu toiminta, ryhmäkeskustelut ja sosiaalisten taitojen harjoittelu voivat auttaa kehittämään kommunikaatio- ja sosiaalistamistaitoja.
- Käytä moniaistisia lähestymistapoja: Sisällytä viestintään useita aisteja parantaaksesi ymmärrystä. Käytä esimerkiksi eleitä, visuaalisia vihjeitä ja esineitä välittäessäsi tietoa. Tämä voi auttaa kehitysvammaisia henkilöitä, joilla voi olla vaikeuksia käsitellä tietoja pelkkien verbaalisten kanavien kautta.
- Tukiympäristö: Luo kannustava ja osallistava ympäristö, joka kannustaa kommunikointiin. Minimoi häiriötekijät, tarjoa tarvittaessa hiljaista tilaa ja varmista, että henkilö tuntee olonsa turvalliseksi ja mukavaksi ilmaista itseään.
- Koulutus ja yhteistyö: Tee yhteistyötä ammattilaisten, kuten puhekielen terapeuttien, toimintaterapeuttien ja erityisopettajien kanssa. He voivat tarjota ohjausta, resursseja ja koulutusta kehittääkseen viestintätaitoja ja tukeakseen yksilön yleistä kehitystä.

Muista, että jokainen kehitysvammainen on ainutlaatuinen ja heidän viestintätarpeensa voivat vaihdella. On tärkeää arvioida heidän kykynsä, mieltymyksensä ja haasteensa tarjotakseen henkilökohtaista tukea. Tiivis yhteistyö ammattilaisten ja omaishoitajien kanssa voi auttaa luomaan tehokkaan viestintäsuunnitelman, joka on räätälöity yksilön tarpeisiin.

Mitä on AAC?

Puhetta tukeva, täydentävä ja korvaava kommunikaatio (Alternative and Augmentative Communication)

Yleinen termi kommunikointikeinoille, joita käytetään täydentämään, tukemaan tai korvaamaan puhuttua kieltä

Esimerkiksi:

- kuvia
- esineitä
- eleitä ja kehonkieltä
- tukiviittomia
- kirjoittamista ja piirtämistä
- kommunikointilaitteet
- puheentoistolaitteet



Voimauttava vuorovaikutus

- Toimintamalli, joka käyttää varhaisen vuorovaikutuksen menetelmiä kommunikointiin kehitysvammaisten tai autismikirjon kuuluvien ihmisten kanssa.
- Tärkeintä on itse vuorovaikutus. Kommunikoinnin tarkoitus ei ole välttämättä tiedon vaihto tai asioiden pyytäminen, vaan yhdessäolo.
- Tarkoituksena on, että varhaiseen vuorovaikutukseen luottavat ihmiset oppivat kommunikaation perusteet.
- Menetelmässä aloitamme kommunikaation samalla tavalla kuin tukea tarvitseva henkilö itse kommunikoi. Tapoja voivat olla esimerkiksi katsekontakti, hymy, ääntely tai keinuminen.
- Voimauttavan vuorovaikutuksen tavoitteena on paitsi vahvistaa viestinnän perustaa myös parantaa elämänlaatua. Lähestymistapa auttaa vaikeasti kehitysvammaisia ihmisiä luomaan yhteyksiä muihin.



Ilmeet, eleet ja kehonkieli

Kasvojen ilmeitä, eleitä ja kehonkieltä voidaan käyttää myös tietoisesti, kun halutaan korostaa kohdetta ja sen piirteitä. Se edellyttää osaavalta kumppanilta herkkyyttä ja kykyä pysähtyä ja aidosti havainnoida ja kuunnella. Joskus aloite voi olla niin hienovarainen tai sijaita sellaisessa osassa että sitä on vaikea huomata ja tulkita viestiksi. Eleiden käyttö viestinnässä on luonnollista ja usein nopeampaa kuin sanoin kertominen. Syvästi kehitysvammaisen henkilön ilmaisukeinoja voivat olla ääntely, itku ja itkun eri sävyt, iloinen ääntely, kontaktiääntely, nauru, katse, fyysinen rentoutuminen tai jännittyneisyys, yleinen aktiivisuus tai passiivisuus ja joskus myös yksinkertaiset eleet, kuten kädellä osoittaminen. Näillä keinoilla henkilö voi ilmaista tunnetilat ja perustarpeet tai tehdä yksinkertaisia valintoja.

Ilmoituksen onnistuminen riippuu aina läheisten ihmisten aktiivisesta tulkinnasta.

Olenaiset kielelliset ilmaisut ovat usein hyvin yksilöllisiä ja hienovaraisia, eikä niitä ole aina helppo tulkita yksiselitteisesti. Läheiset oppivat yleensä tulkitsemaan puhevammaisen henkilön toimintaa ja sanatonta viestintää erilaisissa arkipäivän tilanteissa. Näitä voidaan käyttää kuvaamaan ja esittää asioita myös ilman sanoja (esimerkki tästä on pantomiimi).

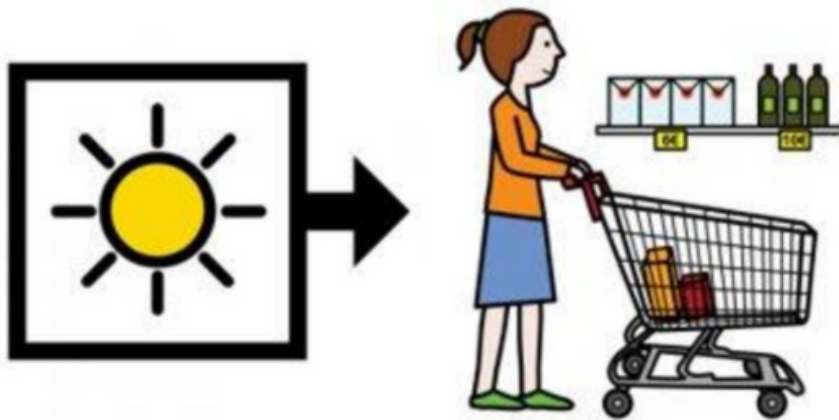
Kuvien käyttö kommunikoinnissa

Tämä tarkoittaa kuvasymbolien käyttöä puheen ja sanattoman viestinnän rinnalla. Kuva on myös keino havainnollistaa sisältöä, jota on vaikea ymmärtää puhuttuna tai kirjoitettuna.

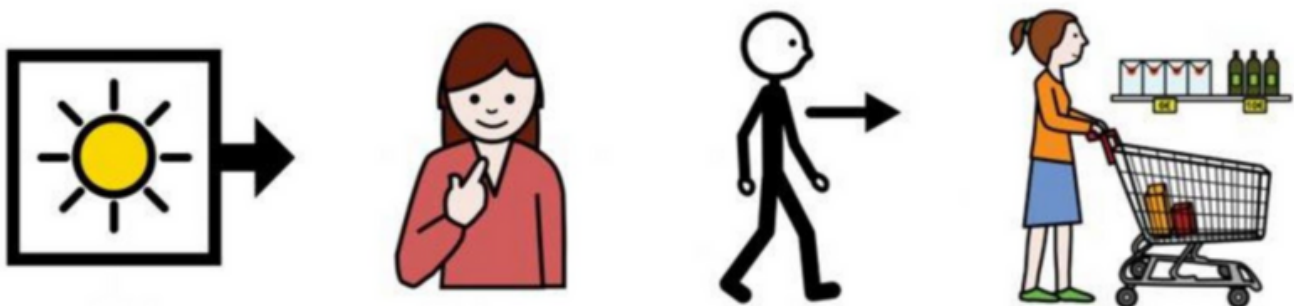
Kuvat voivat toimia henkilön kommunikoinnissa, kun henkilö ymmärtää kuvan ja sen, mitä kuva edustaa. Tarvitaan ymmärrystä siitä, että kuva voi viitata siihen asiaan, jota se esittää. Tämä prosessi edellyttää keskustelukumppanin tarkentavia kysymyksiä ja tuotetun viestin muotoilua.

Kommunikointi voi tapahtua yhden tai useamman kuvan, kuvataulun, kuva- tai viestintäkansion, tabletin, piirustuksen jne. avulla.

Kun kuvia ja graafisia esityksiä käytetään kommunikoinnissa, piktogrammit eivät aina ole paras valinta. Ennen kuvien valitsemista on tärkeää tunnistaa käyttäjälle sopiva tyyli.



Kerrontaa yksittäisillä kuvilla (avainsanat): HUOMENNA - KAUPPA



Kerrontaa usealla kuvalla noudattamalla lisäksi lauseen sanajärjestystä (kuvakirjoitus):
HUOMENNA - MINÄ - MENNÄ - KAUPPA.

Kuvat: Papunet 2024, Kuvapankki, papunet.net

Kuvia voidaan käyttää myös toimintojen valinnassa

- Tässä esimerkissä henkilö on valitsemassa vapaa-ajan puuhaa. Henkilö voi osoittaa valintaansa tai siirtää kuvan omaan päiväohjelmaansa.
- Kuvien takana on tarranauhan palat.
- Valintatilanteita on hyvä alkaa harjoitella kahdesta vaihtoehdosta laajentaen vähitellen useampaan.



Alla on esimerkki **ensin - sitten -korteista**. Kortit havainnollistavat lähitulevaisuuden tapahtumia toteutusjärjestyksessä.



Voi olla vaikea kantaa jatkuvasti suuria kuvia tai kansioita mukana.
Yksi kätevä tapa on tehdä pikkukuvia kiinnitettäväksi avainrenkaaseen.



Alla on esimerkki liikennevalokorteista. Ne voivat sisältää myös havainnollistavan kuvan tekstin lisäksi.



Esimerkki viikkoohjelmasta ja arjen jäsentämisestä.

Hyvä rakenne vastaa viiteen kysymykseen:

- Mitä tehdään?
- Missä tehdään?
- Milloin tehdään?
- Kuinka kauan tekeminen kestää?
- Kenen kanssa toimintaa tehdään?



Esimerkkejä mieliala-/kipumittareista:



AIVAN
MAHTAVA



RAUHALLINEN,
TYTYVÄINEN

OK!



EI HYVÄ, EIKÄ HUONO

SURULLINEN,
HUOLESTUNUT



HERMOSTUNUT,
PELOKAS, UJO

TURHAUTUNUT,
VAIKEA



VIHAINEN

RAIVOSTUNUT



0

Ei kipua
No pain



1-3

Lievä
Mild



4-5

Kohtalainen
Moderate



6-8

Kova
Severe



9-10

Sietämätön
Worst possible

Kuva: <https://www.hyvaks.fi/kipumittari>

Sosiaaliset tarinat

Sosiaaliset tarinat loi Carol Gray vuonna 1991. Ne ovat lyhyitä kuvauksia tietyistä tilanteista, tapahtumasta tai toiminnasta, jotka sisältävät tarkkaa tietoa siitä, mitä tilanteessa voi odottaa ja miksi.

Mitä varten sosiaaliset tarinat ovat?

Sosiaalisia tarinoita voidaan käyttää:

- kehittää itsestä huolehtimisen taitoja (esimerkiksi hampaiden pesu, käsien pesu tai pukeutuminen), sosiaalisia taitoja (esimerkiksi jakaminen, avun pyytäminen, kiittäminen, keskeyttäminen) ja akateemisia taitoja.
- auttaa jotakuta ymmärtämään, miten muut saattavat käyttäytyä tai reagoida tietyssä tilanteessa.
- auttaa muita ymmärtämään autistisen henkilön näkökulmaa ja sitä, miksi hän saattaa reagoida tai käyttäytyä tietyllä tavalla.
- auttaa henkilöä selviytymään rutiinimuutoksista ja odottamattomista tai ahdistavista tapahtumista (esimerkiksi opettajan poissaolo, muutto, ukkosmyrsky).
- antaa henkilölle myönteistä palautetta jostakin vahvuuden tai saavutuksen alueesta itsetunnon kehittämiseksi.
- käyttäytymisstrategiana (esimerkiksi mitä tehdä, kun suuttuu, miten selviytyä pakkomielleistä).



