

Oppiminen yhdessä olemalla



**Miten voimauttava vuorovaikutus voi auttaa autismin
kirjon lastasi oppimaan luonnollisella tavalla**

Sara Moroza-James

Kehitysvammaliiton Tikoteekki on vuosien ajan jalkauttanut voimauttavan vuorovaikutuksen toimintamallia Suomeen järjestämällä koulutuksia ja tuottamalla aiheesta suomenkielistä materiaalia. Tikoteekki julkaisi vuonna 2011 suomennoksen Melanie Nindin ja Dave Hewettin kirjoittamasta voimauttavan vuorovaikutuksen opista ja tämän jälkeen muuta materiaalia on julkaistu sähköisessä muodossa Papunet-verkkosivustolla.

Tikoteekissa katsottiin tärkeäksi tuoda esille myös perheen näkökulmaa voimauttavaan vuorovaikutukseen. Sara Moroza-Jamesin kirjassa tulee hyvin ja monipuolisesti esille yhden äidin kokemuksia autismikuntoutuksesta. Moroza-James kuvaa voimauttavan vuorovaikutuksen toimintamallia sekä asiantuntijana että poikansa Tomin tarinan kautta. Hän ottaa myös kantaa autismikuntoutusmallien erilaisiin tulokulmiin.

Suomennoksessa käytetään englanninkielisestä termistä *intensive interaction* jo vakiintunutta termiä *voimauttava vuorovaikutus*. Suomennoksen ovat tarkastaneet Tikoteekin Intensive Interaction -koordinaattorit Kaisa Martikainen ja Katja Burakoff.



Treating Autism -järjestön julkaisemasta englanninkielisestä alkuteoksesta ***Learning through Social Connection*** suomentanut Anu Sallinen.

Alkuteos luettavissa osoitteessa:

https://issuu.com/treatingautism/docs/ta_i.i._handbook_final_single_pages

2014 © Sara Moroza-James

Treating Autism (www.treatingautism.co.uk)

No 1113628, Limited Company Registered in England No. 5594787

Treating Autism on hyväntekeväisyysjärjestö, jota johtavat autismikirjon lasten vanhemmat. Lisätietoa järjestön toiminnasta löytyy kirjasen takakannesta tai verkkosivuilta www.treatingautism.co.uk

Lisätietoa autismin kirjoon liittyvistä lisäsairauksista löytyy verkkojulkaisusta Medical Comorbidities in Autism Spectrum Disorder osoitteessa

https://issuu.com/treatingautism/docs/medical_comorbidities_in_autism_spectrum_disorders



Sisältö

Alku	4
Inhimillinen vuorovaikutus: mitä se on?	8
Mitä voimauttava vuorovaikutus on? Miten sitä tehdään?	18
Inklusio	26
Leikin elintärkeä merkitys	28
Voiko voimauttava vuorovaikutus edistää fyysistä terveyttä?	35
Voimauttavan vuorovaikutuksen aloittaminen	50
Kommunikoinnin perusta	55
Voimauttavan vuorovaikutuksen periaatteet	55
Lähteet	56
Liite 1	58

Vastaan mielelläni kaikkiin tätä kirjaa koskeviin kysymyksiin tai mihin tahansa voimauttavaan vuorovaikutukseen tai autismiin liittyviin tiedusteluihin. Voit ottaa minuun yhteyttä ”Intensive Interaction for parents” -Facebook-ryhmän tai Treating Autism -järjestön verkkosivujen kautta (mail@treatingautism.co.uk). Jos haluat painetun kirjasen englanninkielisestä alkuperäisversiosta, ota yhteyttä sähköpostitse mail@treatingautism.co.uk.

Kiittäen ja onnellisia vuorovaikutushetkiä toivottaen!
Sara Moroza-James

Alku

Lapsen epäluonnollinen kehitys?

Jotain oli pielessä. Olimme osallistuneet viimeisen viiden vuoden aikana kokoaikaisesti autismikuntoutusohjelmiin, jotka olivat opettaneet pojalleni Tomille monia asioita. Koska Tom on älykäs, hän saavutti asetetut tavoitteet. Olimme laittaneet rasteja ruutuun ja saaneet aikaan vaikuttavan näköisiä kaavioita. Asiantuntijoiden mukaan Tom kykeni yleistämään oppimaansa uusiin tilanteisiin. Jokaisessa uudessa workshopissa meille asetetut uudet tavoitteet täyttivät meidät toivolla. Kaikille ohjelmiin osallistuville aikuisille tämä oli erittäin motivoivaa. Olimme tyytyväisiä jokaiseen asiantuntijaan ja meillä oli kerrassaan loistavia terapeutteja. Käytyämme läpi ohjelman toisensa jälkeen meille alkoi kuitenkin valjeta, että jotain oli pielessä. Jos poikani kerran edistyi koko ajan, miksi hän oli kuitenkin yhä haasteellisempi ja vaativampi? Miksi hän oli yhä onneton, ahdistunut, eristäytyvä ja pakkomielteinen. Miksi me, hänen perheensä, olimme edelleen stressaantuneita ja masentuneita suhteessamme häneen? Vaikka hän oppi taitoja, joita hänelle opetimme, hänen autisminsa tuli koko ajan vaikeammaksi. Kuinka tämä oli mahdollista?

”He eivät voi oppia ’normaalilla’ tavalla”

Kun lapsuusiän oppimisprosessi pilkotaan pieniksi askeliksi, niin autistinen lapsi kykenee saavuttamaan ikätoverinsa, meille selitettiin. ”Autismin kirjon henkilöiden aivoissa hermosolujen viestintä on erilaista”, meille kerrottiin. ”He eivät voi oppia ’normaalilla’ tavalla, joten meidän täytyy löytää toimiva tapa opettaa heitä.” Ja he olivat oikeassa. Jokainen kuntoutusohjelma todellakin opetti



Tom elokuvien lopputekstien parissa. Vaikka hän osasi puhua, laulaa, lukea, kirjoittaa, kertoa ajan ja puhua muita kieliä, hän ei ollut sosiaalinen.

Tomille monia asioita näennäisesti hienoin tuloksin. Rastimme ruutuja ja siirryimme seuraavaan tavoitteeseen. Tällainen oppiminen ei kuitenkaan vaikuttanut hänen autismiinsa tai hänen toimintakykyynsä. Jotenkin Tomin autismi muuttui pahemmaksi. Meidän täytyi kiireesti auttaa häntä.

Takaisin oikeille jäljille

Onneksi Tomin ollessa 7,5-vuotias löysin voimauttavan vuorovaikutuksen toimintamallin. Tämän kommunikoinnin perustan vahvistamiseen tähtäävän toimintamallin kehittäjät olivat kiinnostuneita siitä, miten lapsen luonnollisessa kehityksessä saavutetaan ne taidot, jotka autistisilla henkilöillä ovat normaalisti heikkoja. Kuten lapsen normaalissa kehityksessä, voimauttavassa vuorovaikutussakaan ei rästetä ruutuja eikä aseteta itsetarkoituksellisia tavoitteita. Tämä loistava, hoivaava, vapaasti virtaava lähestymistapa mullisti elämämme pysyvästi – toisin kuin muut käyttämämme autismiterapiat. Voimauttava vuorovaikutus on muuttanut Tomia syvältä aivan hänen autisminsa ytimestä ja tuonut mukanaan kehitykselle tyypillisempiä ja luonnollisempia piirteitä.



Tom oli 7-vuotias, kun aloitimme voimauttavan vuorovaikutuksen. Menetelmä sopii kuitenkin kaiken ikäisille oppijoille.

Voiko lapsuusajan kehityksen purkaa askeleiksi?

Loimmeko todellisuudessa pojallamme huomion kehityspolun, kun yritimme pilkkoa lapsuusajan kehityksen äärettömän monimutkaisen prosessin pieniksi askeliksi? Lapsen kehitys on niin monimutkainen, niin ilmeisen kaoottinen, niin yhteen punoutunut, monitasoinen ja keskinäisessä riippuvuussuhteessa oleva, että se menee yli inhimillisen käsityskymme (Hewett, 2012b). Ehkä siksi, että asia on niin vaikeaa käsittää, meillä on taipumus laimentaa, määritellä, kontrolloida ja purkaa sitä. Mutta jätämmekö huomioimatta tai jopa estämme näin tekemällä luonnollisen kehityksen siksi, että emme ymmärrä sitä täysin?

Voimauttava vuorovaikutus perustuu lapsen luonnolliseen kehitykseen. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että mallia käyttävät väittäisivät ymmärtävänsä kaiken, mitä luonnollisessa kehityksessä tai voimauttavan vuorovaikutuksen tuokioissa tapahtuu. Yrittämällä pitää tämän luonnollisen prosessin mahdollisimman koskemattomana pystymme todennäköisemmin tarjoamaan lapsillemme normaaliin kehitykseen kuuluvia kokemuksia. Tämän olen saanut todistaa oman poikani kohdalla.



Voimauttava vuorovaikutus antoi Tomille oppimisen perustaidot, jotka ovat edellytyksiä lapsen tyypilliselle kehitykselle.

Hyvin toisenlaista terapiaa

Voimauttavan vuorovaikutuksen avulla saimme lapsemme takaisin. Saattamalla Tomin takaisin yhteyteen rakkaitten ihmisten ja ympäröivän maailman kanssa autoimme häntä saavuttamaan ne oppimisen perustaidot, jotka ovat oleellisia normaalille kehitykselle. Hän sai saman perusoikeuden olla perheensä ja muiden ihmisten läheisyydessä kuin kaikki muutkin lapset. Hänellä on nyt sellainen elämänlaatu, joka tekee elämästä elämisen arvoista. Toimintatapa sai aikaan aivan olennaisen muutoksen Tomin autismin luonteeseen.

Tämän prosessin aikana olen huomannut, kuinka suuresti elämänlaatu riippuu ihmis-suhteiden laadusta. Tämä koskee yhtä hyvin lapsiamme kuin muitakin perheenjäseniä. Jos et ole syvästi tyytyväinen suhteeseen lapsesi kanssa, elämänlaatusi on todennäköisesti huonompi. Aloittaessani voimauttavan vuorovaikutuksen toteuttamisen tavoitteenani ei ollut oman tai perheeni elämänlaadun parantaminen. Tästä huolimatta näin tapahtui. Näen saman tapahtuvan uudestaan ja uudestaan perheissä, jotka ovat alkaneet toteuttaa voimauttavan vuorovaikutuksen toimintatapaa.



Laske taianomaisia hetkiä ja hymyjä tuloksien sijaan. Tuloksia tulee kuitenkin enemmän kuin ikinä ehdit laskea!

Matka on päämäärää tärkeämpi – sekä elämässä että voimauttavassa vuorovaikutuksessa

Toisin kuin monissa muissa kuntoutusohjelmissa voimauttavassa vuorovaikutuksessa itse prosessi on tuloksia oleellisempaa. Toisin sanoen uuden oppimista tapahtuu pitkin matkaa. Tämän lähestymistavan ansiosta olen huomannut kuinka menestys ja onnellisuus riippuvat enemmänkin siitä, miten päiväsi elät, kuin siitä, mitä saat aikaan (tai kuinka paljon saat rasteja ruutuun). Tämä on aivan

erilainen lähtökohta kuin perinteisessä opetuksessa tai useissa terapiaohjelmissa vallalla oleva ajattelu ”kärsi nyt, korjaa sato myöhemmin” tai ”vaikeuksien kautta voittoon”. Lastemme täytyy saada nauttia elämästään eikä kärsiä meidän tai muiden toimesta. Lisäksi olen huomannut, että mitä enemmän hidastamme tahtia ja nautimme matkasta, sitä nopeammin lapsemme todellisuudessa oppivat. Toisin sanoen voimauttavan vuorovaikutuksen myötä opit sekä nauttimaan elämästä että korjaamaan sadon joko nyt tai myöhemmin.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Monet autistiset lapset näyttävät ”syttyvän” erityisesti silloin, kun voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiota toteutetaan aktiiviteiteissa esimerkiksi lasten leikkiessä trampoliinilla, hyppypallolla tai keinulla. Joskus on kuitenkin hyvä liittyä heidän seuraansa myös hiljaisimpina hetkinä.

Tomin voimauttavan vuorovaikutuksen matka on ollut - ja on yhä - suurenmoinen kokemus kaikille hänen kanssamatkustajilleen.

Tom on nyt seurallinen, leikkisä ja huomionhakuinen. Hänen kiinnostuksen kohteensa laajenevat jatkuvasti; ja mikä tärkeintä, hän on erittäin onnellinen. Tom on nykyään hyvä seuranpitäjä. Voimauttava vuorovaikutus hänen kanssaan on yhä helpompaa ja haus Kempaa. Koska Tom on yhä enemmän läsnä ympäristönsä kanssa, hänen kielensä on monipuolistunut. Hän oppii luonnollisella tavalla yhä laajempialaisesti sekä akateemisia että ei-akateemisia taitoja.

Haluan tarkastella tässä kirjasessa syitä, miksi voimauttava vuorovaikutus on saanut aikaan samankaltaisia onnistumisia sekä poikani että monen muun autismin kirjon lapsen ja aikuisen kohdalla ja myös muiden kommunikoinnin häiriöistä kärsivien ihmisten kohdalla. (Liitteessä 1 tutkimustuloksia voimauttavan vuorovaikutuksen vaikutuksista). Jokaisella vanhemmalla on oikeus tietää kaikista niistä vaihtoehdoista, jotka liittyvät lasten terveyteen ja onnellisuuteen. Tietoiset päätökset ovat parhaita päätöksiä. Toiveenani on, että kaikki ne, jotka välittävät autistisista tai muista kommunikoinnin häiriöistä kärsivistä ihmisistä, pitävät tätä kirjasta tärkeänä.

- **Lapsen kehitys on äärimmäisen monimutkainen, osittain vielä selittämätön ja liian vaikea ellei mahdoton, pilkkoa pieniksi askeleiksi.**
- **Yrittäessään pilkkoa prosessia jotkut autismin kuntoutusmallit saattavat vahvistaa lastemme epätyypillistä kehitystä.**
- **Voimauttava vuorovaikutus perustuu vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ja vahvistaa lapsen normaalia kehitystä.**
- **Parantamalla vuorovaikutussuhteiden laatua voimauttava vuorovaikutus nostaa samalla sekä autististen ihmisten että muiden perheenjäsenten elämänlaatua.**
- **Voimauttava vuorovaikutus on enemmän prosessi tai matka kuin tavoitehakuista terapiaa.**

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Pyri vastaamaan lapsesi pienempiinkin aloitteisiin. Olisi hyvä kuitenkin vastata erityisesti ääntelyyn.

Inhimillinen vuorovaikutus: Mitä se on?

Autismin aiheuttama taantuminen ja vuorovaikutus

Noin 15 kuukauden ikäisenä poikani Tom alkoi vähitellen kadota. Viereisessä kuvassa näkyvä silmien loiste sammui hänen taantuessaan kohti autismia. Ulkoisia merkkejä siitä olivat puheen, katsekontaktin ja jokeltelun hiipuminen; kirjojen katselemisen ja leluilla leikkimisen lopettaminen; kaiken vuorovaikutuksen, hymyilyn, nauramisen ja ilmehtimisen loppuminen. Tom menetti kaiken kiinnostuksen ympäröivää maailmaa kohtaan, ja hän katosi onnettomaan hiljaisuuteen ja kieppuvien esineiden maailmaan.

Mutta jotain vielä paljon syvällisempää kuin joukko taitoja oli kadonnut. Emme olleet lakanneet rakastamasta Tomia eikä Tom ollut lakannut rakastamasta meitä. Poissa oli kuitenkin se täydellinen ja sujuva taito ilmaista rakkautta sosiaalisen vuorovaikutuksen, katsekontaktin, halaamisten, hassuttelun ja leikkien kautta. Läheisissä suhteissa tapahtuva mielten yhteen nivouminen katosi. Emme enää löytäneet keinoa olla häneen yhteydessä ja sillä tavoin auttaa häntä kehittymään ja oppimaan "meidän maailmassamme" – siinä maailmassa, jonka kaikki perheet jakavat. Ilman meidän ja ympäristön tukea Tom ei päässyt osalliseksi lapsen normaaliin kehitykseen. Hän tuntui torjuvan, sulkevan meidät pois. Pystyimme huolehtimaan hänestä fyysisesti, mutta emme kyenneet näkemään hänen persoonallisuuttaan tai tietämään,



Tom ennen autismin aiheuttamaa taantumista.

mitä hän ajatteli. Jälkikäteen tarkasteltuna me, hänen vanhempansa, emme olleet ainoita, jotka taistelivat löytääkseen kontaktin. Myös Tom taisteli saavuttaakseen meidät ja saadakseen yhteyden. Yhteys poikaamme oli katkennut ja olimme epätoivoisen tyrmistyneitä. Olin tuolloin kykenemätön tulkitsemaan Tomin tunteita, mutta nyt ymmärrän, että myös hänen on täytynyt tuntea itsensä ulkopuoliseksi ja tyrmistyneeksi.

Miltä tuntuu, kun on häiriötä kommunikoinnissa?

Autismi-diagnoosin ytimessä ovat kommunikointivaikeudet. Monet kommunikoinnin perusasiat ovat haasteellisia myös niille autismin kirjon henkilöille, jotka hallitsevat akateemisia taitoja hyvin. Miltä ihmisestä tuntuu, kun kommunikointi on vaikeaa? Mitä elämästä jää silloin puuttumaan? Mitä merkitystä jokaiselle meistä on, että vuorovaikutus toisten kanssa onnistuu?



Tom autismin taannuttamana.

Yksin väkijoukossa

Tiedämme jokainen, miltä tuntuu olla yksinäinen väkijoukossa: työkaverit eivät hyväksy sinua uudessa työpaikassasi, saavut uuteen kaupunkiin ilman yhtään ystävää, juhlista et löydä ketään jonka kanssa synkkaisi. Eristäytymisen tunne on voimakas tilanteissa, joissa emme saa yhteyttä yhteenkään lähellä olevaan ihmiseen. Yksinäisyyden tunne on voimakkaampi joukossa, missä muut sinua lukuun ottamatta ovat yhteydessä toinen toisiinsa, kuin jos olisit oikeasti yksin. Naurun ja rupattelun seuraaminen on tuskallista, kun itsellä ei ole ketään, jonka kanssa jutella tai joka kuuntelisi ja vakuuttaisi kaiken olevan kunnossa. Useimmilla meistä nämä tilanteet kuitenkin menevät ohi. Yksittäisten tilanteiden ulkopuolella meillä on normaaleja, tyydyttäviä ihmissuhteita. Vaikean elämänvaiheen jälkeenkin pystymme yleensä ystäväystymään tai solmimaan ystävyys-suhteita uudestaan.

Miten tämä kaikki liittyy lapsiimme? Autismi kirjon ihmisillä on samat inhimilliset tarpeet kuin muillakin. Kokevatko autismi kirjon lapsemme näitä samoja yksinäisyyden ja eristyksen tunteita? Onko mahdollista, että he tuntevat olonsa yksinäiseksi myös rakastavan perheen keskellä? Entä silloin, kun he näyttävät torjuvan vuorovaikutusyrityksemme heidän kanssaan eivätkä vaikuta lainkaan kiinnostuneelta? Tai kun he näyttävät riittämättömästi kiinnostusta meitä kohtaan? Tai kun he eivät halua leikkiä toisten lasten kanssa, vaan syventyvät esineisiin, tietokoneisiin tai omiin manereihinsa. Onko silloinkin niin, että he haluaisivat olla yhteydessä meidän kanssamme aivan yhtä paljon kuin me heidän kanssaan.

Itsestäänselvyyden uhallakin on todettava, että autismi kirjon ihmiset ovat inhimillisiä olentoja ja siksi heillä on samat inhimilliset tarpeet kuin muillakin ihmisillä. Autismi ei ole elämäntyyliä. Ihmiset, joilla on vaikeuksia vuorovaikutuksessa TARVITSEVAT vuorovaikutusta aivan samaan tapaan kuin ihmiset, joilla on hengitysvaikeuksia TARVITSEVAT happea. On meidän muiden tehtävä auttaa heitä voittamaan vaikeutensa.

Voimauttava vuorovaikutus on osoittanut meille, että poikamme Tom pyrki koko ajan epätoivoisesti leikkiin ja yhteyteen kanssamme, vaikka emme olleetkaan siitä silloin tietoisia. Työssäni Intensive Interaction koordinaattorina olen todistanut kerta toisensa jälkeen kuinka autistinen lapsi tai aikuinen voimauttavan vuorovaikutuksen aikana osoittaa halunneensa olla vuorovaikutuksessa ja yhteydessä toisiin ihmisiin.

Inhimillisen vuorovaikutuksen tarkoitus

"...mihin perustuu hyvänolon ja hyvinvoinnin tunteemme? Ne eivät varmaankaan perustu pelkästään saavutuksiimme, ansioihimme, parempiin henkilökohtaisiin kykyihimme tai suorituksiimme, kasvavaan varallisuuteemme tai edes siihen, että meitä pidetään hyvinä tyyppeinä. Eikö hyvinvointimme perustukin tyydyttäviin ihmissuhteisiin ja muiden kanssa yhdessä olemisen (usein sannattomaan) laatuun ja määrään." (Hewett, 2012, s. 12)

On arvioitu, että vain noin 30% - 35 % ihmisten välisestä vuorovaikutuksesta sisältää tärkeää informaatiota. Tämä tarkoittaa, että huikeat 65% - 70% kommunikaatiostamme on jotain muuta (Dunbar, 1996; Emler, 1992). Jutusteleminen, vitsaileminen, juoruilu, muisteleminen, tunteiden ilmaiseminen, kokemusten jakaminen kuten myös näennäisesti tyhjänpäiväiset lausahdukset "Mitä kuuluu?" – kaikki nämä auttavat meitä olemaan sosiaalisessa yhteydessä muihin ihmisiin ja ruokkii tarvettamme kuulua ja sopeutua johonkin. On sydäntä särkevää, että kaikki edellä mainitut asiat ovat autismin kirjon ihmisille vaikeita.

Ihmisenä oleminen

Vaikka sosiaalisten keskustelujemme sisältö on usein merkityksetöntä, vuorovaikutus itse tekona on todella tärkeää. Lapsen tyypillisessä kehityksessä opitaan ensin ne taidot, jotka ovat edellytyksiä vuorovaikutukseen osallistumiselle; viestien sisällön tuottaminen eli puhe opitaan myöhemmin. (Nind & Hewett, 2005, luku 2)



Hyvät sosiaaliset suhteet ovat OLEELLISEN TÄRKEITÄ ihmisen onnellisuudelle.

