

Meri Laakso, Malla Lappeteläinen

Psykomotoriikkaa varhaiskasvattajille

Autististen lasten päiväkotiryhmän henkilökunnan koulutus

Opinnäytetyö

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Fysioterapia AMK

Fysioterapeutti

Opinnäytetyö

10.11.2015

Tekijät Otsikko	Meri Laakso, Malla Lappeteläinen Psykomotoriikkaa varhaiskasvattajille
Sivumäärä Aika	28 sivua + 3 liitettä 10.11.2015
Tutkinto	Fysioterapeutti AMK
Koulutusohjelma	Fysioterapian koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Fysioterapia
Ohjaajat	Lehtori Anita Ahlstrand Lehtori Mikko Harju
<p>Opinnäytetyönä toteutettiin psykomotoriseen lähestymistapaan pohjautuva koulutus yhteistyössä Lakelan päiväkodin ja monipuolisen oppimiskeskuksen kanssa. Koulutukseen osallistuivat oppimiskeskuksen autismiin keskittynyt Pelimannit-ryhmän henkilökunta ja koulutus suunniteltiin yksilöllisesti ryhmän moniammatillisen henkilökunnan tarpeita vastaavaksi. Koulutus koostui teoriasta ja käytännön harjoitteista. Koulutus toteutettiin Lakelan päiväkodin liikuntasalin tiloissa lokakuussa 2015. Tavoitteenamme oli lisätä työntekijöiden psykomotoriikan tietämystä, antaa lisää työkaluja arjessa toimimiseen ja sitä kautta lisätä työhyvinvointia ja työssä jaksamista.</p> <p>Ryhmän tarpeet arvioitiin haastattelemalla, alkukyselylomakkeiden ja havainnointikäynnin avulla. Teorian aihealueet rajautuivat näiden tulosten ja havaintojen pohjalta. Koostimme materiaalin, jonka avulla pyrimme tuomaan enemmän esiin Pelimannien työntekijöiden jo olemassa olevia vahvuuksia ohjaajana toimimisessa sekä kehittämään heidän ohjausosaamistaan vielä lisää. Lähestymistapa koulutukseen oli psykomotorinen ja pääteemoja olivat koskettaminen vuorovaikutussuhteessa, ohjausosaaminen sekä työhyvinvointi. Työntekijät saivat viikkoa ennen koulutusta luettavakseen etukäteismateriaalin, joka oli tiivistelmä opinnäytetyön teemateorioista.</p> <p>Keräsimme työntekijöiltä palautteet koulutuksesta. Kaikki osallistujat kokivat koulutuksen työnsä kannalta hyödylliseksi. He olivat tyytyväisiä saamiinsa materiaaleihin ja korostivat harjoitteiden kokemisen tärkeyttä. Arjesta irtautuminen onnistui ja osallistujat nauttivat tiiminsä kanssa yhdessä tekemisestä. Palautteissa kiiteltiin, että koulutus oli juuri heidän työryhmänsä haasteisiin ja tarpeisiin sopiva.</p> <p>Jatkoehdotuksena koulutuksesta voisi kehittää laajemman kokonaisuuden, joka toteutettaisiin useammassa eri osassa. Tällöin suuret kokonaisuudet, kuten psykomotoriikan yhdistäminen autismiin sekä työssäjaksaminen, voisivat olla yhden koulutuskerran teemoina ja niiden käsitteleminen olisi syvällisempää. Myös harjoitteille ja luovuuden kehittämiselle jäisi tällöin enemmän aikaa.</p>	
Avainsanat	psykomotoriikka, autismin kirjo, työhyvinvointi, varhaiskasvatus, koskettaminen, ohjausosaaminen, pystyvyys, vuorovaikutus

Authors Title	Meri Laakso, Malla Lappeteläinen Psychomotricity for Early Childhood Educators
Number of Pages Date	28 pages + 3 appendices 10th November 2015
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Physiotherapy
Specialisation option	Physiotherapy
Instructors	Anita Ahlstrand, Senior Lecturer of Physiotherapy Mikko Harju, Senior Lecturer of Physiotherapy
<p>This thesis was carried out as a psychomotricity approach based training in co-operation with the Lakela day-care center and diverse learning center. The training was attended by the staff of the learning center's autism focused Pelimannit group. The training was designed to uniquely fit the needs of the multi-professional staff. The training consisted of theory and practical exercises. The training was carried out at Lakela kindergarten's gym facilities in October 2015. Our goal was to increase the staff's knowledge of psychomotricity, provide more tools for everyday life activities and thereby increase the well-being and coping in the workplace.</p> <p>The group's needs were assessed through interviews, initial questionnaires and via an observation visit. Theoretical topics were determined by the basis of these results and findings. We compiled a training material, aimed at improving the staff's existing strengths as instructors, as well as developing their competence as instructors even more. The approach to the training was psychomotoric and the main themes were touching in interaction relationship, competence as an instructor and workplace well-being. The staff received a pre-material one week before the training, which contained a summary of the themes of the thesis.</p> <p>We collected feedback of the training from the staff. All the participants found the training useful for their work. They were satisfied with the materials they received and emphasized the importance of experiencing the exercises. Breaking free from the everyday life was achieved and the participants enjoyed doing things together with their team. In the feedbacks the participants commended the training event as appropriate for the challenges and needs of their work community.</p> <p>As a follow-up proposal, the training could be developed to a larger entity, which would be implemented in several different segments. In that case, the major entities, such as the integration of psychomotricity to autism and coping in the workplace, could be main themes for a single training session, and the handling of these themes would be more profound. Also, more time would be spared for exercises and developing creativity.</p>	
Keywords	psychomotricity, autism, well-being at work, early childhood education, touching, instruction competence, self-efficacy, interaction

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus	2
3	Psykomotoriikan hyödyntäminen autististen lasten kehityksen tukemisessa	3
3.1	Aistikokemukset ja aistitoimintojen häiriöt	4
3.2	Psykomotoriikan keskeiset sisällöt	6
3.3	Autistisen lapsen kommunikointi ja vuorovaikutus	8
4	Työskentely autistisen lapsen ohjaajana	9
4.1	Koskettaminen vuorovaikutussuhteessa	10
4.2	Pystyvyyden lisääminen ohjaustyössä	12
4.3	Työhyvinvointi ja työssäjaksaminen	13
5	Koulutusmateriaalin laatiminen Pelimannien työntekijöille	16
5.1	Toteutuksen suunnittelu	17
5.2	Koulutuksen rakenne, sisältö ja eteneminen	18
5.3	Koulutuspäivän palautteet työntekijöiltä	21
6	Pohdinta	22
Liitteet		
Liite 1. Alkukyselylomake		
Liite 2. Etukäteismateriaali		
Liite 3. Palautelomake		

1 Johdanto

Psykomotoriikka on lähestymistapa, jonka tunteminen tarjoaa näkökulmia ja erilaisia työkaluja työskennellä erityistä tukea tarvitsevien lasten parissa. Psykomotoriikan keskeinen tavoite on tukea lapsen kokonaisvaltaista kehittymistä sekä vahvistaa minäkäsitystä niin ohjattavan kuin ohjaajankin osalta. Psykomotoriikassa ei ole suoraviivaisia rajoja erilaisten näkökulmien välillä, minkä vuoksi se tarjoaa avoimen suhtautumisen lapsen toimintoihin ja monipuolisen näkemyksen ymmärtää lasta omana persoonanaan psyykkisenä, fyysisenä ja sosiaalisena toimijana.

Pelimannit on päiväkotiryhmä Lakelan monipuolisessa oppimiskeskuksessa Espoossa. Ryhmä koostuu kuudesta autistisesta lapsesta sekä heidän seitsemästä ohjaajastaan. Tarve tälle opinnäytetyölle tuli pyyntönä päiväkodista, mutta toteutusehdotus psykomotorisen koulutuksen muodossa oli meidän visiomme. Tuotimme yksilöllisesti moniammatilliselle ryhmälle henkilökunnan tarpeisiin vastaavan koulutusmateriaalin. Koulutuksen tavoite ja tarkoitus oli lisätä työntekijöiden psykomotoriikan tuntemusta ja tietämystä, antaa lisää työkaluja arjessa toimimiseen sekä sitä kautta lisätä työhyvinvointia ja työssä jaksamista.

Valitsimme psykomotoriikan osaksi työtämme, sillä halusimme tarjota ryhmän työntekijöille erilaisia lähestymistapoja ja ajatuksia sekä uudenlaista kokemuspohjaa työn tukemiseen. Erilaisten suuntausten tunteminen vahvistaa oman työn teoriataustaa ja mahdollistaa sitä kautta myös oman työn arvioinnin. Opinnäytetyömme on toteutukseltaan monimuotoinen ja se toteutettiin perustuen haastatteluun, havainnointiin ja kyselytutkimukseen. Teoriapainotusten rajaus tehtiin näiden tutkimusmenetelmien tulosten pohjalta. Koulutusmateriaali koostettiin kirjallisuuteen ja tutkimuksiin pohjautuen, ja se sisälsi yhteenvetona psykomotorisesta lähestymistavasta koulutuksellisen informaatio-osuuden sekä toiminnallisen osuuden käytännön harjoitteineen.

2 Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tuottaa psykomotorisesta lähestymistavasta koulutusmateriaali, joka parhaiten vastaisi Lakelan monipuolisen oppimiskeskuksen Pelimannit –ryhmän työntekijöiden tarpeisiin ja antaisi lisää keinoja toimia lasta tukevasti arjen haastavissa tilanteissa. Pelimannit –ryhmälle on tehty kerran aiemmin, vuonna 2009, opinnäytetyö ”Sipsutellen, ihmetellen, iloisesti seikkaillen!” (tekijät Lamppu, S. – Lehtonen, E. – Peltoniemi, N.), jossa on koottuna liikuntaharjoitteita tukemaan autististen lasten kuntoutusta ja sensorista integraatiota. Koska edeltävä opinnäytetyö keskittyi pääasiassa lapsille soveltuviin harjoitteisiin, halusimme tarjota psykomotorisia kokemuksia suoraan myös Pelimannien työntekijöille ja täten osoittaa psykomotoriikan monipuolisuuden käytettäväksi erilaisissa tilanteissa.

Työntekijöiden voimaannuttaminen työhön ja kouluttaminen erilaisiin lasta ohjaaviin menetelmiin lisäisi myös työntekijöiden työssäjaksamista, joka oli päätavoittemme koulutuksen järjestämisessä. Hypotesimme oli, että jo työntekijöiden yhteinen iltapäivä lisää työhyvinvointia. Koulutuksen oli tarkoitus olla vapaamuotoinen, jotta myös työntekijöiden oma, työssä opittu hiljainen tieto leviäisi työntekijältä toiselle keskustelun lomassa. Tilaisuuden tuli myös ryhmäyttää työntekijöitä ja vahvistaa heidän yhteishenkeään.

Arjen haasteellisuuden vuoksi Pelimannien henkilöstö oli toivonut uusia ideoita ja kehittämis ehdotuksia ryhmän toiminnan tueksi. Varsinainen henkilökunnan koulutus oli meidän ehdotuksemme, joka otettiin Pelimanneissa innostuneesti vastaan. Lakelan päiväkodin ja Pelimannien ryhmän henkilökunnan rooli oli esittää toiveita ja ehdotuksia, joista me jalostimme lopullisen toteutuksen. Aloitimme yhteistyön ja suunnittelun keväällä 2015. Ryhmään tuli syksyllä uusia lapsia ja työntekijöitä. Koulutuksella oli tärkeä tehtävä olla heti alkusyksystä tukemassa työntekijöiden ryhmäytymistä ja uusien työntekijöiden työyhteisöön sopeutumista.

Psykomotoriikasta on olemassa käytännön tietoa ja osaamista, mutta vain vähän virallista tutkimustietoa. Kliinistä tutkimusmateriaalia löytyy saksaksi ja englanniksi, mutta suomenkielistä tutkimusaineistoa on vielä vähän. Halusimme tuottaa lisää psykomotoriikkaan liittyvää suomenkielistä materiaalia. Osaltamme lisäsimme päiväkodin tietämystä psykomotoriikasta, innostimme heitä hakemaan lisää tietoa ja motivoimme heitä käyttämään lähestymistapaa työnsä tukemiseksi.