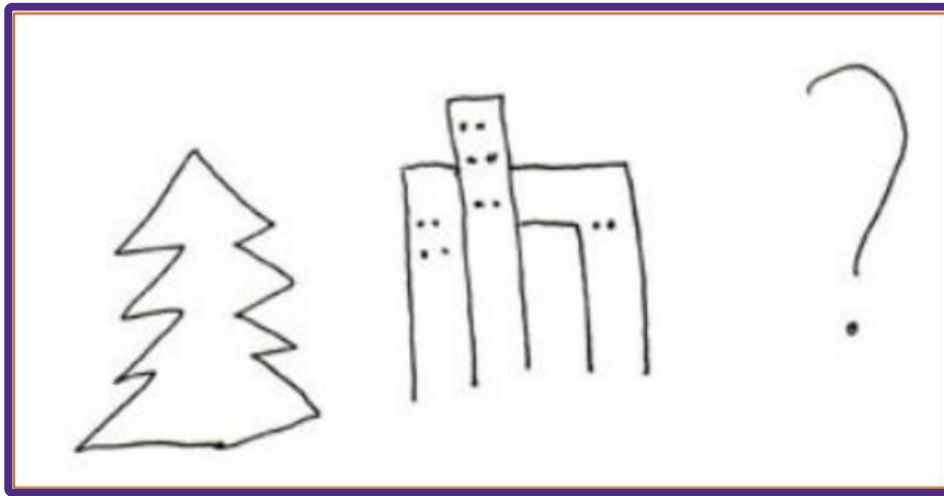
Esineet viestinnässä

- Käytetään pääasiassa vaikeasti kehitys- ja aistivammainen henkilöiden kanssa
- Ovat konkreettisia merkkejä, joita voi olla helpompi hahmottaa kuin kuvia.
- Esinettä voi tarkastella ja tunnustella, sen pintaa voi haistaa tai jopa maistaa.
- Voi olla esim. todellinen esine, todellisen esineen kaltainen esine (esim. muovinen omena),
- pienoismalli, esine, joka herättää mielleyhtymiä (esim. Cd-levy -> musiikki) jne.



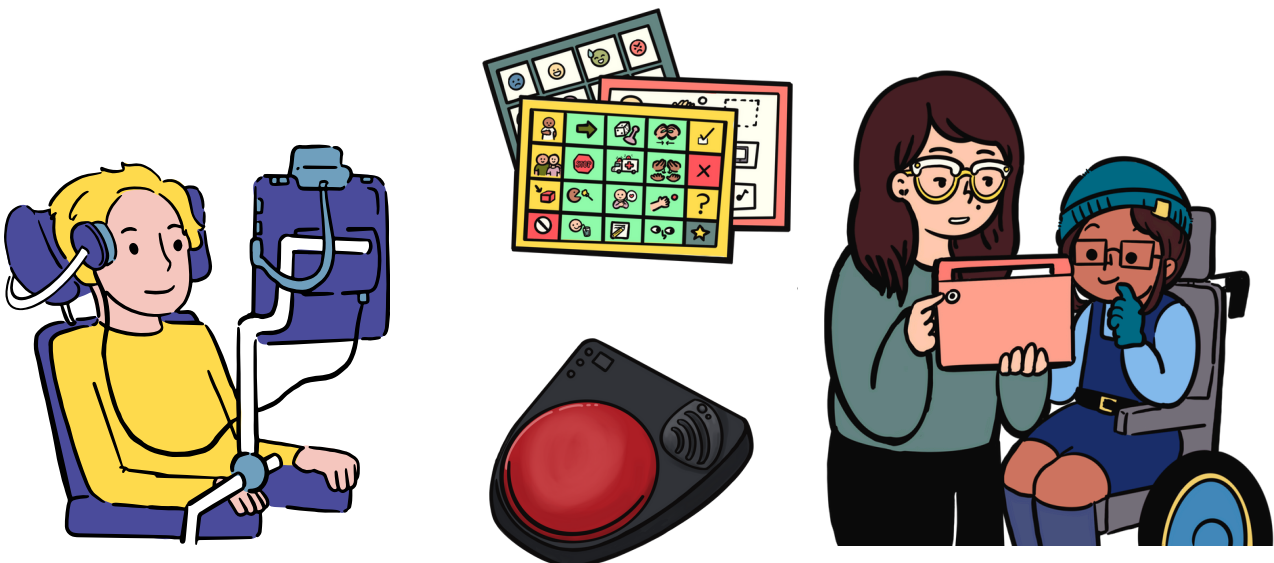
Pikapiirtäminen

- Piirtämällä puheeseen tukea tarvitsevan kommunikointikumppani voi havainnollistaa ja esittää vaihtoehtoja keskustelun aikana.
- Piirtämistä voidaan käyttää myös kuvaviestintään, kun tarvittava kuva puuttuu.
- Pidä kynnys matalana – tartu rohkeasti kynään!
- Muista aina antaa myös "jotain muuta" vaihtoehtona.
- Vinkkivideo pikapiirtämisestä: https://youtu.be/uZA_NioJshs (3 min 1 s)



Puhetta tukevat, korvaavat ja täydentävät kommunikointimenetelmät

Puhetta tukeva, täydentävä tai korvaava (AAC) kommunikointiväline on tabletti tai kannettava tietokone, joka auttaa puhe- tai kielivammaista kommunikoimaan. Termiä AAC-laite käytetään usein vaihtokelpoisesti sellaisten termien kanssa, kuten puhetta generoiva laite (SGD) tai avustava viestintälaite tai yksinkertaisesti viestintälaite. AAC-laitteet auttavat käyttäjiä kommunikoimaan sanojen, lauseiden ja kuvien yhdistelmällä, jotka laite sitten "sanoo ääneen". Lisäksi käyttäjät voivat kommunikoida myös kirjoittamalla tai piirtämällä, jakamalla kuvia ja videoita tai jopa toistamalla sanoja, jotka he kuulevat ääneen.

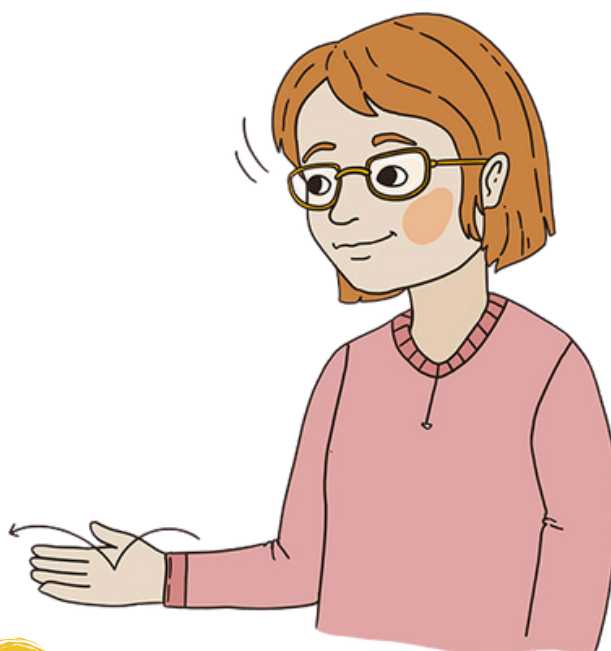


Tukiviittomat

- Tukiviittomat ovat viittomakielen yksittäisiä perusviittomia. Niiden rinnalla käytetään aina puhetta. Viittomien käyttö rytmittää, hidastaa ja selkeyttää puhetta. Muista katsekontakti (huomio tarvittaessa haasteet katsekontaktissa). Ns. avainsanat viitotaan. Esim. "Laita kengät jalkaan" – Mitä viittoisit?
- Kätevä keino – aina mukana!



Esimerkkejä tukiviittomista. Kuvat: papunet.net




Kommunikointipassi

Passi voi olla yksi- tai monisivuinen.


Passi voidaan rakentaa esimerkiksi seuraavalla sisältörakenteelle:

1. Minä: kommunikointipassin omistaja esittelee itsensä.
2. Tärkeää tietoa: Kommunikointikumppanin näkökulmasta olennainen tieto passinhaltijan tavasta kommunikoida ja vuorovaikutuksessa huomioitavista asioista ja eri tavoista tukea niitä.
3. Näin kommunikoin: Lyhyt kuvaus tärkeimmistä kommunikointitavoistani ja ilmaisujen merkityksestä.
4. Näin kommunikoit kanssani: Ohjeet kuinka kumppanin tulee kommunikoida ja olla vuorovaikutuksessa.
5. Tärkeät asiat, ihmiset tai paikat: Asiat, ihmiset ja paikat, joista pidän ja jotka ovat tärkeitä.
6. Asiat, joista en pidä.
7. Vahvuuteni: Asiat, jotka passin omistaja tietää, on hyvä tai harjoittelee.
8. Tue minua näin.


Nimeni



Asia josta pidän



Asia josta en pidä



Kommunikointipassi

Kommunikointi

Kommunikoin mieluiten

sanoilla

eleillä (katse/kädet)

kirjoittamalla

muu

Kun kommunikoit kanssani, tee näin

☐


☐

☐


☐

Älä tee näin


Aistit: Nämä asiat vaikuttavat minuun




KATSE




KUULO



HAJU



KOSKETUS



MAKU

30

Kuinka vahvistaa kommunikointia eleillä?

Katse

Katse on yksi tärkeimmistä viestinnän keinoista. Se on katsomista, tarkkaavaisesti tai ei. Kahden ihmisen välisessä kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa molemmat henkilöt katsovat toisiaan ja vaihtavat erilaisia signaaleja, joista yksi on katse. Toisaalta katseella havaitsemme tietoa vuorovaikutuskumppaniltamme, ja toisaalta katseemme määrittää vuorovaikutuskumppanillemme, mihin kiinnitämme huomiota. Lisäksi silmät ilmaisevat kasvojen ilmeessä myös osaltaan sitä, miltä meistä tuntuu, tunnetilaamme. Vauvat alkavat käyttää hoitajiensa katsetta ensimmäisen vuoden aikana, jo kuuden kuukauden iässä. Tästä ajasta alkaen yhteinen huomio alkaa näkyä. Yhteinen huomio liittyy tilanteisiin, joissa kaksi vuorovaikutuskumppania kiinnittää huomiota samoihin asioihin. Tämä on tapa, jolla vauvat saavat tietoa ympäristöstään. Toinen tapa on osoittaminen: he näyttävät jotain (ks. eleet).

Luonnolliset eleet

Luonnolliset eleet ovat sanattomia liikkeitä tai kehon asentoja, joita voi esiintyä vuorovaikutustilanteissa. Ne ovat useimmiten helposti tulkittavissa ja esiintyvät useimmilla lapsilla spontaanisti. Niitä tehdään ilman opettamista. Lisäksi luonnolliset eleet ovat yleisiä kaikissa kulttuureissa. Ne täydentävät tai vahvistavat usein sanallista viestintää.

Kaikkia eleitä ei käytetä viestintään, mutta vaikka niitä ei käytettäisikään tässä tarkoituksessa, useimmat eleet voivat silti helpottaa viestintää.

Ilmeemme voi kertoa, miltä meistä tuntuu. Esimerkiksi hymy kertoo yleensä onnellisuudesta tai ystävällisyydestä.

Asentomme kertovat usein myös tunnetiloistamme. Luonnolliset eleet voivat olla liikkeitä, joita käytetään aikomuksen viestimiseen. Esimerkiksi pienet lapset ojentavat usein kätensä aikuisia kohti, kun he haluavat, että heidät otetaan syliin tai kannetaan. Useimmat heistä oppivat myös nopeasti ilmaisemaan, mitä he haluavat, osoittamalla.



Tavanomaiset eleet

Toisin kuin luonnollisilla eleillä, tavanomaisilla eleillä on kulttuurin jäsenten jakamia merkityksiä. Ne eivät siis ole universaaleja, vaan ne on opittu ja niillä on sosiaalisesti rakentuneita merkityksiä.

Esimerkkejä tavanomaisista eleistä ovat:

- Toisen käteen tarttuminen ja kättely tervehdykseksi.
- Etu- ja keskisormien ristiminen symboloi onnen toivomista joissakin länsimaisissa kulttuureissa.
- Namaste on hindulainen tervehdysele, joka tehdään asettamalla kämmenet yhteen rukouksen kaltaiseen asentoon rinnan eteen.
- Useimmat lapset tekevät osoittamisen spontaanisti jo hyvin varhain, mutta he saattavat tarvita aikaa ymmärtääkseen sen, kun joku muu tekee sen. Heidän on opittava sen merkitys. Näin osoittamisesta tulee tavanomainen ele.



Eleet viestinnässä

Eleillä on ratkaiseva merkitys ihmisten välisessä viestinnässä. Niiden avulla välitetään tunteita, aikomuksia ja sosiaalisia vihjeitä eri tilanteissa. Niitä voidaan käyttää verbaalisen viestinnän sijasta; ne voivat myös täydentää tai vahvistaa verbaalista viestintää.