Ihmiset ovat sosiaalisia eläimiä ja meillä on siksi erittäin suuri tarve kuulua joukkoon: perheeseen, yhteisöön, ystäväpiiriin. Haluamme myös olla tärkeitä ja erityisiä jollekin toiselle ihmiselle. Hyvät sosiaaliset suhteet ovat olennaisia ihmisten onnellisuudelle. Ne ovat tärkeämpiä kuin varallisuus, maine ja fyysinen terveys (Cacioppo & Patrick, 2008). Ryhmään kuulumisen ja sosiaalisten suhteiden kautta saamme turvallisuuden tunteen, tietoisuuden, keitä olemme sekä tiedostamme olevamme niin arvokkaita ja arvostettuja, että muut ihmiset haluavat viettää aikaa kanssamme. Autististen lasten kasvatuksessa on oleellista ymmärtää, kuinka tärkeää vahva sosiaalinen yhteys on lapsen kehityksessä. (Reddy, 2010; Rogoff, 1990)

Asialla on myös toinen puoli. Sosiaalinen eristyisyys on meille vahingollista: se heikentää fyysistä ja psyykkistä terveyttämme sekä

koko lapsuusajan kehitystämme. Jos emme kykene olemaan täysin osallisina sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, meiltä luultavasti puuttuu tunne kuulumisesta johonkin ja meillä on huono itsetunto. Olemme epävarmoja ja onnettomia. Tiedetään, että (henkilön) hyvät sosiaaliset suhteet korreloivat hyvän mielenterveyden kanssa (Vaillant, 2003), kun taas yksinäisyys ja eristäytyneisyys johtavat itsesäättelyn heikkenemiseen ja irrationaaliseen käyttäytymiseen (Cacioppo & Patrick, 2008). Kannattaa pohtia, voisiko ainakin osa lastemme ”erilaisesta” käyttäytymisestä juontaa juurensa heidän riittämättömään kykyynsä olla yhteydessä muihin ihmisiin.

Jospa lapseni osaisi puhua!

Lapsemme leimataan usein ”puhumattomiksi”, joka on harhaanjohtava kuvaus heidän vaikeuksistaan. Tämä käsite viittaa enemmänkin sosiaaliseen lapseen, joka kykenee kommunikoidaan kaikilla muilla tavoin paitsi

puheen avulla. Parempi määritelmä lapsillemme voisi olla ”heikosti kommunikoiva”. Ammattilaiset leimasivat poikani ”puhumattomaksi” ja minä ryhdyin toimeen saadakseni hänet puhumaan. Halusin siis ennen kaikkea, että hän oppisi verbaaliseksi viestijäksi. Erehdyin uskomaan, että kun hän osaa puhua, hän voisi seurustella kanssani. Valitettavasti tämä harhaanjohtava ajattelu on monen autismin kuntoutusmallin perusta.

Miksi teemme tämän virheen? Siksi, että kommunikointiin ja sosiaalisiin yhteyksien luomiseen tarvittavat taidot omaksutaan meidän muiden osalta kehityksen varhaisessa vaiheessa. Vanhempina opetamme nämä taidot normaalisti kehittyville lapsillemme niin vaivattomasti ja tiedostamatta, että kiinnitämme tuskin asiaan paljoakaan huomiota. Useimmat meistä eivät tiedosta näiden taitojen valtavaa merkitystä tai emme edes ole tietoisia niiden olemassa olost! Nämä

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Voimauttava vuorovaikutus on mahdollistanut yhteyden minun ja tyttäreni välille. Se on auttanut rakentamaan siltaa, jolla me voimme kohdata toisemme vaihtaaksemme katseita, kosketuksia, hymyjä ja jopa sanoja. Pakko sanoa, että se on ainoa lähestymistapa, joka on saanut aikaan minkäänlaista muutosta tyttäreni sosiaaliseen kommunikointiin. Se on tehnyt mahdolliseksi meidän välisen tunnesiteen, joka oli saavuttamattomissa ennen kuin aloimme toteuttaa voimauttavaa vuorovaikutusta.” 19-vuotiaan vaikeasti autistisen H:n äiti. H:lla on ”haastavaa käyttäytymistä” ja hän on pääasiassa puhumaton. H on myös ärhäkkäluonteinen luova taiteilija, jolla on todellista silmää muotoilulle.

taidot ovat niin oleellisen tärkeitä henkiinjäämisellemme ja hyvinvoinnillemme, että luontoäiti on varmistanut niiden oppimisen jo normaalin kehityksen varhaisvaiheessa – ennen vähemmän tärkeitä taitoja kuten puhumista ja kävelemistä. Taatakseen tämän oppimisprosessin menestyksellisyyden luontoäiti on myös varmistanut, että sekä taitojen oppiminen että niiden opettaminen tuottavat täydellistä nautintoa kummallekin osapuolelle. Yleensä nämä taidot omaksutaan mielihyvää tuottavissa leikkihetkissä lasten vanhempien, muiden aikuisten tai isompien lasten kanssa (Nind & Hewett, 2005, luku 2). Voimauttava vuorovaikutus perustuu näihin lasten ja vanhempien välisiin vuorovaikutushetkiin ja ne myös sisältävät nautintoa ja iloa tuottavaa toimintaa.

Mitä ovat nämä sosiaaliset yhteydet ja kommunikointitaidot, jotka autismin kirjon ihmisillä ovat heikentyneet? Nämä heikkoudet aiheuttavat kyvyttömyyttä kasvaa toisen ihmisen seurassa, tuntee todellista nautintoa, rentoutumista ja luovuutta. Ne heijastuvat edelleen kykyyn kehittyä, leikkiä, ilmaista tai tulkita olemuskieltä, ymmärtää huumo-



Sanaton viestintä on pääasiassa tiedostamatonta, erittäin hienovaraista ja hyvin, hyvin nopeaa.

ria, vihjeitä tai erityyppisiä katsekontakteja. Edellä mainitut ovat perustaitoja ja tärkeimpiä taitoja, joiden avulla pidämme yhteyttä toinen toisiimme. Voimauttavassa vuorovaikutuksessa viittaamme näihin käsitteellä kommunikoinnin perusta. Tosiasiassa nämä perustaidot ovat edellytyksiä monelle muulekin asialle lapsen kehityksessä kuten leikille ja oppimiselle.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Voimauttavaan vuorovaikutukseen tutustuminen – kun olin aikaisemmin tuntenut vain behavioristisia terapioida – auttoi minua saamaan osittain takaisin sen nautinnon tunteen, jonka poikani kanssa leikkiminen ja oleminen saivat aikaan. Vaikka rakkaus poikaamme kohtaan ei ollut kadonnut, emme olleet pystyneet tuntemaan sitä kunnolla pitkään aikaan.” Autistisen 7-vuotiaan K:n äiti

**”Saadessani ensimmäisen kerran yhteyden poikani kanssa ja nähdes-
säni pilkahduksen hänen silmissään tunsin nöyryyttä. Alun lyhyet het-
ket pitenevät kolmen vartin pituisiksi tuokioiksi, ja sitten tunnin pituisi-
si ja ylikin. Autismia kutsutaan palapeliksi. Tämä oli vähän kuin palapeli,
jossa valo vähitellen alkoi valaista pimeyttä ympäriltämme. Pikkuhiljaa
suhteemme muuttui aivan tavalliseksi lapsen ja vanhemman väliseksi
suhteeksi. Voimauttava vuorovaikutus tarkoittaa luottamusta ja kau-
neutta. Voimauttava vuorovaikutus on yhtäläillä terapeutista lapselle
kuin vanhemmallekin.” 11-vuotiaan C:n äiti. C:llä on keskivaikea autismi.**

Sanaton viestintä on ehdottoman tärkeää

Jo varhaiskehityksessä omaksutut kommunikoinnin perustan taidot ovat oleellisen tärkeitä aikuisten välisissä keskusteluissa ja vuorovaikutustilanteissa. Mehän olemme ei-kielellisessä vuorovaikutuksessa koko ajan. Ajattele niitä katseita, joita vaihdat parhaan ystäväsi kanssa tai sinulle vieraan ihmisen olemuskieltä, jota pystyt kuitenkin helposti tulkitsemaan. Ajattele halauksia kumppanisi kanssa tai äänensävyä, jolla ilmaiset olevasi hämmästynyt tai vaikka sitä, kuinka tarttuvaa parhaan ystäväsi nauru on. Nämä ovat esimerkkejä enemmän tai vähemmän tietoisesta sanattoman viestinnän käytöstä ja tulkinnasta. Suurimmaksi osaksi nämä tiedostamattomasti välitetyt ja ymmärretyt sanattomat viestit ovat kuitenkin hyvin hienovaraisia, tärkeitä ja erittäin nopeita. Todellisuudessa ei-kielellinen kommunikatio tuotetaan ja tulkitaan niin nopeasti, että aivomme eivät kykene niitä käsittelemään tietoisesti. Suurin osa ei-kielellisestä vuorovaikutuksesta voidaan käsitellä aivoissa vain ei-tietoisella tasolla. (Coleman, 2007). Sellaisten interventioiden luojat, jotka pyrkivät opettamaan näitä monimutkaisia hienovaraisia asioita tietoisella tavalla (esimerkiksi eri tunnetiloja kuvaavien piirrettyjen kasvojen avulla) jättävät huomioimatta tämän tärkeän tosiseikan ja saattavat samalla rohkaista kehityspolkua, joka ei tue sitä val-

tavaa oppimisen määrää, jonka lapsemme kohtaavat. Lisäksi pilkkoessaan oppimisen ”opetuksellisesti” sopiviin askeliin siitä tulee tylsempää, staattisempaa ja vaikeammin haltuun otettavaa.

Seuraapa etäältä ystäväjoukkoa: Huomaa kuinka vaivattomasti he huomioivat toistensa aloitteet. Katso, kuinka he kaikki näyttävät kuuluvan joukkoon ja kuinka he jakavat saman energiatason ja tunnetilan. Seuraa, kuinka taitavasti ja nopeasti he käyttävät tai tulkitsevat kasvojen ilmeitä, olemuskieltä ja muuta sanatonta viestintää. Katso, kuinka paljon mielihyvää he saavat vain olemalla yhdessä ja puhumalla suurimmaksi osaksi niitä näitä! Kuinka he yhteistuumin nauravat tai rypistävät otsaansa, kuinka heillä on samanlaista energiaa ja kuinka he luovat oman ilmapiirin.

Miten tämä sovelletaan lapsiimme

Meidän, jotka kaipaamme sitä, että lapsemme oppisivat (uudelleen) puhutun kielen, tarvitsee viettää vain hetki normaalisti kehittyvän pikkuvauvan kanssa tai katsoa muutama video YouTubesta tajutaksemme, että normaalisti kehittyvät vauvat ovat hyvin innokkaita kommunikoijia paljon ennen kuin he oppivat puhumaan. Ja mikä on ehkä vielä tärkeämpää, näillä lapsilla on monia sellaisia taitoja, joissa autismin kirjon ihmisillä on haasteita – jopa puhuvilla autisteilla.

With the Talents of PHIL HARRIS OLLIE ABBOT SEBASTIAN CABOT BOBBY

Tom vietti kaikki aikansa kopioimalla yhä uudestaan ja uudestaan elokuvien lopputekstejä.

Voimauttavan vuorovaikutuksen toteuttajat kutsuvat näitä vuorovaikutustaitoja kommunikoinnin perustaksi ja ne ovat voimauttavassa vuorovaikutuksessa tyypillisesti omaksuttavia asioita (Liite 1). Riippumatta siitä, onko lapsi omaksunut nämä taidot varhaiskehityksensä aikana tai taantunut kuten oma poikani, prosessi niiden omaksumiseksi on aina sama.

Kun aloitimme Tomin kanssa autismituntoutusohjelmien toteuttamisen kotona, odotin epätoivoisesti hänen alkavan puhua. En lainkaan aavistanut, mikä seuraavaksi tulisi särkemään sydämemme: Tom sai kyllä puhetaitoja takaisin, vieläpä runsain mitoin, mutta ilman sosiaalista kommunikaatiota. Tomin kotona toteutetut kuntoutusohjelmat antoivat meille pojan, joka puhui, mutta joka ei pystynyt saamaan yhteyttä toiseen ihmiseen; joka osasi lukea ja kirjoittaa, mutta ei osannut kommunikoida. Hän vietti päivänsä toistamalla ulkomuistista pätkiä katsomistaan videoista ja videopeleistä tai kirjoittamalla yhä uudestaan elokuvien lopputekstejä. Olimme mielestämme antaneet hänelle välineet kommunikointiin (puhe, ääntämys, sanasto, lukeminen ja kirjoittaminen), mutta mikään näistä ei auttanut häntä sosiaalisuuteen tai yhteyden saamiseen muihin ihmisiin. Valitessaan autistiselle lapselle kuntoutusohjelmaa vanhempien ja ammattilaisten tulisi

olla täysin selvillä siitä, että puhe ei ole sama asia kuin kommunikaatio ja että kommunikointi on puhetta tärkeämpää. Ja että autistisilla ihmisillä on tavallisesti vaikeuksia juuri sosiaalisissa kommunikointitaidoissa – riippumatta siitä puhuvatko he vai eivät.

Miksi lapsemme eivät ole sosiaalisempia?

Ennen voimauttavan vuorovaikutuksen aloittamista poikani sosiaalisuuteen liittyviin vaikeuksiin oli kaksi pääsyytä. Ensimmäinen ja ilmeisin syy oli, että häneltä puuttui useita perustaitoja. Häneltä puuttui kyky aidosti nauttia toisen ihmisen seurasta, kyky lukea toisen ajatuksia ja kyky jakaa kokemuksia, huumoria, iloa, draamaa, tunteita sekä kyky olla todellisessa yhteydessä toisen ihmisen kanssa. Olin vähemmän tietoisempi toisesta syystä hänen vaikeuksiinsa: meiltä, hänen vanhemmiltaan ja muilta perheen jäseniltään sekä opettajilta puuttuivat perustaidot kommunikoida hänen kanssaan! Se, mitä lapsemme meiltä tarvitsevat, on oikea tapa leikkiä ja olla vuorovaikutuksessa heidän kanssaan. Tämän tavan täytyy olla lapsellemme merkityksellinen ja heidän täytyy kyetä osallistumaan siihen. Minun oli opittava mukauttamaan käytöstäni samalla tavalla kuin äidit mukauttavat käytöstään normaalisti kehittyvien pienten lasten kanssa. (Nind & Hewett, 2005, luku 2)



Onko kyvyttömyys tulkita toisen ihmisen ajatuksia tai tunteita autismiin liittyvä piirre, jota voidaan hoitaa?

Mutta lapseni on sosiaalinen

Myös ne autismin kirjon lapset, jotka kykenevät vahvaan sosiaaliseen yhteyteen ja jotka säännöllisesti lähestyvät sinua hellydenosoituksia, kutittamista tai jopa jutustelua varten, hyötyvät voimauttavasta vuorovaikutuksesta. Voimauttava vuorovaikutus auttaa lasta kehittämään keskeisiä sosiaalisia ja kognitiivisia kykyjään, jotka ovat yleisesti heikentyneet autismin kirjon henkilöillä. Toimintapa auttaa lastasi ymmärtämään ympärillään olevaa maailmaa ja saamaan ihmisiin paremman yhteyden.

Autismi, kyvyttömyys tulkita toista

Osaatko lukea toisen ajatuksia? Tai pikemmininkin: Pystytkö tutustumaan ihmisiin? Pystytkö olemaan osallisena ystävyssuhteissa ja sitoutumaan läheisiin ihmisiin? Vai oletko muista etäällä oleva sivustakatsoja ja tarkkailija? Miten vastaisit näihin kysymyksiin

autismin kirjon lapsesi kohdalla? Autismi ”asiantuntijat” uskovat yleisesti, että kyvyttömyys tulkita toisen ihmisen ajatuksia (tai jopa kyvyttömyys ylipäättään ymmärtää, että jokaisella ihmisellä on oma ymmärryksensä ja ajatusmaailmansa) on pysyvä ja keskeinen piirre autismissa (Baron-Cohen, 1995). Uskotaan, että autismin kirjon ihmisillä peillisolut (aivosolut jotka reagoivat toisten ihmisten tekoihin ja tunteisiin, ja joiden oletetaan liittyvät empatiakykyyn) ovat vioittuneet. Voimauttava vuorovaikutus on kuitenkin osoittanut minulle, että poikani ja muut autistiset ihmiset saattavat tulla yhtä kyvykkäiksi toisen mielen tulkitsijoiksi kuin me muutkin. Tällä tarkoitan toisiin ihmisiin tutustumista, sallimista muiden tutustua itseensä sekä sitoutumista muihin ihmisiin. Voisiko tämä kyvyttömyys eläytyä toisen asemaan olla sekundääristä tai heijastusvaikutus tai jopa parannettavissa oleva autismin liitännäishäiriö?

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Voimauttava vuorovaikutus sai minut vakuuttumaan, että olin aikaisemminkin tehnyt oikeita asioita tyttärenti kanssa. VV auttoi keskittymään asioihin, jotka hyödyttivät eniten vuorovaikutustamme. 20-vuotiaan J:n äiti. J:llä on Angelmanin oireyhtymä.



Tom pelaa palloa isänsä Remisin kanssa voimauttavan vuorovaikutustuokion aikana.

Tomilla on tapana kurottua kohti CD-soittimen volyyminappulaa juuri ennen tarinan äänestä kohtaa. Koska tiedän hänen mielihalunsa ja pystyn näkemään Tomin liikkeistä hänen aikeensa, pystyn tavallaan lukemaan hänen ajatuksensa. Tiedän, että hän aikoo lisätä volyyymiä saadakseen tarinan meluisan osan kuulumaan tosi lujaa, koska se huvittaa häntä. ”Uuhh”, sanon hymyillen. Tom katsoo minua silmiin ja nauraa katketakseen tajutessaan, että hän on jäänyt kiinni itse teossa ja että minä olen tietoinen hänen teostaan. Vain sekunnin murto-osassa Tom ei vain lukenut ajatuksiani vaan myös ymmärsi, että minä luen hänen ajatuksensa. Kuitenkin kyseinen teoria kyvyttömyydestä tulkita toisen ajatuksia ja tunteita oli saanut meidät uskomaan, että autismi aiheuttaisi Tomille pysyvän kognitiivisen kyvyttömyyden ymmärtää, että kullakin ihmisellä oma itsenäinen mieli. Vielä vähän aikaa sitten yllä kerrottu tapahtuma olisi tuntunut Tomin kohdalla mahdottomalta unelmalta. Varmaa on, että ilman voimauttavaa vuorovaikutusta ja sitä, että aloin epäillä teoriaa autististen

ihmisten pysyvästä kykenemättömyydestä lukea toisen mieltä, Tom olisi edelleen kykenemätön tekemään niin. Tomilta olisi kielletty tämän taidon saavuttaminen ja meiltä hänen läheisiltään olisi jäänyt kokematta sen saavuttamisesta johtuva ilo. Vaikka emme vielä tiedä kaikkea autismista, on erittäin tärkeää olla uskomatta liian herkästi lapsiamme rajoittaviin perusteettomiin väitteisiin. Usko lastemme rajoittuneisuuteen on juuri se, mikä heitä rajoittaa.

”... jos autististen ihmisten peilisolujärjestelmä olisi pysyvästi vioittunut tai heidän kognitiivisessa prosessoinnissaan olisi perustavanlaatuisia häiriöitä, emme saavuttaisi sellaisia tuloksia, joita saadaan toistuvasti voimauttavassa vuorovaikutuksessa. Voimauttavan vuorovaikutuksen kentältä on kerätty laaja kokoelma videoita, joissa osoitetaan autististen ihmisten tekemän kaikkea sellaista, jota he eivät kykenisi tekemään, jos heillä olisi vallitsevien autismikäsitteiden mukaisia merkittäviä kognitiivisia ja sosiaalisia vajeavaisuuksia.” (Zeedyk, 2012, p. 66)

- *Sosiaalinen yhteys on inhimillisen vuorovaikutuksen **perustoiminto**.*
- ***Autismi-diagnoosissa keskeisintä** ovat vaikeudet sosiaalisessa kommunikoinnissa ja sitoutumisessa. Jotkut interventiot eivät käsittele tätä vaikeutta lainkaan. Toisin sanoen nämä interventiot eivät käsittele lainkaan lapsesi autismin keskeisintä piirrettä.*
- ***Sanaton viestintä** on erittäin tärkeää. Suuri osa siitä prosessoidaan tiedostamattomasti. Sanattoman viestinnän pilkkominen osiin tai sen opettaminen tietoisena toimintana johtaa erilaisiin ja huonompiin tuloksiin.*
- ***Tunteiden jakaminen vahvistaa** ihmismielten välisiä yhteyksiä ja ihmissuhteiden (uudelleen)rakentumista ja kohdistuu näin autismin ytimessä olevaan häiriöön sisältäen myös sanattoman kommunikaation.*
- ***Voimauttavan vuorovaikutuksen toimintatavassa tiedostetaan**, että normaalisti kehittyvät lapset ovat loistavia kommunikoijia ennen puhumaan oppimista.*
- ***Sosiaalisen kommunikoinnin taidot** opitaan niin normaalissa kehityksessä kuin voimauttavassa vuorovaikutuksessaakin iloisen, motivoivan ja aktiivisen osallistumisen kautta.*
- ***Sosiaalinen yhteys** on välttämätöntä normaalille kehitykselle. Kaikki interventiot eivät vahvista tätä yhteyttä ja jotkut niistä saattavat jopa tahattomasti heikentää sosiaalista vuorovaikutusta vahvistamalla samaan aikaan lapsen suhdetta esineisiin tai maneereihin.*
- ***Voimauttava vuorovaikutus näyttäisi** osoittavan meille, että kyvyttömyys kommunikoida ja olla sosiaalisessa yhteydessä ei ehkä ole peruuttamaton piirre autismissa.*

Todellisuudessa peilisolut eivät ole kokonaisuudessaan synnynnäisiä eivätkä ne ole muuttumattomia. Jossain määrin peilisolumme kehittyvät sosiaalisen vuorovaikutuksen aikana (Catmur, et al., 2007). On todennäköistä, että autistisilla ihmisillä peilisolut eivät ole ”rikkoutuneet” vaan ne ovat yksin-

kertaisesti alikehittyneet tai jollain tavalla ”peitossa”. Minusta näyttäisi siltä, että voimauttava vuorovaikutus auttaa autistisia ihmisiä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja sitä kautta edistää mahdollisuuksia peilisolujärjestelmän kehittymiseen ja/tai esille tulemiseen.

Mitä voimauttava vuorovaikutus on? Miten sitä tehdään?

Miten me muut opimme hyviksi kommunikoijiksi?