3 Psykomotoriikan hyödyntäminen autististen lasten kehityksen tukemisessa

Psykomotoriikaksi nimitetään lähestymistapaa, jossa ihmistä ajatellaan kokonaisvaltaisesti; fyysismotorisena, kehollisena, sosiaalisena ja psyykkisenä kokonaisuutena. Kyseinen lähestymistapa poikkeaa tehtäväorientoituneista menetelmistä (esim. Sherborne Developmental Movement eli SDM -menetelmä, SeMoCo –harjoitusohjelma), sillä psykomotoriikassa korostetaan ihmisen koko persoonallisuuden merkitystä ja liikuminen nähdään yksilölle merkittävänä ilmaisukeinona. Yksittäisten liikuntasuoritusten sijaan tarkastellaan toiminnan yhdistelmiä, joissa mukana on aina monia erilaisia fyysisiä, emotionaalisia eli tunteisiin liittyviä ja kognitiivisia – toisin sanoen tietoa käsitteleviä – prosesseja. Käsitteenä psykomotoriikka tarkoittaa kehon ja motoriiikan sekä mielen ja psyykeen tiivistä, toiminnallista yhteyttä. Kokonaisuus koostuu yksilön sen hetkisistä kokemuksista, ajatuksista, tunteista ja toiminnoista sekä vuorovaikutusprosesseista kaikkien edellä mainittujen alueiden välillä. (Koljonen 2000: 27; Zimmer 2011: 19.)

Autismilla puolestaan tarkoitetaan aivojen toimintahäiriötä, jossa aistien välittämän tiedon käsittelyssä on ongelmia. Autismi luokitellaan osaksi autismin kirjon oireyhtymiin kuuluvista keskushermoston kehityshäiriöistä, joita muita ovat muun muassa Aspergerin oireyhtymä ja Rettin oireyhtymä. Autismin kirjon henkilöiden kehitys vaihtelee suuresti vaikeasti kehitysvammaisista älyllisesti lahjakkaisiin ja vähän tukea tarvitseviin. Vaikka autismin kirjo on laaja-alainen, kaikille siihen kuuluville henkilöille on yhtenäistä sosiaalisen vuorovaikutuksen vaikeudet, kommunikaatiokyvyn puutteellisuus ja mielikuvitusmaailman rajallisuus. (Ayres 2008: 207-208; Partanen 2010: 24-26.)

Lapsen kohdalla aikaisessa vaiheessa näkyviin tulleiden toimintakyvyn oireiden pohjalta voidaan puhua varhaislapsuuden autismista. Diagnostiset kriteerit varhaislapsuuden autismin toteamiseksi täyttyvät, jos henkilöllä todetaan olevan vaikea häiriö sosiaalisessa vuorovaikutuksessa sekä kielen ja symbolien ymmärtämisessä, vaikeuksia itsensä ilmaisemisessa sekä käyttäytymisen häiriöitä tai normaalista poikkeavia tapoja. Pääsääntöisesti oireet ilmenevät keskimäärin ennen 2,5 vuoden ikää ja useimmilla lapsilla ne ovat selvästi havaittavissa jo ensimmäisen elinvuoden aikana. Vaikka oireet ovat yhteneväisiä, voivat ne ilmetä lapsilla hyvinkin eri tavoin. Valitettavasti diagnoosin tekeminen viivästyy usein, sillä vanhemmat huolestuvat vasta, kun lapsi alkaa jättäytyä selvästi jälkeen samanikäisiin kohdistuvista odotuksista. (Ayres 2008: 207-208; Gillberg 1999: 15-17)

Psykomotorisen lähestymistavan avulla pyritään huomioimaan ihmisen käyttäytymiseen vaikuttavia tekijöitä. Pää tavoitteena on tukea lapsen kokonaisvaltaista kehitystä ja tarvetta herättää uteliaisuutta uusiin kokemuksiin sekä jättää myös tilaa yksilöllisille kiinnostuksen kohteille. Motorisen heikkouden, ylivilkkouden tai aistiherkkyyden taustalla on yleensä useita tekijöitä, jotka vaativat keskittymistä. Ament et al (2015) tekemän tutkimuksen mukaan kehitysvaikeuksia omaavilla lapsilla, kuten autismin kirjon kuuluvilla tai ADHD –diagnoosin saaneilla, liikuntakyvyn alentuminen on yleistä. Motoristen taitojen heikkous oli huomattavasti suurempaa autistilapsilla kuin ADHD –lapsilla. Suuri osa autistisista lapsista osoitti puutteita liikkeiden suorituskyvyssä. Myös tehtävät, joissa tarvittiin tarkempaa visuaalista havaintokykyä, tuottivat ongelmia autistisille henkilöille. Tämän arveltiin johtuvan avaruudellisen hahmottamisen ja toiminnan hetkellisyyden tiedostamisen vaikeuksista, jolloin visuaalisen palautteen käsitteleminen jäi vähäiseksi. Psykomotoriikka mahdollistaakin lapsen työstää omia vaikeuksiaan sekä selvittää itseensä tai ympäristöön liittyviä ongelmia. Oppiessaan uusia liikuntamalleja autistit voivat luottaa enemmän asento- ja liikeaistin tuomaan palautteeseen. (Ament et al 2015; Koljonen 2000: 27; Zimmer 2011: 17-22, 35-46.)

Kun fyysismotoriset taidot ja toiminnot kehittyvät, edistymistä on odotettavissa myös psyykkisellä puolella. Lisäksi psykomotoriikka voidaan mieltää lähestymistavaksi, joka huomioi lapsikeskeisyyden ja lapsen kehitystason. Tavoitteena on tukea lapsen oma-toimisuutta ja vakauttaa persoonallisuutta tarjoamalla positiivisia liikuntakokemuksia. Liikkuessaan lapsi oppii tuntemaan itseään ja saa osaamisestaan välitöntä palautetta, jolloin minäkäsitys vahvistuu. Psykomotoriikassa korostetaan elämyksellisyyttä, koska kokemusrikkaat liikkumishetket kehittävät aistien havainnointikykyä. Havainnointikyvyn kehittymisen myötä lapsen oppiminen ja toimiminen ympäristössä helpottuu. Psykomotorinen tukeminen pyrkii vaikuttamaan positiivisesti lapsen psyykkiseen hyvinvointiin ja auttaa vahvistamaan myös lapsen luottamusta omiin kykyihinsä. (Zimmer 2011: 17-22, 35-46.)

3.1 Aistikokemukset ja aistitoimintojen häiriöt

Yksi tärkeä psykomotorisen tukemisen kohderyhmä ovat muun muassa lapset, joilla on aistitoimintojen häiriöitä, kuten autistisilla lapsilla. Häiriökäyttäytyminen voi olla poikkeavaa reagointia aistiärsykkeisiin; tällöin lapsen toimintaa seuraamalla välittyy tietoa aistikanavien mahdollisista yli- tai aliherkkyyksistä. Työskenneltäessä tällaisten lasten

kanssa keskitytään jättämään heikkoudet vähemmälle huomiolle ja painopisteinä ovatkin autistisen lapsen kiinnostuksen kohteet sekä vahvuudet. Päivittäin toteutettavat yksilöllisesti sopivat aistiharjoitukset antavat lapselle aistimuksia, lievittäen pulmallisen aistikanavan aiheuttamaa haitallista käyttäytymistä. Harjoitteissa voidaan erityisten välineiden sijaan hyödyntää arkipäivän materiaaleja. Esimerkiksi koskettaminen tukee oman kehon hahmottamista ja kokonaismotoriikkaa, taskulampun valo voi edesauttaa katseen suuntaamista, huiveilla sekä lakanoilla verhoiltu tila hillitsee valoherkkyyttä ja kuuntelemalla korva vasten seinää tai vaikkapa viilipurkkia voidaan opetella sietämään eri voimakkuudella tulevia ääniä. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2000: 77-80; Zimmer 2011: 19-22, 35-41.)

Autististen henkilöiden erikoisen käyttäytymisen syynä on kolmella tavalla aistitoimintojen poikkeavuuksia: yliherkkyys (hyper), aliherkkyys (hypo) ja valkoinen kohina (white noise). Hyper –toiminto tarkoittaa, että aistikanava on liian avoin, jolloin aistimuksia tulee liikaa. Henkilö ei pysty käsittelemään aivoihin tulevaa tietoa riittävästi ja seurauksena voi olla esimerkiksi raivokohtaus. Autisti pyrkii sulkemaan itsensä pois runsaasta aistitulvasta, mikä näkyy käyttäytymisessä siten, että hän saattaa peittää korvansa kuullessaan ääniä, karata pois tilasta, jossa on liikaa musiikkia tai heiluttaa näkökenttäänsä edessä jotain esinettä ympärillä kasvavan hälinän ja näköärsykkeiden lisääntyessä. Yliherkästä tuntoaistista kärsivä henkilö välttelee kosketusta, pakenee sylissä pitämistä ja sietää harvoin suihkussa käymistä, koska vesipisarot sattuvat iholla. Haju- ja makuyliherkkyys teettävät autisteilla useimmiten ruokailuongelmia. (Ikonen – Suomi 1999: 62; Kerola – Kujanpää – Timonen 2000: 74-75; Szegda – Hokkanen 2010: 32.)

Aistimusten ollessa hyposensitiiviset, kyseessä on aliherkkyys eli liian vähäinen viestien välitys aivoihin. Aistimusten puutteessa oleva henkilö yrittää aiheuttaa lisää aistikokemuksia itselleen eri keinoin. Autisti saattaa puristella, lyödä tai purra itseään, jotta vahvoja aistikokemuksia syntyisi. Lisäksi esimerkiksi alinäköinen henkilö saattaa räpsytellä valoja, alikuuloinen kolistella tavaroita ja aliherkkä hajuille haistella esineitä sekä ihmisiä. Valkoinen kohina (white noise) sen sijaan johtuu aistijärjestelmän omasta, sisäisestä häiriöstä. Tämä vaikeuttaa aistitiedon vastaanottoa ja käsittelyä sekä vääristää informaatiota. Valkoinen kohina voi ilmetä esimerkiksi korvien tinnituksena, joka häiritsee muiden kuuntelemista, jatkuvana pahana makuna suussa, mikä hankaloittaa makuaistia ja voimakkaana kipuna tai pistelynä vartalossa, jotka vaikeuttavat kehotietoisuutta. (Ikonen – Suomi 1999: 62; Kerola – Kujanpää – Timonen 2000: 74-75; Szegda – Hokkanen 2010: 32.)

Aistitoimintojen muuntuminen voi vaihdella päivittäin, muutoksia voi esiintyä kaikissa aisteissa ja toisinaan tietty aistikanava voi olla suljettuna useita minutteja tai jopa viikon ajan. Autisti saattaa reagoida samoihin aistiärsykkeisiin monin eri tavoin. Huomion kiinnittyessä pääosin aistimuksiin heikkenee henkilön sensorinen säätely ja motoriikka sekä vuorovaikutuksessa oleminen häiriytyy. Jotta aistijärjestelmää voidaan tasapainottaa ja tietoisesti harjaannuttaa, tehdään päivittäin intensiivisesti aistiharjoitteita. Havainnoimalla autistisen henkilön toimintaa, tullaan tietoiseksi hänen aistipoikkeamien laajuudesta ja voidaan valita juuri hänelle yksilöllisesti sopivat harjoitteet. Kun aistiärsytyksen tuottaa ulkopuolinen henkilö/taho, saa autisti keskittyä paremmin itse kokemukseen. Aistien toiminnan normalisoinnin tavoitteena on muokata hermoverkon rakennetta ja toimintaa uudelleenjärjestäytyneeksi, jolloin autisti kykenee hahmottamaan itsensä paremmin sekä toimimaan ympäristössä vaivattomammin. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2000: 73-77; Szegda – Hokkanen 2010: 5-9, 31.)

3.2 Psykomotoriikan keskeiset sisällöt

Kehon- ja minän kokemukset, sosiaaliset kokemukset sekä materiaalikokemukset ovat psykomotoriikan keskeisiä sisältöjä. Osa-alueilla keskitytään käyttäytymisen, havaintokykyjen, liikkumisen ja kehotietoisuuden vuorovaikutuksellisuuteen. Koska tavoitteena on edistää lapsen kokemusta olla kykenevä ja pystyä itse, käytännön toteutus edellyttää valmiuksia ymmärtää lapsen aktiivisuutta ja omaehtoisuutta. Nykypäivänä omat kekokemukset ovat yhä vähäisempiä, sillä esimerkiksi älypuhelimet sekä tabletit vievät suuren huomion ja toiminnalliset elämykset koetaankin virtuaalisesti. Positiivisilla liikkumiskokemuksilla pyritään vahvistamaan myös lapsen ja aikuisen välistä vuorovaikutussuhdetta. (Koljonen 2000: 27; Zimmer 2011: 19-22.)