Joillakin eleillä on myös ratkaiseva merkitys kehityksen aikana. Tämä koskee erityisesti osoittavaa eleitä. Osoittavan eleen tärkeimpänä tehtävänä on suunnata huomio ulkopuolisiin kokonaisuuksiin. Osoittavan eleen oppimisen myötä on mahdollista jakaa huomio muiden henkilöiden kanssa yhteisesti kiinnostaviin kohteisiin ja tapahtumiin, mikä vastaa yhteistä huomiointia. On myös mahdollista seurata muiden henkilöiden huomiota ja eleitä kohteisiin. Henkilöt, jotka ovat oppineet nämä eleet, pääsevät todennäköisemmin kommunikoimaan: seuraamalla toisten henkilöiden huomiota ja eleitä esineisiin on mahdollista ymmärtää, mistä he puhuvat. Jos esimerkiksi puhun "Pekasta" ja osoitan samalla kissaani, ymmärrät, että sen nimi on "Pekka". Sama tapahtuu myös uusien sanojen kanssa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että osoittavat eleet ovat yhteydessä korkeampaan kommunikaation aloitustiheyteen ja parempiin kielellisiin tuloksiin. Näin ollen tavanomaisten eleiden ymmärtäminen ja osaaminen auttaa oppimaan kielen tarkoituksenmukaista käyttöä.

Tuettu päätöksenteko

Tuettu päätöksenteko antaa vammaiselle henkilölle mahdollisuuden tehdä omaa elämäänsä koskevia valintoja, joihin saa tukea valitsemaltaan tiimiltä. Vammaiset henkilöt valitsevat päätöksenteon tueksi tukiverkostoonsa ihmisiä, jotka he tuntevat ja joihin he luottavat. Tuettu päätöksenteko on vaihtoehto edunvalvonnalle. Sen sijaan, että edunvalvoja päättäisi vammaisen henkilön puolesta, tuettu päätöksenteko antaa vammaiselle henkilölle mahdollisuuden tehdä omat päätöksensä itse.

Mitä tuettu päätöksenteko on?

Tuetulle päätöksenteolle ei ole virallista määritelmää, ja eri ihmiset käyttävät sitä eri tavoin. Me käytämme sitä viittaamaan mihin tahansa prosessiin, jossa yksilö saa niin paljon tukea kuin hän tarvitsee voidakseen tehdä päätöksensä:

1. tehdä päätöksen itse; ja/tai
2. ilmaista tahtonsa ja mieltymyksensä korvaavan päätöksenteon yhteydessä (esimerkiksi holhouksen tai mielenterveyden haasteiden vuoksi annettavan pakkohoidon yhteydessä).

Molemmissa tapauksissa tuetun päätöksenteon tarkoituksena on varmistaa, että yksilön tahto ja mieltymykset ovat keskeisessä asemassa ja että niitä kunnioitetaan täysin häntä koskevissa päätöksissä.

Uskomukset

Tuetun päätöksenteon
perustavanlaatuiset uskomukset

Itsensä tunteminen

Tuetun päätöksenteon
perusta on oman tahtoni
ja mieltymysteni
tunteminen.

Kommunikointi

Mietitään miten toimia
vuorovaikutustilanteissa
kaikkia huomioivasti.

Selkeä kieli

Luodaan resurssit
saavutettavassa
muodossa kaikkien
käytettäväksi.

Tue minua

Tekemään päätöksiäni ja
toimimaan niiden
mukaan.

Oma tukiverkostoni

Auta minua
rakentamaan
verkosto tukemaan
pätösten tekoani.

Organisaatiota koskevia huomioita

Pohtikaa sitä, mitä tuetun
pätöksenteon sisällyttämiseen
organisaatiossa tarvitaan.



Kehitysvammaisten (10-18-vuotiaiden) nuorten kommunikoinnin tukeminen

Kommunikoinnin tukeminen 10-18-vuotiaiden kehitysvammaisten lasten kanssa voi olla palkitsevaa mutta haastavaa. On tärkeää tunnistaa jokaisen lapsen ainutlaatuisuus, sillä heidän tarpeensa ja kykynsä voivat vaihdella huomattavasti. Tehokkaan kommunikoinnin helpottamiseksi on tärkeää käyttää selkeää ja yksinkertaista kieltä ja käyttää tarvittaessa visuaalisia apuvälineitä ja symboleja. Luottamuksen ja yhteisymmärryksen rakentaminen lapsen kanssa osoittamalla kärsivällisyyttä, empatiaa ja tuomitsemattomuutta on avainasemassa. Lisäksi visuaalisten apuvälineiden, kuten aikataulujen ja viestintävälineiden, käyttö voi parantaa ymmärtämistä ja ilmaisu.

Niille, joilla on suurempia kommunikointihaasteita, voi olla hyötyä apuvälinejärjestelmistä (Augmentative and Alternative Communication, AAC). Sanattomien vihjeiden käyttö, aktiivinen kuuntelu ja kommunikoinnin mukauttaminen yksilöllisiin tarpeisiin ovat olennaisia strategioita. Lapsen mielenkiinnon kohteiden mukaan räätälöidyn, jäsennellyn ja ennakoitavan ympäristön luominen sekä vanhempien ja huoltajien osallistuminen voivat luoda tukevan kommunikaatioekosysteemin. Lopuksi on tärkeää juhlia edistystä ja kunnioittaa lapsen kommunikointivalintoja sekä edistää lapsen itsenäisyyttä ja itsetuntoa koko prosessin ajan.



Henkilökohtainen oppimissuunnitelma

Henkilökohtainen oppimissuunnitelma on räätälöity suunnitelma opetuksen järjestämiseksi, ja se on suunniteltu vastaamaan tietyn oppijan yksilöllisiä tarpeita ja tavoitteita. Suunnitelmassa otetaan huomioon oppijan vahvuudet, heikkoudet, kiinnostuksen kohteet ja oppimistyyli, ja siinä esitetään suunnitelma oppilaan akateemisen edistymisen tukemiseksi. Oppimissuunnitelmia käytetään kouluissa ja muissa koulutusympäristöissä tukemaan oppilaita, jotka tarvitsevat yksilöllistä huomiota tai joilla on erityisiä oppimishaasteita.

Seuraavassa on joitakin henkilökohtaiseen oppimissuunnitelmaan tyypillisesti sisältyviä keskeisiä elementtejä:

Arviointi: Suunnitelma alkaa oppilaan nykyisten taitojen, tietojen ja kykyjen arvioinnilla. Tämä voi sisältää testejä, haastatteluja, havaintoja tai opettajien, vanhempien tai asiantuntijoiden tekemiä arviointeja.

Tavoitteet ja päämäärät: Arvioinnin perusteella oppijalle asetetaan erityiset tavoitteet ja päämäärät. Tavoitteet jaetaan usein pienempiin, saavutettavissa oleviin vaiheisiin, jotta edistymistä voidaan seurata.

Yksilöllinen opetus: Henkilökohtaisessa oppimissuunnitelmassa esitetään opetusstrategiat ja resurssit, joita käytetään oppilaan edistymisen tukemiseen. Tähän voi sisältyä muutoksia opetussuunnitelmaan, erikoismateriaaleja, apuvälineitä tai opettajien tai asiantuntijoiden antamaa lisätukea.

Majoitukset ja muutokset: Jos oppijalla on erityisiä oppimiseen liittyviä haasteita tai vammoja, suunnitelma voi sisältää mukautuksia ja muutoksia, joilla varmistetaan, että oppilaan tarpeet täyttyvät. Näihin voi sisältyä oppimisympäristön, opetusmenetelmien tai arviointimenetelmien mukautuksia.

Aikataulut ja edistymisen seuranta: Suunnitelmassa vahvistetaan aikataulu asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi ja esitetään menetelmät edistymisen seuraamiseksi. Tämä voi sisältää säännöllisiä arviointeja, tarkastuksia tai edistymisraportteja oppilaan kehityksen seuraamiseksi.

Tukipalvelut: Jos oppilas tarvitsee lisätukipalveluja, kuten puheterapiaa, neuvontaa tai toimintaterapiaa, suunnitelmassa voidaan määritellä erityispalvelut ja niiden sisällyttäminen oppimissuunnitelmaan.

Viestintä ja yhteistyö: Suunnitelma kannustaa oppilasta, opettajia, vanhempia ja muita oppilaan koulutukseen osallistuvia ammattilaisia jatkuvaan viestintään ja yhteistyöhön. Näin varmistetaan, että kaikki ovat tietoisia oppilaan tarpeista ja voivat työskennellä yhdessä oppilaan edistymisen tukemiseksi.

On tärkeää huomata, että henkilökohtainen oppimissuunnitelma on erittäin yksilöllinen ja räätälöity oppilaan tarpeiden mukaan. Se mahdollistaa joustavuuden ja mukautuvuuden, jotta oppilaalle voidaan taata paras mahdollinen oppimiskokemus ja oppimistulokset.



Pedagoginen tuki

Pedagoginen tuki kehitysvammaisille henkilöille on olennainen osa osallistavan ja tehokkaan opetuksen varmistamista. Pedagogiikka tarkoittaa opetuksessa käytettäviä strategioita ja menetelmiä, ja kun ne räätälöidään vastaamaan kehitysvammaisten yksilöiden yksilöllisiä tarpeita, niistä tulee tehokas väline heidän kognitiivisen, sosiaalisen ja emotionaalisen kehityksensä edistämiseksi.

Kehitysvammaisten henkilöiden pedagogisessa tukemisessa on tärkeää omaksua ihmiskeskeinen lähestymistapa. Tässä lähestymistavassa tunnustetaan ja kunnioitetaan jokaisen oppijan yksilöllisyyttä ja otetaan huomioon hänen vahvuutensa, kiinnostuksen kohteensa ja mieleiset oppimistyykinsä. Opettajien ja kasvattajien tulisi käyttää eriytettyä opetusta ja mukauttaa opetusmenetelmiä ja -materiaaleja siten, että ne soveltuvat erilaisiin kykyihin ja haasteisiin kehitysvammaisten oppilaiden keskuudessa.

Esimerkkejä tukemiseen

- Kiinnitä opiskelijan huomio ennen kommunikointia
- Ole selkeä ja täsmällinen
- Käytä visuaalisia ohjeita
- Joidenkin oppilaiden voi olla helpompaa, jos he voivat käyttää eleitä
- Jotkut saattavat joutua osoittamaan oikeaa vastausta puhumisen sijaan.
- Käytä lyhyitä kehotuksia ennen jokaista toimintaa
- Rohkaise, ohjaa ja kannusta
- Harkitse ensin sitten ilmaisun käyttöä
- Tarjoa mahdollisuuksia työskennellä vertaistensa kanssa
- Anna tiettyjä tehtäviä osallistuessa ryhmätöyöhön
- Joitakin tehtäviä voi joutua räätälöimään, jotta oppilaan osallisuus toteutuu paremmin
- Sisällytä opiskelijoiden kiinnostuksen kohteita oppimiseen
- Ole johdonmukainen
- Tarjoa paljon harjoittelumahdollisuuksia
- Opiskelijat saattavat joutua harjoittelemaan tehtävää tai käyttäytymistä useita kertoja
- Tarjoa vähemmän haastavia tehtäviä ja enemmän mahdollisuuksia onnistumisille



Positiivisen käyttäytymisen tuki

Positiivisen käyttäytymisen tuki on näyttöön perustuva lähestymistapa, jolla pyritään parantamaan kehitysvammaisten henkilöiden elämänlaatua. Se keskittyy ymmärtämään haastavan käyttäytymisen taustalla olevia syitä ja toteuttamaan ennakoivia strategioita positiivisen käyttäytymisen muutoksen edistämiseksi. Tämä tuki perustuu kunnioituksen, ihmisarvon ja ihmiskeskeisyyden periaatteisiin. Seuraavassa esitetään joitakin keskeisiä osatekijöitä ja strategioita, jotka liittyvät kehitysvammaisten henkilöiden positiiviseen käyttäytymisen tukeen:

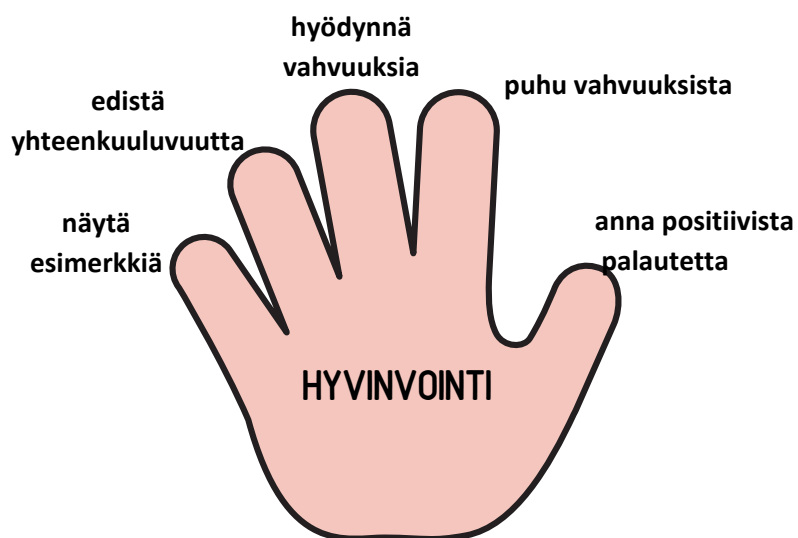
- **Toiminnallinen käyttäytymisen arviointi:** Tässä prosessissa tunnistetaan haastavan käyttäytymisen taustalla olevat syyt tai toiminnot. Arviointi sisältää tiedon keräämistä yksilön ympäristöstä, laukaisevista tekijöistä sekä käyttäytymisen ennakkotekijöistä ja seurauksista. Tämä arviointi auttaa ymmärtämään, miksi tietyt käyttäytymismallit ilmenevät, ja ohjaa tehokkaiden tukistrategioiden kehittämistä.
- **Henkilökeskeinen suunnittelu:** Tämä lähestymistapa tunnustaa kehitysvammaisten yksilöiden ainutlaatuiset vahvuudet, mieltymykset ja tavoitteet. Yhteistyössä yksilön, hänen perheensä ja tukitiimin kanssa laaditaan yksilöllisiä suunnitelmia, joissa keskitytään kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin parantamiseen ja mielekkäiden tulosten saavuttamiseen.
- **Positiivinen vahvistaminen:** Positiivisen vahvistamisen käyttö on yksi tämän lähestymistavan perusasioista. Halutusta käyttäytymisestä annetaan palkkioita tai kannustimia, jotka lisäävät sen toistumisen todennäköisyyttä. Vahvistaminen voi tapahtua esimerkiksi kehujen, merkkien, etuoikeuksien tai muiden mieluisten esineiden tai toimintojen avulla. Tavoitteena on luoda myönteinen ympäristö, joka kannustaa yksilöitä asianmukaiseen käyttäytymiseen.
- **Ympäristömuutokset:** Ympäristön muokkaaminen myönteistä käyttäytymistä tukeväksi on tärkeä strategia. Tämä voi tarkoittaa strukturoitujen rutiinien luomista, fyysisen saavutettavuuden varmistamista, visuaalisen tuen tarjoamista, kuten aikataulut tai visuaaliset vihjeet, sekä sellaisten laukaisevien tekijöiden poistamista tai vähentämistä, jotka edistävät stressiä ja haastavaa käyttäytymistä. Järjestäytynyt ja kannustava ympäristö voi edistää itsenäisyyttä, vähentää stressiä ja parantaa yleistä hyvinvointia.
- **Vaihtoehtoisten taitojen opettaminen:** Vaihtoehtoisten taitojen opettaminen haastavan käyttäytymisen korvaamiseksi on tämän tuen keskeinen osa-alue. Tähän kuuluu uusien käyttäytymismuotojen tunnistaminen ja opettaminen, jotka palvelevat samaa tehtävää kuin aiemmat haastavat käyttäytymismallit, mutta ovat sosiaalisesti sopivampia. Esimerkiksi jos henkilö käyttää itseään vahingoittavaa käyttäytymistä saadakseen huomiota, voidaan opettaa vaihtoehtoisia tapoja pyytää huomiota tehokkaasti, mikä auttaa vähentämään haastavaa käyttäytymistä.
- **Yhteistyöhön perustuva tuki:** Positiivisen käyttäytymisen tuki edellyttää yhteistyötä, johon osallistuvat yksilö, hänen tukiryhmänsä, perheenjäsenet ja asiaankuuluvat ammattilaiset. Avoin viestintä, tiedon jakaminen ja koordinoitujen toimet ovat olennaisen tärkeitä tehokkaiden strategioiden toteuttamiseksi ja sen varmistamiseksi, että tuki on johdonmukaista eri ympäristöissä.
- **Tietojen keruu ja analysointi:** Käyttäytymistä ja interventiostrategioiden tehokkuutta koskevien tietojen kerääminen on ratkaisevan tärkeää jatkuvan arvioinnin ja mukauttamisen kannalta. Tietojen säännöllinen seuranta ja analysointi auttavat tunnistamaan malleja, arvioimaan edistymistä ja tekemään tietoon perustuvia päätöksiä tukistrategioiden muuttamiseksi tai tarkentamiseksi.

Positiivinen käyttäytymisen tuki on voimaannuttava lähestymistapa, jossa korostetaan ymmärrystä, kunnioitusta ja yksilöllisten vahvuuksien edistämistä. Keskittymällä ennakoiviin strategioihin ja luomalla kannustavan ympäristön pyritään parantamaan kehitysvammaisten henkilöiden elämänlaatua ja hyvinvointia.

Positiivisen kasvatuksen käsimalli

Peukalo: Tarjoa positiivista palautetta

Oppilailla on luonnollinen tarve kokea onnistumisia koulutyössään. On tärkeää huomata ja tuoda esiin heidän saavutuksiaan sekä antaa niistä positiivista palautetta. Kun palaute perustuu johdonmukaisiin ja todellisiin havaintoihin, se vahvistaa oppilaan itsetuntoa ja uskoa omiin kykyihinsä. Hyvin annettu myönteinen palaute kannustaa oppilasta jatkamaan ponnistelujaan ja jopa ylittämään omat odotuksensa. Se voi myös kasvattaa oppilaan luottamusta omiin taitoihinsa ja avartaa hänen näkymiään tulevaisuuteen.



Lähde: Marjatta Takala — Aino Äikäs — Suvi Lakkala (toim.): Mahdoton inklusio?

Etusormi: Korosta vahvuuksia

Kun vahvuuksista puhuminen tulee osaksi arkea, se voi muuttua koko koulun yhteiseksi kieleksi. On tärkeää, että oppilas ymmärtää onnistumisensa olevan seurausta omasta sitkeydestä ja rohkeudesta, eikä pelkästään sattumasta. Vahvuuspuheen tulisi levitä yksilötasolta ryhmiin ja lopulta koko kouluyhteisöön, mikä mahdollistaa myönteisen ja arvostavan vuorovaikutuksen. Opettajan tulisi käyttää vahvuuksia kuvaavia sanoja antaessaan palautetta, rohkaistessaan oppilaita tai kertoessaan omasta toiminnastaan.

Keskisormi: Kannusta käyttämään vahvuuksia

Hyvinvoinnin käsimallissa keskisormi edustaa oppilaiden vahvuuksien hyödyntämistä. Pelkkä tieto vahvuuksista ei riitä, vaan oppilaiden on saatava konkreettisia kokemuksia niiden käyttämisestä. On tärkeää antaa oppilaille mahdollisuus pohtia, missä tilanteissa ja kenen kanssa heidän vahvuutensa ovat parhaiten käytössä, sekä antaa heille tilaa toimia itsenäisesti.

Nimetön: Vahvista yhteenkuuluvuuden tunnetta

Hyvinvoinnin ja onnellisuuden keskeinen tekijä on yhteenkuuluvuuden tunne ja kokemus siitä, että kelpaa omana itsenään. Turvallinen ryhmä, jossa voi jakaa asioita ilman pelkoa, on jokaiselle oppilaalle erittäin tärkeä. Yhteenkuuluvuuden ja hyväksynnän tunnetta voidaan tukea konkreettisesti opettamalla sosiaalisia taitoja, kuten ystävällisyyttä, johtajuutta, myötätuntoa ja anteeksiantoa.

Pikkusormi: Toimi esimerkkinä

Opettajan oma esimerkki on merkittävämpi kuin mikään oppimateriaali tai opetusmenetelmä. Oppilaat saattavat unohtaa opitut asiat, mutta he eivät unohda, miltä opettajan toiminta sai heidät tuntemaan. Opettajan lämmin ja positiivinen asenne innostaa oppilaita työskentelemään, sitouttaa heitä oppitunnin aiheeseen ja vähentää häiriökäyttäytymistä.

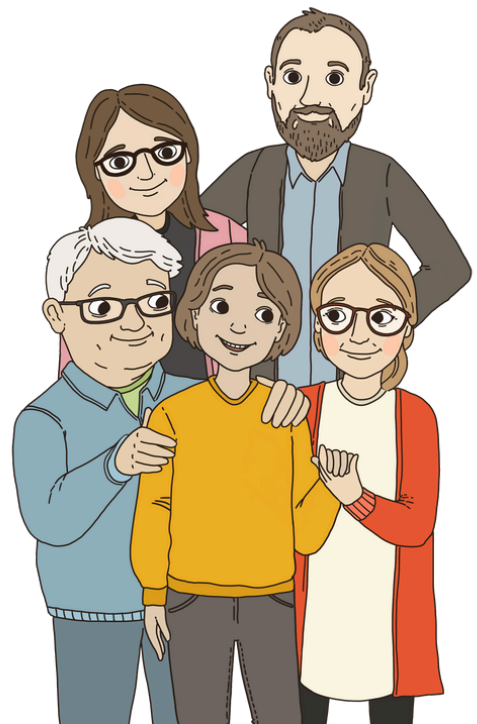
Yhteistyö puheterapeuttien kanssa

- Asiantuntijaohjeet: Puheterapeutilla on asiantuntemusta lapsen yksilöllisten viestintätarpeiden ja -valmiuksien arvioinnissa. He voivat laatia räätälöityjä viestintäsuunnitelmia ja tarjota lapsen profiiliin perustuvia erityistoimia.
- Arviointi: Puheterapeutit tekevät kattavia arviointeja lapsen puheen ja kielen vahvuuksien sekä haasteiden määrittämiseksi. Nämä arvoinnit toimivat perustana kohdennettujen strategioiden kehittämiselle.
- Terapian tavoitteet: Yhteistyökeskustelut puheterapeutin kanssa auttavat sovittamaan terapian tavoitteet yhteen lapsen koulutus- ja arkielämän viestintätarpeiden kanssa. Näin varmistetaan johdonmukainen lähestymistapa eri ympäristöissä.
- Edistymisen seuranta: Säännöllinen yhteistyö puheterapeutin kanssa mahdollistaa jatkuvan edistymisen seurannan ja viestintäsuunnitelman mukauttamisen lapsen taitojen kehittyessä.



Perheen osallistaminen:

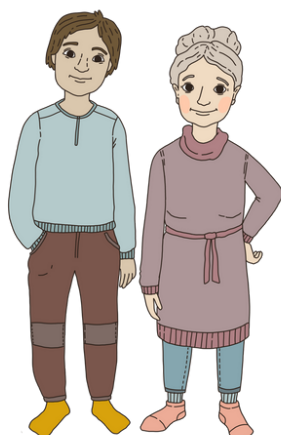
- Perheen osallistaminen: Perheen rooli on ensisijaisen tärkeä kehitysvammaisen lapsen tukemisessa, heidän tukensa ulottuu terapiaistuntojen ulkopuolelle.
- Vaihtoehtoisten kommunikointikeinojen oppiminen: Vanhempien ja huoltajien osallistuminen puheterapeutin terapiaistuntoihin ja työpajoihin antaa heille mahdollisuuden oppia tehokkaita viestintästrategioita. Tätä tietoa voidaan soveltaa kotona, mikä vahvistaa lapsen edistymistä.
- Viestintärikas ympäristö: Perheet voivat luoda viestinnällisesti rikkaan ympäristön kotiin käyttämällä puheterapeutin suosittelemia välineitä ja tekniikoita. Visuaaliset apuvälineet, aikataulut sekä apuväline- ja vaihtoehtokommunikaatiojärjestelmät voidaan integroida päivittäisiin rutiineihin.
- Oivallus ja palaute: Perheillä on usein syvälinen ymmärrys lapsen mieltymyksistä, kiinnostuksen kohteista ja viestintämalleista. Heidän näkemyksensä ovat korvaamattomia viestintästrategioiden tehokkaassa räätälöimisessä.
- Johdonmukaisuus eri ympäristöissä: Perheen osallistuminen varmistaa, että lapsen kommunikaatituki on johdonmukainen eri ympäristöissä, olipa kyseessä koti, koulu tai yhteisö.
- Emotionaalinen tuki: Emotionaalinen tuki ja perheenjäsenten antama kannustus ovat tärkeitä lapsen itsetunnon ja motivaation kannalta hänen viestintämatkallaan.