Kehittäessään voimauttavaa vuorovaikutusta Dr Hewett ja hänen tiimensä tarkastelivat erityisesti miten kommunikointitaidot opitaan lapsen tyypillisessä kehityksessä eli miten me muut omaksumme ne taidot, jotka autismin kirjon ihmiset menettävät taantumavaiheessa tai joita he eivät saavuta lainkaan. Tutkimukset osoittavat, että tyypillisesti kehittyvät pikkuvauvat oppivat nämä ”kommunikointitaidot” nautintoa tuottavissa, usein leikkisissä tuokioissa äidin tai muun pääasiallisen huoltajan tai joskus muiden aikuisten tai lasten kanssa (Nind & Hewett, 2005, luku 2). Vaikka jokaisella äidillä tai ”opetushenkilöllä” on oma tapansa ja tyyliinsä, tutkijat ovat löytäneet näistä tuokioista muutamia universaalisti omaksuttuja piirteitä. Tämä liittyy niihin perusperiaatteisiin, joiden pohjalta pikkulapset oppivat kommunikoimaan ja leikkimään sekä ymmärtämään huumoria ja kujeilua. Lyhyesti sanottuna, he oppivat sitoutumisen taidon, joka mahdollistaa oppimisen, kehittymisen ja suhteiden luomisen muihin ihmisiin koko heidän elämänsä ajan. Pikkuvauvat oppivat hoitajiltaan nauttimaan, rentoutumaan ja kehittymään muiden ihmisten seurassa. He tulevat vähitellen tietoisiksi itsestään ja muista ihmisistä. Samalla heidän tietoisuutensa, kognitionsa, kokemuksensa, luovuutensa, mielikuvituksensa ja taitonsa lisääntyvät. He oppivat ”kommunikoinnin perustan” (s.55) kuten olemuskielen, ilmeiden, katsekontaktin ja sosiaalisten vihjeiden



Sofia-vauva oppii kommunikoijaksi äitinsä Lizin kanssa.

käytön ja ymmärtämisen. Toteuttamalla voimauttavaa vuorovaikutusta saamme aikaan samoja tai samantapaisia tuloksia.

Voimauttavan vuorovaikutuksen periaatteet

Voimauttavassa vuorovaikutuksessa käytämme vanhemman ja vauvan vuorovaikutuksen periaatteita, vaikka lapsemme olisivat iältään jo vanhempia. Näistä voimauttavan vuorovaikutuksen periaatteista (s.55) kolme korostuu suhteessa muihin periaatteisiin.

Ensimmäinen periaatteista on virittäytyminen, täydellinen huomion keskittäminen lapseen. Me tunnemme tietenkin hyvin lapsemme jo entuudestaan ja pystymme olemaan hänen kanssaan samalla aaltopituudella paremmin kuin kukaan muu. Monet vanhemmat kuitenkin huomaavat, että voimauttava vuorovaikutus vahvistaa tätä virittäytymistä. Tämä taito kasvaa samalla, kun vanhemmat saavat enemmän kokemusta voimauttavan vuorovaikutuksen toteuttamisesta. Hyvin virittäytyneenä olet luottavaisempi tuokioiden



Voimauttavan vuorovaikutuksen kolme pääperiaatetta on virittäytyminen samalle taajuudelle lapsen kanssa, nauttiminen ja vastaaminen.

sisällön ja etenemisen suhteen. Haastatko lastasi riittävästi? Autatko lastasi joustavuuteen ja oppimiseen? Vai muserratko tahattomasti lastasi vaatimuksilla, liialla puheella, uusilla sisällöillä tai liian nopealla tahdilla? Vanhempien taidot paranevat vähitellen, kun heistä tulee yhä tietoisempia oman käyttäytymisensä ja olemuskielensä vaikutuksista.

Toinen pääperiaate on nautinto. Sulje puhelimesi, siirrä omat huolesi, kotityösi, muut odotuksesi ja henkilökohtaiset agendasi pois mielestä. Lähesty lastasi tietoisena siitä, että tämä yhteinen tuokio tulee olemaan miellyttävä teille kummallekin. Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot ovat yleensä iloisia tai leikkisiä, mutta ne voivat tarvittaessa olla myös pelkkää yhdessäoloa.

Kolmas pääperiaate on reagointi. Siinä missä jotkut muut kuntoutusohjelmat keskittyvät ”saamaan” lapseamme vastaamaan meille,

voimauttavaa vuorovaikutusta toteuttavat vanhemmat tai työntekijät pääosin reagoivat lasten käyttäytymiseen. Tämä takaa sen, että tuokioiden sisältö on lapselle motivoivaa ja merkityksellistä ja että etenemistahti on sopiva. Lapsi kokee tulevansa kuuluksi ja hänen itsetuntemuksensa ja -arvotuksensa kasvaa, kun hän huomaa olevansa tärkeä ja kiinnostava. Koska annamme pääosin lapsen johtaa tilannetta, hän oppii tekemään aloitteita, sitoutuu ja jopa ottaa ohjat käsiinsä sosiaalisissa tilanteissa. On monia tapoja reagoida lapseen kuten mukaan meneminen, peilaaminen, ääntely (oo, ah, vau, yms.) tai ilmeillä (hymy, hämmästyys yms.) vastaaminen. Lapselle voi vastata myös kommentoimalla, puheella tai erilaisella, mutta asiaan liittyvällä käyttäytymisellä. Vastaustapa riippuu lapsesi reaktiosta, mutta muista, että päätavoitteena on nautinto.

Voimauttavan vuorovaikutuksen muut periaatteet nousevat näistä kolmesta pääperiaatteesta. Lapseen virittäytymisestä sekä iloa ja nautintoa tavoittelevasta lähestymistavasta johtuen vanhemmat ja työntekijät vähentävät omaa puhettaan ja toimintaansa. Näin he sallivat lapsen johtaa tilannetta. Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot ovat usein luonteeltaan minimalistisia, vaikka ne voivat olla myös meluisia ja riehakkaita. Vanhemman tai työntekijän tulee olla rentoutunut ja kiireetön. Hänen tulee merkittävästi rajoittaa lapselle esitettyjen pyyntöjen tai vaatimusten määrää. Tuokioihin sisältyy säännöllisiä taukoja, joiden aikana vanhempi tai työntekijä odottaa lapsen aloitetta joko tilanteen jatkamiseksi, tilanteen prosessointia tai siihen reagointia. Yleisesti

ottaen hillitsemme omaa tarvettamme viedä toimintaa eteenpäin. Sen sijasta annamme lasten hitaasti kehitellä omia ideoitaan ja suunnitelmiaan. Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot ovat usein sekavia, ilman selkeää alkua, keskikohtaa tai loppua. Tuokiot lopetetaan, kun oppija on saanut tarpeekseen. Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokioita on toistettava usein – niin usein kuin lapsesi pystyy. Rinnalla voi olla muitakin terapioiden, mutta mitä suurempia vaikeuksia lapsellasi on sosiaalisessa kommunikaatiossa, sitä enemmän voimauttavaa vuorovaikutusta hän tarvitsee.

Luonnollinen kehitys tapahtuu rennon sitoutumisen, osallistumisen ja yhteyden kautta

”...autistisilla lapsilla on vaikea osallistua arjen vuorovaikutustilanteisiin, joissa tulisi ymmärtää toisen mielenliikkeitä...kun taas tyypilliseen tapaan kehittyvien lasten on melko helppo sitoutua ja liittyä muihin ihmisiin. Normaaliin kehitykseen (kuten tiedolliseen kehitykseen) tarvitaan aina vuorovaikutusta. (Reddy, 2010, s. 42)

Ennen voimauttavan vuorovaikutuksen aloittamista poikani Tom ei liittynyt meihin sosiaalisesti eikä osallistunut vapaaehtoisesti yhteiseen toimintaan. Hänellä oli suhde vain pakkomielteisiin riippuvuuksiinsa ja manee-reihinsa. Tomin ”ystäviä” olivat elokuvien kii-tostekstit, aakkoset, numerot ja elektroniset laitteet. Hän oli sulkeutunut toiston maailmaan. Toistamalla jatkuvasti yhä uudestaan ja uudestaan näitä samoja asioita Tom samalla vahvasti kiintymystään niihin. Ehkä aikaisemmat behavioristiset kuntoutusohjelmat olivat rohkaisseet häntä näihin saamalla ne näyttämään entistä haluttavimpina palkintoina. Samalla me ihmisolennot tulimme vähemmän haluttavimmiksi liittymisen kohteiksi, koska sen sijaan, että olisimme olleet virittäytyneitä Tomiin ja tarjonneet mukavaa yhdessäoloa, asetimme hänelle koko ajan vaatimuksia. Tarkoittamattamme viestimme sanattomasti ”päästäksesi omien ystäväsi, pakkomielteitteesi pariin sinun on ensin selvitävä meistä vaativista ihmisolennoista”. Normaalien pikkuvauvojen ihmissuhteet eivät kehity tällä tavoin. Tyypillisessä varhaiskehityksessä viestimme vauvalle jotain tämän tapaista: ”Minä pidän sinusta, uskon ja luotan

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Voimauttava vuorovaikutus on todella auttanut minua saamaan yhteyden poikaani. Erityisen syvästi häneen on vaikuttanut käyttäytymisen ymmärtäminen kommunikointina. Häntä rauhoitti se, että keskityin kommunikointiin enkä yrittänyt hillitä hänen käyttöstään.” 15-vuotiaan A:n äiti. A on puhumaton, vaikeasti autistinen ja haastavasti käyttäytyvä, mutta hyvin älykäs.



Tom käytti useita vuosia lapsuusajastaan behavioristisissa terapioidissa leikkimisen tai muiden ihmisten kanssa olemisen sijaan.

sinuun, nautin yhdessäolostamme. Tämä puolestaan auttaa sinua oppimaan pitämään minusta, uskomaan ja luottamaan minuun, nauttimaan yhdessäolostamme. Orastavan suhteemme kautta opit tuntemaan minut, itsesi, opit rakentamaan ihmissuhteita ja opit tuntemaan ympäröivää maailmaa.” Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokioissa pyrimme viestimään sanattomasti juuri tätä.

Aiemmin käytimme erilaisia palkintoja saadaksemme Tomin oppimaan uusia taitoja. Vaikka Tom näennäisesti edistyi ja rastiimme tehtäviä suoritetuiksi, hän ei aidosti osallistunut eikä sitoutunut meihin tai oppimistavoitteisiimme. Jälkeenpäin tarkasteltuna hänen todellinen osallistumisensa, yhteytensä – tai surullista kyllä – suhteittensa lisääntyminen liittyivät niihin palkintoihin, mitä kulloinkin tarjosimme. Hän ei ottanut vapaaehtoisesti osaa oppimiseen, jota tar-

josimme. Hän jäi siis ulkopuoliseksi meistä, ”meidän maailmastamme” sekä oppimisesta, vaikka hän ymmärsi ja näytti omaksuvan asiat. Opettaaksemme Tomia meidän oli manipuloitava häntä palkinnoilla, kehuilla, rohkaisuilla ja pakkokeinoilla. Usein tämä muutti oppimisen merkityksettömäksi ja pinnalliseksi. Vaikka Tom näytti oppivan uusia taitoja, hänestä tuli todellisuudessa vielä autistisempi. Autistisempi siinä merkityksessä, että hänen suhteensa esineisiin vahvistui ja suhde meihin heikkeni.

Nykyään Tom on täysin motivoitunut ja sitoutunut sekä meihin että oppimiseen, jonka hän kokee merkitykselliseksi ja tärkeäksi. Hänestä on tullut aktiivinen ja halukas osallistuja suhteissaan muihin ihmisiin. Hän on innokas oppimaan ja tutustumaan ympäröivään maailmaan. TÄMÄN vuoksi hänen kehityksensä vaikuttaa aiempaa tyypillisemmältä.

Tom oppimassa luonnollisella tavalla kasvonilmeiden ja katsekontaktien tulkitsemista ja käyttämistä serkkunsa Samin kanssa.



Passiivinen vai aktiivinen oppiminen

Näitä ajatuksia voidaan tarkastella myös käsitteiden ”passiivinen oppiminen” ja ”aktiivinen oppiminen” kautta. Passiivisessa oppimistilanteessa tieto siirretään oppijalle kaavamaisilla ja ohjeistetuilla opetusmenetelmillä. Oppija on passiivinen informaation vastaanottaja ja opettaja enemmän kuin oppija päättää, mitä opitaan ja miten. Aktiivisessa opetustilanteessa oppijat ovat sitoutuneet omaan oppimiseensa. Opittavat asiat ovat heistä erittäin motivoivia ja oppijat ovat aidosti aktiivisia omassa oppimisprosessissaan. He myös sisäistävät paremmin opettelemansa asiat ja pystyvät liittämään ne omiin aiempiin kokemuksiinsa. Voimauttava vuorovaikutus on aktiivinen oppimisprosessi (Firth, et al., 2010).

Miten voimauttavassa vuorovaikutuksessa opetetaan syvemmillä tasolla: esimerkkinä katsekontakti

Jotkut interventiot pyrkivät käsittelemään autismiin liittyviä ulkoisia, näkyviä oireita pinnallisella tavalla. Kommunikointitaitoja,

kuten katsekontaktia, opetetaan ulkokohtaisesti käskemällä, kehumalla tai palkitsemalla lasta. Neljä erittäin merkittävää seikkaa osoittaa tällaisten lähestymistapojen pinnallisuuden:

a) Tyypillisessä varhaiskehityksessä vauvat eivät opi katsekontaktia kehumisen tai palkitsemisen vuoksi. Siksi mainitut ohjelmat opettavat katsekontaktia oudosta ja erilaisesta lähtökohdasta.

b) Näissä ohjelmissa jätetään suurelta osin huomioimatta katsekontaktin tehtävät tyypillisessä kehityksessä. Näitä ovat esimerkiksi johonkin asiaan viittaaminen, kontaktiin tuleminen ja vuorottelu sekä ilmehtiminen ja ilmeiden tulkitseminen, vitsien luominen/huumori ja ymmärtäminen, tunteiden ja kokemusten jakaminen, katseen seuraaminen kiinnostuksen kohteen jakamiseksi tai esiin ne paikallistaminen. Käsittelemällä katsekontaktia pinnallisesti ohjelmat jättävät lapset ilman katsekontaktiin liittyviä lukuisia hyötyjä. Hyötyjä, jotka lapset yleensä saavat kehityksensä aikana luonnollisella tavalla.

c) Näissä interventioissa jätetään huomiomatta, miksi autismin kirjon ihmisen on vaikea olla katsekontaktissa tai katsoa pyydettyä toisen silmiin. Esimerkiksi heikot silmälihakset saattavat vaikeuttaa katseen tarkentamista ja kohdistamista. Tämän johdosta lapsi saattaa katsoa meitä näkökenttensä laita-alueelta (Bluestone, 2005). Jotkut ihmiset kokevat vaikeaksi katsoa ja kuunnella samanaikaisesti ja saattavat katsoa pois kuunnellakseen meitä (Bluestone, 2005). Katsekontaktia vaatimalla voidaan jopa aiheuttaa epämukavuutta ja tehdä kommunikoinnista vielä vaikeampaa.

d) Nämä lähestymistavat jättävät huomiomatta sen tosiasian, että toisen ihmisen silmiin tuijottaminen viittaa normaalisti tunteen syvyyteen (esimerkiksi rakkauteen, seksuaaliseen vetovoimaan tai vihaan). Jotkut autismiohjelmat rohkaisevat tämän tyyppiseen pitkitettyyn, intensiiviseen katsekontaktiin, vaikka tyyppilliseen katsekontaktiin liittyy myös paljon sivuun katsomista ja nopeita silmäyksiä. Tyyppillisessä kehityksessä opitaan usein tiedostamattomasti, miten kauan katsekontakti kestää ja milloin katsotaan muualle.

Tyyppillisessä kehityksessä vanhemmilla ei ole opetustavoitteita tai tuntuunnetelmia katsekontaktin opettamiseksi, ei edes ”erityiskatsekontaktien” – kuten katseen seuraaminen asian paikallistamiseksi – opettamiseksi. Vanhemmat eivät myöskään laadi kaavioita tai rasti lomakkeita osoittaakseen, että nämä taidot on opittu. Tyyppisesti kehittyvät lapset oppivat nämä ”taidot” nauttien ja sisäsyntyisesti motivoituneena sosiaalisen vuorovaikutuksen, sitoutuneisuuden ja leikin mahtavassa sekamelskassa. Yrittämällä eristää nämä taidot ja niitä tietoisesti opettamalla muutetaan niiden tehtävät joksikin muuksi – yleensä joksikin vähemmän nautinnolliseksi. Voimauttava vuorovaikutus rohkaisee erilaisten katsekontaktien motivoituneeseen ja luonnolliseen oppimiseen. Näin onnistutaan yhdistämään monimutkainen, yhteen punoutunut kehitys ja oppiminen yksinkertaiseen, kepeään ja nautintoa tuottavaan vuorovaikutukseen – aivan kuten tyyppillisessäkin kehityksessä.

Akateemiset taidot

Tapaan usein ihmisiä, joiden mielestä akateemisia taitoja ei voi opettaa voimauttavan vuorovaikutuksen avulla. Voimauttavien

VOIMAUTTAVASTI vuorovaikutuksesta

”Luulen, että ihmisille on vaikeaa luopua ajatuksesta, että paras tapa auttaa vammaista lasta on jatkuva patistaminen kohti määrättyjen tavoitteiden saavuttamista. Yhdysvalloissa elämme erittäin suorituskeskeisessä kulttuurissa ja uskon, että ihmiset aidosti pelkäävät lähteä mukaan hitaampaan, lapseen luottavampaan ja lapsivetoisempaan lähestymistapaan. Osalla vanhemmista on tarve tuntea ”tehneensä kaiken voitavansa” auttaakseen lastaan ”saavuttamaan täyden potentiaalinsa”. Siksi tämä ajatus kuuntelemisesta, havainnoimisesta ja siitä, että lapsen annetaan johtaa SINUA on täysin kulttuurin vastainen!” 4-vuotiaan M:n äiti. M:llä on puheen viivästymä, mutta ei virallista diagnoosia.

vuorovaikutustuokioiden aikana oppija ja vanhempi tai työntekijät ovat kuitenkin tasa-arvoisia kumppaneita. Vaikka vanhempi tai työntekijä jättävät paljon tilaa oppijalle, myös he osallistuvat vuorovaikutukseen ja vaikuttavat tilanteen kulkuun. Tällä tavoin mikä tahansa kouluaine, ydinasia, fakta, toiminta tai peli on mahdollista sisällyttää osaksi voimauttavaa vuorovaikutusta. Virittäytyessään siihen, mitä oppija tekee, työntekijä tai vanhempi pystyy vastaamaan juuri hänelle sopivalla tavalla siten, että opittava asia on motivoiva ja vaikeustasoltaan sopi-

va. Nykyään poikani Tom laajentaa omaa ymmärtämystään uusiin sosiaalisiin ja akateemisiin taitoihin. Tyypillinen voimauttavan vuorovaikutuksen tuokio hänen kanssaan voi sisältää mitä tahansa alkaen maantieteestä, vieraista kielistä tai matematiikasta aina roolileikkeihin, laulamiseen, vitsailuun tai kutittamiseen. Sessioihin liittyy edelleen myös hänen maneereitaan. Hän on halukas olemaan meidän kanssamme ja tietää, että tunne on molemminpuolinen. Lisäksi Tom luottaa meidän tapaamme olla hänen kanssaan.

- **Sitoutuessaan** *tyypillisesti kehittyvään lapseensa vanhemmat tiedostamattaan omaksuvat joukon periaatteita.*
- **Voimauttavan vuorovaikutuksen periaatteet** *perustuvat samoihin periaatteisiin, jotka on löydettyvissä tyypillisestä vanhempien ja lasten vuorovaikutuksesta.*
- **Näiden periaatteiden mukaisesti** *oppijat kehittävät voimauttavassa vuorovaikutuksessa sosiaalisen kommunikoinnin taitojaan ja leikkitaitojaan, joita tarvitaan kaikkeen muuhun oppimiseen .*
- **Kolme kaikkein tärkeintä periaatetta** *ovat virittäytyminen, nauttiminen ja reagointi.*
- **Näiden periaatteiden omaksuminen** *tarkoittaa sitä, että vuorovaikutuksen sisältö ja tahti ovat uuden oppimisen kannalta juuri sopivia lapsellesi.*
- **Autistiset lapset** *eivät kehity samalla tavalla kuin tyypillisesti kehittyvät lapset, koska heillä on vaikeuksia olla yhdessä ja sitoutua toisiin ihmisiin, ympäröivään maailmaan sekä osallistua oppimiseen. Voimauttava vuorovaikutus rohkaisee tyypillisempään osallistumiseen ja sitoutumiseen ja siksi myös tyypillisempään kehityskulkuun.*
- **Voimauttava vuorovaikutus** *on esimerkki sellaisesta ”aktiivisesta oppimisesta”, jossa oppijat ovat erittäin sitoutuneita ja erittäin motivoituneita oppimaan.*
- **Joissakin autismi-interventioissa** *merkittävä osa ohjelmaa on taitojen eriyttäminen irrallisiksi opeteltaviksi asioiksi. Tällöin ohjelman harjoitukset voivat todellisuudessa opettaa jotain muuta kuin mikä oli harjoituksen alkuperäinen tarkoitus sekä tehdä oppimisesta vaikeaa. Kun opeteltavia taitoja eriytetään, jää tyypilliseen oppimiseen liittyvä hienovarainen kompleksisuus huomioimatta ja oppijalle vahvistuu tunne siitä, että oppiminen ei ole nautinnollista.*
- **Odotamme lapsemme** *oppivan voimauttavan vuorovaikutuksen tuokioissa kommunikoinnin perustan (katso Liite 1), mutta niiden aikana voidaan saavuttaa lukematon määrä muitakin mahdollisia oppimistuloksia, myös akateemisia taitoja.*

Inklusio

Kenen vastuu?

Oheisen kuvan äiti on epätoivoinen yrittäessään kommunikoida autistisen poikansa kanssa. Hänestä tuntuu, että jos hän vain voisi opettaa pojalleen joitain kommunikointitaitoja, kaikki olisi hyvin. Äiti ei ymmärrä, että hänen poikansa yrittää jo nyt kommunikoida hänen kanssaan - mutta tavoilla, joihin äiti ei ole virittäytynyt. Ennen voimauttavaa vuorovaikutusta Tom yritti kommunikoida kanssani, mutta minulta puuttui kyky ymmärtää häntä. Hänen heikko katsekontaktinsa, epätyypillinen ääntelynsä, elekielensä, ilmeensä ja kirjoituksensa aiheuttivat sen, että en ymmärtänyt hänen ”puhuvan” minulle. Hänen hiljainen toistuva puheensa ja ääntelynsä, ja kykenemättömyys kohdata minut kasvokkain tai kommunikoida suoraan kanssani, sai minut olettamaan hänen puhuvan itsekseen. Voin kuvitella Tomin masentuneen huomattuaan, että hänen yrityksensä kommunikoida kanssani epäonnistuivat. Tämän seurauksena oli epätodennäköistä, että hän yrittäisi kommunikoida kanssani uudestaan.