Sosiaalisia kokemuksia saadaan mahdollisuuksien mukaan, esimerkiksi päiväkodin tai koulun arjessa, toteutettavien ryhmä- ja parikokemusten kautta. Niiden avulla laajennetaan lapsen omaa oppimista ja luodaan valmiuksia kommunikoida toisten lasten sekä muiden ihmisten kanssa. Vaikka ryhmässä toimiminen ei ole aina pienille lapsille helppoa, yhteenkuulumisen kokemuksen vahvistaminen voi auttaa lasta löytämään omat vahvuutensa paremmin ja hyväksymään erilaisuutensa osaksi normaalia toimintaa. Lapsi uskaltautuu toimimaan muiden lasten kanssa, kun lähellä on turvallinen aikuinen, joka varmistaa myönteisen ilmapiirin toteutumisen. Ainoastaan olemalla mukana sosi-

aalisessa toiminnassa ja positiivisia vertaissuhdetaitoja kartuttamalla opitaan ryhmässä olemisen taitoja, jakamaan yhteisiä kokemuksia sekä huomioimaan toiset hyväntahtoisesti. Jo varhaislapsuudessa koetut ryhmäkokemukset jäävät lapsen tunnemuistiin ja vaikuttavat sopeutumiseen myöhemmissä sosiaalisissa suhteissa. (Sajaniemi ym. 2015: 143-148; Sajaniemi – Mäkelä 2014: 152-153; Zimmer 2011: 20.)

Autistinen lapsi voi kokea ryhmä- ja paritilanteet kuormittavina, koska hänellä on haasteita vuorovaikutustaidoissa sekä sosiaalisessa ja emotionaalisessa kehityksessä. Yksinleikkiminen on useimmiten autistiselle lapselle mielekkäämpi valinta yhteisen toiminnan sijaan. Syrjään vetäytymisen syynä voi olla tapa osoittaa mieltä ja epävarmuutta uutta tilannetta (ryhmäkokemusta) kohtaan, omaan sisäiseen maailmaan uppoutuminen tai yksinäisyyden tunteen tuoma mielihyvä. On mahdollista, että yksin leikkiesään lapsi kykenee kehittämään leikille tietyn tarkoituksen ja keksimään omia sääntöjä, vaikka mielikuvien käyttö olisi puutteellista. Tällöin yksinleikki voi tukea sosiaalista oppimista ja harjaannuttaa sisäisen säätelyn taitoja, vaikka muodollisesti toiminta näyttäytyisi ei-sosiaalisena. (Ozonoff – Dawson – McPartland 2008: 169; Sajaniemi ym. 2015: 132-136.)

Huomioitavaa on, etteivät yksinomaan leikit tee liikunnasta psykomotorista, vaan kysymys on siitä, miten lasta autetaan löytämään omaehtoisia toimintamahdollisuuksia ja millaisen tarkoituksen lapsi mieltää liikunnalla olevan. Autistista lasta tulisi ohjata leikkimisen taitoon, koska leikkiminen on heille lähtökohtaisesti vaikeaa ja leikki rajoittunutta. Ikätovereihinsa nähden autistiset lapset leikkivät ajallisesti vähemmän ja leikki on nuorempien tasolla. Lelut eivät herätä välttämättä mielenkiintoa, sillä niistä puuttuu konkreettisuus ja todellisuus. Tämän vuoksi myös mielikuvituksen leikeissä on vähäistä, sillä autistisilla lapsilla matkimisen sekä tunteiden tunnistamisen ja havaintojen tekemisen taidot ovat kehityksellisesti puutteellisia. Erialaisten materiaalien käyttö antaa lapselle mahdollisuuksia käyttää luovuutta ja mielikuvitusta sekä tarjoaa aistillisia kokemuksia ja havaintoja monimutkaisemmistakin leikeistä tai peleistä. Materiaalit ja välineet rikastuttavat liikuntaelämyksiä, mutta lapsen tulisi niin sanotusti itse oppia ”löytämään” esineet ja oivaltaa toimimaan niiden kanssa. Autistista lasta voidaan opettaa pitämään leluista, kun niiden käyttöä ohjataan ja lapsi on tietoinen, mitä häneltä odotetaan. Leikkiä voidaan harjoitella myös sellaisten tavaroiden kautta, joista lapsi omaloitteisesti kiinnostuu. Tällaisia voivat esimerkiksi olla arkipäivän materiaalit, kuten kynät, narun pätkät, sanomalehdet tai kertakäyttöastiat. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2000: 64-66; Zimmer 2011: 19-22, 35-41.)

Kannustaminen auttaa kasvattamaan autistisen lapsen motivaatiota sekä itsenäistä että yhteistä toimintaa ja leikkiä kohtaan. Tärkeää on havainnoida, kuinka lapsi oppii toimimaan omien vaikeuksiensa kanssa ja, miten kehokokemusten kautta luodaan identiteettiä kehittäviä perusteita. Aikuisen tehtävänä on vastata lapsen tekemiin aloitteisiin, antaa palautetta lapsen toiminnasta, suunnata huomiota lapsen mielenkiinnon kohteisiin ja auttaa autistia leikkimään yhdessä muiden leikinhaluisten lasten kanssa. Yhteisen toiminnan kautta autistin on mahdollista oppia toiminnan jakamisen ja matkimisen taitoja. (Sajaniemi ym. 2015: 123-127; Zimmer 2011: 35-41.) Rohkaisun avulla onnistumisen kokemukset kasvavat ja lapsi tuo esiin huomaamattaan piileviä kykyjään, jotka edistävät hänen taitotasonsa nousua. Erityistä tukea tarvitseville lapsille suunnatuilla harjoituksilla minimoidaan toistuvat epäonnistumiset, jotta motivaatio yrittämiseen säilyy, sekä saadaan motoriikkaa toimivammaksi, jolloin lapsen itsetunto kohoaa ja elämänlaatu paranee. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2000: 66; Szegda – Hokkanen 2010: 30.)

3.3 Autistisen lapsen kommunikointi ja vuorovaikutus

Kaikilla autismin kirjon kuuluvilla henkilöillä esiintyy vaikeuksia sanattomassa ja sanallisessa kommunikaatiossa sekä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Autistisella lapsella voi olla puutteita esimerkiksi ilmeiden, eleiden, katsekontaktin ja äänenpainojen ymmärtämisessä sekä niiden käytössä. Vuorovaikutuksellisia tilanteita autistinen henkilö voi pitää merkityksettöminä, koska hän ei hahmota puheen tuomaa hyötyä ja saattaa lisäksi ajatella, että muut tiedostavat jo hänen ajatuksensa. Kielelliset ongelmat kommunikaatiossa vaikuttavat autistisen lapsen käyttäytymiseen ja kokonaiskehitykseen sekä vaikeuttavat muun muassa oppimista. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 37-41; Partanen 2010: 30-33.)

Autismin kirjon henkilöt voivat olla täysin puhumattomia tai päinvastoin erittäin lahjakkaita kielellisesti. Kielelliset kommunikaatiovaikeudet ilmenevät yleensä jo lapsuusiässä, kun havaitaan ääntelyn olevan vähäistä ja jopa yksitoikkoista. Lapsi ei ala hallita ymmärrettävää puhekieltä itsenäisesti ja puheenkehitys viivästyy. Lapsi voi puhua yksittäisiä sanoja, mutta kokonaisten lauseiden tuottaminen on lähes mahdotonta. Osa autistisista lapsista ei kuitenkaan kykene tuottamaan edes yksittäisiä sanoja, vaan he jatkavat vauva-ajan jokellusta tai käyttävät erilaisia äännähdyksiä kommunikoidessaan. Vaikka autistinen henkilö olisi vanhemmiten kielellisesti lahjakas, hän ei välttämättä

ymmärrä kommunikoinnin tilannesidonnaisuutta tai epäsuorien ilmaisujen tulkitsemista niin sanotusti ”rivien välistä”. (Gillberg 1999: 39-40; Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 37-41; Partanen 2010: 128-129.)

Autistisen lapsen kielenkäyttö pohjautuu toistuviin tilanteisiin, mekaaniseen muistiin ja kaikupuheeseen (ekolalia), jossa ulkoa opittujen lauseiden hokeminen ja toistuvien kysymysten esittäminen on tyypillistä. Kielen kehitys perustuu useimmiten visuaalisuuteen eli näköaistiin. Koska auditiivinen vastaanottokyky on poikkeuksellista, keskittyy lapsi visuaalisiin viesteihin. Valitettavasti auditiivisen kielen jäädessä vähäiselle huomiolle, puhe jää ymmärtämättä ja oman itsensä ilmaisu monimutkaistuu. Tämän vuoksi autistinen henkilö ei ole tietoinen häneen kohdistuvista odotuksista ja hän käyttää kommunikointiinsa omaehtoista toimintaa, kuten esimerkiksi huutamista, esineiden heittelyä ja toisen henkilön kädessä kiskomista. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 59-63.)

Tunneilmaisu kielellisin keinoin tuottaa ongelmia ja ilmenee käyttäytymisen häiriöinä. Autistinen henkilö ei ymmärrä käyttäytymisensä vaikutuksia toiseen ihmiseen ja hänen tunteisiinsa. Muille ihmisille voi jäädä vaikutelma, että autistinen lapsi on kyllästynyt keskusteluun, eikä halua siksi olla tilanteessa läsnä, vaikka toiminta on tahatonta. Myös autistinen lapsi saattaa turhautua, kun ympäristö ei ymmärrä hänen tarkoittamiinsa viestejä. Sosiaalisia vuorovaikutustaitoja opetettaessa olisi tärkeää luoda tilanteita, joilla on merkitystä autistiselle henkilölle ja, jotka motivoisivat vuorovaikutukseen. Tärkeää olisikin pohtia lapsen vahvuuksia, missä hän on hyvä ja mistä hän pitää. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 60-65; Ozonoff – Dawson – McPartland 2008: 170; Partanen 2010: 30-33, 128-129.)

Koska sanojen merkitystä on vaikea ymmärtää tai yksittäisiin sanoihin kiinnittyy liikaa huomiota, voi puheen harjoittelu olla todella stressaavaa. Autistisen lapsen kohdalla kannattaisikin miettiä yksilöllisiä, vaihtoehtoisia kommunikaatiomenetelmiä, kuten kuvien ja tukiviittomien käyttöä. Pääasia on, että lapselle tarjotaan keino, jolla ilmaista omaa tahtoa; ”mitä minä haluan tai tarvitsen”. Lapselle tulisi luoda turvallinen ja luonnollinen harjoittelutilanne sekä antaa riittävästi aikaa. (Kerola – Kujanpää – Timonen 2009: 62-65; Ozonoff – Dawson – McPartland 2008: 19-20; Partanen 2010: 129.)

4 Työskentely autistisen lapsen ohjaajana

Autistisen lapsen ohjaajana toimiminen on aina tilannekohtaista kontekstista riippuen. Vuorovaikutuksellisesti suhteeseen vaikuttavat vahvasti sekä ohjattavan lapsen että ohjaajan henkilökohtaiset persoonallisuustekijät ja niiden myötä myös henkilökemia. Kohderyhmässämme, Pelimanneissa, koko organisaatio, päiväkodin tilat, henkilöstö, johto ja lapsiryhmä antavat raamit ohjaajana toimimiselle sekä edellytykset vuorovaikutussuhteille.

Valitsimme hiljaisen viestinnän keinoista pääteemaksemme koskettamisen lapsen ja aikuisen välisen vuorovaikutuksen tukemiseksi. Havainnointikäynnillä teimme huomioita, kuinka haasteellista autistisen lapsen ohjaajana toimiminen on. Tilanteiden pohjalta meille heräsi paljon ideoita, kuinka koskettamista voisi hyödyntää ohjauksessa vieläkin enemmän. Toinen pääkokonaisuutemme oli pystyvyys ohjaustyössä, jotta nostaisimme esiin autististen lasten ohjaajien omien voimavarojen arviointia sekä positiivisuuksiin keskittymistä, jotka vaikuttavat oleellisesti työhyvinvointiin. Huomiot perustuvat omiin kysymyksiimme ja painotuksiimme siinä, mitkä asiat koimme tärkeiksi tuoda Pelimannein ryhmän työntekijöiden tietoisuuteen ja keskusteltaviksi.