Kehitysvammaisten aikuisten (18-25-vuotiaiden) kommunikoinnin tukeminen

Kehitysvammaisten nuorten aikuisten kommunikointitarpeiden tukeminen edellyttää kokonaisvaltaista lähestymistapaa, jossa organisaation eri osaamisalueet ovat mukana. Kunkin edunsaajan yksilöllisen suunnitelman laatii kehitysvammainen henkilö yhdessä perheen ja organisaation monialaisen tiimin kanssa edunsaajan erityistarpeiden perusteella. Samanaikaisesti ammattilaiset tarjoavat kehitysvammaisille henkilöille erilaisia uusia kokemuksia, jotta he voivat tutustua erilaisiin viestintäympäristöihin, ja tukevat lopulta heidän sosiaalista osallisuuttaan



Yksilöllinen toimintasuunnitelma

Esimerkki yksilöllisestä toimintasuunnitelmasta Kreikan kehitysvammaisten ammatillinen koulutuskeskus Margaritasta. Yksilöllisen toimintasuunnitelman laatimisen toteuttavat moniammatillisen verkoston jäsenet ja organisaation opetushenkilöstö. Se on ISO 9001:2008-ohjeiden mukainen.

Vaiheet:

1. Yksilöllisen toimintasuunnitelman laatiminen moniammatillisessa verkostopalaverissa.
2. Ammattilaisten, kouluttajien ja terapeuttien toteuttamisen suunnittelu.
3. Yksilöllisen toimintasuunnitelman arviointi moniammatillisessa verkostopalaverissa.
4. Ammatillaiset, kouluttajat ja terapeutit laativat yksilöllisen toimintasuunnitelman.

Analyysi:

Vaihe 1: Organisaation moniammatillinen verkosto laatii asiakkaalle alustavat arvioinnit huomioon ottaen edunsaajan yksilöllisen toimintasuunnitelman, joka sisältää seuraavat asiat:

- Tuensaajan nykyinen ja mahdollinen tilanne
- Koulutusohjelma

Yksilöllinen toimintasuunnitelma kirjataan asiakirjaan, jonka moniammatillisen verkoston jäsenet allekirjoittavat. Kun yksilölliset toimintasuunnitelmat on saatu valmiiksi, koordinoiva kouluttaja kokoaa työpajakohtaisen kokonaisohjelman työpajan ohjelmaan ja toimittaa sen asianomaiselle kouluttajalle.

Sosiaalipalvelut tiedottavat myös vanhemmille/laillisille huoltajille ja edunsaajalle noudatettavasta ohjelmasta. Tarvittaessa järjestetään huoltajien/edunsaajan tapaaminen moniammatillisen verkoston kanssa tarvittavien selvitysten antamiseksi.

Vaihe 2: Kukin tukija toteuttaa suunnitelman työpajassaan kunkin työpajan kuvauksessa kuvattujen suunniteltujen aiheiden pohjalta. Tukija täyttää "Työpajan osallistujat" -päiväkirjaan koulutettavien osallistumisen työpajaan ja kaikki huomionarvoiset tapahtumat ja edunsaajan käyttäytyminen.

Moniammatillinen verkosto pitää viikoittain kokouksia, joissa keskustellaan osallistujien edistymisestä ja mahdollisista vaaratilanteista.

Vaihe 3: Kaksi kertaa vuodessa ja aina tarvittaessa moniammatillinen verkosto arvioi yksilöllisessä kuntoutussuunnitelmassa asetettuja tavoitteita ja päivittää niitä tarvittaessa. Tavoitteiden arviointi kirjataan yksilölliseen toimintasuunnitelmaan. Suoritetut arvioinnit kirjataan neuvoston pöytäkirjaan.

Vaihe 4: Lukuvuoden lopussa ammatillaiset ja kouluttajat suorittavat yksilöllisen toimintasuunnitelman loppuarviointin. Sosiaalipalvelut arkistoivat valmiin suunnitelman harjoittelijan kansioon.



Asenteet ja arvot kommunikoidessa

- Varmista, että ennen keskustelun aloittamista on riittävästi aikaa.
- Varmista, että huoneessa on oikeat olosuhteet kommunikoinnille.
- Varmista, että keskustelukumppani on valmis ja halukas kommunikointiin.
- Ota huomioon konteksti ja ympäristö, jossa kommunikointi tapahtuu.
- Ota huomioon kehitysvammaisen henkilön ikä.
- Asianmukainen kommunikointikäyttäytyminen.
- Katsekontaktin luominen ja säilyttäminen.
- Käytä eleitä puheen tukena, jotta viesti tulee selkeämmin esille.
- Käytä kasvojen ilmeitä puheesi tukena, jotta viestisi on ilmeikäs ja ymmärrettävä.
- Tarkista, että keskustelukumppani ymmärtää sanottavan ja muotoile viestisi uudelleen, jos sitä ei ymmärretä.
- Mukauta kommunikointisi keskustelukumppanin kykyjen mukaan, jotta viesti tavoittaa hänet tehokkaasti.
- Anna keskustelukumppanille aikaa ja tilaa ilmaista itseään.
- Kunnioita keskustelukumppanin tunteita, olivatpa ne sanallisia tai sanattomia.
- Muotoile mielipiteesi vasta sen jälkeen, kun keskustelukumppani on lopettanut puhumisen.
- Arvioidaan asian vakavuus keskustelukumppanin kokemuksen perusteella.
- Kysy tarkentavia kysymyksiä varmistaaksesi kommunikoinnin johdonmukaisuuden ja ymmärtämisen.
- Auta keskustelukumppania tunnistamaan ja ilmaisemaan tunteensa.
- Sanallistetaan keskustelukumppanin ilmeissä esiintyvät tunnepitoiset elementit.
- Kannusta keskustelukumppania ilmaisemaan myös negatiiviset tunteensa sanallisesti.
- Anna keskustelukumppanille kaksi tai kolme vaihtoehtoa päätettäväksi, jotta hän voi valita haluamansa.
- Tee yhteenveto keskustelun pääkohdista sen lopussa varmistaaksesi, että kaikki tärkeät asiat on käsitelty.



Kehitysvammaisten kommunikointitarpeet

- Sanaton viestintä (katsekontakti, asianmukainen läheisyys / sopiva henkilökohtainen tila)
- Sopiva puheen äänenvoimakkuus
- Puhevauhti
- Reagointi ja osallistuminen keskusteluun
- Spontaani puhe
- Keskustelun aiheen ymmärtäminen
- Ongelman ymmärtäminen
- Syyn ja seurauksen ymmärtäminen
- Yksityiskohtien ymmärtäminen
- Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen
- Toisten emotionaalisten aikomusten ymmärtäminen
- Erikoissanastoa vaativien oireiden/tilojen nimeäminen ja kuvaaminen
- Erottelu toiveiden ja välittömien tapahtumien välillä
- Abstraktien käsitteiden ymmärtäminen
- Monimutkaisten lauseiden / ajallisten tai hypoteettisten yhteyksien johdattamien lauseiden ymmärtäminen
- Sääntöjen järjestys
- Ajalliset käsitteet ja sekvenssit
- Passiivin ymmärtäminen
- Negaatiota sisältävien lauseiden ymmärtäminen
- Imperatiivimuodon käytön ymmärtäminen
- Morfologia ja lauseiden syntaktinen rakenne
- Keskustelukumppanin lähestyminen, keskustelun aloittaminen ja vuoropuhelun ylläpitäminen



Vinkkejä osallistavaan viestintään

- Visualisoinnin käyttö
- Ohjeet voidaan antaa enintään kahdessa osassa
- Hidas tahti
- Rikastuttaa puhetta eleillä
- Suullisten tekstien segmentoitu esittäminen ja kohdennettu toiminta keskeisten tietojen palauttamiseksi mieleen
- Rohkaisu käyttää kokonaisia lauseita
- Tukea ideoiden ymmärtämisessä "miten, missä, milloin ja miksi" -kysymysten avulla
- Tukea oikean ja väärän tunnistamisessa ja perustelemissa visuaalisen materiaalin avulla (induktiivisten ja päättelytaitojen vahvistamiseksi)
- Semanttisen muistitaulukon käyttö sekä yleinen tuki semanttiselle organisoinnille ja sanaston rikastamiselle
- Visuaalisen oheismateriaalin käyttö pitkien käskyjen tai käskyjen ymmärtämiseksi, jotka sisältävät käsitteitä kuten "ennen/jälkeen" tai "lisäksi"
- Koulutus ja visualisoidun materiaalin käyttö muistuttamaan käyttäjää oikeasta äänenvoimakkuudesta
- Muistaminen fonologisen tai semanttisen avun avulla
- Jokaisen uuden käsitteen vahvistaminen moniaistisella tavalla, jossa käytetään kuvia, eleitä ja sanan kirjallista muotoa
- Visualisoidun aineiston käyttö (esim. viestintäkirja/"avaimenperä") voitaisiin käyttää spontaanin ilmaisun edistämiseen haastavammissa/ vähemmän strukturoiduissa toiminnoissa (esim. tauoilla)
- Roolileikit
- Visualisoidun materiaalin käyttö muistuttamaan ihmisiä katsekontaktin käyttämisestä keskustelun aikana, vuoron odottamisesta vuoropuhelussa jne.
- Varhainen valmistautuminen - lauseiden "harjoittelu" (mahdollisen ahdistuksen vähentäminen)
- Antaa riittävästi aikaa vastata
- Ei yritetä saada jotakuta yrittämään vastauksensa loppuun
- Katsekontaktin säilyttäminen keskustelun aikana ammattilaisen letkautuksella
- Koulutetaan ja vahvistetaan kykyä ilmaista perusviestintätekniikoita ryhmätyöskentelyn avulla, kuten visuaalisen materiaalin käyttö muistuttamaan ihmisiä käyttämään kaikkia lauseenosia
- Muistutetaan ihmisiä odottamaan ennen kuin he aloittavat vastauksen
- Koulutusta kuvien/tekstien kuvailuun, jotta voidaan ymmärtää ja poimia keskeinen ajatus sekä parantaa kyseisen ajatuksen/teeman säilyttämistä (ei viittaus epäolennaisiin tietoihin)
- Riittävästi aikaa vastaamiseen ja vakuutus tästä ahdistuksen minimoimiseksi
- Visualisoidun "muistutuslomakkeen" käyttö lauseen osista ja harjoittelu erityisten harjoitusten avulla, jolla parannetaan sekä ajattelun nopeutta että organisointia
- Henkilökohtaisen viestintäkirjan käyttö parantaisi spontaania keskustelun aloittamista
- Huomion uudelleen suuntaaminen
- Harjoittaa ja parantaa kykyä ilmaista itseään erilaisissa viestintätilanteissa sekä yksilöllisesti (esim. perustelu mahdollisessa väärinkäsityksessä, sosiaaliset säännöt jne.)
- Sosiaaliset tarinat, ajatuskuplat
- Tukea tarvitaan kuvien/tekstien kuvaamiseen, jotta koko tieto välittyy, lausuttujen lauseiden parempaan yhdistämiseen ja tekstin erottamiseen keskeinen tema visuaalisten keinojen avulla
- Visualisoitujen "tietotaulujen" -tietojen käyttö
- Syvempi ymmärrys ja "harjoittelu" mahdollisista tunnereaktioista (emotionaalinen sanasto) ja miten nämä näkyvät kasvojen ilmeissä, esim. roolileikkien avulla
- Tunnereaktioiden nimeäminen
- Visuaalisen hidasta puhetta kuvaavan taulukon käytön koulutus olisi hyödyllistä



Sosiaalisten taitojen vahvistaminen



Sosiaaliset taidot hankitaan havainnoimalla ja jäljittelemällä toisten käyttäytymistä eri tilanteissa. Aluksi nämä taidot kehittyvät perheympäristössä ja myöhemmin koulussa ja yhteiskunnassa. Sosiaaliset taidot ovat keskeisiä onnistuneelle ihmissuhteiden vuorovaikutukselle.