Voimaannuttaminen

Kommunikointi kahden ihmisen välillä on vuorovaikutuksellista, kaksisuuntaista. Kun se rikkoutuu, se koskee kumpaakin osapuolta. Meillä on taipumus keskittyä vammaisen ihmisen heikkouksiin ja olettaa, että kommunikoinnin häiriintyminen johtuu pelkästään vammaisuudesta. Siksi yritämme tehdä lapsistamme parempia kommunikoijia. Sen sijaan, että virittäytyisimme lapsen kanssa samalle aaltopituudelle ja rohkaisisimme heidän sen hetkistä kommunikointiaan - kuten teemme tyypillisesti kehittyvien lasten kanssa – yritämme ”opettaa” lapsiamme



PIIRROKSET/EGLE GELAZIUTE-PETRAUSKIENE

kommunikoidaan tavoilla, jotka me tunnemme. Kuvittele tekeväsi seuraavasti tyypillisesti kehittyvän vauvan kanssa! ”En naura, hymyile tai leiki kanssasi, koska minulla ei ole aavistustakaan mitä ”guu guu ga ga” tarkoittaa. Opetan sinulle sanastoa ja äänteitä ja kun olet saavuttanut tietyn tason voimme kommunikoida keskenämme.” Tahattomasti saatamme näin viestittää, että lapsiemme kommunikointi ei ole vielä tarpeeksi hyvää meille, jotta voisimme edes yrittää nauraa tai leikkiä heidän kanssaan. Siirrämme näin vastuun kaikista kommunikoinnin häiriöistä lastemme hartioille. Olisi järkevämpää ajatella, että me aikuiset, joilla ei ole kommunikointivaikeuksia, ottaisimme enemmän vastuuta itsellemme kommunikoinnin rikkoutumisesta sekä mahdollistaisimme kommunikoinnin mukauttamalla omaa ilmaisuamme. Autistiset ja/tai kehitysvammaiset ihmiset kuuluvat yhteiskuntamme alistetuimpien ihmisten

joukkoon. Voimauttava vuorovaikutus on lähestymistapa, joka voimaannuttaa lapsiamme sosiaalisina kommunikoijina ja vahvistaa heidän oikeuttaan tulla kuulluiksi ja tasavertaisiksi yhteiskuntamme jäseniksi.

Tukemalla lastemme kommunikointia mahdollistamme heille osallisuuden sosiaaliseen kommunikointiin, ystävyyssuhteisiin ja perhe-elämään, joihin kaikkiin heillä on tarve ja oikeus. Tätä kautta he vähitellen oppivat luottamaan omiin mahdollisuuksiinsa. Lyhyesti sanottuna voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot tarjoavat lapsille kokemusta sosiaalisina kommunikoijina. Mitä enemmän harjoitusta he saavat kanssamme, sitä parempia heistä tulee sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kommunikoinnissa.

Epäilen, että Tom tiesi olevansa huono kommunikoija ja että hän yritti ja epäonnistui lukuisia kertoja. Luulen, että hän tarkkaili hyviä kommunikoijia ympärillään ja huoma-



Omaa kommunikointitapaa mukauttamalla annamme lapsillemme mahdollisuuden kuulua yhteisöihin ja yhteiskuntaan.

si olevansa vähemmän taitava. Uskon, että hän koki aikaisemman opettamisemme lisätodisteena siitä, että hänen kommunikointikykynsä olivat riittämättömät. Ajan mittaan – huomattuaan kuinka huonosti hänen kommunikointiyrityksensä ymmärrettiin tai otettiin vastaan – hän oppi vähentämään kommunikointiaan.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Masennuin syvästi, kun lapsemme sai autismi-diagnoosin. Minulla ei ollut varaa ABA-kuntoutukseen, mikä myöhemmin osoittautui poikani parhaaksi. Irtisanouduin työstäni ja jäin kotiin hänen kanssaan. Hän oli hyvin etäinen, mutta vaistomaisesti seurailin häntä ja pysyin lähellä. Silloin minulla ei ollut aavistustakaan mitä olin tekemässä, mutta tiedän nyt sen olleen oikein. Uskon todellakin sen auttaneen meitä kumpaakin valtavasti. Nyt toteutan hänen kanssaan voimauttavaa vuorovaikutusta. Toivon, että jokainen autistisen lapsen vanhempi pystyisi hidastamaan tahtiaan ja vain viettämään aikaa yhdessä lapsensa kanssa. Se on hyödyllistä kummallekin.” 8-vuotiaan L:n äiti. L ei puhu ja hänellä on autismi-diagnoosi.

Ei ole meidän vikamme

Haluan korostaa, että Tomin käytös ei johdunut siitä, että olisin ollut huono äiti, vaan siitä, että Tomin kommunikointikyky oli paljon huonompi kuin tyypillisesti kehittyvien vauvojen. Tom alkoi viidentoista kuukauden iästä lähtien läpikäydä dramaattista taitojen, kehityksen ja persoonallisuuden hiipumista. Oli luonnotonta joutua mukauttamaan omaa vuorovaikutustapaansa lapsen kanssa, jonka kehitys taantui sen sijaan, että olisi edistynyt. Äidinvaistoni, joka oli aikaisemmin auttanut minua leikkimään ja olemaan vuorovaikutuksessa Tomin kanssa, sai minut nyt hänen katoamistaan seurattessani ahdistumaan ja yrittämään epätoivoisesti hänen auttamistaan.

Olin myös kauhusta jäykkänä ajatellessani Tomin tulevaisuutta. Ahdistuksen, epätoivon ja pelon tunteet eivät sopineet lainkaan yhteen Tomin minulta tarvitseman iloisen ja hyväksyvän vuorovaikutuksen kanssa. Tutkimukset osoittavat aivojemme jättävän usein rekisteröimättä sellaiset toisen ihmisen teot, jotka ovat omien kommunikointiin tai ”normaaliin” käyttäytymiseen liittyvien kokemustemme tai odotustemme vastaisia (Catmur, et al., 2007).

On mahdollista, että emme osaa tulkita lastemme epätavallista kommunikointia kommunikoinniksi tai emme edes lainkaan huomaa sitä! Tämä tarkoittaa, että luontaiset kommunikointiin ja lastenkasvatukseen liittyvät taitomme saattavat jäädä heräämättä. Ymmärsin tietysti, että Tomin asiat olivat menossa väärään suuntaan. Rakastavana äitinä etsin neuvoa ja luin kaiken mahdolli-

sen autismiin liittyen. Koskaan en kuitenkaan törmännyt tietoon siitä, kuinka tärkeää on äidin kyky virittäytyä lapseen ja nauttia tämän kommunikointiyrityksistä. Monilta eri tahoilta saamani neuvo oli päinvastainen: luo pojallesi opetustavoitteita ja laita hänet tekemään asioita. Opettajana ja kokemattomana äitinä seurasin tätä ohjetta todella intomielisesti. Poikani kommunikointiyrityksien ”kuuntelematta” jättäminen johti kuitenkin vielä suurempaan kommunikoinnin luhistumiseen. Tämä vaikutti haitallisesti Tomin kommunikointitaitojen kehittymiseen ja pahensi joitain hänen autismiin liittyviä oireitaan.

Ketä voimauttavassa vuorovaikutuksessa pitäisi kouluttaa?

Yhteisöön ja yhteiskuntaan kuuluminen on perusihmisoikeus. ”Aikalisää” ja ”arestia” käytetään rangaistuksena, koska tiedetään kuinka tuskalliselta sosiaalinen eristäminen ja torjunta voivat tuntua. Monille autismin kirjon ihmisille tai muille kommunikointivaikeuksista kärsiville on annettu pysyvä aikalisä tai heidät on muuten eristetty sosiaalisesta elämästä vammaisuuden vuoksi. Meidän tehtävämme on löytää keinot tämän ehkäisemiseen ja varmistaa, että lapsemme saavat runsaasti sosiaalisesti palkitsevia kokemuksia - aivan kuten me muutkin. Ihannemaailmassa jokainen lapsesi kohtaama ihminen olisi saanut jonkinlaisen koulutuksen voimauttavasta vuorovaikutuksesta: koulujen työntekijät, kuljetushenkilöstö, perhelomittajat, isovanhemmat, perhetutut ja naapurit. Todellisuudessa tämä on tietenkin vaikeaa, mutta tosiasia on, että lapsillemme on sitä parempi, mitä enemmän meitä on.



Nykyään Tom leikkii luonnostaan.

- **Kommunikointi** on interaktiivista, kaksisuuntaista. Kommunikoinnin häiriintyminen koskee kumpaakin osapuolta.
- **Osaavien kommunikointikumppaneiden** eli aikuisten, joilla ei ole kommunikointiin liittyviä vammoja, tulisi mukauttaa omaa ilmaisuaan niin, että puhevammainen kumppani pääsee oman yhteisönsä ja yhteiskuntansa jäseneksi.
- **Vanhemmat haluavat yleensä** epätoivoisesti auttaa lapsiaan, mutta heitä ei useinkaan neuvota mukauttamaan omaa kommunikointityyliään.
- **Mukauttamalla** omaa kommunikointiamme autamme lapsiamme liittymään sosiaalisen yhteisön jäseniksi ja samalla harjaannutamme heitä paremmiksi sosiaalisiksi kommunikoijiksi.

Leikin elintärkeä merkitys

Kaikki lapsethan leikkivät?

Autismi särki sydämeni lukemattomilla tavoilla. Minua ahdisti alituisesti se, että Tom ei leikkinyt. Oletin, että onnellinen lapsuus ja leikkiminen liittyivät yhteen. Siksi oli niin tuskallista katsoa Tomin ilmeettömiä kasvoja, kun hän jatkoi toistuvia pakkomielteisiä puuhiaan tunti tunnin jälkeen, päivästä toiseen. Vuosien kuluessa käytin järjettömän määrän rahaa leluihin ”siltä varalta”, että löytäisin juuri sen lelun, joka jotenkin saisi Tomin aloittamaan leikkimisen. Järjestin leikkipäiviä siinä hienoisessa toivossa, että Tom ottaisi kontaktia ja alkaisi taianomaisesti leikkiä muiden lasten kanssa. Opetimme hänelle pinnallisia ”leikkitaitoja” ja virheellisesti ajattelimme, että palkitsemalla Tomia leikkiautolla ajamiseen ja sanomaan ”prrrrr” saisimme hänet muuttumaan sisäisesti motivoituneeksi, luovaksi, mielikuvitusrikkaaksi ja leikkisäksi. Mikään näistä ei toiminut. Vielä hämmentävämpiä olivat ne pari,



Leikki on tärkeää aivojen kehitykselle, kielelle ja kommunikoinnille.

kolme kertaa, jolloin Tom voidessaan fyysisesti hyvin alkoi leikkiä ja vieläpä tavoilla, joita emme olleet opettaneet tai joihin emme olleet rohkaisseet häntä. Tämä oli lyhytaikaista ja katoavaista. Vaistoni sanoi, että leikki on tärkeää ja että Tom oli sen suhteen todella kadoksissa, mutta hän oli kuitenkin kykenevä leikkimään. Vaistoni ei kuitenkaan kertonut minulle, miten auttais Tomia.

Miksi leikki on tärkeää?

"Leikkiä... on alettu arvostaa uudella tavalla biologien, neurologien, psykologien ja muiden huomattua, että leikki onkin vakava asia ja ehkä yhtä tärkeä kuin muut perustarpeet kuten uni, lepo ja ravinto." (Frost, J.L. 1998, s.2)

Tiedämme, kuinka oleellinen merkitys leikillä on jokaisen lapsen sosiaaliselle, emotionaalille, kognitiiviselle ja fyysiselle hyvinvoinnille sekä lapsuuden normaalille kehitykselle

(Ginsburg, 2007). Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot on suunniteltu rohkaisemaan sisäisesti motivoituneen ja itseohjautuvan leikin luonnollista kehittymistä autismin kirjon lapsilla, joilla on vaikeuksia leikkimisessä. Leikki auttaa lapsia tulemaan varmoiksi ja taitaviksi uusissa taidoissaan. Leikki myös kasvattaa heidän sietokykyään kohdata tulevaisuuden tuntemattomia haasteita (Frost, J.L., 1998). YK:n ihmisoikeusneuvosto toteaa, että oikeus leikkiin kuuluu jokaiselle lapselle (UNHCR, 1990). Ilman voimauttavan vuorovaikutuksen toimintatapaa, jossa tämä inhimillinen perustarve säännöllisesti tyydytetään, pojaltani Tomilta olisi kielletty mahdollisuus tähän itseohjautuvaan, sisäisesti motivoituneeseen leikkiin.

Leikki on tärkeää aivojen kehitymiselle ja leikkitaitojen kehitys liittyy läheisesti kielen ja kommunikoinnin kehittymiseen (Frost, 1998; Tamis-Lemonda et al., 2004). Lasten sitoutuminen ja motivaatio on paljon suurempaa, kun oppiminen tapahtuu lapsilähtöisen ja itseohjautuvan leikin kautta ohjaamisen sijaan. Tosiasiassa oppimistulokset ja itse-säätelytaitojen kehittyminen ovat usein parempia, kun toiminto on omaksuttu leikkiessä sen sijaan, että oppiminen olisi tapahtunut aikuisen ohjauksessa (McInnes et al., 2009). Itseohjautuva leikki ei ole sama asia kuin yksin leikkiminen. Aikuisen kanssa leikkiminen on lapselle tärkeää ja suositeltavaa (Ginsburg, 2007; Tamis-Lemonda et al. 2004). Itse asiassa leikkiminen toisen ihmisen kanssa saattaa auttaa tärkeiden ajattelutaitojen kehittymistä (Dunn & Herwig, 1992). Aikuisten mukanaolo ja osallistuminen on oleellisen tärkeää niille lapsille, joiden leikki- ja kommunikointitaidot eivät ole kehittyneet.

Surullista kyllä, monet autismikirjon lasten auttamiseen suunnitellut kuntoutusohjelmat eivät tunnusta tai ymmärrä lapsilähtöisen, itseohjautuvan leikin merkitystä. Autismikuntoutus on usein ohjailevaa, aikuislähtöistä ja kaavamaisista. Tällöin ei tunnusteta lapsen mahdollisuuksia kehittyä normaaliin tapaan itseohjautuvan leikin avulla. Jos lapsesi kuntoutusohjelma tai koulun aikataulut eivät sisällä voimauttavaa vuorovaikutusta tai itseohjautuvaa leikkiä, harkitse voimauttavan vuorovaikutuksen toteuttamista itse kotona.

Mitä leikki on?

Hurwitz (2002/2003) määrittelee leikin seuraavasti: Se on prosessi, jonka lopputulos ei ole niin tärkeä kuin prosessi itse. Todellisen leikin tulee olla lapsilähtöistä ja se toteutuu ”vain siitä syystä, että lapsi haluaa leikkiä”. Kaikkea ja mitä tahansa voi tapahtua (ja aikuisen tulee se sallia). Leikin säännöt, muodot, aloitukset ja lopetukset ilmaantuvat tai katoavat lapsen tahtomalla tavalla. Leikin sisällöt, säännöt ja muodot voivat olla yksinkertaisia tai monimutkaisia ja ne perustuvat lapsen aikaisemmin omaksumiin taitoihin tai kehitystasoon. Vanhempien on muistettava, että vaikka leikki näyttää pääasiassa fyysiseltä toiminnalta, se aktivoi ennen kaikkea lapsen mieltä ja voi olla erittäin sitouttavaa samalla kun lapsi tutkii, kokeilee, kyselee, omaksuu ja ymmärtää asioita. Ginsburg (2007) kutsuu leikkiä ”yksinkertaiseksi iloksi, jota on vaa-
littava osana lapsuutta.”

Mitä leikki ei ole?

Aikuiset ja lapset näkevät leikin eri tavoin. Aikuisten määritelmässä leikkiin liitetään todennäköisesti sanat ”pelit” ja ”hauskuus”. Siitä puuttuu ”leikillisuus” -käsite eikä määritelmä anna mitään painoarvoa sille, onko toiminta aikuisen vai lapsen johtamaa. Lasten määritelmät sen sijaan kuvaavat todennäköisesti leikin joksikin sellaiseksi toiminnaksi, jota aikuiset eivät säätele, ja joka sisältää erityisen lähestymistavan tai mielentilan - ”leikillisyyden” (Sheridan, 2011, McInnes et al., 2009). On tärkeää, että emme tyrkytä käsityksiämme leikistä lapsillemme, koska näin toimimalla saatamme tosiasiaassa muuttaa leikin joksikin muuksi. Vastaavasti tavoitteellinen ”leikkitaitojen” opettaminen ja lapsen leikittäminen palkitsemalla johtavat johonkin muuhun kuin toivottuun vapaasti virtaavaan, lapsilähtöiseen, itseohjautuvaan, todelliseen leikkiin. Kyseiset lähestymistavat eivät todennäköisesti vahvista leikin tyypillistä kehitystä.

Kuinka voimauttava vuorovaikutus opettaa leikkiä ja kuinka se auttaa oppimista?

Varhaislapsuudessa tapahtuva oppiminen on olennaisen tärkeää ja kompleksista (koskee kaiken ikäisiä oppijoita). Tämä oppimisvaihe on niin tärkeä ja samalla niin monimuotoinen, että sen aikana opeteltavat asiat voi oppia vain erittäin motivoivissa tilanteissa. Luonto on suunnitellut näiden varhaisten taitojen opettamiselle ja oppimiselle täydellisen ympäristön – me kutsumme sitä ”leikiksi”.



VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Pidän voimauttavasta vuorovaikutuksesta, koska sen avulla onnistun rakentamaan luottamuksellisen ja turvallisen suhteen asiakkaitteni kanssa. Turvallisessa suhteessa asiakkaani luottavat minuun ja siihen, etten vaadi heitä etenemään liian nopeasti. Voin silloin myös ehdottaa uusia asioita, joiden tekemisestä asiakkaani eivät muuten ehkä uskaltaisi yrittää. Se tarkoittaa myös sitä, että en etene asiakkaitteni kannalta asioissa liian nopeasti.” *Anne Barker, I.I. Coordinator, työskentelee perheitten parissa. Yllä olevassa kuvassa hän on 3-vuotiaan lievästi autistisen Aledin kanssa.*

”... ihmiselämän tärkein oppimisvaihe on varhaislapsuudessa. Silloin oppiminen tapahtuu hyvin monirakenteisissa, dynaamisissa tilanteissa – esimerkiksi leikin aikana.”
(Hewett, 2006)

Voimauttavan vuorovaikutuksen hetket, samoin kuin hetket vanhemman ja pikkuvauvan välillä, ovat ihmeellisiä, nautinnollisia, monimuotoisia, dynaamisia leikkituokioita, jotka motivoivat lastamme sitoutumaan, olemaan vuorovaikutuksessa ja oppimaan oleellisia perustaitoja. Kun virittäydymme lapseen ja annamme hänen johtaa tilanteita, varmistamme sen, että hän ei ole pelkästään sitoutunut vaan myös tuntee olonsa turvalliseksi ja varmaksi. Lapsi myös tuntee riittävästi luottamusta aikuista kohtaan alkaakseen tutkia emotionaalista, sosiaalista ja fyysistä ympäristöään.

Voimauttavassa vuorovaikutuksessa aikuinen odottaa tuokioiden olevan nautinnollisia. Lapselle tämä iloinen, leikkisä ja hiukan dramaattinen lähestymistapa mahdollistaa leikkisän ja kokeilevan mielenlaadun kehittymisen. Se on myös alku tyypillisemmälle kehityskululle leikin, kommunikoinnin ja kaiken muun oppimisen suhteen.

Mutta en halua rohkaista lapseni toistavaa stereotyyppistä käytöstä!

Lastemme stereotyyppinen, pakonomainen, toistava käytös ei sisällä todellisen leikin kaikkia piirteitä tai hyviä puolia, mutta se sisältää kuitenkin joitakin niistä. Koska lapselle itselleen stereotypiat ovat merkityksellisiä, kiinnostavia ja motivoivia, ne voivat myös toimia hyvänä leikin lähtökohtana. Vastamalla näihin stereotypioihin hyväksyvällä ja iloisella tavalla osoitamme lapsille yrittävämme saada heihin yhteyttä, kuuntelevamme ja nauttivamme yhdessäolosta heidän kanssaan.

Vaikka voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot, samoin kuin vanhemman ja vauvan väliset hetket, saattavat aluksi näyttää toistoilta, tarkemmat havainnot paljastavat, että ne muodostavat lapsillemme täydellisen ympäristön sellaisten perustaitojen hankkimiseen ja harjoitteluun, jotka auttavat heitä liittymään täysivaltaisemmin yhteiskuntaamme. Toimintojen säännöllinen toistaminen merkitsee, että lapsella on tiedossaan turvalliset rajat, joiden turvin hän omassa tahdissaan tutustuu ja harjoittelee uusia taitoja. Voimauttavan vuorovaikutuksen alkuvaiheessa me Tomin vanhemmat aloimme hitaasti tulla

osaksi hänen rutiineitaan ja toistavaa käytöstään. Tämä vaikutti lähes välittömästi siten, että hän ei enää eristäytynyt meistä. Tämä oli meille vanhemmille voimakas kokemus.

Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot, kuten vanhemman ja vauvan väliset tuokiot, sallivat oppijalle sosiaalisesti aktiivisen roolin kehittymässä olevassa ”keskustelussa” tai ”pelissä”. Ne antavat oppijan hallita rytmiä, sisältöä, oppimisen tasoa ja ympäristöä. Kaiken sujuessa hyvin lapsemme rentoutuvat ja alkavat leikkiä mielellään. He nauttivat, keksivät asioita ja sitoutuvat. Vuorovaikutuksessa toisen kanssa he omaksuvat kommunikoinnin perustan ja oppivat myös muita asioita.

Leikki saa ihmissuhteet kukoistamaan

Vanhemman ja vauvan välinen tärkeä suhde vahvistuu ja kehittyy ajan myötä leikin avulla: ”Lasten kehityksen kululle on olennaisen tärkeää oikeanlaiset, tunnepitoiset suhteet rakastaviin ja johdonmukaisiin hoivaajiin ja näiden samaistuminen lapsiin leikin kautta.” (Ginsburg, 2007). Leikin aikana voimme nähdä kuinka lapsemme luovat juuri sillä hetkellä tarpeisiinsa sopivaa omaa maailmaansa. Liittyessämme heidän leikkeihinsä voimme ymmärtää syvällisesti heidän persoonaansa, heidän vaikeuksiaan, kiinnostuksen kohteitaan, voimavarojaan, kehitystasoaan, huumoriaan sekä heidän sen hetkistä tunnetilaansa. Ginsburg lisää vielä, että tarkkailemalla ja liittymällä lastemme leikkiin, me vanhemmat alamme nähdä maailmaa lastemme näkökulmasta. Lapset tiedostavat, että



VOIMAUTTAVASTI vuorovaikutuksesta

”Vaikka poikani ei ollut koskaan täysin tavoittamattomissa, hän alkoi voimauttavan vuorovaikutuksen aloittamisen jälkeen hakea meihin entistä enemmän kontaktia. Hänestä tuli myös leikkisämpi ja suhteemme parani dramaattisesti. Suurin hyöty oli poikani ja hänen siskojensa suhteiden paraneminen. Nykyään siskot viettävät veljensä kanssa hienoja hauskanpidon hetkiä, joita on ilo katsella. Tyypillisen leikin tapaan ne ovat aitoja ja strukturoimattomia. Voimauttava vuorovaikutus on tuonut onnellisuuden tunteen takaisin keskinäiseen vuorovaikutukseemme.”