4.1 Koskettaminen vuorovaikutussuhteessa

Autistisen lapsen kanssa vuorovaikutussuhteen on oltava kokonaisvaltaista, läsnäoloon perustuvaa. Ohjaajan on tärkeää toteuttaa itseään yksilöllisesti vuorovaikuttavana henkilönä lapsen kanssa, jotta kohtaaminen on välittävää ja aitoa. Eri ohjaajien persoonalliset tekijät rikastuttavat lapsen sosiaalista pääomaa, kunhan vuorovaikutus tapahtuu puitteissa, jossa aikuiset reagoivat lapsen toimintaan samoin tukevin periaattein. Aktiivinen, molemminpuolinen vuorovaikutussuhde on aina lapsen kommunikointia tukevaa, kuntouttavaa toimintaa, vaikkei vuorovaikutus tapahtuisikaan kielellisesti. (Launonen 2007: 161-163; Reijonen – Mahlamäki-Stranden 2008: 23.)

Koskettaminen on aina sekä psyykkistä, fyysistä että sosiaalista. Koskettaminen luo turvallisuutta ja mielihyvää. Mitä intiimimmästä vuorovaikutussuhteesta on kysymys, sitä suurempi merkitys koskettamisella on. Koskettaminen tai koskemattomuus muokkaa ihmisten välisiä vuorovaikutus- ja luottamussuhteita. (Herrala – Kahrola – Sandström 2009: 72-73.) Lasten kohdalla koskettamisella on myös tunteiden tiedostamisen ja ilmaisemisen kautta opetuksellista merkitystä. Ihminen aistii kehollaan koskettamisen laatua, tarkoitusta ja sen tuomaa viestiä. Tutkimuksissa autististen lasten on havaittu olevan yhtä lahjakkaita tulkitsemaan kehonkielen kautta ilmaistavia perustunteita kuin

saman ikäisten verrokkiryhmän lapsien, jolla autismin kaltaisia piirteitä ei esiintynyt. Autististen lasten kanssa toimivien aikuisten olisi tarpeellista tiedostaa, että lapsi voi kyetä olemaan taitava tunnistamaan aikuisen tunnetiloja liikehännän ja eleiden kautta, vaikka sanallinen ilmaisu voikin olla lapsen havainnoinnin ja arvioinnin kiinnostuksen ulkopuolella. (Peterson– Slaughter – Brownell 2014.)

Koskettaminen on luonnollinen keino vahvistaa omaa kehonhahmottamista, toiminnallisten ohjeiden ymmärtämistä. Ohjauksessa lapselle voidaan myös helpottaa toiminnallisten ohjeiden ymmärtämistä kineettisen oppimisen kautta. (Huuhtanen 2001: 145.) Lasta verbaalisesti ohjatessa koskettamisen lisäämisellä on todettu haluttua positiivista käyttäytymistä edistävä vaikutus. Näinollen voidaan päätellä, että kosketus edistää positiivista käyttäytymistä sitä toimintoa kohtaan, jota lapselta sen hetkessä tilanteessa odotetaan. (Leonard – Berkowitz – Shusterman 2014.)

Autististen lasten aistiherkkyudessa on paljon yksilöllisiä eroja, jonka vuoksi kosketuksessa on tärkeää arvioida lapsen reaktioita ohjaussuhteen alkaessa. Ohjaajan on herkistytävä lapsen reaktioihin, jotta ohjaaja voi säädellä omaa fyysistä käyttäytymistään lapsen kanssa työskennellessään. Autististen lasten kiputunto voi olla alentunut, minkä vuoksi aikuisen täytyy osata lukea lasta, ettei koskettaminen tai lapsen fyysinen ohjaaminen ole lasta satuttavaa. Tällöin ohjaajan toiminnalla voi olla negatiivinen vaikutus luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen muodostumiseen. Lapselle tuleva palaute aikuisen kosketuksen laadun kautta voi vaikuttaa myös lapsen sosiaaliseen itsevarmuuteen ja kontaktinottoon. Aikuisen palaute lapsen käytökseen on minäkuvaa positiivisesti tai negatiivisesti rakentavaa. (Backman 1998: 7; Zimmer 2011: 51-55.)

Lasten kohdalla turvallisuuden tunteen ja terveen kiintymyssuhteen muodostumiseen on koskettaminen mielletty perustavanlaatuisiksi perusvälttämättömydeksi vuorovaikutussuhteen muodostumisen kannalta (Langinauer 2011.) Autististen lasten turvallisuuden tunteen laatua on epätarkkaa arvioida objektiivisesti, mutta miksei olisi syytä olettaa, että turvallisuuden tunteen kehittyminen on tärkeää myös autistisen lapsen psyykkisen kehityksen kannalta. Autismi itsessään ei ole pysyvä tila, vaan yksilön kehittymismahdollisuuden ovat olemassa elämän eri osa-alueilla, kunhan toiminta ja siitä saatu palaute on kehitystä tukevaa. Autistinen lapsi ei vain välttämättä osaa välittää itse tunteitaan, ajatuksiaan ja motivaatiotaan aikuisen tietoisuuteen sanallisesti.

Aikuisen on ohjaajana tärkeää olla tietoinen kehollisesta minästään ja sen kautta antamistaan ärsykkeistä lapselle. Aikuinen pystyy tietoisesti ymmärtämään, kuinka vuorovaikutuksellisissa tilanteissa kehoaan käyttää. Oman toiminnan realistinen reflektointi vaatiikin sen, että tiedostaa kuinka itse, kehollisena minänä, ohjaajana toimii. Itsetietoisuuden kautta ihminen pystyy arvioimaan, ymmärtämään ja hallitsemaan omaa toimintaansa. (Herrala – Kahrola – Sandström 2009: 32.) Tunteiden käsittelyn kautta reflektoitu toiminnan arviointi myös vaikuttaa kehollisten tuntemusten kautta siihen, kuinka henkilö vastaavassa tilanteessa tulevaisuudessa toimii. Tieto onnistumisesta tai epäonnistumisesta ja sen aiheuttamat tunnereaktiot vaikuttavat oleellisesti myöhempisiin ratkaisuihin ja valintoihin samankaltaisissa tilanteissa. (Sandström 2010 :143.)

4.2 Pystyvyyden lisääminen ohjaustyössä

Pystyvyys –käsite (self-efficacy) on psykologi Albert Banduran kehittämä ilmaisu, joka pohjautuu sosiaalis-kognitiiviseen teoriaan (Social Cognitive Theory, SKT). Pystyvyyden tunteella tarkoitetaan yksilön tehokkuutta ja luottamusta suoriutua onnistuneesti häneltä vaadituista toiminnoista. Yksilö voi vaikuttaa oman käyttäytymisensä säätelyyn, kuten toimintatapoihin, tunteisiin ja ajatteluun, ja saavuttaa asettamansa päämäärät tietynlaisella käyttäytymisellä. Vahva osaamisen tunne lisää motivaatiota työntekoa kohtaan ja mahdollistaa kognitiivisten prosessien toteutumisen. Pystyvyyden kokemista määrittää myös vuorovaikutus ympäristön ja toisten ihmisten kanssa. (Mäki-Opas 2009: 6-12; Schwarzer 2014: IX.)

Vapaaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteenkuuluvuus määrittellään ihmisen psykologisiksi perustarpeiksi, joilla tutkitusti on vaikutusta päivittäiseen hyvinvointiin, myönteisiin tunteisiin sekä sisäiseen motivaatioon. Nämä perustarpeet nousevat esiin myös työelämässä ja mahdollistavat terveen psykologisen kehityksen tasapainoiseksi ihmiseksi. Niillä on merkittävyyttä työtyytyväisyyden, työhön omistautumisen ja työssä koetun elinvoimaisuuden vahvistamisessa sekä näin ollen työntekijöiden pystyvyyden tunteen lisäämisessä. Psykomotorisessa lähestymistavassa painotetaan erityisesti positiivisen minäkäsityksen luomisen tärkeyttä. (Martela 2014: 48-50; Zimmer 2011: 35-41.)

Vapaaehtoinen tekeminen perustuu valinnanvapauteen, jolloin ihminen kokee olevansa vapaa päättämään toiminnastaan ja itsensä toteuttamisestaan. Yksilö tekee itseään kiinnostavia asioita ja kokee omistautuneisuutta toiminnalleen. Tekemisen tunteminen ulkoa ohjatuksi tai pakotetuksi voi negatiivisuuden kautta alentaa pystyvyyden tunnetta.

Kyvykkyys ilmentää pystyvyyden osaamista, jossa yksilö kokee saavansa asioita aikaiseksi ja on valmis panostamaan korkealle asettamien tavoitteidensa eteen. Positiivinen ja vahva pystyvyyden tunne auttaa suoriutumaan mallikkaasti haastavistakin tehtävistä, ja kyvykkyys kasvaa, kun oppimisen kokemukset voimistuvat. Tunne pystyvyydestä voi vahvistua tietyn, rajatun asian tiimoilta tai useammalla osa-alueella. (Martela 2014: 48-50; Mäki-Opas 2009: 6-12; Schwarzer 2014: IX.)

Yhteenkuuluvuudessa on kyse myönteisestä yhteyden kokemisesta toisiin ihmisiin; tunne siitä, että ihmisestä välitetään ja hän välittää muista. Yksilö havainnoi ympäristöönsä ja tarkkailee muita toimijoita. Vertailemalla toisten kykyjä omaan toimintaansa omaksuu yksilö käyttäytymismalleja, joita hän voi matkia. Yhteenkuuluvuuden tunteella on yksilön hyvinvointiin merkittävä vaikutus, jolloin toisten antama positiivinen kannustus voi kohottaa suurestikin pystyvyyden tunnetta, kun taas vastaavasti kokemus hylätyksi tulemisesta tai toisten kohdistamasta vihasta voi vahingoittaa minäpystyvyyttä syvästi. (Martela 2014: 48-50; Mäki-Opas 2009: 6-12.)

Autistisen lapsen kanssa työskentelevä ohjaaja kohtaa työssään monenlaisia haasteita. Korkean pystyvyyden tunteen omaava henkilö luottaa selviytyvänsä vaativistakin tilanteista ja sietävänsä stressiä paremmin. Ohjaajan pystyvyyttä lisää oman ohjattavansa tunteminen ja tämän yksilöllisiin piirteisiin ja toimintatapoihin herkistyminen. Myös oman työnsä teemoihin ja painotuksiin perehtyminen lisää itsevarmuutta työssä. (Mäki-Opas 2009: 6-12; Reijonen – Strandén-Mahlamäki 2008: 22.)

Pystyvyyttä lisää ensiarvoisesti myös ohjaajan näkemys omasta työstään: ”Hoidanko työni hyvin, onnistunko työssäni?” Luottamus omaan ammattitaitoon vaikeuksien edessä lisää pystyvyyttä ratkaista ongelmia. Ammatillinen kasvu on jatkuvaa ja vaatii autististen lasten kanssa toimiessa kykyä tarttua uusiin työskentelytapoihin ja luoviin ratkaisuihin. Avoimuus uusille ajattelutavoille lisää myönteistä, ammatillista kehitystä siinä, missä teoreettisen näkökulman vangiksi jääminen heikentää ohjaajan valmiuksia selvitä erilaisista haasteista. Ohjaustyössä oleellista on myös haasteellisten tilanteiden jälkeen kriittinen itsearviointi; mitä olisin tilanteessa voinut tehdä toisin? Vaihtoehtoisten käyttäytymismallien läpikäynti voimaannuttaa ja valmistaa ohjaajaa seuraavan ongelmatilanteen kohtaamiseen. (Kanninen – Uusitalo-Arola 2015: 334-336.)

4.3 Työhyvinvointi ja työssäjaksaminen

Autististen lasten kanssa työskentely asettaa erityispiirteitä myös työssäjaksamiselle. Aihetta on tutkittu vähän, mutta muilta tieteenaloilta löytyy paljon tutkittua tietoa siitä, millaisia voimavaroja ja riskitekijöitä työhyvinvoinnille ihmisläheisessä ja lasten parissa työskentelyssä on.