Bellack (1983, teoksessa Bielecki & Swender, 2004) määritteli sosiaaliset taidot havaittaviksi ja mitattaviksi ihmissuhdekäyttäytymisiksi, jotka edistävät itsenäisyyttä, yhteiskunnan hyväksyntää ja elämänlaatua. Ne ovat tärkeitä ihmisen sosiaalisen osallisuuden ja toimintakyvyn kannalta. Sosiaalisten taitojen avulla yksilö voi luoda terveitä sosiaalisia suhteita, välttää ihmissuhdekonflikteja ja selviytyä stressaavista tilanteista. Tutkimustulokset osoittavat, että heikot sosiaaliset taidot ovat yhteydessä moniin ongelmiin, kuten tarkkaavaisuushäiriöihin, sosiaaliseen eristäytymiseen, vetäytymiseen, aggressiiviseen ja epäsosiaaliseen käyttäytymiseen sekä haastavaan käyttäytymiseen. Henkilöt, joilla on puutteita sosiaalisissa taidoissa, saavat todennäköisemmin hylkäyksiä niiltä ryhmiltä, joihin he kuuluvat, ja voivat vetäytyä ja eristyä ryhmien ulkopuolelle. Sosiaalisten taitojen puutteet ovat yleisempiä kehitysvammaisilla henkilöillä.

Sosiaalisiin taitoihin kuuluvat:

- Verbaalisten ja ekstraverbaalisten viestintäsignaalien ymmärtäminen ja käyttäminen: Kyky tulkita ja käyttää sekä puhetta että ei-puheellisia viestintäsignaaleja, kuten ilmeitä ja eleitä.
- Kyky kuunnella tarkkaavaisesti: Kuuntelutaito, joka auttaa ymmärtämään toisten viestit ja reaktiot.
- Empatia: Kyky asettua toisen ihmisen asemaan ja ymmärtää hänen tunteitaan ja näkökulmiaan.
- Kyky mukauttaa käyttäytymistä viestintäympäristön mukaan: Sopeuttaminen omaa käytöstä eri tilanteisiin ja ympäristöihin.
- Tehokkuus viestimiseen: Kyky tulla ymmärretyksi ja välittää tietoa selkeästi.
- Sosiaalisten normien ymmärtäminen: Sosiaalisesti hyväksyttävien käytöstapojen ja normien tunteminen.
- Vuoropuhelutaidot: Kyky aloittaa, ylläpitää ja päättää keskusteluja sujuvasti, mukaan lukien kuunteleminen, ymmärtäminen, ajatusten jakaminen, oman vuoron odottaminen, tarpeiden pyytäminen ja palautteen antaminen.
- Tunteiden tunnistaminen ja asianmukainen ilmaisu: Kyky tunnistaa omat ja muiden tunteet sekä ilmaista niitä sopivalla tavalla.
- Itsetunnon ja minäkuvan kehittyminen: Hyvä itsetunto auttaa välttämään sosiaalista eristäytymistä ja helpottaa ihmissuhteiden ylläpitämistä.
- Ihmissuhdetaidot: Kyky luoda ja ylläpitää läheisiä ja laadukkaita suhteita, joissa on läheisyyttä, emotionaalista kiintymystä ja luottamusta.
- Yhteistyötaidot: Kyky toimia tehokkaasti ja harmonisesti muiden kanssa yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi.
- Vastuullisuustaidot: Kyky ottaa vastuu omasta toiminnastaan ja päätöksistään.
- Rajojen asettaminen/kieltäminen/kannustaminen: Kyky asettaa rajat ja kieltäytyä tilanteista tai pyynnöistä, joita ei halua, asianmukaisella tavalla. Vaatimustaidot viittaavat kykyyn puolustaa haluamaansa asiaa sopivalla tavalla.
- Ongelmanratkaisutaidot: Kyky löytää ratkaisuja ongelmiin ja haasteisiin.
- Turhautumisen hallinta: Kyky hyväksyä ja hallita turhautumista tai epäonnistumista tilanteissa, jotka liittyvät omiin tavoitteisiin tai toiveisiin.

Sosiaalisten taitojen parantamiseen käytettävät tekniikat ovat tärkeitä välineitä kehitysvammaisten ihmisten sosiaalisen luonteen kehittämiseksi. Näiden tekniikoiden avulla luodaan myönteinen ja kannustava ympäristö, joka tukee sosiaalisten taitojen kehittämistä.

Joitakin näistä tekniikoista ovat:

Sosiaaliset tarinat: Näiden avulla pyritään auttamaan sosiaalisten taitojen kehittymistä lisäämällä ymmärrystä ja sopeutumista jokapäiväisiin sosiaalisiin tilanteisiin. Sosiaaliset tarinat sisältävät kuvauksia ja kuvitettuja kertomuksia erityisistä sosiaalisista tilanteista, käyttäytymisestä ja odotuksista. Ne tarjoavat kehitysvammaisille henkilöille rakenteen, jonka avulla voidaan ymmärtää ja selviytyä yhteiskunnallisista haasteista.

Visuaaliset tarinat: Näissä käytetään kuvia tai graafisia esityksiä helpottamaan tiettyjen tilanteiden tai sosiaalisten normien ymmärtämistä. Kuvitetut kertomukset auttavat opettamaan ja selittämään sosiaalisia tilanteita ja vuorovaikutustilanteita visuaalisella tavalla, jolloin tieto on helpommin saatavilla ja ymmärrettävissä.

Visualisoitu ohjelma: Tämä esittelee erilaisia toimintoja, tehtäviä tai rutiineja kuvitettujen ohjeiden tai graafisten esitysten avulla. Tämä auttaa kehitysvammaisia henkilöitä ymmärtämään ja valmistautumaan päivittäisiin toimintoihin noudattamalla sarjaa vaiheita helpommin ja varmemmin. Visuaalinen esitys tekee ennakoituista toimista ja odotuksista selkeämpiä missä tahansa sosiaalisessa tilanteessa.

Visualisoidut säännöt: Nämä esittävät sosiaalisia normeja, ehdotettuja käyttäytymismalleja tai odotettuja reaktioita kuvitettujen tai graafisten esimerkkien avulla. Tämä auttaa ymmärtämään ja integroimaan käyttäytymissääntöjä eri sosiaalisiin tilanteisiin. Säännöt tekevät odotuksista ja ohjeista helpommin lähestyttäviä ja ymmärrettäviä, mikä auttaa sopeutumaan tehokkaasti sosiaaliseen ympäristöön.

Neuvontaryhmät ja vertaiskeskusteluryhmät: Nämä ovat tärkeitä menetelmiä, joiden avulla ihmiset, joilla on samankaltaisia kokemuksia ja haasteita, voivat olla yhteydessä toisiinsa ja olla vuorovaikutuksessa tukevassa ympäristössä. Vuoropuhelun ja mielipiteiden vaihdon kautta osallistujat oppivat kuuntelemaan ja ymmärtämään erilaisia näkökulmia sekä kehittävät kykyään ilmaista omia ajatuksiaan selkeästi. He oppivat keskinäistä viestintää, kuuntelun tarvetta ja kunnioittavaa näkemysten vaihtoa.

Neuvontaryhmät kannustavat sosiaaliseen yhteistyöhön, keskinäiseen tukeen ja luottamuksen kehittymiseen tiimin jäsenten välillä. Näissä ryhmissä osallistujat voivat harjoitella ja parantaa sosiaalisia taitojaan, oppia kommunikoimaan tehokkaasti ja luomaan rakentavampia ja tasavertaisempia sosiaalisia suhteita. Ryhmien kautta voidaan myös luoda erilaisia sosiaalisia taitoja parantavia toimintoja, kuten roolileikkejä, tunneilmaharjoituksia ja jokapäiväisten sosiaalisten tilanteiden simulointia.

Kaiken kaikkiaan sosiaalisten taitojen parantamiseen käytettävät tekniikat tarjoavat kehitysvammaisille ihmisille mahdollisuuden kehittää vuorovaikutustaitojaan ja parantaa itseluottamustaan sekä osallistua täysipainoisesti yhteiskuntaan.

- Draamaterapiatekniikat ovat tehokas väline sosiaalisten taitojen parantamiseksi. Näihin tekniikoihin kuuluvat roolileikit, teatterileikit, kinesioiteippaus, vuorovaikutteinen toiminta ja luova ilmaisu taiteen avulla. Näiden tekniikoiden avulla voidaan edistää tunteiden ilmaisemista, kehittämistä ja kehittymistä, mikä puolestaan tukee viestintää ja itsetuntoa. Osallistuminen näihin toimiin edistää sosiaalisten taitojen kehittymistä, kun osallistujat kehittävät kykyään reagoida sosiaalisiin tilanteisiin, kommunikoida muiden kanssa ja ymmärtää omia ja muiden tunteita. Näin kehitysvammaiset ihmiset saavat lisää tietoisuutta itsestään ja erilaisista sosiaalisista dynamiikoista, mikä parantaa heidän taitojaan reagoida ja olla vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa.
- Lopuksi ammattilaisten laatimat hyväksyttävän käyttäytymisen säännöt ja normit ovat olennainen keino kehitysvammaisten sosiaalisten taitojen kehittämiseksi. Nämä säännöt tarjoavat ohjeet, puitteet ja määrittelevät odotetun sosiaalisen käyttäytymisen eri tilanteissa. Lisäksi säännöt auttavat luomaan turvallisen ympäristön, joka kannustaa yksilöitä mukavaan ja turvalliseen vuorovaikutukseen sekä sosiaalisten taitojen tutkimiseen. Ammatillaiset ohjaavat sosiaalista käyttäytymistä opettamalla ja edistämällä ymmärrystä odotetusta käyttäytymisestä, mikä auttaa yksilöitä kehittämään kykyään hallita sosiaalisia tilanteita. Sääntökehyksen luominen lisää myös heidän autonomiaansa, sillä se antaa rakenteen ja viitekehyksen jokapäiväiseen elämään ja sosiaaliseen toimintaan. Ammattilaisten toteuttama ja osoittama sääntöjen ja hyväksyttävän käyttäytymisen normien noudattaminen kannustaa myönteisiin sosiaalisiin suhteisiin ja auttaa kehittämään vuorovaikutusta ja kommunikointitaitoja kehitysvammaisilla henkilöillä.

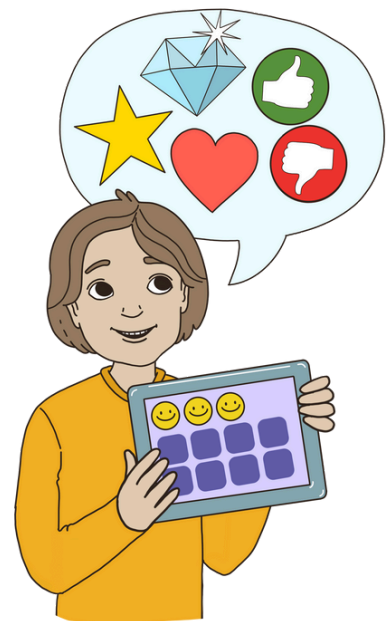


Visuaalinen tuki ja eleet

Visuaalisilla apuvälineillä tarkoitetaan kaikkia välineitä tai esineitä, joita käytetään kommunikoinnin ja ymmärtämisen helpottamiseksi. Nämä välineet tehostavat kommunikointiprosessia. Kehon liikkeistä ympäristön elementteihin visuaaliset tuet lisäävät henkilön kykyä vastaanottaa tietoa näköaististaan. Ne voivat sisältää esimerkiksi kuvia, grafiikkaa, taulukoita, ohjelmia, kalentereita, symboleja, erityisesti suunniteltuja työkaluja tai muita visuaalisia elementtejä, jotka auttavat järjestämään tietoa ja ymmärtämään erilaisia päivittäisiä toimintoja. On tärkeää sisällyttää visuaaliset rekvisiitat osaksi ohjelman opetusympäristöä kommunikoinnin tehostamiseksi ja menestyksekkäämmän osallistumisen lisäämiseksi.