11-vuotiaan autistisen A:n äiti.

vanhemmat virittäytyvät heihin ja kiinnittävät heihin täysin huomionsa ja ymmärtävät heitä paremmin. Tämä kohentaa lasten itsetuntoa ja tietoisuutta sekä rakentaa pohjaa, jolle he voivat rakentaa kaikki tulevaisuuden kestävät

ihmissuhteensa. Voimauttava vuorovaikutus sallii meidän leikkiä autististen lastemme kanssa ja lapsillemme, myös puhumattomille, leikki antaa mahdollisuuden ilmaista omia mielipiteitä, kokemuksia ja turhautumisia.

Tomin leikki

Aloittaessamme voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot Tomilla oli vain vähän vaihtoehtoja tekemisilleen (pääasiassa filmien lopputekstit, numerot ja kirjaimet). Niiden neljän vuoden aikana, jolloin Tomin kanssa on tehty voimauttavaa vuorovaikutusta, hänen kiinnostuksensa kohteet ovat laajentuneet merkittävästi. Viime aikoina hänen täysin itsensä tekemät valinnat tekemiseksi ovat olleet pallopelejä, karttapallojen ja karttojen tutkimista, jutustelua lomista tai matematiikasta (edelleen melko yksinkertaisella kielellä). Tom kuuntelee CD:ltä tarinoita, toistaa tai kirjoittaa niitä uudelleen. Hän myös kirjoittaa omia versioitaan tuntemistaan tarinoista, leikkii monella eri tavalla kurkistusleikkiä, sitoo ilmapalloja käsivarsiinsa nähdäkseen nouseeko lentoon, leikkii aartenmetsästäystä, roolileikkejä, pukeutumisleikkejä, pyöräilee, hyppii trampoliinilla, kiipeää puuhun, opettelee useita vieraita kieliä, vaihtaa rooleja, näyttlee ja muuttaa aikaisemmin tekemiään "scriptejä" (kokonaisia DVD-soundtrackejä, joita Tomilla oli tapana toistaa itsekseen) ja paljon muuta. On kuitenkin mainittava, että

Once upon a time,
There lived a big
Frog named Mother
Frog. But she's a
BIT sad. But she
said, I WISH I
COULD FLY!
And the baby frogs
laughed.

Nykyään Tom, täysin vapaaehtoisesti, kirjoittaa tarinoita, jotka yleensä perustuvat liettualaisiin sarjakuviin. Tarinoiden englannin kieli on täysin hänen omaansa.

Tom viettää edelleen aikaa elokuvien lopputekstien, numeroiden ja kirjainten parissa, mutta nämä toiminnot ovat jalostuneempia ja vähemmän rajoittuneita. Vähän aikaa sitten hän esimerkiksi teki "Valtameriaakkoset"-kirjan, jossa jokainen kirjain oli kauniisti kuvitettu.

- **Leikki on erittäin tärkeää sosiaaliselle, emotionaaliselle, kognitiiviselle ja fyysiselle hyvinvoinnille ja se on oleellinen osa tyypillistä lapsuusajan kehitystä.**
- **Kun lapset mieltävät toiminnan "leikiksi", oppimistulokset paranevat.**
- **Lapset ja ne ihmiset, joilla on kehitysviivästymä, voivat leikin avulla harjoitella kommunikoinnin perustan taitoja sekä tutkia, leikkiä roolileikkejä, oppia, kehittyä, luoda, käyttää mielikuvitusta, kertoa, kokeilla, harjoitella, ymmärtää ja antaa merkityksiä kokemuksille ja ympäröivälle maailmalle.**
- **Voimauttava vuorovaikutus avaa lapsillemme tien tyypillisemmälle kehityskululle leikin, kommunikoinnin ja muun oppimisen suhteen.**

Voiko voimauttava vuorovaikutus edistää fyysistä terveyttä?

Voimauttavan vuorovaikutuksen toteuttamisen alkuaikoina hämmennyin siitä, että poikani pärjasi niin hyvin ”pelkästään” opetusohjelmassa. Edistyminen oli dramaattista. Aloin ajatella, että varmasti muukin kuin uusien taitojen oppiminen olisi hänelle mahdollista. Tomilla oli (ja on edelleen) pitkäaikaisia terveyteen liittyviä ongelmia, kuten vatsakipuja ja muita suolistongelmia, nukkumisvaikeuksia, mielialanvaihteluita sekä päänsärkyä. Voimauttavan vuorovaikutuksen koordinaattorina olin nähnyt toimintatavan auttavan monia autismin kirjon oppijoita ottamaan taidoissaan isoja askeleita eteenpäin. Halusin tutkia voisiko voimauttava vuorovaikutus olla hyödyllistä lapsille myös fyysisesti.

”Myönteiset tunnetilat edistävät ja ylläpitävät sydämen toimintaa, immuunijärjestelmää ja hormonaalista järjestelmää, kun taas kielteiset tunteet heikentävät näitä toimintoja.” (Childre & Martin, 1999, s.19)

”Lukuisat tutkimukset ovat osoittaneet, että sillä, että ihminen tuntee olevansa rakastettu ja huolenpidon kohteena, ja että hän osoittaa huolenpitoa muita ihmisiä kohtaan, on suurempi merkitys terveydelle ja eliniän pituudelle kuin fyysisillä tekijöillä kuten iällä, verenpaineella, kolesterolilla tai tupakoinnilla. (Childre & Martin, 1999, s. 15)

Oletin, että voimauttavan vuorovaikutuksen vahvistamat positiiviset tunnetilat, yhdessä laadullisesti parempien sosiaalisten suhteitten

kanssa, olivat vaikuttaneet myönteisesti Tommin fyysiseen terveyteen. Niinpä päätin tutkia asiaa.

Sairaat lapset

Tutkimusten mukaan autismin kirjon ihmisillä on muita ihmisiä todennäköisemmin erilaisia terveyteen liittyviä ongelmia kuten lukuisia ruoansulatus- ja suolistovaivoja, päänsärkyä, migreeniä, levottomuutta (autonomisen hermoston häiriöitä), immuunijärjestelmän häiriöitä, epilepsiaa, allergioita, astmaa, ihotumaa ja niin edelleen. Monet saattavat myös kuolla ennenaikaisesti (Treating Autism et al., 2014). On selvää, että lääketieteelliset ongelmat vaativat lääketieteellistä hoitoa, ja että kivusta ja pitkäaikaisesta sairaudesta aiheutuneet emotionaaliset vaikutukset vaativat lohdutusta ja moraalista tukea. Mutta kuten useimmat muutkin ilmiöt autismin maailmassa, asia ei ole niin yksinkertainen.

Kommunikointikatkos

Kuinka ihmiset, joilla on vakavia kommunikointivaikeuksia kertovat meille muille terveyteen liittyvistä ongelmistaan? Miten he kertovat meille esimerkiksi vatsakivuistaan tai päänsärystänsä? Katsovatko he meitä silmiin osoittaen kipeää kohtaa ja sanovat ”auts”? Ikävä kyllä, meidän lastemme kohdalla tämä ei ole mahdollista. Kivusta kertominen voi olla vaikeaa jopa taitavammallekin kommunikoijalle silloin, kun hänellä on ongelmia kehontuntemuksessaan, aistihäiriöitä tai korkea kipukynnys. Vanhempien ja hoitajien tulisi tietää, että lapset saattavat ilmaista terveyteen liittyviä tuntemuksiaan erikoisilla tavoilla. Meidän tulisi olla virittyneitä juuri heidän tapaansa ilmaista kipua ja epä mukavaa oloa. American Academy of Pediatrics (AAP)



PIIRROKSET/EGLE GELAZIUTE-PETRAUSKIENE

-aikakauslehdessä julkaistussa autismin kirjon ihmisten ruoansulatusongelmia käsittelevässä konsensusraportissa todetaan: ”Terveystieteiden henkilöstön tulisi tiedostaa, että autismin kirjon ihmisten ongelmakäyttäytyminen voi olla ensisijainen tai ainoa oire oheissairaudesta kuten ruoansulatushäiriöstä.” (Buie et al., 2010) . Raportissa todetaan, että itsensä vahingoittaminen, aggressiivisuus, unihäiriöt, ärtyisyys, epätavallisissa asennoissa oleminen tai lapsen poikkeuksellinen vastahakoisuus yksinkertaisia päivittäisiä rutiineja kohtaan voivat kaikki olla oireita kivusta tai epämukavasta olost.

Virheelliset tulkinnat

On sydäntä särkevää, että silloinkin kun me vanhemmat onnistumme tulkitsemaan lastemme epätavallista viestintää kivusta tai niistä keinoista, joilla lapset yrittävät kiputilojaan helpottaa, kohtaamme lukuisia autismiin liittyviin myytteihin uskovia terveydenhoidon tai muun alan ammattilaisia. Meidän tulee olla varovaisia niiden ammattilaisten kanssa, jotka ilman perinpohjaista lääkärin tutkimusta väittävät lastemme viestimän kivun tai kipuihin liittyvän ”epäsopivan” käyttäytymisen johtuvan psykologisista, emotionaalisista tai mielenterveydellisistä ongelmista – tai jotka

sivuuttavat asian toteamalla sen olevan ”vain osa autismia”. Jos lapsi ei osaa kommunikoida, on meidän vanhempien, hoitajien, lääkäreiden ja muiden ammattilaisten vastuulla varmistaa se, että lapsemme eivät jää paitsi sairaanhoitoa ja että emme anna lastemme kärsiä kivuista.

Virittäytyminen

Voimauttavaa vuorovaikutusta toteuttavista vanhemmista ja työntekijöistä tulee asian tuntijoita virittäytymisessä lapsen mielialoihin ja ajatuksiin. Me emme yritä muuttaa ”sopimatonta” tai ”asiatonta” käyttäytymistä vaan sallimme lastemme kommunikoida parhaiten hallitsemillaan tavoilla. Meillä osaamme tulkita oikein näitä merkkejä ja siten sulkea pois sairaudesta tai kivusta johtuvaa käyttäytymistä ennen kuin kiirehdimme tekemään johtopäätöksiä muista mahdollisista syistä. Tällä en tarkoita sitä, että jokainen voimauttaa vuorovaikutusta harjoittava henkilö olisi jo riittävän harjaantunut tulkitsemaan sairauksiin liittyviä viestejä. Tietoisuutta autismin kirjon ihmisten terveyteen liittyvistä ongelmista tulisi lisätä vanhempien ja hoitajien keskuudessa.

Sosiaalisen eristyneisyyden versus sosiaalisen kanssakäymisen psykologiset vaikutukset

”Sosiaalisen vuorovaikutuksen puute saattaa aiheuttaa erityyppistä haastavaa käyttäytymistä ja sairautta.” (Porges, 2011, s.287)

Tutkijat ovat pitkään olleet tietoisia siitä, että sosiaalisten suhteiden puute voi aiheuttaa mielenterveyden ongelmia kuten stressiä, masennusta, ahdistuneisuutta ja itseluottamuksen puutetta. Tiedämme myös, että hy-

vät ihmissuhteet, sosiaalisuus ja onnellisuus vaikuttavat myönteisesti hyvinvointiimme ja mielenterveyteemme. Voimauttava vuorovaikutus saa aikaan näitä samoja tunteita. Emotionaalinen hyvinvointi liittyy läheisesti sekä tunne-elämän kehittymiseen että elämänlaatuun. Nind (2012, s.32) selittää kuinka voimauttava vuorovaikutus edistää kaikkia näitä kolmea tekijää.

”Molemminpuolinen ilo auttaa vuorovaikutuskumppaneita tuntemaan olonsa rentoutuneeksi ja turvalliseksi ja uppoutumaan vuorovaikutukseen. Ilo motivoi kumpaakin osapuolta saman kokemuksen toistamiseen ja se tukee jatkuvaa vuorovaikutuksellista, sosiaalista ja emotionaalista sitoutumisprosessia. Näin oppijan on mahdollista saada kokemuksia erilaisista tunnetiloista (ilosta, jännityksestä, kiihtymyksestä) ...samaan tapaan kuin pienet lapset kokevat.”

Voiko sosiaalinen eristyneisyys tehdä sinut sairaaksi?

Tutkijat ovat aivan äskettäin löytäneet todisteita sille, että sosiaalinen eristyneisyys voi vaikuttaa negatiivisesti fyysiseen terveyteen (Shankar et al., 2011). On kiinnostavaa, että sosiaalinen eristyneisyys ei tarkoita vain sitä, että elämässämme on liian vähän ihmisiä tai edes sitä, että vietämme liian vähän aikaa muiden seurassa. Sosiaalinen eristyneisyys tarkoittaa pikemminkin hyvälaatuisten ihmissuhteiden ja sosiaalisten kohtaamisten puutetta. (Cacioppo & Patrick, 2009). Jopa hyvätasoiset autismin kirjon ihmiset joutuvat kokemaan yksinäisyyttä eikä heillä ole ystäviä. (Bauminger & Kasari, 2000). Sosiaalisesti eristäytyneillä tai yksinäisillä ihmisillä on todennäköisesti unettomuutta, neuroen-

dokriinisia ongelmia ja tulehduksia (Steptoe & Marmot, 2006). Voimauttava vuorovaikutus on keino varmistaa, että lapsemme saavat laatuaikaa ja hyvälaatuisia sosiaalisia suhteita.

Voiko yhdessä oleminen parantaa fyysisesti?

”Sosiaalisten suhteiden ja viskeraalisten järjestelmien rinnasteinen säätely auttaa selittämään myönteisten sosiaalisten kokemusten ja terveyden suhdetta.” (Porges, 2011, s.288)

Hyvät ihmissuhteet ovat oleellisia emotionaaliselle hyvinvoinnillemme (Diener & Seligman, 2002). Tämä puolestaan vaikuttaa myönteisesti biologiseen ja fyysiseen terveyteemme ja vahvistaa immuunijärjestelmäämme, joka taas parantaa vastustuskykyämme ja sairaudesta toipumista (Cohen et al., 2006; Steptoe et al., 2007; Howell et al., 2007; Salovey et al., 2000). On osoitettu esimerkiksi, että nauru ja huumori vahvistavat vastustuskykyämme sekä neuroendokriinisen ja sydänverisuonijärjestelmäämme. Ihmiset, joilla on hyvät sosiaaliset verkostot, selviävät nopeammin kielteisistä tunnetiloista, ovat onnellisempia ja heillä on parempi sydämen ja verisuonten terveys (Ong & Al-laire, 2005). Myönteisten tunteiden kokeminen päivittäin auttaa sekä hillitsemään että estämään stressiä ja ahdistusta, parantaa unen laatua (Steptoe et al., 2008); ja alentaa kortisolipitoisuutta (Steptoe & Wardle, 2005).

On olemassa näyttöä siitä, että myönteiset tunteet ennustavat riippumattomasti terveydentilaa ja ne korreloivat terveyttä suojaavien biologisten reaktioiden kanssa. ”On



Nauru parantaa vastustuskykyämme ja vahvistaa neuroendokriinista ja vaskulaarista järjestelmäämme.

mahdollista, että myönteinen tunne alentaa neuroendokriinista, autonomista ja immunologista aktivaatiota hillitsemällä stressireaktioita säätelevien etuotsalohkon ja limbisen aivoalueen toimintaa.” (Steptoe et al., 2009). Emotionaalinen hyvinvointi on myös liitetty kuolleisuuden vähentymiseen (Chida Steptoe 2008). Autismin kirjon henkilöillä matalasteisen tulehduksen syntymiseen vaikuttavan interleukiini (tulehdussytokiinin) 6:n arvo on koholla ja sillä myös näyttäisi olevan autismissa patologinen tai kausatiivinen rooli (Wei et al., 2011). Tämä sama tulehduksen merkkiaine on koholla myös kroonisesti stressaantuneilla hoitajilla (Kiecolt-Glaser et al., 2003). Myönteisten sosiaalisten suhteiden tiedetään laskevan interleukiini 6:n arvoja (Friedman et al., 2007). Hyvät ihmissuhteet ja ystävien kanssa vietetty aika ovat eduksi niin henkiseksi kuin fyysisellekin terveydelle. Kuinka sääli, että monilta autismin kirjon ihmisiltä, jotka jo todennäköisesti ennestäänkin kärsivät useista terveysongelmista, on evätty päivittäiset hyvinvointia tuottava mielihyvä.

Voimauttava vuorovaikutus

Äiti (ja isä myös) voivat toimia samassa rytmissä vauvan kanssa ja olla vauvan kanssa kuin yksi yksikkö, jossa kumpikin rytmittää ja säätelee yhdessä toinen toisensa toimintaa. Tämä samantahtisuus on koko kehon prosessi, joka vaikuttaa kaikkeen: aivoista hormoneihin, stressireaktioihin, immuunijärjestelmään ja ruoansulatukseen. Se rikastuttaa ja koordinoi kaikkia aisteja. Se vie perheen luonnolliseen, varauksettomaan rakkauden tilaan. Sen parempaa ei voi olla...” (Herbert, 2012, s. 236)

Kun rakastava äiti virittyy lapsensa kanssa samalle aaltopituudelle, vauvan ja äidin sydämet lyövät samassa rytmissä. Sillä, että vanhempi vastaa lapsensa tunnetiloihin on myönteinen vaikutus lapsen hermoston kehitykselle. Aivojen muovautuvuudesta johtuen tällainen myönteinen vaikutus on mahdollista saavuttaa missä iässä tahansa. Tämä on

hyvä uutinen voimauttavaa vuorovaikutusta toteuttaville vanhemmille (Childre & Martin, 1999). Eli kun lapsemme ovat säännöllisesti voimauttavassa vuorovaikutuksessa, heidän kehonsa ja mielensä harjaantuvat empatian, rauhallisuuden, sosiaalisuuden ja onnellisuuden taidoissa. Myös lapsilähtöinen, vapaa leikki on välttämätöntä näiden taitojen vahvistumiselle (Zeedyk, 2012, s.61).

Voimauttavaa vuorovaikutusta toteuttavat vanhemmat ja työntekijät saavuttavat myös tämän synkronoidun, samatahtisen tilan oppijan kanssa. Aluksi tämä oli Tomin kanssa vaikeaa ja jouduimme mukauttamaan paljon käyttäytymistämme saadaksemme hänet todella osallistumaan vuorovaikutukseen kanssamme. Nykyään Tom ymmärtää, että yhdessä oleminen tuntuu hyvältä. Hän hakee huomiota ja on hetkessä hallittu, tyyni ja onnellinen seurassamme.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Voimauttava vuorovaikutus on siitä ihmeellistä, että se vaikuttaa sekä lapseen että aikuisiin. Voimauttavan vuorovaikutuksen ansiosta en ole enää niin surullinen.”

2-vuotiaan autistisen R:n äiti.

”Voimauttavan vuorovaikutuksen aloittamisen jälkeen poikani tekee enemmän sosiaalisia leikkialoitteita ja hän on aktiivisemmin vuorovaikutuksessa nuoremman sisaruksensa kanssa tarkkaillen ja jäljitellen häntä. Poikani tapa käyttää ääntä on kehittynyt. Halutessaan olla vuorovaikutuksessa hän kuulostaa siltä, että hän todella puhuu meille eikä vain tuota rituaalinomaista puhetta. Hän vaikuttaa ylipäänsä itsevarmemmalta. Ennen kaikkea minusta tuntuu, että poikamme on kehittänyt läheisemmän ja luottavaisemman suhteen minuun ja isäänsä, vaikka tämä ei edes tee voimauttavaa vuorovaikutusta hänen kanssaan! Arvostan todella toimintatavan periaatteita ja sitä, miten elämästämme on tullut tyydyttävämpää ja vähemmän ahdistavaa.”
4-vuotiaan M:n äiti. M:llä on lievä autismi ja puheen kehityksen viivästymä, mutta ei virallista diagnoosia.

Parantava kosketus

Vuorovaikutuksen varhaisessa kehitysvaiheessa olevat ihmiset käyttävät kosketusta pääasiallisena kommunikointikeinonaan. Siksi kiintymystä, välittämistä ja rakkautta viestivä kosketus on usein merkittävä osa voimauttavan vuorovaikutuksen tuokioita, samoin kuin se on vanhemman ja vauvan välisessä vuorovaikutuksessa. Kosketus on psyykkisen terveyden oleellinen tekijä. Se vahvistaa immuunijärjestelmäämme ja saa liikkeelle hormoneja, jotka ovat tärkeitä hermojärjestelmämme toiminnalle ja oppimiselle. Ilman riittävää määrää rakastavaa kosketusta voimme sairastua tai jopa kuolla. (Mantagu, 1987; Bailey, 2000; Field, 2003)

Aistit ylitöissä?

”Elämä on aistimuksellinen kokemus. Elämän jokaisena hetkenä koemme ympärillämme olevan maailman eri aistiemme kautta.

Aistikokemukset ohjaavat käyttäytymistämme sekä vaikuttavat ajatustemme ja tunteittemme järjestymiseen. ” (Porges, 2011, s.75)

Ongelmana autismin kirjon ihmisillä on, että vaikka aistimuksia välittävät elimet, silmät ja korvat sekä ihon kosketusreseptorit toimisivat täydellisesti ja lähettäisivät oikeat signaalit, niin prosessointijärjestelmä eli kyky hahmottaa erillisiä aistimuksia, liittää aistimuksia toisiinsa ja asettaa niitä kontekstiinsa, saattaa parhaimmillaankin toimia ajoittaisesti: ihmisillä, joilla on autismin kirjon äärimuoto, tämä prosessointijärjestelmä ei toimi ehkä lainkaan. He elävät kaoottisessa prosessoimattomien ärsykkeiden sekamelskassa, joka ei ole pelkästään hämmentävä ja stressaava vaan myös pelottava ja tuskallinen.” (Caldwell, 2008, s.16)

Kaikki oppiminen tapahtuu aistien välityksellä ja kaikki tieto hankitaan aistien kautta (Hannaford, 1995). Jotkut autismin kirjon lapset kokevat elämänsä vaikeaksi nimenomaan aistitiedon prosessoinnin vaikeuksien takia. Kuiskaus saattaa kuulostaa huutamiselta, ystävälliset kasvot tai ystävällinen kysymys saattaa tuntua musertavan epämiellyttävältä tai ylhäältä tuleva valo saattaa aiheuttaa aistiylikuormituksen (Herbert, 2012). Myös sisäiset tuntemukset kuten kipu, näläntunne, ahdistuneisuus tai tyyneys, pahoinvointi ja tunteet liittyvät aistitiedon prosessointiin. Kuten olemme jo todenneet, lapsemme ovat levottomia ja tuntevat kipua ja epämukavuutta todennäköisemmin kuin muut lapset. Epämukavat aistikokemukset aiheuttavat lapsillemme irrottautumista sosiaalisista suhteista ja suuresta osasta lasta ympäröivästä maailmasta. Samalla tavoin virittäytyessämme lapseemme ja auttaessamme häntä kokemaan aistikokemuksiaan myönteisillä ja vaivattomilla tavoilla, edistämme lapsen sosiaalista sitoutumista ja sitoutumista ympäröivään maailmaan (Porges, 2011).