Autististen lasten kanssa työskentely voi olla fyysisesti hyvinkin kuormittavaa, sillä ohjaajana toimiminen vaatii paljon lapsen manuaalista ohjaamista. Koska toimintaympäristönä on päiväkotia, asettavat jo toimintatilojen ja erityisesti lapselle suunnitellut välineistöt haasteita aikuisen kehon käytölle. Oman vartalon käyttöön työvälineenä ja ergonomisiin työvälinesäätöihin tulisi kiinnittää huomiota, jottei fyysinen rasitus aiheuttaisi pitkällä tähtäimellä rasitusperäisiä ongelmia. (Launis – Lehtelä 2011: 69-70.)

Työskentely autistisen lapsen ohjaajana voi painottua hetkittäin hyvinkin ongelmakeskeiseksi. Vaikeuksien äärellä saattavat omat vahvuudet työssä unohtua ja työn kuormittavuus nousta liian suureksi voimavaroihin verrattuna. Eri stressin hallinnan keinot uuvuttavissa työtilanteissa ovat työntekijän jaksamisen kannalta välttämättömiä korjausliikkeen mahdollistajia. Autistisen lapsen ohjaaja saattaa työssään läpikäydä sekä tilannekohtaisia akuutteja stressireaktioita että pitkäaikaista stressiä jos akuutit tilanteet kasautuvat ja työntekijä kokee suurta epätasapainoa työnsä vaatimusten ja omien suoristusten välillä. Omien tunnetilojen tunnistaminen voi auttaa torjumaan työuupumusta, jos työntekijällä on keinoja lievittää taakkaansa. (Kataja 2004: 167-172.) Kontrolli ja tunne tilanteen hallinnasta ehkäisee masennusta. Kontrolloitu työote on yksi keino hallita itseään ja työtään voimistavin keinoin. (Ojanen 2007: 79.)

Sekä negatiivisesti että positiivisesti virittyneissä tilanteissa arjessa ohjaajan tulisi tehdä sisäistä itsetutkiskelua ja tunnistaa omia tunnetilojaan. Tähän auttaa kehotietoisuuden harjoittaminen, eli oman kehon virittyneisyyden ja viestien arviointi. Tunnetilat eletään vartalossa ja ne aiheuttavat somaattisia ilmentymiä, kuten erityyppisiä lihasjännityksiä tai sympaattisen hermoston yliaktiivisuutta. (Rothschild – Rand 2010: 57.) Aikuisella on oltava tuntosarvet päässä oman hyvinvointinsa puolesta, jotta korjausliikkeet työssä jaksamisen edistämiseksi voitaisiin tehdä ajoissa ilman, että suurta uupumista tai kyllästymistä työhön ehtii tapahtua (Kanninen – Uusitalo-Arola 2015: 334). Autistien lasten kanssa arjen problematiikka on itsessään jo haasteellista ja uusien taitojen saavuttaminen voi viedä paljon aikaa ja vaatia lukuisia toistoja. Ohjaaja voi rutinoituessaan palata työnsä juurille ja miettiä uudelleen miksi näitä taitoja harjoitellaan ja miksi se on juuri tälle lapselle tärkeää.

Autististen lasten haasteellisen arjen myötäeläminen voi edesauttaa myös ohjaajan alttiutta myötätuntuupumukseen. Myötätuntuupumus kuvaa käsitteenä sitä, kun työntekijä kokee ohjattavansa kanssa inhimillisiä myötätuntoreaktioita ja samaistuu ohjattavan elämäntilanteeseen ja alkaa kantaa kokemuksellista tunnettaakkaa itsellään. On hyvin yksilöllistä, kuinka ihmiset läpikäyvät tunteitaan ja myötätuntoaan toisia ihmisiä kohtaan. Tässäkin tapauksessa työntekijän oma reflektio ja itsetutkiskelu on hyödyllistä ja auttaa erottamaan ohjattavan tilanteen empatian aiheuttamat tunteet ja erottamaan ne omasta henkilökohtaisesta elämästään. (Reijonen – Stranden-Mahlamäki 2008: 50-51.) Olemme havainneet kokemustemme kautta, että päiväkotimaailmassa perhe ja muut lapsen läheiset ovat vahvasti läsnä lasta koskevissa iloissa, suruissa ja päätöksissä. Päiväkodin henkilökunnan kohtaamisella on suuri voimistava merkitys pienten lasten vanhemmille, jotka itsekkin opettelevat vielä lapsen autismia ja sen kanssa selviytymistä. Tämä saattaa olla yksi ohjaajan henkisiä voimavaroja työllistävä aspekti työssä.

Autististen lasten kanssa työskennellessä korostuu myös työnantajan ja työntekijän välinen kommunikointi. Ohjaajan on tärkeää tietää, mitä hänen työltään ja työmetodeiltaan vaaditaan ja odotetaan. Työnohjauksen merkitys on suuri, sillä työuupumuksen riski ja turhautuminen lisääntyy, mikäli työntekijän tavoitteet ovat ristiriitaisia työnantajan tavoitteiden kanssa. (Backman 1998: 41-42.) Avoin keskusteleva ilmapiiri on hyvän työsuhteen edellytys. Autistista lasta ohjattaessa olisi kaikilla lapsen kanssa toimijoilla hyvä olla selkeä käsitys ja linjaus siitä, kuinka juuri tämän lapsen kanssa on tarkoituksenmukaisinta toimia lasta tukevin keinoin. (Kaski – Manninen – Pihko 2012: 99-102.)

Ryhmän ja ryhmädynamiikan merkitys on pienissä päiväkotiryhmissä suuri. Henkilökemioilla ja työilmapiirillä on merkitystä sekä lasten että työntekijöiden hyvinvointiin ja kyvykkyyteen. Yhteisöllisyys ja yhteisöön kuulumisen tarve on ihmiselle tyypillinen keino vahvistaa omaa itseään ja toimia ryhmänä voimallisesti. Me-henki luo turvallisuutta ja lisää yhteisön varmuutta ja vahvuutta elämässä. Yhteisö muotoutuu siitä, ketä "me"-käsitteeseen kuuluu ja ketkä siitä rajataan pois. Jokainen yksilö tuo oman mausteensa yhteisöön sen jäsenenä. Yhteisön hyvinvointi muotoutuu ja on riippuvainen sen yksilöiden viihtymisestä ja hyvinvoinnista. Jokainen on vastuussa yhteisön hyvinvoinnista, yhteisön jäsenet omasta ja toistensa hyvinvoinnista. (Pessi – Seppänen 2011: 288-297). Ryhmädynamiikka pienessä yhteisössä muotoutuu eri persoonien välisistä suhteista ja hierarkiasta. Ryhmän positiivisen ilmapiirin ylläpito vaatii, että jokainen yhtei-

sön jäsen voi halutessaan vaikuttaa ryhmän sisäiseen toimintaan. (Suonien – Pirttilä-Backman – Lahikainen – Ahokas 2010: 191-194.) Pelimannien ryhmässä yhteisön sydän, keskiö, muodostuu ohjaajista ja lapsista. Tämän yhteisön toimintaa hallinnoi osin päiväkodin johtohenkilöt ja sitä suuremmissa mittakaavassa varhaiskasvatuksen linjaukset ja Espoon kaupunki.

5 Koulutusmateriaalin laatiminen Pelimannien työntekijöille

Tuottamamme koulutusmateriaali räätälöitiin Pelimannien ryhmän henkilökunnan tarpeisiin. Pyrimme toteuttamaan koulutuspäivän mahdollisimman asiakaslähtöisesti jo etukäteen selvittämällä työympäristön kehitystarpeita. Pääosassa koulutuksessa olivat keskusteleva ilmapiiri ja kokemusten jakaminen kohderyhmän kesken. Tämä vaati työntekijöiltä epävarmuuden sietoa ja uuteen heittäytymistä. Uskoimme päivän olevan antoisa ja pyrimme päivän kautta välillisesti lisäämään työhyvinvointia Pelimannien työntekijöiden keskuudessa.

Opinnäytetyömme kohderyhmänä olivat Lakelan päiväkodin autististen lasten erityisryhmä Pelimannien henkilökunta. Pelimannit-ryhmässä oli projektin alussa keväällä 2015 kuusi eri-ikäistä lasta, joiden parissa työskenteli seitsemän aikuista. Jokaisella lapsella oli ohjaajana ”oma aikuinen”, joka vaihtui kolmen kuukauden välein. Oma aikuinen toimii lapsen kanssa päivittäin, lapsen oman henkilökohtaisen päivärytmin mukaan.

Pelimanneissa käytettiin TEACCH-strukturointia arjen toimintaa rytmittämään. TEACCH-strukturointi on kansainvälisesti käytetty kuntoutusmalli, jossa pyritään tarkan jäsentelyn ja toiston avulla tukemaan yksilön oppimisen mahdollisuuksia (Eteva 2011:18-19). Puheen tukemiseksi Pelimanneissa käytettiin ACC-menetelmiä eli erilaisia puhetta ja puheen ymmärtämistä tukevia menetelmiä. Tällaisia ovat mm. tukiviittomat ja viitoitettu puhe, esineillä kommunikointi, kuvat, bliss-symbolikieli, elektroniset apuvälineet sekä olemuskieli, joka kattaa ilmeet, eleet, asennot, äänensävyyn sekä äännähdykset (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry). Vaihtoehtoisia kommunikointimenetelmiä sovellettiin jokaisen lapsen kohdalla yksilöllisesti; viittomat, kuvat, piirtäminen ja tex-kansiot.

Arki Pelimanneissa pyöri osin ryhmässä toimien, mutta suurimman osan päivää lapsi toimi oman aikuisensa kanssa kahden kesken. Pelimanneilla oli arjessaan mukana

aistituokioita, liikuntaa Lakelan päiväkodin jumppasalissa, ulkoilua piha-alueella ja muualla lähimaastossa. Osa lapsista myös vieraili oman ikäistensä päiväryhmässä Lakelan päiväkodin puolella integroituna päiväkotiryhmään oman aikuisensa kanssa.

Pelimannien kanssa toimiville aikuisille ei psykomotoriikka sanana ollut kovin tuttu, mutta he selkeästi käyttivät menetelmää tietämättään työssään. Tärkeimmäksi taidoksi työssään he kertoivat oman lapsensa tuntemisen. Lasta havainnoimalla aikuiset tunnistivat lapsen välittämät viestit ja pyrkivät ennakoimaan tulevia tilanteita. Lapsen kanssa kommunikointi koettiin myös haasteeksi. He pohtivat, ymmärtääkö lapsi aina, mitä häneltä pyydetään tai odotetaan.

Työ oli myös hektistä ja päivä saattoi tilannekohtaisista syistä erota paljon aiemmin suunnitellusta. Työntekijöillä oli iltapäivällä kiertävä kahvitauko. Kerran viikossa heillä oli aamupalaveri, mutta muutoin muiden työntekijöiden vertaistuki jäi vähemmälle. He itsekkin olivat sitä mieltä, että hiljainen tieto ei kulje tarpeeksi hyvin oman ryhmän työntekijöiden välillä ajanpuutteen vuoksi. Työn laatu oli sellaista, että se vaatii kokopäiväisen keskittymisen omaan avustettavaan lapseen. Tärkeimmät välineet työssä olivat luovat ratkaisut ja heittäytyminen; luonnollinen ja rehellinen, aito viestintä lapselle. Kuitenkin arjessa haastavimmaksi osuudeksi työntekijät kokivat juuri kahden keskeiset hetket oman ohjattavan lapsen kanssa.

5.1 Toteutuksen suunnittelu

Koulutuksen suunnittelimme tiiviissä yhteistyössä Lakelan monipuolisen oppimiskeskuksen kanssa keväällä 2015. Teimme työntekijöille kyselylomakkeen, jotta saimme kokonaisvaltaisen käsityksen työntekijöiden yksilöllisistä tarpeista, toiveista ja haasteista. Kyselylomakkeella oli tarkoitus selvittää, kuinka kuormittavaksi työntekijät työnsä kokivat, mitkä olivat arjen haastavimpia tilanteita ja mikä heidän työssään oli palkitsevinta. Kyselylomake toimi vain viitekehysnä meille, minkälaiselle koulutukselle ja harjoitteille ryhmän työntekijöiden mielestä on tarvetta. Tässä opinnäytetyössä emme avaa kyselyn tuloksia auki. Koulutusmateriaalin työstimme valmiiksi syyskuuhun 2015 mennessä perustuen haastatteluihin, tutustumiskäyntimme havaintoihin sekä kyselylomakkeen vastauksiin, jotta materiaalista tulisi mahdollisimman kattava ja ryhmän arkea hyödyttävä.