Visuaalinen tuki voi edistää merkittävästi kehitysvammaisten ihmisten kommunikointia seuraavilla aloilla:

1. Ymmärtäminen ja muisti: Visuaaliset välineet voivat tarjota visuaalisia ohjeita, kuvia tai graafisia esityksiä, jotka yksinkertaistavat monimutkaista tietoa ja helpottavat käsitteiden, ideoiden ja tietojen ymmärtämistä, selittämistä ja välittämistä, jolloin kommunikointi on helpommin ymmärrettävää. Ihmiset myös yleensä säilyttävät tiedon paremmin, kun se esitetään visuaalisesti. Visuaaliset apuvälineet aktivoivat useita aisteja ja vahvistavat muistia, jolloin on todennäköisempää, että keskeiset asiat muistetaan.
 2. Organisaatio ja rakenne: Visuaaliset työkalut voivat auttaa jäsentämään tietoa graafisten järjestysmuotojen, taulukoiden tai kaavioiden avulla.
 3. Sosiaalisten taitojen vahvistaminen: Visuaalisten välineiden käyttö voi auttaa vahvistamaan sosiaalisia taitoja, helpottamaan vuorovaikutusta ja sosiaalista osallistumista.
 4. Itsenäisyys ja itseluottamus: Visuaalisten välineiden avulla kehitysvammaiset henkilöt voivat saavuttaa itsenäisyyttä, parantaa taitojaan ja lisätä itseluottamustaan päivittäisissä toimissa.
 5. Saavutettavuus: Visuaaliset apuvälineet voivat parantaa saavutettavuutta eri kohderyhmille, kuten niille, joilla on erilaisia oppimistyyplejä, kieli- ja kognitiivisia tarpeita tai erilainen lukutaito. Ne tarjoavat universaalin kommunikointivälineen, joka ylittää kognitiiviset tai kulttuurierot.
- Tarjoamalla visuaalisia välineitä, jotka mukautuvat kunkin yksilön tarpeisiin, voimme parantaa heidän kommunikointiaan ja päivittäistä toimintaansa, auttaa heitä kehittämään taitojaan ja vastaamaan ympäristönsä vaatimuksiin.



Eleet

Eleitä kannattaa hyödyntää kommunikoinnissa. Silloin kommunikoinnissa käytetään kehonkieltä ja motorista ilmaisua. Monissa tapauksissa eleet voivat auttaa ymmärtämään tai ilmaisemaan tiettyjä ajatuksia, tunteita tai tarpeita. Ihmisille, joilla on vaikeuksia ymmärtää ja/tai käyttää kieltä, eleet voivat toimia lisävälineenä, joka auttaa kommunikoimaan tehokkaammin ja ylittämään mahdollisia esteitä.

Eleet vahvistavat kommunikointia seuraavilla tavoilla:

- Suullisen kommunikoinnin vahvistaminen: Eleet tarjoavat ylimääräisen ilmaisukeinon, joka tehostaa kielellistä kommunikointia. Ne voivat täydentää sanallisia ilmaisuja, tarjota lisätietoa ja selventää niiden sisältöä. Kehitysvammaiset voivat käyttää eleitä korostamaan ja lisäämään tietoa kommunikoinnissaan.
- Tunteiden ilmaiseminen: Eleet voivat auttaa ilmaisemaan tunteita, kuten iloa, surua, vihaa jne. Näin kehitysvammaiset ihmiset voivat ilmaista tunteitaan monipuolisemmin ja tehokkaammin.
- Sosiaalinen kommunikointi: Eleet voivat parantaa sosiaalista vuorovaikutusta auttamalla ihmisiä tunnistamaan signaaleja ja eleisiin liittyviä merkityksiä. Eleet voivat helpottaa sosiaalista vuorovaikutusta, koska ne tarjoavat ylimääräisen tavan kommunikoida ja vahvistavat ihmissuhteita.
- Ymmärtämisen vahvistaminen: Eleiden avulla voidaan tukea puhuttuja ilmaisuja ja auttaa ymmärtämään keskustelun sisältöä.
- Muistin vahvistaminen: Käsien liikkeet ja eleiden integrointi voivat parantaa tiedon tallentamista ja muistamista.
- Koulutukseen ja työhön pääsy: Eleiden avulla voidaan helpottaa kehitysvammaisten henkilöiden koulutusta ja työllistymistä tarjoamalla tukeva kommunikointimenetelmä. Eleitä voidaan käyttää ohjeiden viitepisteinä erityisesti silloin, kun keskustelukumppania on ohjattava tai kannustettava liikkumaan tiettyyn suuntaan.

Eleet lisäävät kehitysvammaisten ihmisten kommunikoinnin joustavuutta, rikkautta ja syvyyttä, mikä auttaa heitä kommunikoimaan tehokkaammin ja osallistumaan täysipainoisesti yhteiskuntaan.

Kaiken kaikkiaan visuaaliset apuvälineet ja eleet toimivat tehokkaasti kaikenikäisille ja kaikilla taitotasoilla. Ne voivat olla hyödyllisiä tiedon tarjoamisessa, muistin vahvistamisessa, ajatusten järjestämisessä, stressin vähentämisessä, muutoksen hallinnassa ja rutiinien opettamisessa. Visuaalisia tukia ja eleitä voidaan käyttää muun muassa koulutuksessa, terveydenhuollossa, sosiaalisessa osallisuudessa ja jokapäiväisessä elämässä.



Selkeä kieli

Termi "selkeä kieli" viittaa prosessiin, jolla vähennetään tekstin tai kielen monimutkaisuutta kuuntelijan tai lukijan ymmärtämisen helpottamiseksi. Selkeässä kielessä käytetään yksinkertaisia sanoja, lyhyitä lauseita ja ymmärrettävää rakennetta, jotta tieto saataisiin laajalle yleisölle. Tätä käytäntöä sovelletaan usein koulutusmateriaaleihin, tieteellisiin teksteihin, käsikirjoihin ja muihin asiakirjoihin tavoitteena parantaa sisällön saatavuutta ja ymmärtämistä.

Selkeä kieli on erityisen hyödyllistä suullisesti kehitysvammaisten ihmisten kanssa, joilla on vaikeuksia käsitellä monimutkaista tai abstraktia kieltä. Selkeyttämistä voidaan tehdä seuraavilla tavoilla:

- Yksinkertainen sanasto: Käytä yksinkertaisia ja jokapäiväisiä sanoja monimutkaisten tai erikoistuneiden termien sijaan. Tämä tekee viestinnästä helpompaa ja ymmärrettävämpää.
- Lyhyet lauseet: Muotoile ideat lyhyiksi lauseiksi, jotta ne on helpompi ymmärtää.
- Selkeät ohjeet: Käytä sanoja, joilla on selkeä merkitys, ja vältä moniselitteisyyksiä, jotka voivat johtaa väärintulkintoihin.
- Puheen rakenne: Järjestä puhe yksinkertaisesti ja selkeästi, jotta sen ymmärtäminen on vaivattomampaa.
- Visualisointi: Hyödynnä kuvia tai grafiikkaa puheessa ymmärtämisen parantamiseksi.
- Toistaminen: Toista tärkeä tieto muistin ja ymmärtämisen vahvistamiseksi.

Nämä käytännöt auttavat luomaan sisältöä, joka on paremmin saavutettavissa kehitysvammaisille ja tehostavat viestintää.

Selkeä kieli kommunikoinnissa kehitysvammaisten ihmisten kanssa palvelee useita tärkeitä tarkoituksia:

- Ymmärtäminen: Kehitysvammaisilla voi olla vaikeuksia ymmärtää monimutkaisia lauseita tai terminologiaa. Selkeä kieli helpottaa keskustelun ja viestinnän ymmärtämistä.
- Saavuttaminen: Yksinkertaisen ja ymmärrettävän sanaston käyttö mahdollistaa kehitysvammaisten ihmisten pääsyn tietoihin ja palveluihin helpommin, mikä poistaa kielivaikeuksista mahdollisesti syntyviä esteitä.
- Autonomia: Selkeä kieli lisää kehitysvammaisten ihmisten autonomiaa, jolloin he voivat ilmaista itseään ja ymmärtää ympäristöään mukavammin.
- Sosiaalinen osallistuminen: Selkeä kieli helpottaa kehitysvammaisten integroitumista ja osallistumista sosiaaliseen toimintaan, mikä antaa heille mahdollisuuden osallistua yhteisöön.

Kaiken kaikkiaan selkeä kieli auttaa luomaan helppokäyttöisemmän ja osallistavamman ympäristön, jossa jokainen voi kommunikoida ja osallistua itsenäisemmin.



Vertaisvuorovaikutus

Vertaisvuorovaikutuksella tarkoitetaan sosiaalista vuorovaikutusta, joka tapahtuu samanikäisten, samassa asemassa olevien tai samankaltaisten kykyjen omaavien ihmisten välillä. Näitä henkilöitä kutsutaan usein vertaisiksi. Vertaisvuorovaikutus on kriittinen osa ihmisen kehitystä erityisesti lapsuudessa ja nuoruudessa, mutta se on edelleen tärkeää koko elämän ajan.

Vertaisvuorovaikutuksen keskeisiä näkökohtia ovat:

- **Sosiaalistuminen:** Vertaisten kanssa toimiminen tarjoaa yksilöille mahdollisuuksia oppia ja harjoitella sosiaalisia taitoja. Se auttaa kehittämään viestintä-, yhteistyö- ja konfliktinratkaisutaitoja.
- **Emotionaalinen kehitys:** Vuorovaikutus vertaisten kanssa antaa yksilöille mahdollisuuden kokea erilaisia tunteita ja oppia hallitsemaan ja ilmaisemaan niitä. Suhteet ikätovereihin voivat tarjota emotionaalista tukea ja edistää yhteenkuuluvuuden tunnetta.
- **Identiteetin muodostuminen:** Ikätovereilla on tärkeä rooli henkilön identiteetin muodostumisessa. Yksilöt vertailevat usein itseään ikätovereihinsa ja saattavat omaksua käyttäytymistä, arvoja ja asenteita sosiaalisen vaikutuksen perusteella.
- **Oppiminen toisiltamme:** Vertaisvuorovaikutus edistää oppimisen jakamista. Yksilöt voivat vaihtaa ajatuksia, näkökulmia ja tietoja, mikä edistää heidän kognitiivista ja älyllistä kehitystään.
- **Kulttuuriset ja sosiaaliset normit:** Vertaisryhmät vahvistavat usein kulttuurisia ja sosiaalisia normeja. Vertaisryhmään kuuluvat yksilöt saattavat omaksua sosiaalisessa kontekstissa vallitsevia yhteisiä käyttäytymismalleja ja normeja.
- **Ongelmanratkaisu:** Yhteistoiminta vertaisten kanssa edistää ongelmanratkaisutaitoja. Yhteistyö hankkeissa tai konfliktien ratkaiseminen voi parantaa kriittistä ajattelua ja päätöksentekotaitoja.
- **Ystävyys:** Vertaisten välinen vuorovaikutus voi johtaa ystävyssuhteiden muodostumiseen. Ystävyssuhteet tarjoavat emotionaalista tukea, seuraa ja mahdollisuuksia harrastuksiin.
- **Itsenäisyys ja riippumattomuus:** Vuorovaikutus vertaisten kanssa antaa yksilöille mahdollisuuden kehittää itsenäisyyden ja riippumattomuuden tunnetta. He oppivat selviytymään sosiaalisissa tilanteissa ilman aikuisten jatkuvaa ohjausta.



On tärkeää huomata, että vertaisvuorovaikutuksen vaikutus voi vaihdella suhteiden luonteen, kontekstin ja yksilöllisten erojen mukaan. Vertaisten välinen myönteinen vuorovaikutus voi edistää henkilökohtaista kasvua ja hyvinvointia, kun taas negatiivisilla vuorovaikutussuhteilla voi olla kielteisiä vaikutuksia mielenterveyteen ja sosiaaliseen kehitykseen. Kehitysvammaisten ihmisten kommunikointitaitojen parantaminen edellyttää heidän erityistarpeidensa tunnistamista ja huomioon ottamista. Vertaisten välinen vuorovaikutus on tässä prosessissa avainasemassa.