Monet autismin kirjon ihmiset kertovat käyttävänsä suuren osan ajastaan ympäristön aiheuttamien aistikokemusten säätelyyn. Esimerkiksi toistuvan liikehännän eräänä tehtävänä saattaa olla, että se auttaa hahmottamaan omaa kehoa paremmin suhteessa aikaan ja tilaan (Herbert, 2012). Vanhemmat virittäytyvät voimauttavassa vuorovaikutuksessa lapseen ja tulevat tietoisiksi tavoista, jotka auttavat lasta säätämään aistikokemuksiaan. Tämä puolestaan vapauttaa lapset nauttimaan elämästä, leikkimään, oppimaan ja kehittymään. Ikään kuin bonuksena lastemme ”käyttäytymisen” tunnistaminen kommunikoinniksi vahvistaa heidän omaa kykyään hahmottaa ja kokea mielekkäänä saamansa aistikokemukset ja lopulta tämä auttaa lapsiamme paremmin viestimään näistä kokemuksista kanssamme. Toisaalta lasten käytöksen kokeminen ”epäsopivana”, ”asiaankuulumattomana” ja ”epätoivottavana” saa aikaan sen, että eväämme lasten omien selviytymistaitojen käytön. Näin saatamme tehdä nauttimisen, leikkimisen, oppimisen ja elämässä etenemisen vaikeammaksi.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Pojassani on kyllä jotain erilaista. Tuntuu todellakin siltä, että kuljemme kohti oikeaa tietä. Katsekontaktit ovat lisääntyneet huomasti ja hän on mennyt paljon eteenpäin puheessaan. Hänen tapansa muutaman minuutin välein huutaa ”eeee” on lähes loppunut. Pelkästään tämä on merkinnyt valtavasti. Nuo ääntelyt tekivät meidät hulluiksi!”

Autismi-diagnoosin saaneen 4-vuotiaan E:n isä.

Voimauttavassa vuorovaikutuksessa vanhemmat muokkaavat omaa käyttäytymistään, jotta lasten on helpompi osallistua sosiaaliseen toimintaan ja ”keskusteluihin” tasavertaisina kumppaneina. Kun ympäristö on sopiva ja lapsilla on riittävästi aikaa tiedon prosessoimiseen, lasten on helpompi osallistua ja oppia.

Aistikokemusten prosessointi edellyttää fyysistä liikettä (Hannaford, 1995). Kun aistikokemusten prosessointi on vaikeaa, liisäliikkeitä saattaa auttaa. Tämä saattaa osaltaan selittää, miksi lapsemme hyötyvät sellaisista kuntoutusmalleista, joissa hyödynnetään liikettä tai miksi heillä on taipumus itse liikkua tietyllä tavoin. Voimauttava vuorovaikutus -hetket etenevät vapaasti. Lapsi päättää, miten tilanne etenee ja voi säädellä itse tilannetta ja käyttää leluja ja välineitä, jotka auttavat häntä.

Emotionaalinen huolenpito

Tyypillisesti kehittyvät lapset pystyvät hakemaan lohdusta, kun heillä on kipuja, paha mieli tai huono olo, ja heidän vanhempansa pystyvät yleensä onnistuneesti lohduttamaan heitä. Poikani Tom vietti vuosia nuoresta elämästään kykenemättömänä hakemaan mitään lohtua. Minä myös tiedän, että hän kärsi kroonisista ja vakavista ruoansulatukseen liittyvistä kivuista sekä



Peuhaamisleikeistä on paljon hyötyä.

vaikeista päänsäryistä suuren osan tuosta ajasta. Usein en voinut muuta kuin katsoa hänen kärsimystään. Ikävissä olosuhteissa lohdutuksen saaminen auttaa rauhoittumaan ja alentamaan stressihormoni kortisolin pitoisuuksia kehossamme. Kuitenkin saamamme lohdutuksen hyöty on suoraan verrannollinen siihen, millainen kiintymyssuhde meillä on lohdutuksen antajaan (Coan, et al., 2006). Tutkimukset osoittavat myös, että niillä ihmisillä, joilla on turvallisia kiintymyssuhteita, biologiset stressi-indikaattorit, kuten kortisolipitoisuus, ovat yleensä matalampia (Coleman, 2007, s.239). Vaikuttaa siltä, että se emotionaalinen lohtu, mitä poikani on oppinut voimauttavan vuorovaikutuksen ansiosta ottamaan vastaan, on hyödyttänyt häntä sekä fyysisesti että emotionaalisesti.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Monet vanhemmat ovat huomanneet, että pelkkä lattialla, sohvilla tai sängyllä makoilu ja rennolta näyttäminen, saa autismin kirjon lapset aloittamaan peuhaamisen.



Tom vietti vuosia nuoresta elämästään kykenemättömänä hakemaan mitään lohtua kärsimyksiinsä.

Ahdistuneisuus

Tiedämme, että autismin kirjon lapset ja aikuiset kärsivät normaalia enemmän ahdistuksesta (Toichi & Kamio, 2003; Charlot et al., 2008; Daluwatte et al., 2013; Van Steensel et al., 2012) ja että ahdistuksen syvyys korreloi autismin vaikeuden kanssa (Freeth et al., 2013). Monet vanhemmat ovat kertoneet, että heidän lapsensa ahdistuneisuus vammauttaa tätä enemmän kuin itse autismi (Ozsivadjian et al., 2012).

Autistiset lapsemme kärsivät kasvavasta ahdistuneisuudesta riippumatta siitä, onko vai eikö heillä ole ulkoisia oireita tai merkkejä (Ming et al., 2005). Oletpa tietoinen siitä tai et, on todennäköistä että autistinen lapsesi on usein ahdistunut. Tyypillisesti kehittyvien lasten vanhemmat kokevat lapsen stressin vaikeaksi tunnistaa (Humphrey, J., 1988; Witting, 1999). Kuinka paljon vaikeampaa, ellei mahdotonta, se on meille, joiden lapsilla on vaikeuksia kommunikoida kanssamme?

Pitkäaikaisen stressin ja ahdistuneisuuden aiheuttamat ongelmat

Vaaratilanteissa hengissä pysyminen on ensisijaista ja sympaattinen hermojärjestelmä aktivoi stressivasteen eli ”taistele tai pakene” -reaktion. Tämä vie energiaa ja resursseja pois hitailta, ei-hätätilanteiden toiminnoilta, jotta voimme taistella tai paeta vaarallisesta tilanteesta. Autismi kirjon ihmisillä tämä vaste on liian voimakas (Cheshire, 2012), se aktivoituu liian herkästi ja henkilö on sen vallassa liian pitkään. Kohonnut aistiherkkyys, pulssin ja verenpaineen nousu, hikoilu,

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Lapsen lohduttaminen on sattumoisin juuri sellaista toimintaa, jota voimauttavaa vuorovaikutusta aloittavat vanhemmat voivat heti ruveta lisäämään. Koskettaminen auttaa lasta säätelemään tunteitaan. Voimauttavassa vuorovaikutuksessa vanhempi voi myös ottaa vastaan ja peilata lapsen eleitä, hengitystä ja ääntelyä ja lohduttaa vähitellen lasta peilaamalla hänen toimintaansa yhä tyynemmin ja myönteisemmin.

epäsäännöllinen hengitys sekä heikentynyt ruoansulatus- ja immuunijärjestelmä aiheuttavat kroonista stressiä, joka heikentää fyysistä ja psyykkistä hyvinvointiamme. Stressaantuneina reaktiot ovat impulsiivisempia, rajatumpia ja defensiivisempiä. Sumuiseksi tullut ajattelu auttaa välttämään henkistä tuskaa tai musertumisen tunnetta. Rationaalinen ja selkeä ajattelu tulevat vaikeiksi (Mead, 2004-2014). Ahdistus voi aiheuttaa aggressioita, yhteistyökyvyttömyyttä, rai-vokohtauksia; jotkut lapset vetäytyvät ja ovat poissaolevia (Coleman, 197). Stressi voi aiheuttaa avuttomuuden, epätoivon ja lisääntyvän ahdistuksen tunteita. Lisäksi se alentaa hermoston välittäjäaine serotoniinin arvoja, joka voi johtaa aggressioihin, pakkomielteisiin ja depressioon. Stressi voi aiheuttaa dopamiinin ylituotantoa, joka johtaa ahdistukseen ja ylivilittyneisyyteen tai dopamiinin alituotantoa, joka aiheuttaa vetäytymistä sekä tarkkaavaisuuden ja motivaation puutetta (Tennant., 2005). Jokapäiväinen eläminen, oppiminen ja kehittyminen tulevat vaikeiksi.

On stressin syynä fyysinen tekijä tai ei, stressi vaikuttaa lapsen tunne-elämään ja siksi kuntoutuksen on tapahduttava emotionaalisella tasolla.

Lepää ja sulata

Hätätilanteen mentyä ohi terveessä kehossa parasympaattinen hermosto vastaa kehon palauttamisesta tilaan, jota usein kutsutaan ”lepää ja sulata”-tilaksi. Ruumiintoiminnot kuten hengitys ja sydämen syke hidastuvat ja tämä mahdollistaa meille sellaisten hidas-tahtisten asioiden toteuttamisen, jotka ovat

usein vaikeita autismin kirjon lapsillemme: seurustelun muiden kanssa, leikkimisen, ruoan sulattamisen, oppimisen, tervehtymisen, asioiden tutkimisen ja kokeilemisen, löytämisen, luomisen, huomion kiinnittämisen johonkin, selkeän ja korkean tason ajattelun. Autismi kirjon ihmisillä parasympaattisen hermojärjestelmän vaste on heikko (Cheshire, 2012), ja meidän on löydettävä keinoja sen vahvistamiseen.

Levoton Tom

Kunpa olisin tiennyt kaiken tämän silloin, kun Tom oli pieni! Tomilla oli merkkejä ja oireita ylivilittyneisyydestä, mutta olin kykenemätön lukemaan niitä: suuret pupillit, heikko lämmönsäätely, epäsosiaalisuus, oppimisvaikeudet, jännittyneisyys ja leikin välttely, maneerit, poissaolevuus, aistiherkkyys, ruoansulatus- ja suolistongelmat, univaikeudet, epätavallinen hengitys ja sydämen pamppailu pienessä rinnassa. Vanhemmiten hänellä ilmeni mielialan vaihteluita ja aggressiota.

Kunpa joku ammattilainen olisi rohkaissut minua käyttämään voimauttavan vuorovaikutuksen taitoja (tai vakuuttanut minulle, että voin luottaa omaan luonnolliseen vanhemman vaistooni) pysyäkseni samalla taajuudella poikani kanssa ja tietäen, että teen parhaani vähentääkseni poikani ahdistusta. Kunpa olisin tiennyt että viritäytymällä lapseeni ja yrittämällä nauttia hänen seurastaan, olisin auttanut häntä sekä rentoutumaan että oppimaan. Mitä tapahtui Tomin keholle silloin, kun minä tahattomasti jätin huomioimatta hänen ahdistuksensa?



Hyvät sosiaaliset suhteet vähentävät sympaattisen hermostojärjestelmän aktiivisuutta ja lisäävät parasympaattisen hermostojärjestelmän toimintaa.

"... stressi voi laukaista tulehduksen, aivoissa ja koko kehossa...Nämä puolestaan saavat aikaan sarjan vasteita, jotka heikentävät immuunijärjestelmää ja ajan myötä lisäävät tulehdusta. Jos stressi jatkaa olemassaoloaan ja tulee krooniseksi, tulehdus tulee yhä vaikeammaksi hoitaa." (Herbert, 2012, s.128)

Voiko Voimauttava vuorovaikutus vahvistaa "lepää ja sulata" -vastetta? "Äiti muuttui!"

En tajunnut Tomin kokemaa stressiä ennen voimauttavaa vuorovaikutusta. Olin tulkinut väärin hänen ahdistuneisuuttaan "vain autismiin" tai "se on vain Tom" liittyvinä oireina. Mutta Tomin ulospäin näkyvä "autismi" tai "persoonallisuus" muuttui, kun me muutuimme. Aikuisvetoisten kuntoutusohjelmien sisältämien vaatimusten poistaminen siirsi valtavan kuorman pois Tomin hennoilta olkapäiltä ja hän rentoutui silminnähden. Hän lopetti alinomaisen pyytämisen ulos, mikä sai meidät häpeäksemme ymmärtämään, että ulkoillessa olimme olleet vähemmän vaativia

Tomia kohtaan. Toteuttamalla voimauttavaa vuorovaikutusta saimme Tomin eristyneisyyden loppumaan ja pikkuhiljaa hän halusi lähestyä meitä. Tom piti niin tärkeänä viestiä meille, että teemme hänen kannaltaan oikeita asioita, että hän jotenkin onnistui löytämään sanat selittämään tunteitaan (tämä ylitti huomasti hänen normaalin puheilmaisukykynsä tason): "kyllä, mukaan, kyllä, tee se, tee se," hän hymyili minulle. Voimauttavan vuorovaikutuksen alussa, vietettyäni Tomin kanssa hienon tuokion sängyssä yrittämällä noudattaa erityisen hyvin voimauttavan vuorovaikutuksen periaatteita, hän nojautui taakse tyynyn päälle, katsoi minua silmiin ja sanoi, "Äiti on muuttunut". Olimme kummatkin yhtä ilahtuneita toisissamme tapah-tuneesta muutoksesta.

Voimauttava vuorovaikutus -tuokioiden myötä lapset ja aikuiset viettävät silminnähden pitempiä ja pitempiä ajanjaksoja "lepää ja sulata" -tilassa. Children ja Martinin (1999) tekemän tutkimuksen mukaan hyvät sosiaaliset suhteet todellakin vähentävät sympaattisen hermostojärjestelmän aktiivisuutta ja lisäävät parasympaattisen hermoston toimintaa voimistaen sitä. Positiiviset tunteet saavat aikaan koherentin sydämen lyöntitiheyden. Koherentti syke vuorostaan tuottaa koherentteja aivoaaltoja, jotka mahdollistavat aivoille mahdollisimman hyvän tiedon vastaanoton ja saadun informaation käsittelyn.

Näyttää todennäköiseltä, että säännölliset voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot heikentävät "taistele ja pakene" -vastetta, vahvistavat "lepää ja sulata" -vastetta, lisäävät onnellisuutta, fyysistä terveyttä ja aivojen hyvää toimintaa.

Oksitosiini

Autismin kirjon ihmisillä on luultavasti matala oksitosiinihormonin taso (Kirsch & Meyer-Lindenberg, 2010). Oksitosiinilla on keskeinen rooli muutamissa ydinasioissa, joiden kanssa lapsemme kamppailevat, kuten ystävystymisessä ja yhdessäolossa muiden kanssa. Oksitosiini alentaa stressiä ja rentouttaa meidät ”lepää ja sulata” -tilaan. Oksitosiini on välttämätön rentoutumiselle, oppimiselle, ruoansulatukselle, sosiaaliselle kanssakäymiselle ja kehitymiselle. Kiintymystä osoittava, lämmin kosketus, joka kuuluu osana voimauttavan vuorovaikutuksen toimintatapaan, tyyntyyttää ja rauhoittaa juuri siksi, että se saa aikaan oksitosiinin erittymistä (Goleman, 2007).

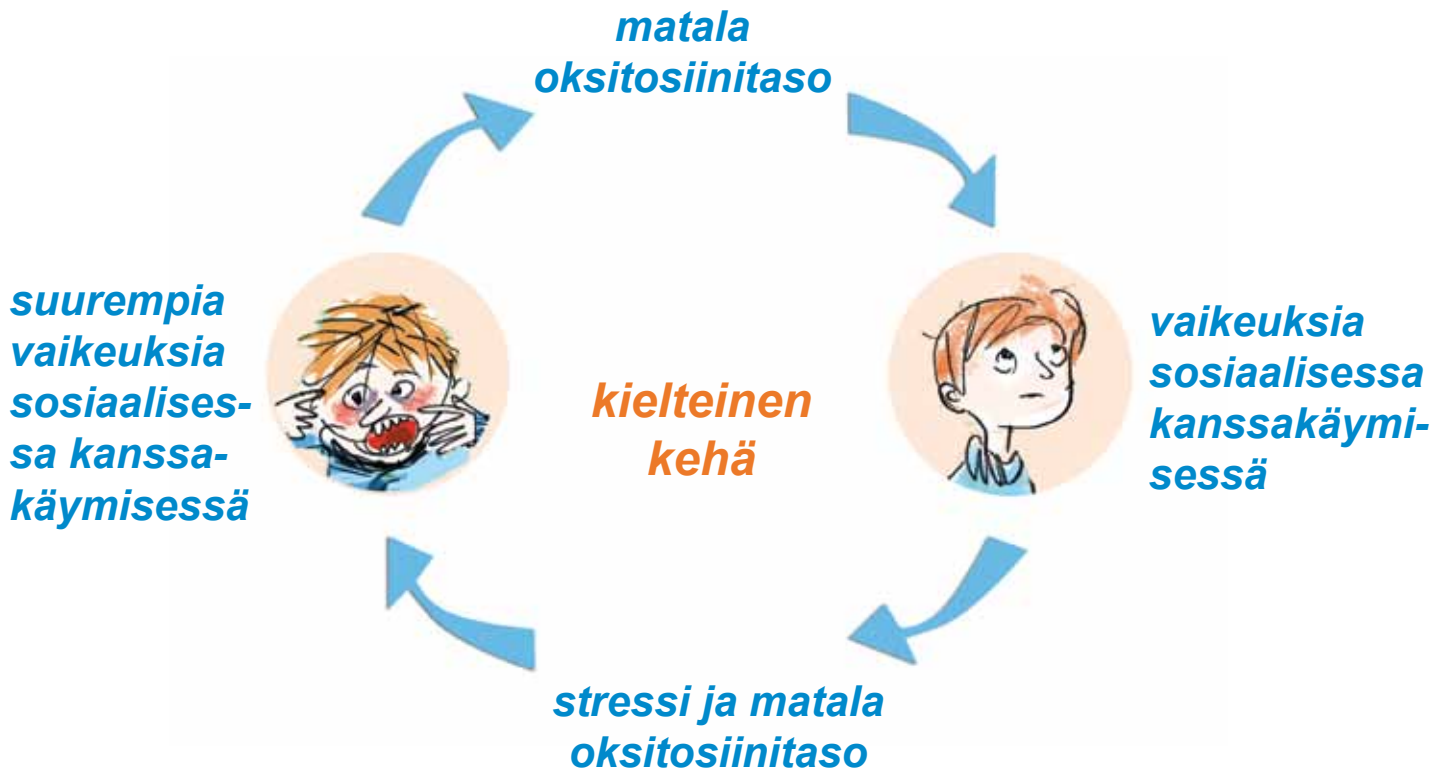
Ilman riittävää määrää oksitosiinia emme kykene kokemaan ympäristöämme turvalliseksi, jolloin meille on vaikeaa tai mahdotonta

saavuttaa ”lepää ja sulata” -tila. Keho tarvitsee oksitosiinia rentoutuakseen ja kyetäkseen sosiaaliseen kanssakäymiseen, mutta vastavasti yhdessäolo muiden kanssa lisää kehomme oksitosiinin pitoisuuksia (Porges, 2011). Joten meillä on luultavasti muna vai kana -tilanne autismin kirjon lastemme suhteen: riittämättömät oksitosiinin pitoisuudet aiheuttavat yhdessäolon vaikeuksia ja sosiaalisen kanssakäymisen puute aiheuttaa oksitosiinin puutetta. Voimauttavassa vuorovaikutuksessa lapsemme voivat vaikeuksistaan huolimatta saada kokemuksia turvallisesta yhdessäolosta, jolloin oksitosiinin pitoisuus heidän kehossaan oletettavasti lisääntyy. Eräässä tutkimuksessa oksitosiinin puutoksesta kärsivällä hiirellä, aivan kuten meidän autismin kirjon lapsillamme, osoitettiin olevan puutteita autonomisessa hermostojärjestelmässä sekä heikentynyt stressinsietokyky (Micheline et al., 2003).

VOIMAUTTAVASTI vuorovaikutuksesta

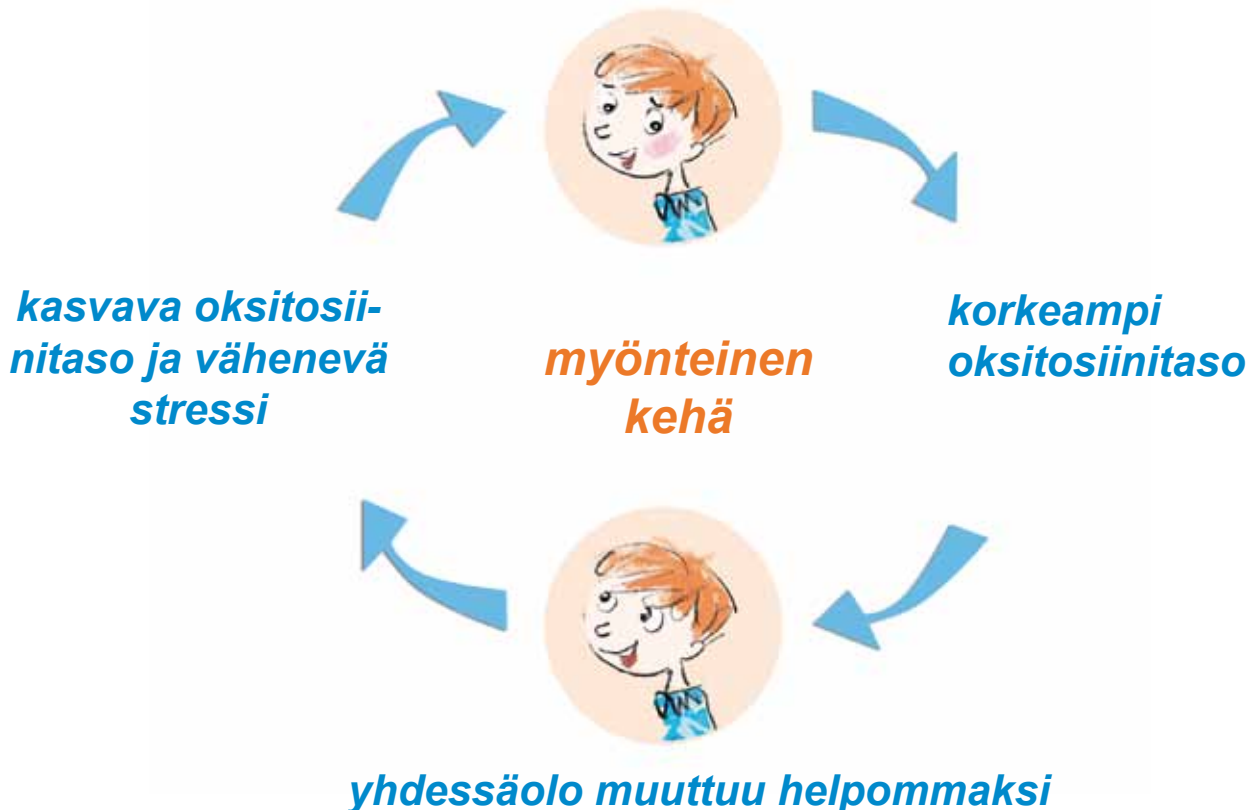
”Tänä iltana pystyin jättämään lapseni puutarhaan leikkimään veljensä ja toisen lapsen kanssa siksi aikaa kun pesin astiat. Niin pieni, joka-päiväinen asia tyypilliselle perheelle, mutta meille valtava juttu. Kuulin hänen pyytävän takaa-ajo- ja kutitusleikkejä ja kun hiivin ovelle katsomaan, näin hänen osoittavan toista lasta ja tiukasti vaativan tämän huomioita, seuraavan ilmeitä ja vastaavan muiden ehdotuksiin ja pyyntöihin. Se vaikutti niin normaalilta! Tämä kaikki on tullut voimauttavan vuorovaikutuksen myötä ja se on antanut pojalleni varmuutta aloittaa leikkiminen, ei vain luotettavien aikuisten kanssa, vaan myös muiden lasten kanssa.”