Koulutuksen suunnittelussa oli aktiivisesti mukana myös Lakelan monipuolisen oppimiskeskuksen esimies, jonka kanssa aiheen rajaus tapahtui. Kävimme tutustumiskäynnillä havainnoimassa Pelimannien ryhmän arkea ja arjen rutiineja. Tarkoituksena oli havainnoida ryhmää ja erityisesti ohjaajan ja ohjattavan lapsen välistä vuorovaikutusta arjen tilanteissa fysioterapeuttisesta näkökulmasta, keskittyen sanattomaan viestintään ja vuorovaikutusta tukeviin erilaisiin kommunikointimenetelmiin. Lisäksi havainnoimme työntekijöiden sanattonta viestintää ohjaustilanteissa. Ilmeet, eleet, koskettaminen ja ohjaajan vartalon käyttö ohjauksessa ovat erityisen tärkeitä viestejä autistisille lapsille, joiden huomiokyky ei välttämättä kohdennu juurikaan sanalliseen vuorovaikutukseen.

Koulutus oli määrä toteuttaa syyskuussa 2015 Lakelan päiväkodin liikuntasalissa. Koulutus järjestettiin Pelimannien henkilökunnan viikoittaisen palaverin tilalla. Koulutus päätettiin toteuttaa henkilökunnan toiveesta aamupalaverin sijasta, sillä ryhmälle olisi ollut ongelmallista järjestää sijaisia niin, että koko ryhmän henkilökunta olisi voinut osallistua koulutustilaisuuteen samaan aikaan. Näin koulutus saatiin järjestettyä mahdollisimman sujuvasti ryhmän normaalien päivärytmien oheen.

Henkilökunnalla oli työviikossa vain vähän aikaa keskustella toistensa kanssa ja jakaa käytännön vinkkejä ja kokemuksia. Tilaisuuden tuli siis olla henkilökuntaa eheyttävä ja koulutus oli yksi väylä sopeuttaa uutta henkilökuntaa, uuteen työhön ja työyhteisöön. Pyrimme luomaan asetelman, jossa henkilökunta oppisi meiltä uutta, mutta myös toisiltaan. Ilmapiirin luominen tuli olemaan meidän vastuullamme, jotta tilaisuudesta tulisi turvallinen, luotettava ja rauhallinen niin, että henkilökunta pystyisi keskittymään itse aiheeseen ja myös pohtimaan aiempia kokemuksiaan työssään ja jakamaan niitä ryhmän kesken. Keskusteleva ilmapiiri olisi välttämätön, sillä työntekijät, kohderyhmämme, olivat oman työnsä asiantuntijoita. Työntekijöiden kysymysten ja kommenttien tulisi muokata informaatio- osuutta, vaikka tilaisuus sinänsä oli meidän johtamamme. Tällä menettelyllä välttäisimme myös asiantuntijalähtöisyyden koulutuksessa.

5.2 Koulutuksen rakenne, sisältö ja eteneminen



Kuvio 1. Koulutuksen eteneminen- prosessikaavio

Koulutuksen pyrimme tuottamaan Pelimannien työntekijöiden olemassa olevia vahvuuksia hyödyntäen. Sanana psykomotoriikka oli työntekijöille tuttu, mutta käsitteenä melko vieras. Havainnoimme kuitenkin ensimmäisten tutustumiskäyntiemme aikana, että Pelimanneissa hyödynnettiin luovasti psykomotoriikan mukaisia tilanteita ja harjoitteita arkitoimissa. Viikkoa ennen koulutuspäiväämme toimitimme henkilökunnalle etukäteismateriaalin (LIITE 2), jossa avasimme psykomotoriikan käsitettä sekä koskettamisen ja vuorovaikutuksen merkitystä autistilapsen ohjaustyössä. Toiveenamme oli, että henkilökunta lukisi materiaalin ennakkoon, koska pohjasimme koulutuspäivän teoriaosuudet sille olettamukselle, että he olisivat tietoisia käsitteiden tarkoituksesta. Näin ollen pääsisimme teoriaosuuksissa johdattelemaan keskustelua syvemmälle aiheeseen, heille etukäteen heränneiden kysymysten pohjalta.

Koulutuksen rakenne koostui teoriaosuuksien lisäksi toiminnallisista harjoitteista. Tuotimme sisällöstä powerpoint –esityksen, jota käytimme koulutuksemme tukena ja, josta oli johdonmukaista seurata päivän etenemistä. Koulutusmateriaalina jaoimme heti alkuun kyseisen esityksen diat kaikille paperiversiona, johon oli mahdollista kirjata omia huomioita ja muistiinpanoja. Päivän tavoitteenamme oli luoda avoin, työntekijöitä osal-

listava ilmapiiri, jossa jokainen voisi jakaa myös omaa hiljaista tietoaan käytännön tietämyksestä muille työtovereilleen.

Kaikki toiminnalliset harjoitteet suunnittelimme työntekijöitä hyödyttäväksi ja voimaannuttaviksi, kahdenkeskeisiä tilanteita oman ohjattavan lapsen kanssa tukeviksi. Kyseessä ei siis ollut ensisijainen harjoitepaketti suoraan ryhmän lasten kanssa käytettäväksi, vaan tarkoituksenamme oli tarjota ideoita, joista soveltamalla saadaan harjoitteita eri tilanteisiin niin lapsille kuin aikuisillekin. Jokaisen harjoitteen jälkeen pidimme niin sanotun purkutuokion, jossa pohdimme yhdessä esimerkiksi miltä harjoitetta tuntui tehdä ja mitä ajatuksia se herätti. Rohkaisimme osallistujia omiin oivalluksiin ja havaintoihin sekä kehittämään harjoitteille jatkumoa. Ohjaajina pyrimme tuomaan harjoitteiden kaikki psyykkiset, fyysiset ja sosiaaliset aspektit luonnollisesti mukaan keskustelun lomaan.

Aloitimme koulutuksen esittelemällä itsemme sekä opinnäytetyömme tarkoituksen. Kerroimme lyhyesti päivän sisällöstä, jonka jälkeen aloitimme osallistujiin tutustumisen ensimmäisillä harjoitteilla. ”Ujosteluleikki” –nimellä kulkevan harjoitteen tarkoituksena oli kuulostella omia sisäisiä tuntemuksia sekä havainnoida tilaa ja ympäristöä. Tämän jälkeen kokoonnuimme ringiin, jossa jokainen sai esitellä itsensä ja kertoa omat odotuksensa koulutusta varten.

Alkuharjoitteiden jälkeen kävimme läpi psykomotoriikan keskeisimpiä teemoja sekä, kuinka psykomotoriikkaa voisi hyödyntää autistilasten kanssa toimiessa. Rohkeasti pienenä ”mausteena” lähdimme vastakkain asettelemaan erilaisia teemoja heidän arkipäivästään. Pohdimme, olisiko aiheellista hetkeksi pysähtyä miettimään, onko kaiken päiväkodin toiminnan oltava aikuislähtöistä ja voisiko esimerkiksi olla lapsen oma-aloitteisuutta tukevampaa seurata lapsen omia persoonallisia käyttäytymis- ja toimintamalleja, ja lähteä kehittämään leikkejä näistä lähtökohdista? Teoriaosuuden lomassa toteutimme nopean ideointitehtävän pienryhmissä; arkipäivän materiaalille, tiskiluutulle, tuli keksiä uusia käyttötarkoituksia.

Ohjausosaamisen osiossa päätavoitteenamme oli havainnollistaa kosketuksen laadun vaikutusta ja merkitystä ohjaustilanteissa sekä antaa mahdollisuus kokea aistimuksia ikään kuin lapsen näkökulmasta. Harjoitteeksi valitsimme aistiradan, joka sisälsi erilaisia materiaaleja ja elementtejä. Osallistujat jaettiin pareiksi, joista toiselta peitettiin silmät ja toinen ohjasi häntä läpi radan eri kehonosista koskettaen. Vaihdoin rooleja.

Aistiradan kokemusten kuulemisen jälkeen teimme kehotietoisuusharjoitteita, joissa mukailtiin oman kehon ääriviivoja hyppynaruilla sekä muovailtiin kavereita patsaiksi. Tavoittelimme harjoitteilla yhdessä tekemisen iloa, tiimityön vahvistamista sekä kokemuksia, joiden kautta oppia arvioimaan kosketuksen ja läsnäolon vaikutusta omista sekä lapsen lähtökohdista.

Viimeinen teoriaosuus käsitteli työhyvinvointia ja työssäjaksamista. Korostimme pystyvyyden lisäämistä, luovuuden tukemista ja tunteiden hallintaa ohjaustyössä. Ajatuksenne oli, että jokainen pysähtyisi hetkeksi pohtimaan, kokeeko käyttävänsä omia vahvuuksiaan hyödyksi työssään sekä sitä, miten haluaisi kehittää itseään tulevaisuudessa, esimerkiksi koulutuksessa opitun perusteella. Teoriaosuuden päätteeksi, ja samalla viimeisenä toiminnallisena tehtävänä, toteutimme rentoutusharjoitteen. Harjoituksessa viestitettiin kosketuksen avulla voimaa ja energiaa työkavereille sekä kuunneltiin oman mielen ja kehon voimavaroja. Rentoutumisen jälkeen annoimme mahdollisuuden jakaa vapaaehtoisesti kaikkien kuullen päivän aikana heränneitä tunteita sekä kertoa meille avointa palautetta kokonaisuudesta.

5.3 Koulutuspäivän palautteet työntekijöiltä

Heti koulutuksen jälkeen osa työntekijöistä kertoi oivaltaneensa jotain uutta käytännön harjoitteiden kautta. Jokainen työntekijä vaikutti nauttineen kovasti yhdessä työkavereiden kanssa toimimisesta ja pienestä irrottautumisesta keskellä työpäivää.

Laadimme työntekijöille palautelomakkeen (Liite 3), jotta saimme kuulla heidän kokemuksiaan ja mietteitään koulutuspäivästä. Kyselyn avulla saimme palautetta konkreettisesti myös meidän ohjaustyöstämme. Vastausprosentti oli 100, sillä saimme lomakkeen takaisin kaikilta koulutukseen osallistuneelta henkilöltä. Palautelomake sisälsi monivalintakysymyksiä ja avoimia kysymyksiä.

Osallistujat vastasivat palautteissaan olleensa tyytyväisiä saamiinsa materiaaleihin. Jokainen osallistuja koki koulutuspäivän hyödylliseksi työnsä kannalta. 80% osallistujista vastasi oppineensa jonkin verran uutta. Keskeisimmiksi kommentteiksi mainittiin mm. harjoitteiden kokemisen tärkeys, tiimin kanssa yhdessä tekeminen ja arjesta irtautumisen onnistuminen. Teorian ja harjoitteiden vuorottelu oli ollut toimivaa. Toiveena olisi ollut pidempiaikainen toteutus. Esimerkiksi useampi koulutuskerta keskustelun ja kokeilun kannalta, sillä ajan puute ja kiire harmittivat koulutuksen kestäessä noin tunnin.

Osassa vastauksista kiiteltiin rentoa tunnelmaa sekä selkeää ja rauhallista ohjausta. Harjoitteisiin heittäytyminen koettiin helpoksi. Ohjaajien onnistunut roolijako koulutuspäivän vetämisessä sai myös kiitosta. Palautteiden mukaan toteutuksessa näkyi käytännönläheisyys ja se oli suunniteltu nimenomaan tiimin tarpeiden pohjalta.

6 Pohdinta

Koulutuspäivien suunnittelu ja järjestely oli todellinen haaste meille. Autismin kirjosta itsessään mielikuvamme oli hyvin summittainen, emmekä oikein tarkasti tienneet sen monimuotoisesta oirekuvasta tai nimenomaan autististen henkilöiden yksilöllisten erityispiirteiden valtavasta vaihtelusta. Opimme paljon uutta syventyessämme teoriatietoon. Havainnointikäynti konkretisoi todella paljon kohderyhmäämme ja Pelimannien lapsiryhmää. Ilman havainnointikäyntiä koulutuspäivien toteutus olisi ollut täysin luetun varassa suunnistamista eikä varmastikaan yhtä loppuun asti hiottu kuin nyt, kun pääsimme tutustumaan ryhmän lapsiin ja työyhteisöön. Jo yhden iltapäivän mittainen havainnointi opetti meille valtavasti ja antoi suuntaviivoja koulutuspäivien suunnitteluun sekä vinkkejä materiaalin hyödyntämiseen ja rajaamiseen.