Tapoja, joilla voidaan vahvistaa kommunikointitaitoja:

- **Mallintaminen ja jäljittely:** Vertaisvuorovaikutus tarjoaa kehitysvammaisille mahdollisuuden tarkkailla ja matkia ikätovereidensa kommunikatiivista käyttäytymistä. Mallintaminen auttaa oppimaan kielen asianmukaista käyttöä, sosiaalisia taitoja ja keskustelustrategioita. Vertaiset voivat toimia myönteisinä roolimalleina viestinnässä. Kannustamalla osallistavaan käyttäytymiseen ja opettamalla tukemaan toisia voidaan luoda ympäristö, joka edistää tehokasta viestintää.
- **Sosiaalistaminen ja täytöntöönpano:** Vertaisvuorovaikutuksessa yksilöt voivat harjoitella viestintätaitojaan todellisissa tilanteissa. Sosiaalistuminen auttaa rakentamaan itseluottamusta ja perehtymistä erilaisiin viestintäyhteyksiin.
- **Palaute ja vahvistaminen:** Vertaiset voivat antaa rakentavaa palautetta ja myönteistä vahvistusta vuorovaikutuksesta. Tämä palaute on arvokasta kehitysvammaisille henkilöille, sillä se auttaa heitä ymmärtämään, mikä heidän kommunikaatiossaan toimii hyvin ja millä osa-alueilla heillä on parantamisen varaa.
- **Yhteinen oppiminen:** Vertaisvuorovaikutukseen liittyy usein yhteisiä oppimiskokemuksia. Yhteisöllinen toiminta vertaisten kanssa voi parantaa sanavarastoa, ongelmanratkaisutaitoja ja yleistä kognitiivista kehitystä.
- **Emotionaalinen tuki:** Vertaissuhteet tarjoavat emotionaalista tukea ja luovat myönteisen ja rohkaisevan ympäristön. Tunne siitä, että vertaiset hyväksyvät ja tukevat heitä, voi lisätä itsetuntoa ja motivaatiota, mikä vaikuttaa myönteisesti viestintätaitoihin.
- **Sosiaalisten taitojen kehittäminen:** Vertaisvuorovaikutuksen avulla yksilöt voivat kehittää ja parantaa sosiaalisia taitojaan, kuten vuoron odottamista, kuuntelemista, katsekontaktia ja sanattomien vihjeiden tulkintaa viestinnässä.
- **Osallistavat ympäristöt:** Osallistavien ympäristöjen luominen, jotka edistävät vertaisvuorovaikutusta, lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kun yksilöt tuntevat olevansa osallisia, he osallistuvat todennäköisemmin vertaisviestintään ja harjoittelevat taitojaan erilaisissa ympäristöissä.
- **Strukturoidut sosiaaliset ohjelmat:** Jäsenneltyjen sosiaalisten ohjelmien tai interventioiden toteuttaminen, joissa keskitytään viestintätaitojen kehittämiseen, voi olla hyödyllistä. Näihin ohjelmiin voi sisältyä erityisiä aktiviteetteja, pelejä tai harjoituksia, jotka on suunniteltu parantamaan viestintää tukevassa ja valvotussa ympäristössä. On tärkeää, että nämä toimenpiteet mukautetaan yksilöllisesti yksilön tarpeisiin ja kykyihin. Lisäksi opettajien, puheterapeuttien ja muiden ammattilaisten osallistuminen kohdennetun tuen tarjoamiseen kehitysvammaisten henkilöiden kommunikointitaitojen parantamiseksi on olennaista.

Kehitysvammaisten ihmisten viestintätaitojen parantaminen edellyttää heidän erityistarpeidensa tunnistamista ja niihin vastaamista. Vuorovaikutus vertaisten välillä on avainasemassa tässä prosessissa. Tapa, jolla he voivat parantaa viestintätaitoja:

Mallintaminen ja jäljittely: Vertaisvuorovaikutus antaa kehitysvammaisille ihmisille mahdollisuuden tarkkailla ja jäljitellä ikätovereidensa kommunikatiivista käyttäytymistä. Mallintaminen auttaa oppimaan oikeanlaista kielen käyttöä, sosiaalisia taitoja ja keskustelustrategioita. Toverit voivat toimia positiivisina roolimalleina viestinnässä. Osallistavan käyttäytymisen kannustaminen ja muiden tukemisen opettaminen voivat luoda ympäristön, joka edistää tehokasta viestintää.

Sosialisointi ja toimeenpano: Osallistuminen vertaisvuorovaikutukseen antaa yksilöille mahdollisuuden harjoitella viestintätaitojaan todellisissa tilanteissa. Sosialisointi auttaa rakentamaan itseluottamusta ja tuntemaan erilaisia viestintäkonteksteja.

Palaute ja vahvistus: Toverit voivat tarjota rakentavaa palautetta ja positiivista vahvistusta vuorovaikutuksen aikana. Tämä palaute on arvokasta kehitysvammaisille, jotta he ymmärtävät, mikä heidän viestinnässään toimii hyvin ja millä osa-alueilla he saattavat tarvita parantamista.

Jaettu oppiminen: Vertaisvuorovaikutukseen liittyy usein yhteisiä oppimiskokemuksia. Yhteistyö ikätovereiden kanssa voi parantaa sanastoa, ongelmanratkaisutaitoja ja yleistä kognitiivista kehitystä.

Emotionaalinen tuki: Vertaissuhteet tarjoavat emotionaalista tukea ja luovat positiivisen ja rohkaisevan ympäristön. Toisten hyväksymisen ja tuen tunteminen voi lisätä itsetuntoa ja motivaatiota, mikä vaikuttaa positiivisesti kommunikointitaitoon.

Sosiaalisten taitojen kehittäminen: Vertaisvuorovaikutuksen avulla yksilöt voivat kehittää ja parantaa sosiaalisia taitojaan, kuten vuorojen odottamista, kuuntelua, katsekontaktia ja ei-verbaalisten vihjeiden tulkintaa – kaikki tehokkaan viestinnän avaintekijät.

Osallistavat ympäristöt: Sellaisten osallistavien ympäristöjen luominen, jotka edistävät vertaisvuorovaikutusta, lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kun yksilöt tuntevat olevansa mukana, he osallistuvat todennäköisemmin vertaisviestintään ja harjoittelevat taitojaan erilaisissa ympäristöissä.

Strukturoidut sosiaaliset ohjelmat: Kommunikointitaitojen kehittämiseen keskittyvien jäseneltyjen sosiaalisten ohjelmien tai interventioiden toteuttaminen voi olla hyödyllistä. Nämä ohjelmat voivat sisältää erityisiä aktiviteetteja, pelejä tai harjoituksia, jotka on suunniteltu parantamaan viestintää tukevassa ja kontrolloidussa ympäristössä.

On tärkeää, että nämä interventiot mukautetaan yksilöllisesti yksilön tarpeisiin ja kykyihin. Lisäksi opettajien, puheterapeuttien ja muiden ammattilaisten osallistuminen tarjoamaan kohdennettua tukea kehitysvammaisten kommunikointitaitojen kehittämiseksi entisestään.

Kärsivällisyys ja empatia

Kärsivällisyys ja empatia ovat keskeisiä taitoja, jotka vaikuttavat merkittävästi kommunikoinnin ja suhteiden laatuun, erityisesti silloin, kun kohdataan kehitysvammaisia henkilöitä. Nämä taidot auttavat luomaan ympäristöjä, joissa yksilöt voivat tuntea itsensä arvostetuiksi ja ymmärretyiksi, mikä edistää tehokasta ja myönteistä vuorovaikutusta.

Kärsivällisyys

Kärsivällisyys tarkoittaa kykyä odottaa rauhallisesti ja ymmärtäväisesti tilanteissa, joissa on viivytyksiä tai vaikeuksia. Tämä taito on erityisen tärkeä, kun kommunikoidaan kehitysvammaisten henkilöiden kanssa, jotka voivat tarvita enemmän aikaa ilmaisemiseen tai ymmärtämiseen. Kärsivällisyys voi auttaa seuraavilla tavoilla:

- Ilmaisun aika: Kehitysvammaiset henkilöt saattavat tarvita ylimääräistä aikaa ajatustensa muotoilemiseen tai kysymyksiin vastaamiseen. Kärsivällisyys antaa heille tarvittavan ajan, mikä parantaa kommunikointia.
- Toistaminen ja uudelleen muotoilu: Kommunikointi voi vaatia kysymysten toistamista tai tietojen esittämistä eri tavoin ymmärtämisen helpottamiseksi. Kärsivällisyys mahdollistaa toistamisen ilman kiireen tuntua.
- Moninaisuuden ymmärtäminen ja hyväksyminen: Kärsivällisyys auttaa ymmärtämään ja kunnioittamaan kehitysvammaisten henkilöiden yksilöllisiä tarpeita ja haasteita.
- Turvallisen ympäristön luominen: Kärsivällisyys edistää ympäristön luomista, jossa kehitysvammaiset henkilöt voivat tuntea olonsa mukavaksi ja turvalliseksi.



Empatia

Empatia tarkoittaa kykyä ymmärtää ja tuntea toisten tunteita ja tarpeita. Se auttaa luomaan syvemmän yhteyden ja parantaa vuorovaikutuksen laatua:

- Tarpeiden parempi ymmärtäminen: Empatia auttaa ymmärtämään kehitysvammaisten henkilöiden tarpeita ja haasteita, mikä mahdollistaa kommunikoinnin mukauttamisen.
- Itsetunnon parantaminen: Hyväksyntä ja ymmärrys parantavat kehitysvammaisten henkilöiden itsetuntoa ja hyvinvointia.
- Parempi yhteistyö: Empatia luo ilmapiirin, joka kannustaa avoimeen ja myönteiseen vuorovaikutukseen.
- Luottamuksen lisääminen: Ymmärrys vähentää pelkoa ja epävarmuutta, edistäen luottamusta ja osallistumista.
- Osallistumisen edistäminen: Empatia kannustaa kehitysvammaisia osallistumaan sosiaaliseen toimintaan ja kommunikointiin.

Taitojen Kehittäminen

Kärsivällisyyttä ja empatiaa voidaan kehittää useilla tavoilla:

- Sosiaaliset tarinat: Ne auttavat yksilöitä ymmärtämään sosiaalisia tilanteita ja käyttäytymismalleja, mikä voi parantaa empatiaa ja kärsivällisyyttä.
- Visualisointi: Kuvien ja grafiikan käyttö voi tehostaa tiedon ymmärtämistä ja aikakäsitteiden hallintaa, mikä kehittää kärsivällisyyttä.
- Roolipelaaminen: Tämä menetelmä auttaa kehittämään empatiaa ja kärsivällisyyttä tarjoamalla mahdollisuuksia kokea ja ymmärtää eri näkökulmia.
- Neuvontaryhmät: Ryhmät tarjoavat ympäristön, jossa voidaan harjoitella kommunikointitaitoja ja kehittää tunteiden hallintaa.
- Osallistuminen yhteisön toimintaan: Yhteisötoiminta tarjoaa tilaisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja kärsivällisyyden harjoittamiseen.
- Yhteistoiminta: Yhteistyö muiden kanssa auttaa kehittämään ymmärrystä ja kärsivällisyyttä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi.
- Joukkueurheilutoiminta: Urheilu voi kehittää empatiaa ja kärsivällisyyttä, kun urheilijat oppivat työskentelemään yhdessä ja kohtaamaan haasteita.
- Tunteiden tunnistamisen ja hallinnan strategiat: Näiden strategioiden avulla yksilöt voivat kehittää kykyään tunnistaa ja hallita omia ja muiden tunteita, mikä edistää empatiaa ja kärsivällisyyttä.

Kärsivällisyys ja empatia ovat keskeisiä tekijöitä, jotka edistävät myönteistä ja tehokasta kommunikointia, erityisesti kehitysvammaisten henkilöiden kanssa. Näiden taitojen kehittäminen voi parantaa ymmärrystä, lisätä luottamusta ja auttaa luomaan turvallisia ja tukevia ympäristöjä.



Lähteet

Arvio, M. & Aaltonen, S. (2011). Kehitysvammainen potilaana. Helsinki: Duodecim.

Beukelman, D. & Mirenda, P. (2013). Augmentative and Alternative Communication: Supporting Children and Adults with Complex Communication Needs (4th ed.). Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.

Gray, C. A. & Garand, J. D. (1993). "Social Stories: Improving Responses of Autistic Students to Accurate Social Information". Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 8(1), 1–10. doi: 10.1177/108835769300800101. S2CID 146442978.

Intensive Interaction Institute. (2023). Haettu osoitteesta www.intensiveinteraction.org

Kaski, M. (2012). Kehitysvammaisuus. Helsinki: SanomaPro.

Launonen, K. (2007). Vuorovaikutus - kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Launonen, K. & Korpijaakko-Huuhka, A.-M. (2003). Kommunikoinnin häiriöt - syitä, ilmenemismuotoja ja kuntoutuksen perusteita. Helsinki: Palmenia.

Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E.-L. (2006). Esteistä mahdollisuuksiin, Vammaistyön perusteet. Porvoo: WSOY.

Takala, M., Äikäs, A., & Lakkala, S. (Eds.). (2020). Impossible Inclusion? Identify Challenges and Opportunities. PS Publishing.

Kuvapankin kuvat. (2024). Haettu osoitteesta <https://www.papunet.net>