11-vuotiaan H:n äiti. H:lla on autismi ja oppimisvaikeuksia.



Sekä kielteinen että myönteinen kehä voivat aiheuttaa merkittäviä muutoksia päivittäiseen elämänlaatuun.

voimauttava vuorovaikutus auttaa olemaan yhdessä





Tom isoäitinsä kanssa.

Voimauttavan vuorovaikutuksen avulla luodaan myönteinen kehä, joka parantaa elämänlaatua monin tavoin. Oksitosiini auttaa rakentamaan hyviin ihmissuhteisiin ja ystävystymiseen tarvittavat vahvat emotionaaliset siteet. Tiedämme, että luonnollinen vanhemman ja vauvan välinen vuorovaikutus, johon voimauttava vuorovaikutus perustuu, nostaa oksitosiinin tasoja sekä vanhemman että vauvan kehossa (Goleman, 2007). Tuntuu siis uskottavalta, että voimauttavassa vuorovaikutuksessa kumppanit tuottaisivat enemmän oksitosiinia voimauttavan vuorovaikutuksen tuokioiden aikana. Tulevaisuudessa olisi mielenkiintoista nähdä tutkimuksia kumppanien oksitosiinin tasoista.

Mikään tutkimukseni aikana lukemani tai vanhempana kokemani ei saa minua uskomaan, että vaikeita terveydellisiä ongelmia pystyttäisiin ratkaisemaan yksinomaan voimauttavaa vuorovaikutusta käyttämällä. Minulle on selvää se, että me kaikki inhimilliset olennot opimme ja elämme paremmin silloin, kun tuntemme olomme hyväksi. Voimauttava vuorovaikutus saa kaikki mukana olevat tuntemaan olonsa paremmaksi ja sillä on keskeinen rooli matkalla kohti terveempää, tuotteliaampaa ja sosiaalisesti sitoutuneempaa elämää.

VOIMAUTTAVASTI vuorovaikutuksesta

G:n vanhemmat kutsuivat minut työskentelemään hänen kanssaan kotiin. G on 7-vuotias autismin kirjon poika, joka ei puhu. Löysin hänet puutarhan nurkasta istumassa kasvot kohti aitaa. Istahdin hänen taakseen. Huomasin hänen nostelevan keppejä, kuljettavan niitä silmiensä ohi, siristelevän, sitten katsovan niitä silmäkulmistaan ja lopuksi heittävän ne pois pusikkoon. Aloin ojentaa hänelle keppejä. Hän hyväksyi tämän ja hetken päästä hän alkoi osoittaa minulle, mistä kohdasta täsmälleen ottaisin seuraavan kepin. Aloin vastata hänen ääntelyihinsä, jonka seurauksena ne voimistuivat. G kallistui puoleeni ja vaikka hän ei missään vaiheessa katsonut silmiini, tiesin, että olimme luoneet yhteyden toisiimme.

- **Autismin kirjon ihmisillä** on muita ihmisiä useammin terveyteen liittyviä ongelmia, kuten suolistovaivoja, autoimmuunisairauksia ja muista oheissairauksia.
- **Kommunikointivaikeuksien takia** autismin kirjon ihmiset eivät todennäköisesti pysty viestimään kokemiaan kipuja ja epämukavuutta selkeästi. Vanhempien ja hoitajien tulisi varmistaa aina, että terveyteen liittyvät asiat on poissuljettu, kun henkilöllä esiintyy käytösongelmia kuten itsensä vahingoittamista, aggressioita, unihäiriöitä, ärtyisyyttä, poikkeavia vartalon asentoja tai negatiivisia muutoksia käyttäytymisessä.
- **Terveyteen liittyvät asiat** tulee sulkea pois ennen kuin aletaan esittää muita johtopäätöksiä ja käyttäytyminen leimataan ”sopeutumattomuudeksi”, ”emotionaalisista, psykologisista tai mielenterveydellisistä tekijöistä johtuviksi” tai ”vain osaksi autismia”.
- Kun voimauttavassa vuorovaikutuksessa vanhemmat ja työntekijät **ovat tietoisia autismin kirjoon liittyvistä yleisistä terveysongelmista**, he pystyvät virittämään lapseen ja tunnistamaan terveysongelmien oireita ja merkkejä ja ehkä syitä niihin.
- **Sosiaalinen yhteys** toisiin on hyväksi sekä mielellemme että fyysiselle terveydellemme.
- **Sosiaalisella kanssakäymisellä** viitataan laadukkaisiin ihmissuhteisiin ja laadukkaisiin yhdessäolon hetkiin, jollaisia voimauttava vuorovaikutus tarjoaa lapsillemme.
- **Sosiaalinen kanssakäymisen puute** on haitallista sekä fyysiselle että mentaaliselle terveydellemme.
- **Autismin kirjon henkilö** voi olla sosiaalisesti eristynyt vaikka hän olisi muiden ihmisten keskellä.
- **Vanhemman ja vauvan välinen vuorovaikutus** ja oletettavasti myös voimauttava vuorovaikutus vahvistaa koko kehon synkroniaa ja säätelyä.
- **Tällainen usein koettu** synkronia edistää mielen ja kehon terveyttä.
- **Lohdutuksen saaminen** läheiseltä henkilöltä alentaa kortisolin tasoja ja rauhoittaa meitä. Voimauttava vuorovaikutus edistää tätä.
- **Voimauttava vuorovaikutus** rohkaisee kiintymystä osoittavaan ja parantavaan kosketukseen, joka on oleellista hyvälle terveydelle.
- **Autismin kirjon ihmisillä** on kroonista stressiä ja ahdistuneisuutta, joka on pahaksi heidän fyysiselle ja psyykkiselle terveydelleen.
- **Autismin kirjon ihmisillä** on heikko ”lepää ja sulata” -vaste, joka tekee heille vaikeaksi monet asiat, joita pidämme autismiin liittyvinä merkittävimpinä haittoina: rentoutuminen, ruoansulatus, oppiminen, leikkiminen, sosiaalisuudessa ja parantuminen. Voimauttavan vuorovaikutuksen tuokiot voivat vahvistaa tätä vastetta.
- Autismiin liittyvä **oksitosiinin puute** saattaa tehdä sosiaalisen yhdessäolon vaikeaksi. Voimauttava vuorovaikutus helpottaa yhdessäoloa ja mahdollisesti lisää oksitosiinin tuotantoa.

Voimauttavan vuorovaikutuksen aloittaminen

Asenteiden muuttaminen

Tomin läpikäymät käyttäytymisterapeuttiset ja aikuisvetoiset kuntoutusohjelmat olivat saaneet minussa aikaan ajattelutavan, jonka oli muututtava! Tullakseni hyväksi voimauttavan vuorovaikutuksen harjoittajaksi minun oli tehtävä aivan oleellisia muutoksia asennoitumisessani Tomiin ja hänen autismiinsa. Haluan jakaa jotkut näistä asennemuutoksista kanssanne.

Ennen voimauttavaa vuorovaikutusta koin Tomin toistuvat, pakkomielteiset toiminnot ja maneerit erittäin epämiellyttävänä. Koin ne muureina, jotka estivät minua saamaan yhteyden Tomiin. Ajattelin virheellisesti, että jos vain saisin Tomin lopettamaan maneerinsa, hän alkaisi leikkiä ja olla vuorovaikutuksessa kanssani. Voimauttava vuorovaikutus on osoittanut minulle, että Tomin maneerit eivät olleet ”vihollisia” vaan avaimia hänen saavuttamiseksi. Hyväksyessäni ne ja mennessäni mukaan Tomin itse valitsemaan

toimintaan avasin oven häneen ja Tomista alkoi tulla saavutettava ja sosiaalinen. Hänen toistuvat toimintonsa eivät enää olleet jotain, joka varasti minulta poikani vaan jotain, joka toi hänet takaisin luokseni. Lisäksi mennessäni mukaan hänen tekemisiinsä nämä toiminnot eivät enää eristäneet häntä muista. Vähitellen Tomin maneerit muutuivat yhteiseksi, sosiaalseksi toiminnaksi. Kun Tom muuttui sosiaalisemmaksi ja päästi meidät yhä enemmän mukaan omiin manee-reihinsa, tekemisten sisällöt alkoivat tuokio tuokiolta vaihdella ja muuntua. Alkuaikoina Tom jatkoi toistavaa käyttäytymistään opetellessaan kommunikoinnin perustan taitoja ja sitä, miten olla ”leikkisä”. Tullessaan seurallisemmaksi, sosiaalisemmaksi ja joustavammaksi hän pystyi kytkemään omiin toimintoihinsa luovuutta, leikkisyyttä ja mielikuvitusta ja ne muutuivat ponnahduslaudaksi kohti mahdollisuuksia uuden oppimiseen ja kasvuun.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

”Minulle voimauttava vuorovaikutus on luonnollinen ja vaistomainen tapa olla lapseni kanssa ilman mitään paineita. On tyypillistä, kun vietät aikaa lapsen kanssa, murehdit samalla miten voisit auttaa häntä ja pyrit sen vuoksi muuttamaan lastasi. Voimauttavassa vuorovaikutuksessa tämä ei ole agendalla. Pyrkimyksenä on nauttia juuri tästä hetkestä lapsen kanssa ja halusta viihtyä hänen seurassaan. Äiti, jolla on 6-vuotias autistinen tytär L ja 5-vuotias poika J, jolla on puheen ja kielenkehityksen viivästymä, mutta ei diagnoosia.

Olin aikaisemmin leimannut Tomin ”etäiseksi” ja ”tavoittamattomaksi” ja ajatellut, että häneltä ”puuttuivat vuorovaikutustaidot”. Vähitellen minulle valkeni, että olin itse osa ongelmaa ja siksi myös sen ratkaisu: olin ollut itse Tomia kohtaan etäinen ja tavoittamaton. Minulta oli todellakin riittämättömät kommunikointitaidot kyetäkseen olemaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa poikani kanssa. Mukauttamalla käyttäytymistäni ja tapaani kommunikoida minusta tuli saavutettavampi ja ymmärrettävämpi ja tämän johdosta kommunikointi välillämme lähti lentoon!

Vaikka ymmärrän käsitteen ”emergentit tulokset”, muistan olleeni todella hämmästynyt todistaessani sitä oppimisen määrää, mitä Tom oli saavuttanut muutettuamme toimintamme tavoitteita ja päämääriä. Voimauttavassa vuorovaikutuksessa ei ole kullekin hetkelle etukäteen asetettuja tavoitteita tai opetussuunnitelmaa sinällään, joten oppimistulokset ovat emergenttejä, ennakoimattomia. Tällä tarkoitetaan sitä, että kun kaikki oppimisympäristössä on lastemme kannalta oikein, he kukoistavat ja kehittyvät, pitkälti samoin kuin tyypillisestikin kehittyvät lapset. Uskon nyt että tavoitteet, joita meillä oli aiemmin tapana Tomille asettaa, ovat saattaneet estää tämän luonnollisen oppimisen. Kun virittäydyimme häneen, huomioimme hänen kiinnostuksensa kohteet ja oppimistyylin, leikimme ja olimme vuorovaikutuksessa hänen kanssaan, hän motivoitui oppimaan syvästi, laajamittaisesti, luonnollisesti ja nopeasti.

Vaistoni oli sanonut minulle, että leikki on tärkeää, mutta ennen voimauttavaa vuorovaikutusta en ollut todella ymmärtänyt sitä määrää, mitä lapsi oppii leikkiessään aikuis-

sen kanssa sisäisesti motivoituneessa vapaassa leikissä. En myöskään ollut tajunnut, että ”leikki” ja ”leikkisyys” alkaa kehittyä varhaisessa, pikkuvauvan ja vanhemman välisessä kepeässä vuorovaikutuksessa, johon voimauttavan vuorovaikutuksen toimintatapa perustuu.

Ennen voimauttavaa vuorovaikutusta minulla ei ollut todellista käsitystä tärkeydestäni Tomin kehitykselle. Näin, että Tomilla oli autismi ja uskoin että hän tarvitsee hoitoja, tarkkailua, interventioita. Nyt kun ymmärrän, että oppiminen tapahtuu mukavassa sosiaalisessa kanssakäymisessä, pidän parempaa huolta itsestäni, niin henkisesti kuin fyysisesti. Tunnen oloni paljon paremmaksi ja Tom saa siitä hyödyn. Voimauttava vuorovaikutus ei ole vain antanut poikaani takaisin vaan se on antanut myös minut takaisin itselleni!

Koulutus

On olemassa monia tapoja perehtyä voimauttavaan vuorovaikutukseen. Oppimistyylistäsi riippuu miten aloitat. Jos opit tekemällä, voit aloittaa kokeilemalla heti voimauttavaa vuorovaikutusta ja sitten myöhem-

min lukea ja reflektoida. Toiset ihmiset haluavat ensin mieluummin perehtyä aiheeseen syvemmin ja aloittaa vasta sitten. Saatavilla on DVD-levyjä ja monia kirjoja, jotka auttavat perehtymisessä. Tietoa näistä materiaaleista löytyy Intensive Interaction -verkkokaupasta: (www.intensiveinteraction.co.uk/shop). Voit myös osallistua Dave Hewettin vetämään yhden päivän työpajaan, jonka tiedot löytyvät



osoitteesta www.davehewett.com. Youtubesta Dave Hewettin kanavalta löytyy muutamia hyödyllisiä koulutusvideoita (<https://youtube.com/user/III209>). Voit tiedustella Dave Hewettin sihteerin kautta onko alueellasi Intensive Interaction -koordinaattori, joka voisi tulla kouluttamaan kotiisi (<http://davehewett.com/contact/>). Eri puolilla UK:ta on alueellisia tukiryhmiä, jossa voi jakaa vinkkejä, hyviä käytäntöjä, tehdä kysymyksiä, saada tukeja yms. Tulevat tapaamiset ilmoitetaan Intensive Interaction -verkkosivuilla (www.intensiveinteraction.co.uk/regional-networks). Voit tilata Intensive Interaction -uutiskirjeen osoitteesta: <http://intensiveinteraction.co.uk/Blog/leeds-ii-newsletters/>. Facebookissa on ryhmä "Intensive Interaction users" <https://www.facebook.com/groups/13657123715/> ja toinen minun vetämäni ryhmä erityisesti vanhemmille "Intensive Interaction for parents" <https://www.facebook.com/groups/IntensiveInteractionForParents/>. Liity joukkoomme!

Suomenkielistä materiaalia löytyy Papunetin sivuilta (<http://papunet.net/tietoa/jos-vuorovaikutus-ei-etene-tavalliseen-tahtiin> ja <http://papunet.net/tietoa/voimauttava-vuorovaikutus>) ja tietoa mm. koulutuksista Tikoteekin sivuilta (

"Toteutimme voimauttavaa vuorovaikutusta tämän vesiputouksen vieressä. Henry hoki minulle säteilevänä 'Wow!' " (Äiti, jonka 11-vuotiaalla pojalla Henryllä on autismi ja oppimisvaikeuksia)

ta-ja-palvelut/voimauttava-vuorovaikutus/ ja <http://papunet.net/tikoteekki/koulutus/>). Suomessa on myös kaikille kiinnostuneille avoin Facebook-ryhmä Voimauttava vuorovaikutus Suomi – Intensive Interaction Finland.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Vuosia kestäneen ABA-kuntoutuksen jälkeen minun oli alettava luottaa poikani mahdollisuuksiin. En sallinut itseni ajatella, että ABA-vuodet olisivat olleet ajan hukkaa - pojallani oli niin monia opittuja taitoja tuoda voimauttavaan vuorovaikutukseen. Voimauttava vuorovaikutus on kuitenkin tuonut sosiaalisen kontekstin noille taidoille. Voimauttavan vuorovaikutuksen myötä olemme saaneet spontaanin ja pojallani on sellaisen ihmisen kieli, joka tietää kuka hän on. Voimauttava vuorovaikutus on terapeutista sekä vanhemmalle että lapselle." Äiti, jonka 11-vuotiaalla lapsella on lievä autismi

Käytännön kokemuksia

Voimauttava vuorovaikutus on joustava toimintatapa. Et tarvitse sitä varten mitään erityistä tilaa – sitä voidaan toteuttaa melkein pä missä vaan! Mitään tarvikkeita tai ylimääräisiä apukeinoja ei tarvita vaikkakin sellaisia voidaan käyttää, jos ne sopivat lapsellesi. Ei ole myöskään tarvetta löytää hiljaista tilaa ellei lapsesi edellytä sellaista. Jotkut ihmiset ovat kertoneet, että esimerkiksi (meluisa) uima-allas on hyvä paikkaa toteuttaa voimauttavaa vuorovaikutusta lapsen kanssa. Usein auttaa, jos aloitettaessa etsii jonkun hiljaisen paikan. Lapsen omaksuttua enemmän taitoja ja tämä hiljaisuus ei ole enää yhtä tarpeellista. Lapsellasi ei ole määrättyä muuttumattonta tapaa osallistua voimauttavaan vuorovaikutukseen. Minä toteutin poikani kanssa

kotona kokopäiväisesti voimauttavaa vuorovaikutusta ja sain rahoituksen paikalliselta opetusvirastolta. Koulutin ja kustansin tiimin, joka toteutti toimintatapaa poikani kanssa – ja hän ei käynyt koulua. Mutta minun tapani on vain yksi mahdollisuus järjestää asia. Jotkut vanhemmat ovat onnekkaita saadessaan lähettää lapsensa sellaiseen kouluun, joka tarjoaa laadukasta voimauttavaa vuorovaikutusta samalla kun he itse toteuttavat voimauttavaa vuorovaikutusta kotona. On olemassa myös puheterapeutteja, hoitajia ja muita ammattihenkilöitä, jotka ovat koulutautuneet voimauttavan vuorovaikutuksen toteuttajiksi, ja jotka voivat tarjota sitä lapsellesi. Joskus vanhemmat kouluttavat perheenjäseniä, naapureita tai autonkuljettajia varmistaakseen siitä sen, että heidän lapsen-

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

Aloimme toteuttaa poikamme kanssa voimauttavan vuorovaikutuksen toimintatapaa rinnakkain toisen lapsivetoisen terapian kanssa 13 vuotta sitten! Poikamme elämä alkoi melko ”normaalina” ja sitten hän 21 kuukauden iässä taantui autismiin. Aloittaessamme voimauttavan vuorovaikutuksen hänellä ei ollut katsekontaktia, ei puhetta tai kommunikaatiota. Muutaman viikon sisällä hän alkoi sitoutua meihin ja olemme jatkaneet siitä lähtien. Meillä on edelleenkin hänen ”terapia” huoneensa kotiopetustilana, mutta voimauttavaa vuorovaikutusta harjoitetaan kaikkialla 24:7 ja sitä käyttävät kaikki, jotka asuvat ja työskentelevät hänen kanssaan. Se on ollut tehokkain väline, jota olemme käyttäneet. Olemme lisänneet monenkirjavan sekoituksen menettelytapoja hänen kuntoutusohjelmaansa, mutta voimauttava vuorovaikutus muodostaa edelleen kulmakiven. Poikaamme on kuvailtu onnellisimmaksi nuoreksi mieheksi, jota kukaan on tavannut. Hänellä on eriasteisia oppimisvaikeuksia, mutta hän puhuu ja kommunikoi kanssamme koko ajan. Hänellä ei ole minkäänlaista ahdistuneisuutta tai haastavaa käyttäytymistä, koska hyväksymme hänet 100 prosenttisesti sellaisena kuin hän on ja kunnioitamme häntä. Meillä on edelleen kolme alkuperäistä työntekijää, jotka ovat työskennelleet poikamme kanssa siitä lähtien kun oli 3-vuotias. Paras asia minkä ikinä olemme tehneet ja mitä ikinä tulemme tekemään! Äiti, jonka 16-vuotiaalla pojalla on autismi ja oppimisvaikeuksia.

sa saavat riittävästi voimauttavaa vuorovaikutusta. On perheitä, jotka ovat kouluttaneet lapsen kouluavustajan, koska ilman sitä hän ei toteuttaisi voimauttavaa vuorovaikutusta. Yhdistyneessä kuningaskunnassa jotkut perheet kouluttavat perhelomittajia, jotka saavat korvauksen maassa käytössä olevan Direct Payments -järjestelmän kautta www.gov.uk/apply-direct-payments. Seuraa vaistoasi ja ota vastuu siitä, mitä omalle lapsellesi, sinulle, perheellesi ja olosuhteillesi tapahtuu, jotta voit järjestää asiat teille parhaalla mahdollisella tavalla.

Muut kuntoutusohjelmat

Voimauttavaa vuorovaikutusta aloitettaessa ei ole syytä lopettaa muita terapioiden. Jotkut perheet toteuttavat kotona voimauttavan vuorovaikutuksen rinnalla muita kuntoutusohjelmia ja tämä toimii hyvin heillä. Koska näihin liittyy erilaisia näkökulmia, saattaa olla hyvä, jos eri ihmiset vetävät eri ohjelmia (vaikkakaan kaikki perheet eivät tee näin). Koska voimauttava vuorovaikutus rakentaa ihmissuhteita, on luultavasti parempi, että vanhemmat ovat siinä mukana. Voi olla vaikeaa päättää kuinka paljon voimauttavaa vuorovaikutusta lapsi tarvitsee ja kuinka taksapainoilla sen ja muiden ohjelmien kanssa. Muista, että voimauttava vuorovaikutus opet-

taa perustaitoja, joita tyypillisesti kehittyvät pikkuvauvat oppivat jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Ne opitaan ennen monia niitä taitoja, joita opetetaan muissa autismikuntoutusohjelmissa. Jotta tyypillinen kehityksen kulku mahdollistuu, on tärkeää, että lapsesi oppii taidot luonnollisessa järjestyksessä. Nyrkkisääntönä voidaan sanoa, että jos lapsesi on kommunikoinnissaan tai leikkitaidoissaan varhaisella kehitystasolla, voimauttava vuorovaikutus on suositeltavaa. Samaten mitä varhaisemmalla kehitystasolla lapsesi on, sitä hyödyllisempää voimauttava vuorovaikutus hänelle on. Jotkut autismin kirjon lapset, kuten poikani, hyötyvät useasta tunnista voimauttavaa vuorovaikutusta päivittäin. Näin pitkä aika voi olla liian raskasta vanhempien toteuttaa yksin ja siksi muiden ihmisten saaminen tähän mukaan on erittäin hyvä ajatus.