Materiaalin rajaaminen oli ongelmallista, sillä halusimme mahdollisimman kattavan teoriapohjan, mutta kuitenkin aihetta selkeästi syventävät teemat, jotta aineistosta olisi mahdollisimman paljon hyötyä Pelimannien ryhmän työntekijöille. Autistisen lapsen ohjaaminen itsessään pitää sisällään valtavan määrän erilaisia vaikuttavia tekijöitä ja omalla kokemuspohjallamme oli todella haasteellista arvioida eri teemojen tärkeysjärjestystä, etenkin varhaiskasvattajien näkökulmasta asiaa tarkasteltuna. Lisäksi valinnanvaikeutta teoriaosuuteen lisäsi tiedonpuute autismin ja psykomotoriikan yhdistämisestä. Psykomotoriikan vaikuttavuudesta autististen toimintakyvyn tukemiseksi on runsaasti kliinistä tietoutta ja kokemusta, mutta varsinaista tutkittua tietoa vähän.

Koulutuksen toteutusta jouduttiin supistamaan alkusuunnitelmiin verrattuna, sillä muuten työtä olisi ollut valtavasti eikä työmäärä olisi ollut tasapainossa opintopisteidemme, aikataulun tai käytännön järjestelyiden kanssa. Alun alkaen suunnittelimme kahden eri koulutuspäivän järjestämistä, mutta toteutus rajautui paljon aiemmin suunniteltua suppeammaksi. Aikataulu pakotti rajaamaan paljon laajaa näkökulmaa. Toisaalta koulutuksemme onnistuikin siinä, että se oli lyhyt täsmäisku ryhmän arkeen, työpäivän oheen eikä puuduttavan pitkä koulutuspäivä valtavalla määrällä teoriaa ja harjoitteita. Koulutuksemme kaltaiset lyhyet, napakat toteutukset voisivat olla toimiva ratkaisu jär-

jestettäväksi nimenomaan kuntasektorille, jossa koulutusten aikataulullinen järjestäminen on haasteellista.

Opinnäytetyömme toteutuksessa korostui moniammatillinen yhteistyö, sillä koulutuspäivä suunniteltiin tiiviissä yhteistyössä Pelimannien erityislastentarhanopettajan kanssa. Koulutuspäivään osallistujat taas olivat monien eri koulutusalojen ammattilaisia. Oleellista oli, että heidän lähestymiskulmansa on varhaiskasvatuksellinen, kun taas meidän fysioterapeuttinen omiin opintoihimme peilaten. Erilaiset näkökulmat, haasteista huolimatta, rikastuttavat toisiaan, eikä meidän ollut tarpeellista vastakkain asetella niitä. Työmme suuri vahvuus oli siinä, että suunnittelimme materiaalin nimenomaan työntekijöiden tarpeiden pohjalta. Keskustelimme arjen haasteista päiväkodin esimiehen kanssa, mutta jokainen työntekijä sai mahdollisuuden omin sanoin kertoa toiveita ja tarpeita. Koemme, että teimme taustatyömme kunnolla, sillä kysyimme kohderyhmältämme heidän työstään. Näinollen materiaali vastasi varmasti työelämän toimijoiden tarpeisiin, eikä meidän tai päiväkohdin johdon näkemykseen arjen haasteista.

Itse koulutuspäivänä jokainen työntekijä heittäytyi ihailtavan rohkeasti harjoitteiden tekemiseen. Osallistujat oivalsivat kertomansa mukaan paljon uutta ja kokeilivat luovasti erilaisia asioita. Jokainen työntekijä osallistui keskusteluun ja kommentoi rohkeasti harjoitteita sekä kertoi tuntemuksiaan niiden jälkeen. Ilmapiiri oli lämmin ja keskittynyt. Työpäivän stressi ei näkynyt millään lailla koulutuksen aikana, vaan työntekijät pystyivät keskittymään käsillä oleviin harjoitteisiin. Osallistujat nauttivat silmännähdessä yhteistyöstä toistensa kanssa pari- ja ryhmäharjoitteissa. Koulutus itsessään oli noin tunnin mittainen. Ehdimme rauhallisesti toteuttaa suunnitellut harjoitteet, vaikkakin niiden jälkeisille kommentteille ja keskustelulle olisi voinut antaa enemmän aikaa.

Koimme onnistuneemme tavoitteessamme tuottaa juuri Pelimannien ryhmän henkilökunnalle sopiva koulutushetki. Tätä tuki myös saatu palaute osallistujilta, sillä he olivat sitä mieltä, että harjoitteet ja teemojen painotukset vastasivat juuri heidän tiimensä haasteisiin ja tarpeisiin. Mieltämme lämmitti suuresti osallistujien suuri kiinnostus valmiiseen opinnäytetyöhömme. Saimme paljon suullista ja kirjallista viestiä: osallistujat odottavat innokkaina valmistuvaa työtä.

Koulutustamme voisi laajentaa moniosaisemmaksi, laajemmaksi koulutuspaketiksi. Tällöin aikaa jäisi enemmän kohderyhmän omaan luovuuden puhkeamiseen ja syvällisempään keskusteluun. Työmme keskittyy tarkastelemaan koulutuspäivän merkitystä

työntekijöiden hyvinvointiin. Jatkossa voisi arvioida psykomotoriikan jalkautumista Pe-
limanneihin tämän koulutuksen jälkeen. Tutkimusta tarvittaisiin myös konkreettisesti
psykomotoriikan vaikuttavuudesta autististen lasten toimintakyvyn ja taitojen kehitty-
missä sekä lähestymistavan soveltuvuudesta erityistä tukea tarvitsevien lasten var-
haiskasvatuksen tukena. Ehdottaisimme tutkimusaiheeksi ergonomian ja tuki- ja liikun-
taelimistön kipujen vaikutusta autistisen lapsen ohjaajana toimimiseen, sillä kipu muok-
kaa ihmisen tapaa toimia ja käyttää vartaloaan ohjaajana. Tällä olettaisimme olevan
vaikutusta myös autistisen lapsen ja ohjaajan väliseen vuorovaikutussuhteeseen.

Lähteet

Alho-Näveri Leena – Ikonen Toni – Karjala Marjatta – Kortelainen Susanna – Ruotsalainen Tarja – Salmi Katja – Sauna-aho Oili 2011. Autismikäsikirja 1.0. Eteva kuntayhtymä. Julkaisuja 3/2011 Verkkodokumentti. <http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Oppaat%20ja%20julkaisut/Autismikasikirja_1.pdf> Luettu 18.10.2015

Ament, Katarina – Mejia, Amanda – Buhlman, Rebecca – Erklin, Shannon – Caffo, Brian – Mostofsky, Stewart – Wodka, Ericka 2015. Evidence for Specificity of Motor Impairments in Catching and Balance in Children with Autism. National Institutes of Health Public Access. Author Manuscript. *J Autism Dev Disord.* 2015 March ; 45(3): 742–751. doi:10.1007/s10803-014-2229-0.

Ayres, A. Jean 2008. Aistimusten aallokossa. Sensorisen integraation häiriö ja terapia. Juva. WS Bookwell Oy. PS-kustannus.

Backman, Riitta 1998. Kohtaan työssäni autistisen lapsen. Opaskirja päiväkotij- ja kouluavustajille sekä muille autististen lasten kanssa työskenteleville. Helsinki. Hakapaino Oy. Autismiliitto ry.

Gillberg, Christopher 1999. Autismi ja autismin sukuiset häiriöt. Helsinki: Hakapaino Oy.

Herrala, Helinä – Kahrola, Tytti – Sandström, Marita 2009. Psykofyysinen ihminen. Helsinki: WSOYpro Oy.

Huuhtanen, Kristina. 2001. Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa vuosituhaten taitteessa. Hakapaino. Kehitysvammaliitto ry.

Ikonen, Oiva – Suomi, Alpo 1999. Autismi: Esiintyvyys ja käyttäytyminen. Teoksessa Autismi teoriasta käytäntöön. Juva: ATENA KUSTANNUS OY.

Kanninen, Katri – Uusitalo-Arola, Liisa. 2015. Lyhytterapeuttinen työote. Juva. PS-kustannus.

Kaski, Markus – Manninen, Anja – Pihko, Helena. 2012. Kehitysvammaisuus. Helsinki. Sanoma Pro Oy.

Kataja, Jukka. 2004. Rentoutuminen ja voimavarat. Helsinki. Edita Prima Oy.

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. Verkkodokumentti. <
<http://www.kvtl.fi/fi/kommunikaation-keinoja/aac-menetelmat/>> Luettu 18.10.2015

Kerola, Kyllikki – Kujanpää, Sari – Timonen, Tero 2000. Autismikuntoutus. Juva. PS-Kustannus.

Kerola, Kyllikki – Kujanpää, Sari – Timonen, Tero 2009. Autismin kirjo ja kuntoutus. Juva. PS- Kustannus.

Koljonen, Maija 2000. ”Uskallan ja osaankin” – Psykomotorinen harjaannuttaminen itsetunnon ja motoriikan tukemisessa, kun lapsilla on oppimisvaikeuksia. Jyväskylä. Kopijyvä Oy. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 129.

Langinauer, Antero 2011. Turvallisuuden merkitys varhaislapsuudessa. Lehestä Yhteiskuntapolitiikka-YP 2011 76 : 5. Helsinki. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Julkari. Verkkodokumentti.

<<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102890/langinauer.pdf?sequence=1>>
 Luettu 30.8.2015

Launis, Martti – Lehtelä, Jouni. 2001. Ergonomia. Työterveyslaitos. Tampere. Tammerprint Oy.

Launonen, Kaisa 2007. Vuorovaikutus. Kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy. Kehitysvammaliitto ry.

Leonard, Julia A – Berkowitz, Talia – Shusterman, Anna 2014. The effect of friendly touch on delay-of-gratification in preschool children. Wesleyan University. U.S. National Library of Medicine. Medline. Ovid Technologies Inc. Verkkodokumentti. <<http://ovidsp.uk.ovid.com/sp-3.16.0b/ovidweb.cgi?&S=GHAIPDPAEMHFFDPLFNKKEADGENILAA00&Complete+Reference=S.sh.44%7c5%7c1>> Luettu 12.8. 2015

Martela, Frank 2014. Onnellisuuksien psykologia. Teoksessa Positiivisen psykologian voima. Juva: Bookwell Oy.

Mäki-Opas, Johanna 2009. Pystyvyyden tunteen yhteys terveyttä määrittäviin tekijöihin. Pro gradu –tutkielma. Hoitotieteen laitos. Kuopion yliopisto.

Ojanen Markku 2007. Positiivinen psykologia. Edita Prima Oy. Helsinki

Ozonoff, Sally – Dawson, Geraldine – McPartland, James 2008. Aspergerin syndrooma ja hyväntasoinen autismi – Opas vanhemmille. Kuopio: UNIpress Suomi.

Partanen, Kalle 2010. Voimaa autismin kirjon kuntoutukseen. Autismisäätiö. Juva: Bookwell Oy.

Pessi Anne Birgitta – Seppänen Marjaana 2011. Yhteisöllisyys. Teoksessa Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Balto Print. Vilna. Gaudeamus Helsinki University Press.

Petersona Candida C – Slaughter Virginia – Brownellb Celia 2014. Children with autism spectrum disorder are skilled at reading emotion body language. Elsevier. Verk-kodokumentti < <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022096515001113>> Luettu 22.9.2015

Psyfy. Kokemuksellista oppimista. Suomen Psykofyysisen Fysioterapian yhdistys. Verkkodokumentti. <<http://www.psyfy.net/index.php>> Luettu 6.9.2015

Reijonen, Merja – Mahlamäki- Stranden, Tuija. 2008. Oivaltava kohtaaminen. Mene-telmiä ihmissuhdetyöhön. Juva. WS Bookwell Oy. WSOYpro.

Rothschild, Babette – Rand, Marjorie L. 2010. Apua auttajalle. Myötätuntauupumuksen ja sijaistraumatisoitumisen psykofysiologia. Traumatapiakeskus. Oulu. Kalevaprint Py.

Sajaniemi, Nina – Mäkelä, Jukka 2014. Ihminen voi hyvin joukossa. Teoksessa Positiivisen psykologian voima. Juva: Bookwell Oy.

Sajaniemi, Nina – Suhonen, Eira – Nislin, Mari – Mäkelä, Jukka E. 2015. Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sandström Marita 2010. Psyhyke ja aivotoiminta. Neurofysiologinen näkökulma. WSOY pro Oy. Helsinki

Schwarzer, Ralf 2014 (toim.). Self-efficacy: Thought Control of Action. London and New York: Routledge. Taylor & Francis Group.

Suoninen Eero – Pirttilä-Backman Anna-Maija – Lahikainen Anja Riitta – Ahokas Marja 2010. Arjen sosiaalipsykologia. WSOYpro Oy.

Szegda, Donald – Hokkanen, Erja 2010. Apua arkeen ja aistihäiriöihin. Ohjeita ja kokemuksia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kasvattamisesta. Helsinki. Kehitysvamma-liitto ry.

Zimmer, Renate 2011. Psykomotoriikan käsikirja. Teoriaa ja käytäntöä lasten psykomotoriseen tukemiseen. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.

Alkukyselylomake



Anonyymi kyselylomake Pelimannien työntekijöille

Hei sinä Pelimannien ohjaaja! Tulemme suunnittelemaan psykomotoriikan koulutuspäivät Pelimannien työntekijöille syksyllä 2015 opinnäytetyönämme. Koulutuspäivien tarkoituksena on lisätä ryhmän ohjaajien voimavaroja työssäjaksamiseen ja antaa työkaluja toimimaan arjen haasteissa.

Jotta saamme koottua mahdollisimman kattavan koulutusmateriaalin, toivomme, että vastaat alla olevaan kyselyymme huolella. Tämä kyselylomake toimii alkumateriaalina koulutuspäivien tarpeiden kartoittamiseksi ja aihealueiden täsmentämiseksi.

Kyselyyn vastataan anonyymisti, eikä vastauksia tulla avaamaan julkisesti opinnäytetyöhömmе. Kysely toimii ainoastaan ohjenuorana meille koulutusmateriaalin suunnittelussa. Materiaali on salaista eikä vastausten käyttöoikeutta luovuteta ulkopuolisille tahoille.

Kiitos yhteistyöstäsi!

Ystävällisin terveisin fysioterapeuttipiskelijät Meri Laakso ja Malla Lappeteläinen

Vastaa omin sanoin alla oleviin kysymyksiin.

Mitkä koet vahvuuksinasi työssäsi autistisen lapsen ohjaajana?

Haastavinta minulle omalapseni ohjaajana toimimisessa on/ovat...

Alkukyselylomake

Kaipaisin työhöni lisää opastusta, vinkkejä ja neuvoja...

Alla on vielä muutama monivalintakysymys. Ympyröi mielestäsi parhaiten kuvaava vastausvaihtoehto. Voit myös kirjoittaa auki ajatuksiasi ja vastauksia viimeisenä olevaan vapaaseen kommenttikenttään.

1. Koetko onnistumisia työssäsi?

a) usein b) toisinaan c) harvoin d) en lainkaan

2. Kuinka kuormittavaksi koet työsi?

a) todella kuormittava b) melko kuormittava c) sopivan kuormittavaksi
d) en lainkaan kuormittavaksi

3. Pystytkö mielestäsi hyödyntämään luovuutta työssäsi?

a) kyllä b) en c) en osaa sanoa

Vapaat kommentit ja toiveet:

Kiitos vastauksistasi!

Etukäteismateriaali



Etukäteismateriaali Psykomotoriikan kouluspäivälle 28.09.2015

Hei sinä Pelimannien ohjaaja! Toteutamme Psykomotoriikan kouluspäivän Pelimannien työntekijöille ma 28.9 maanantaipalaverin tilalla. Kouluspäivä perustuu kirjalliseen teoriakatsaukseen opinnäytetyössämme "Psykomotoriikkaa varhaiskasvattajille – Autististen lasten päiväkotiryhmän henkilökunnan kouluspäivä". Taustatyön Pelimannien ryhmässä olemme tehneet keväällä 2015. Kouluspäivän tarkoituksena on lisätä ryhmän ohjaajien voimavaroja työssäjaksamiseen sekä antaa työkaluja toimimaan arjen haasteissa.

Tässä etukäteismateriaalissa avaamme psykomotoriikan teoriapohjaa sekä psykomotorisen näkökulman hyödyntämisen mahdollisuuksia autististen lasten kanssa työskennellessä. Opinnäytetyössämme olemme painottaneet ohjausosaamisen syventämistä sekä kommunikoinnin, erityisesti sanottoman viestinnän, merkitystä autistisen lapsen ohjaajana toimiessa. Näistä teemoista keskustelemme lisää kouluspäivänä. Toivomme, että luette tämän materiaalin etukäteen. Voitte mieltä jo valmiiksi tarkentavia kysymyksiä meille aiheesta.

Suosittellemme joustavaa vaatetusta, sillä tulemme tekemään kouluspäivänä teoriaosuuden lisäksi käytännön harjoitteita. Odotamme innolla kouluspäivää kanssanne!

Ystävällisin terveisin fysioterapeuttipiskelijät Meri Laakso ja Malla Lappeteläinen

Psykomotoriikka autististen lasten kehityksen tukemisessa

Psykomotoriikka tarkoittaa kehon, motoriikan ja mielen tiivistä yhtenäisyyttä. Psykomotoriikka on lähestymistapa, jossa korostetaan ihmisen koko persoonallisuuden merkitystä ajattelevana, tuntevana, sosiaalisena ja fyysisenä kokonaisuutena. Liikkuminen nähdään tapana ilmaista omaa itseä, kokemuksia, ajatuksia ja tunteita vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Oman arvontunteen ja positiivisen minäkäsityksen vahvistaminen ovat psykomotoriikan keskeisiä tehtäviä. Kaikki toiminta on vapaaehtoista tukien omaehtoisuutta. Psykomotorisessa lähestymistavassa korostetaan elämyksellisyyttä erilaisten kehokokemusten kautta. Oppiminen ja edistyminen tapahtuvat omien oivallusten myötä. Erilaisten materiaalien käyttö harjoitteissa pyrkii herättämään uteliaisuutta kokea ja harjoitella uutta sekä kehittää jo olemassa olevia taitoja.

Psykomotoriikka mahdollistaa onnistumisten kautta oppimisen lapsen fyysisestä tai psyykkisestä lähtötasosta huolimatta. Fyysismotoristen taitojen kehityksessä edistymistä on odotettavissa myös psyykkisellä tasolla. Lapsi saa liikkeussaan välitöntä palautetta toiminnastaan, jolloin hän oppii tuntemaan itseään paremmin ja hahmottamaan ympäristöään. Tämä parantaa lapsen itsesäätelykykyä. Autistisille lapsille suunnatuilla harjoituksilla pyritään säilyttämään tekemisen motivaatio, kehittämään sensomotorisia taitoja sekä minimoimaan epäonnistumisia, jotta lapsen itsetunto kohoaa ja elämänlaatu paranee. Turvallisesti aistiärsykeitä tuottamalla ja kokemalla normalisoidaan aistituntemuksia, kuten yli- tai aliherkkyksiä. Tärkeää on, että lapsi pääsee keskittymään itse kokemukseen, oppii kontrolloimaan itseään ja rentoutumaan. Sosiaalisia taitoja sekä valmiuksia vuorovaikutukseen voidaan harjaannuttaa ryhmä- ja parikokemusten avulla.

Autististen lasten kanssa työskentely asettaa erityispiirteitä myös työssäjaksamiselle. Työskentely autistisen lapsen ohjaajana voi painottua hetkittäin hyvinkin ongelmakeskeiseksi. Avoin keskusteleva ilmapiiri onkin hyvän työsuhteen edellytys sekä työyhteisössä että johdon ja henkilöstön välillä. Yhteiset linjaukset

Etukäteismateriaali

toimintatavoista auttavat lapsen kanssa työskenteleviä ammattilaisia. Vaihtoehtoisten käyttäytymismallien läpikäynti ja ammatillisuuden vahvistaminen, uuden oppiminen ja oman työn tarkastelu erilaisista näkökulmista lähtien [voimaannuttaa](#) ja valmistaa ohjaajaa työnsä ongelmatilanteiden ratkaisemiseen. Luottamus omaan ammattitaitoon vaikeuksien edessä lisää pystyvyyttä ratkaista ongelmia.

Koskettaminen vuorovaikutussuhteessa autistisen lapsen kanssa

Autistisen lapsen kanssa vuorovaikutussuhde perustuu aitoon kohtaamiseen ja läsnäoloon. Aktiivinen molemminpuolinen vuorovaikutussuhde on aina lapsen kommunikointia tukevaa ja kuntouttavaa toimintaa. Koskettaminen on tärkeä hiljainen viestinnän keino. Ihminen aistii kehollaan koskettamisen laatua, tarkoitusta ja sen tuomaa viestiä. Koskettaminen luo turvallisuutta, mielihyvää ja on lapselle luonnollinen keino parantaa kehonhahmottamista sekä ilmaista tunteita. Kosketuksella voidaan myös helpottaa lapselle toiminnallisten ohjeiden ymmärtämistä. Kosketuksen liittämisen sanalliseen ohjaukseen on todettu lisäävän haluttua positiivista käyttäytymistä.

Autististen lasten aistiherkkydessä on paljon yksilöllisiä eroja, jonka vuoksi kosketuksessakin on tärkeää arvioida lapsen reaktioita koskettaessa. Autististen lasten kiputunto voi olla alentunut, jonka vuoksi aikuisen täytyy osata lukea lasta, ettei koskettaminen ja lapsen fyysinen ohjaaminen ole lasta satuttavaa. Lapselle tuleva palaute aikuisen kosketuksen laadun kautta voi vaikuttaa myös lapsen sosiaaliseen itsevarmuuteen ja kontaktinottoon. Aikuisen palaute lapsen käytökseen voi olla minäkuvaa positiivisesti tai negatiivisesti rakentavaa. Ohjaajana on tärkeää olla tietoinen kehollisesta [minästään](#) ja sen kautta antamistaan viesteistä lapselle. Aikuinen pystyy tietoisesti ymmärtämään, kuinka vuorovaikutuksellisissa tilanteissa kehoaan käyttää ja, kuinka itse voisi toimintaansa tarvittaessa muuttaa.

Kirjallisuutta

Backman 1998: Kohtaan työssäni autistisen lapsen. Opaskirja päiväkoti- ja kouluavustajille sekä muille autististen lasten kanssa työskenteleville

Herrala – [Kahrola](#) – Sandström 2009: Psykofyysinen ihminen

Huuhtanen 2001: Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa vuosituuhannen taitteessa

Kanninen – Uusitalo-Arola 2015: Lyhytterapeuttinen työote

Kataja 2004: Rentoutuminen ja voimavarat

Koljonen 2000: ”Uskallan ja osaankin” – Psykomotorinen harjaannuttaminen itsetunnon ja motoriikan tukemisessa, kun lapsilla on oppimisvaikeuksia

[Langinauer](#) 2011: Turvallisuuden merkitys varhaislapsuudessa

Launonen 2007: Vuorovaikutus. Kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin

Leonard – [Berkowitz](#) – [Shusterman](#) 2014: [The effect of friendly touch on delay-of-gratification in preschool children.](#)

Reijonen – [Mahlamäki-Stranden](#) 2008: Oivaltava kohtaaminen. Menetelmiä ihmissuhdetyöhön

[Szegda](#) – Hokkanen 2010: Apua arkeen ja aistihäiriöihin. Ohjeita ja kokemuksia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kasvattamisesta

[Zimmer](#) 2011: Psykomotoriikan käsikirja

Palautelomake



Palaute Psykomotoriikan koulutuspäivästä 28.09.2015

Miten arvioit Psykomotoriikan koulutuspäivän toteutusta? Oliko koulutuspäivä työsi kannalta mielestäsi...

- hyödyllinen*
- epätarkoituksenmukainen*
- turha*
- jotain muuta*
- en osaa sanoa*

Avoimet kommentit koulutuspäivän toteutuksesta: Mistä hyödyit? Jos epätarkoituksenmukainen/turha, miksi?

Opitko uutta?

- opin, paljon*
- opin, jonkin verran*
- en oppinut*
- en osaa sanoa*

Avoimet kommentit koulutuspäivän sisällöstä:

Kuinka koit itse koulutuspäivälle osallistumisen?

Kommentit koulutuspäivän vetäjille: (esimerkiksi ohjauksesta, etukäteismateriaalista, kehitysehdotuksia...)

Kiitos osallistumisestasi Psykomotoriikan koulutuspäiville ja mukavaa syksyn alkua Pelimanneihin!

Toivoen fysioterapeuttipiskelijät Meri Laakso ja Malla Lappeteläinen