Älä lopeta voimauttavaa vuorovaikutusta, vaikka joskus kaikki ei sujuisikaan täydellisesti. Kehittyminen, oppiminen, kasvaminen tai onnellisuus: mikään näistä ei edellytä täydellisyyttä. Tee mitä voit. Kouluta niitä, joita voit. Opi tehdesäsi. Huomaat, että ohjelma kasvaa ja muuttuu kuten sinä ja lapsesikin.

VOIMAUTTAVASTI
vuorovaikutuksesta

**Kun kokeilimme ensimmäisiä kertoja voimauttavaa vuorovaikutusta Tomin kanssa, päädyimme kopioimaan elokuvien lopputekstejä. Tom itse nimittäin kirjoitti näitä lopputekstejä yhä uudelleen. Tom vihasi meidän tekemiämme kopioita! Hänen lopputekstinsä olivat kauniita ja taiteellisia. Meidän eivät olleet! Se ei myöskään toiminut, että kommentoimme hänen kirjoittamistaan tai hänen valitsemiaan värejä, sillä sanamme tukahduttivat hänet. Opimme kommentoimaan äännähdyksillä kuten "ooo", "ah", "wow". Niistä Tom piti. Olimme löytäneet si-
sään pääsyn!**

Kommunikoinnin perusta

Varhaisten vuorovaikutustaitojen varassa viestivä ihminen oppii

- **nauttimaan toisen seurasta**
- **suuntaamaan huomionsa toiseen ihmiseen ja olemaan läsnä**
- **keskittymään ja olemaan tarkkaavainen**
- **toimimaan yhdessä**
- **vuorottelemaan**
- **jakamaan henkilökohtaista tilaansa**
- **säätelemään ja kontrolloimaan omaa aktiivisuustasoaan**
- **käyttämään ja ymmärtämään katsekontaktia**
- **käyttämään ja ymmärtämään ilmeitä**
- **käyttämään ja ymmärtämään fyysistä kontaktia**
- **käyttämään ja ymmärtämään olemuskieltä ja muuta sanatonta viestintää**
- **käyttämään ja ymmärtämään ääntelyä, sanoja ja puhetta merkityksellisesti**
- **käyttämään ja ymmärtämään tunneilmaisuja**

Voimauttavan vuorovaikutuksen periaatteet

- **vanhempi virittäytyy lapseen**
- **yhteinen nautinto (kahdenkeskistä laatuaikaa)**
- **vanhempi on responsiivinen (On olemassa monia tapoja olla responsiivinen, mutta matkiminen, jäljittely, toimintaan mukaan meneminen ovat yleisiä.)**
- **vanhempi pysyy pääasiassa sivussa ja odottaa oppijan tekevän asioita**
- **vanhempi on rentoutunut ja kiireetön**
- **vanhempi rakentaa sisällön ja toiminnan virtauksen reagoimalla siihen, mitä oppija tekee**
- **katsomista ja odottamista sekä TAUKOJA on paljon**
- **lopetetaan, kun oppija on saanut tarpeekseen**

- **Albus, C.** (2010) Psychological and social factors in coronary heart disease. *Annals of Medicine*. 42(7):487- 494.
- **Bailey, B.A.** (2000) *I love you rituals*. New York:Harper Collins.
- **Band, E.B. & Weisz, J.R.** (1988) How to feel better when it feels bad: children's perspectives on coping with everyday stress. *Developmental Psychology*. (24):247- 253
- **Barnett, L.A.** (1990) Developmental benefits of play for children. *Journal of Leisure Research*. 22(2):138 - 153.
- **Baron-Cohen, S.** (1995) *Mindblindness*. Cambridge. MA: MIT Press.
- **Bauminger, N & Kasari, C.** (2000) Loneliness and friendship in high-functioning children with autism. *Child Development*. 71(2):447-456
- **Bluestone, J.** (2005) *The fabric of autism: Weaving the threads into a cogent theory*. Seattle. Sapphire Enterprises, LLC.
- **Buie, T., Campbell, D.B., Fuchs, G.J., et al.** (2010) Evaluation, diagnosis, and treatment of gastrointestinal disorders in individuals with ASDs: a consensus report. *Pediatrics*. 125(1):S1-S18.
- **Cacioppo, J.T. & Patrick, W.** (2008) *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. USA. Norton.
- **Caldwell, P.** (2008) *Using Intensive Interaction and Sensory Integration: A handbook for those who support people with severe autistic spectrum disorder*. London and Philadelphia. Jessica Kingsley Publishers.
- **Catmur, C., Walsh, V. & Heyes, C.** (2007) Sensorimotor learning configures the human mirror system. *Current Biology*. 17(17): 1527-1531.
- **Charlot, L., Deutsch, C.K., Albert, A., Hunt, A., Connor, D.F. & McIlvane, W.J. Jr.,** (2008) Mood and anxiety symptoms in psychiatric inpatients with autism spectrum disorder and depression. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*. 1(4):238-253
- **Cheshire, W.P.** (2012) Highlights in clinical autonomic neuroscience: new insights into autonomic dysfunction in autism. *Autonomic Neuroscience*. 171(1-2):4-7
- **Chida, Y. & Steptoe, A.** (2008) Positive psychological well-being and mortality: a quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine*. 70(7):741-56.
- **Childre, D. & Martin, H.** (1999) *The heartmath solution*. New York. Harper Collins
- **Coan, J.A., Schaefer, H.S. & Davidson, R.J.** (2006) Lending a hand: social regulation of the neural response to threat. *Psychological Science*. 17(12):1032-1039.
- **Cohen, S., Alper, C.M., Doyle, W.J., Treanor, J.J. & Turner, R.B.** (2006) Positive emotional style predicts resistance to illness after experimental exposure to rhinovirus or influenza A virus. *Psychosomatic Medicine*. 68(6):809-815.
- **Daluwatte, C., Miles, J.H., Christ, S.E., Beversdorf, D.Q., Takahashi, T.N. & Yao, G.** (2013) Atypical pupillary light reflex and heart rate variability in children with autism spectrum disorder. *Journal Autism and Developmental Disorders*. 43(8):1910-1925
- **Diener, E. & Seligman, M.E.** (2002) Very happy people. *Psychological Science*. 13(1):81-4.
- **Dunbar, R.** (1996) *Grooming, Gossip and the Evolution of Language*. London: Faber and Faber (referenced in Hewett, 2012, Ed, p.11)
- **Dunn, L., & Herwig, J.E.** (1992) Play behaviors and convergent and divergent thinking skills of young children attending full-day preschool. *Child Study Journal*. 22(1):23-38.
- **Emler, N.** (1992) Theory of mind and the evolution of language, in J.R. Hurford, M. Studdert-Kennedy and C. Knight (Eds.), *Approaches to the Evolution of Language*. Cambridge: Cambridge University Press. (referenced in Hewett, 2012, Ed, p.11)
- **Feinstein, S.** (2009) *Secrets of the Teenage Brain: Research-Based Strategies for Reaching and Teaching Today's Adolescents*. USA: Corwin Press.
- **Field, T.** (2003) *Touch*. USA: MIT Press.
- **Firth, G., Berry, R. & Irvine, C.** (2010) *Understanding Intensive Interaction: context and concepts for professionals and families*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley.
- **Freeth, M., Bullock, T., Milne, E.** (2013) The distribution of and relationship between autistic traits and social anxiety in a UK student population. *Autism*. 17(5):571-81. (referenced in Hewett, 2012, Ed. p.11)
- **Friedman, E.M., Hayney, M., Love, G.D., Singer, B.H. & Ryff, C.D.** (2007) Plasma interleukin-6 and soluble IL-6 receptors are associated with psychological well-being in aging women. *Health Psychology*. 26(3):305-13.
- **Frost, J.L.** (1998) *Neuroscience, play and brain development*. [Presentation] Retrieved from <http://eric.ed.gov/?q=Frost+J.L.+Neuroscience%2c+play+and+brain+development&id=ED427845>

- **Ginsburg, K.R.** (2007) The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*. 119(1):182-191.
- **Goleman, D.** (1996) *Emotional Intelligence*. London: Bloomsbury.
- **Goleman, D.** (2007) *Social Intelligence: The new science of human relationships*. London: Arrow Books.
- **Hannaford, C.** (1995) *Smart moves: Why learning is not all in your head*. Second edition. Salt Lake City. Great River Books.
- **Herbert, M.** (2012) *The Autism Revolution: wholebody strategies for making life all it can be*. New York. Ballantine Books.
- **Hewett, D.** (2006) The most important and complicated learning: that's what play is for! ICAN, Talking Point. (March) Retrieved from www.talking-point.org.uk
- **Hewett, D.** (2012a). Blind frogs: the nature of human communication and Intensive Interaction. In Hewett, D., (Ed), *Theoretical Perspectives*. London, California, New Delhi, Singapore: SAGE.
- **Hewett, D.** (2012b). What is Intensive Interaction? Curriculum, process and approach. In Hewett, D., (Ed) (2012). *Theoretical Perspectives*. London, California, New Delhi, Singapore: SAGE.
- **Howell, R.T., Kern, M.L. & Lyubomirsky, S.** (2007) Health benefits: meta-analytically determining the impact of well-being on objective health outcomes. *Health Psychology Review*. 1(1):83-136.
- **Humphrey, J.** (1998) *Helping children manage stress, a guide for adults*. Washington DC: Child and family press.
- **Hurwitz, S.C.** (2002/2003) To be successful: let them play! *Child Education*. 79:101-102
- **Isenberg, J., & Quisenberry, N.L.** (1988) Play: A Necessity for all Children. *Childhood Education*. 64(3):138-145
- **Kiecolt-Glaser, J.K., Preacher, K.J., MacCallum, R.C., Atkinson, C., Malarkey, W.B. & Glaser, R.** (2003) Chronic stress and age-related increases in the proinflammatory cytokine IL-6. *Proceedings of the National Academy of Science of the United States of America*. 100(15):9090-9095.
- **Kirsch, P., & Meyer-Lindenberg, A.** (2010) Oxytocin and Autism. In Blatt, (Ed), *The Neurochemical basis of autism*. 163-173. USA. Springer.
- **McInnes, K., Howard, J., Miles, G. & Crowley K.** (2009) Behavioural differences exhibited by children when practising a task under formal and playful conditions. *Educational and Child Psychology*, 26(2): 31-39.
- **Mead, V.**, (copyright 2004-2014) The parasympathetic nervous system (pns). Retrieved from <http://www.veroniquemead.com/pns.php>
- **Medical Comorbidities in Autism Spectrum Disorder** (2014) https://issuu.com/treatingautism/docs/medical_comorbidities_in_autism_spectrum_disorders
- **Micheline, T.C., Marcelo, M.C., Amico, J. & Morris, M.** (2003) Oxytocinergic regulation of cardiovascular function: studies in oxytocin-deficient mice. *American Journal of Psychology: Heart and Circulatory Physiology*. 284:2269-2276.
- **Ming, X., Julu, P.O. & Brimacombe, M.** (2005) Reduced cardiac parasympathetic activity in children with autism. *Brain and Development Journal*. 27(7):509-516.
- **Montagu, A.** (1986) *Touching: Human significance of the skin*. Third edition. New York. Harper & Row.
- **Nind, M.** (2012). Emotional development and emotional well-being. In Hewett, (Ed.) *Theoretical Perspectives*. London, California, New Delhi, Singapore: SAGE.
- **Nind, M. & Hewett, D.**, (2005) Access to communication: developing basic communication with people who have severe learning difficulties. (2nd edition). Oxon & New York. David Fulton Publishers.
- **Ong, A.D. & Allaire, J.C.** (2005) Cardiovascular intraindividual variability in later life: the influence of social connectedness and positive emotions. *Psychology of Aging*. 20(3):476-85.
- **Ong, A.D., Bergeman, C.S., Bisconti, T.L. & Wallace, K.A.** (2006) Psychological resilience, positive emotions and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*. 91(4):730-49.
- **Ozsvadjian, A., Knott, F. & Magiati, L.** (2012) Parent and child perspectives on the nature of anxiety in children and young people with autism spectrum disorders: a focus group study. *Autism*. 16(2):107-21.
- **Porges, S.W.**, (2011) *The polyvagal theory: neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication and self-regulation*. USA. Norton.
- **Reddy, V.** (2010) *How infants know minds*. USA. Harvard University Press.
- **Rogoff, B.** (1990) *Apprenticeship in thinking: Cognitive development in social context*. New York. Oxford University Press.

- **Salovey, P., Rothman, A.J., Deitwiler, J.B. & Steward, W.T.** (2000) Emotional states and physical health. *American Psychologist*. 55(1):110-21.
- **Shankar, A., McMunn, A., Banks, J. and Steptoe, A.** (2011) Loneliness, Social isolation and behavioral and biological health indicators in older adults. *Health Psychology* 30(4):377-85.
- **Sheridan, M.D.,** (1999) *Play in Early Childhood: From birth to Six Years.* (3rd Edition). Oxon, Routledge.
- **Steptoe, A., Owen, N., Kunz-Ebrecht, S.R. & Brydon, L.** (2004) Loneliness and neuroendocrine, cardiovascular and inflammatory stress responses in middle-aged men and women. *Psychoneuroendocrinology*. 29(5):593-611.
- **Steptoe, A & Wardle, J.** (2005) Positive affect and biological function in everyday life. *Neurobiological Aging*. 26(1):108-12.
- **Steptoe, A & Marmot, M.** (2006) Psychosocial, hemostatic and inflammatory correlates of delayed poststress blood pressure recovery. *Psychosomatic Medicine*. 68(4):531-537.
- **Steptoe, A., Gibson, E.L., Hamer, M. and Wardle J.** (2007) Neuroendocrine and cardiovascular correlates of positive affect measure by ecological momentary assessment and by questionnaire. *Psychoneuroendocrinology*. 32(1):56-64.
- **Steptoe, A., O'Donnell, K., Marmot, M & Wardle, J.** (2008) Positive affect, psychological well-being and good sleep. *Journal of Psychosomatic Research*. 64(4):409-15.
- **Steptoe, A., Dockray, S. & Wardle, J.** (2009) Positive Affect and Psychobiological Processes Relevant to Health. *Journal of Personality*. 77(6):1747-1776.
- **Tamis-Lemonda, C.S., Shannon, J.D., Cabrera, N.J. & Lamb, M.E.** (2004) Fathers and Mothers at play with their 2- and 3- year olds: contributions to language and cognitive development. *Childhood Development* (75):1805-1820.
- **Tennant, V.** (2005) The powerful impact of stress. Retrieved from <http://education.jhu.edu/PD/newhorizons/strategies/topics/Keeping%20Fit%20for%20Learning/stress.html>
- **Toichi, M. & Kamio, Y.** (2003) Paradoxical autonomic response to mental tasks in autism. *J Autism Dev Disord*. 33(4):417-426.
- **Tugade, M.M., Fredrickson, B.L. & Feldman Barrett, L.** (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*. 72(6):1161-1190.
- **Uchino, B.N.** (2006) Social support and health: a review of physiological processes potentially underlying links to disease outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*. 29(4):377-87.
- **Office of the United Nations High Commissioner for Human Rights** (1990). Convention on the Rights of the Child. Article 31
- **Vaillant, G.E.,** (2003) *Aging well.* USA. Little Brown & Company.
- **Van Steensel, F.J., Bogels, S.M. & Dirksen, C.D.** (2012) Anxiety and quality of life: clinically anxious children with and without autism spectrum disorders compared. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 41(6):731-8.
- **Wei, H., Zou, H., Sheikh, A.M., Malik, M., Dobkin, C., Brown, W.T & Li, X.** (2011) IL-6 is increased in the cerebellum of autistic brain and alters neural cell adhesion, migration and synaptic formation. *Journal of Neuroinflammation*. 19(8):52.
- **Witking, G.** (1999) *KidStress: What it is, how it feels, how to help.* New York. Viking Penguin.
- **Zeedyk, M.S.** (2012) *Wired for communication: how the neuroscience of infancy helps in understanding the effectiveness of Intensive Interaction.* In Hewett, D. (Ed.) *Theoretical Perspectives.* London, California, New Delhi, Singapore: SAGE.

Liite 1

Tutkimuksia voimauttavan vuorovaikutuksen vaikutuksista

- **Anderson, C.** (2006) 'Early Communication strategies: using video analysis to support teachers working with preverbal pupils, *British Journal of Special Education*, 33(3):114-120.
- **Argyropoulou, Z. & Papoudi, D.** (2012) 'The training of a child with autism in a Greek preschool inclusive class through intensive interaction: a case study', *European Journal of Special Needs Education*. 27(1):99-114.
- **Barber, M.** (2008) Using Intensive Interaction to add to the palette of interactive possibilities in teacher-pupil communication, *European Journal of Special Needs Education*, 23(4):393-402.
- **Caldwell, P.** (2006) Speaking the other's language: Imitation as a gateway to relationship. *Infant and Child Development*. 15(3):275-282.
- **Caldwell, P.** (2010) Answering a call for help. *Learning Disability Today*. 5:16-18.

- **Cameron, L. & Bell, D.** (2001) 'Enhanced Interaction Training', *Working with People who have a learning difficulties*, Support for Learning, 22(3):116.
- **Elgie, S. & Maguire, N.** (2001) Intensive Interaction with a woman with multiple and profound disabilities: a case study, *Tizard Learning Disability Review*, (6)3:18-24.
- **Firth, G., Elford, H., Leeming, C. & Crabbe, M.** (2008) Intensive Interaction as a Novel Approach in Social Care: Care Staff's Views on the Practice Change Process: *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*. 21:58-69.
- **Jones, R. & Williams, H.** (1998) Reducing Stereotyped Behaviour: an experimental analysis of Intensive Interaction, *International Journal of Practical Approaches to Disability*, 22(2/3):21-25.
- **Kellett, M.** (2000) Sam's story: evaluating Intensive interaction in terms of its effect on the social and communicative ability of a young child with severe learning difficulties: *Support for Learning*. 15(4):165-71.
- **Kellett, M.** (2001) Implementing Intensive Interaction: an evaluation of the efficacy of Intensive Interaction in promoting sociability and communication in young children who have severe learning difficulties and of factors affecting its implementation in community special schools. Unpublished PhD Thesis, Oxford Brookes University.
- **Kellett, M.** (2003) Jacob's Journey: developing sociability and communication in a young boy with severe and complex learning difficulties using the Intensive interaction teaching approach, *Journal of Research in Special Educational Needs*, March.
- **Kellett M.** (2004) Intensive Interaction in the inclusive classroom: using interactive pedagogy to connect with students who are hardest to reach', *International Journal of Research & Method in Education*, 27 (2), 175-88.
- **Kellett, M.** (2005) Catherine's Legacy: social communication development for individuals with profound learning difficulties and fragile life expectancies, *British Journal of Special Education*. 32(3):116-121.
- **Knott, L.** (1998) Ben's Story: Developing the communication abilities of a pupil with autism, In Hewett, & Nind, (Eds.) *Interaction in Action: Reflections on the Use of Intensive Interaction*, London: David Fulton Publishers.
- **Leaning, B. & Watson T.** (2006) From the inside looking out – an Intensive Interaction group for people with profound and multiple learning disabilities, *British Journal of Learning Disabilities*. 34:103-109.
- **Lovell, D., Jones, R. & Ephraim, G.** (1998) The effect of Intensive Interaction on the sociability of a man with severe intellectual disabilities, *International Journal of Practical Approaches to Disability*, 22(2/3):3-9.
- **Nind, M.** (1993) Access to Communication: Efficacy of Intensive Interaction teaching for people with severe developmental disabilities who demonstrate ritualistic behaviours. Unpublished PhD thesis, Cambridge Institute of Education
- **Nind, M.** (1996) Efficacy of Intensive Interaction: developing sociability and communication in people with severe and complex learning difficulties using an approach based on caregiver-infant interaction, *European Journal of Special Needs Education*. 11(1):48-66.
- **Nind, M.** (1999) Intensive Interaction and autism: A useful approach? *British Journal of Special Education*, 26(2):96-102.
- **Samuel, J., Nind, M., Volans, A. & Scriven, I.** (2008) An evaluation of Intensive Interaction in Community Living Settings for adults with profound intellectual disabilities, *Journal of Intellectual Disabilities*, 12(2):111-126.
- **Sharma, V. & Firth, G.** (2012) Effective engagement through Intensive Interaction, *Learning Disability Practice*. 15(9):20-23.
- **Taylor, B. and Taylor, S.** (1998) Gary's story: Parents doing Intensive Interaction, In Hewett, & Nind, (Eds.) *Interaction in Action: Reflections on the Use of Intensive Interaction*, London: David Fulton Publishers.
- **Watson, J. & Knight, C.** (1991) An evaluation of intensive interaction teaching with pupils with severe learning difficulties, *Child language, Teaching and Therapy*. 7(3):10-25.
- **Watson, J. & Fisher, A.** (1997) Evaluating the effectiveness of Intensive Interactive teaching with pupils with profound and complex learning difficulties, *British Journal of Special Education*, 24(2):80-87.
- **Zeedyk, S., Davies, C., Parry, S. & Caldwell, P.** (2009) Fostering social engagement in Romanian children with communicative impairments: The experiences of newly trained practitioners of Intensive Interaction, *British Journal of Learning Disabilities*. 37(3):186-196.
- **Zeedyk, S., Caldwell, P. & Davies, C.** (2009) How rapidly does Intensive Interaction promote social engagement for adults with profound learning disabilities and communicative impairments? *European Journal of Special Needs Education*. 24(2):119-137.

Treating Autism aims to provide support and information to persons affected by autism, their family members and professionals.

Treating Autism:

- runs local parent events and offers online support and information
- holds conferences presenting the latest scientific research and treatments
- creates and publishes booklets and documents, free of charge
- participates in and facilitates research projects

A membership to Treating Autism entitles you to:

- A membership pack which includes a free book
 - Free entry to Treating Autism Roadshows around the UK
 - Large discounts on Treating Autism Conference registration fees
 - Discounts on foods and supplements from leading reputable suppliers
 - Free access to the Treating Autism Library (filled with many informative books and DVDs on autism, including many of the latest titles)
- AND** the chance to meet like-minded parents through our Members' Only Facebook Group. Membership fees are kept very low, with free membership available to those on low income.

For more information visit www.treatingautism.org.uk