



Neurokirjo

Tiedosta, tunnista, tue



Pohjois-Savon
hyvinvointialue



Euroopan unionin
rahoittama
NextGenerationEU



Suomen
kestävän kasvun
ohjelma

Tiedosta

Kehitykselliset neuropsykiatriset häiriöt

ADD / ADHD

- Keskittymisvaikeudet/ Ylikeskittyminen
- Tarkkaavaisuuden vaikeudet
- Impulsiivinen käyttäytyminen
- Yliaktiivisuus
- Mielialojen vaihtelut
- Tunteiden säätelyn haasteet
- Aistiyli- ja aliherkkyedet
- Ajoittain ns. omissa ajatuksissa

Kehityksellinen kielihäiriö

- Ongelmia puheen ymmärtämisessä
- Haasteita puheen tuottamisessa
- Sananlöytämisen vaikeus
- Kiertoilmaisut, "omat" sanat
- Kuullun ymmärtämisen vaikeus

Autismikirjon häiriöt

- Haasteita sosiaalisissa suhteissa
- Sanattoman viestinnän tulkitsemisen haasteet
- Katsekontaktin ylläpidon haasteet
- Ei halua olla katsekontaktissa
- Jumittaminen
- Toistuvat käyttäytymismallit
- Haasteita sosiaalisissa suhteissa

Tourette

- Pitkäaikaisia motorisia äänellisiä TIC-oireita
- Monimuotoisia äänellisiä TIC-oireita
- Yksinkertaisia äänellisiä TIC-oireita
- Monimuotoisia motorisia TIC-oireita
- Yksinkertaisia motorisia TIC-oireita

Neuropsykiatriseen häiriöön voi liittyä myös muita diagnooseja, kuten:

- Masennus
- Ahdistuneisuushäiriö
- Käytöshäiriö
- Syömishäiriö
- TIC-oireet
- Pakko-oireinen häiriö
- Univaikeudet
- Migreeni
- Oppimisvaikeudet
- Puheenkehityksen viivästymä
- Päihdeongelmat
- Persoonallisuushäiriö
- Epilepsia
- Kehitysvamma

Neurokirjon henkilöiden vahvuuksia

- Luovuus
- Mielikuvitus
- Idearikkaus
- Tehokkuus
- Empaattisuus
- Avoimuus
- Rehellisyys
- Oikeudenmukaisuus
- Visuaalinen prosessointi
- Ongelmanratkaisutaidot
- Havainnointikyky
- Erytymisen kiinnostuksen kohteet
- Ns. ylikeskittyminen siihen, mikä kiinnostaa
- Herkkyys
- Rohkeutta heittäytyä

Tunnista ja tue

Neurokirjon henkilön tukeminen

Piirteiden tunnistaminen

- Auttaa tukemaan oikeilla tavoilla ja keinoilla
- Helpottaa ymmärtämään toisen toimintaa
- Auttaa ohjaamaan oikean tuen piiriin
- Auttaa henkilön diagnosoinnissa
- Auttaa tarjoamaan välineitä ja apuvälineitä henkilölle, jolla on kehityksellinen neuropsykiatrisen häiriö
- Tiedostetaan, miten piirteet vaikuttavat henkilön toimintaan
- Keskustellaan, kysytään, otetaan selvää, ollaan kiinnostuneita

Ymmärtäminen

- Ymmärtämällä toisen toimintaa, oma työ helpottuu
- Auttaa kohtaamaan kunnioittavasti ja arvostavasti
- Auttaa hyvän suhteen luomiseen
- Auttaa luottamuksen ja turvallisuuden tunteen luomiseen
- Tiedostetaan, että henkilö itse on asiassaan paras asiantuntija
- Annetaan tilaa erilaisuudelle
- Annetaan positiivista palautetta onnistumisista
- Ei pakottamista, esim. huomioidaan suurissa ryhmissä toimimisessa

Ympäristön merkitys

- Muokataan ympäristöstä nepsy-ystävällinen mm. aistiyli- ja aliherkkyksien huomioimisella
- Tarjotaan tila levolle, rauhoittumiselle
- Huomioidaan erilaisuus mm. sosiaalisten tilanteiden suhteen
- Tarjotaan rauhallinen tila esim. tehtävien tekoon

Oma asenne

- Mikä oma asenteeni on kehityksellisiä neuropsykiatrisia häiriöitä kohtaan?
- Vaikuttaa taustalla kaikkeen: Miten kohtaan, miten vastaan tuen tarpeeseen, tunnistanko piirteet jne.
- Asenne huokuu kaikessa tekemisessä ja sen pystyy vaistoamaan

Moniammatillinen yhteistyö

- Avoin ja saumaton yhteistyö henkilön verkoston kanssa
- Ollaan tietoisia ketä henkilön verkostossa toimii
- Arvostetaan ja kuullaan toisen näkemyksiä, kokemuksia, ajatuksia
- Yhteinen tavoite
- Kollegiaalinen tuki myös tärkeää
- Positiivinen vuorovaikutus tärkeää

Lähipiirin huomioiminen

- Huomioidaan läheiset
- Tarjotaan tukea myös heille
- Kuullaan ja arvostetaan heidän näkemyksiään ja asiantuntijuuttaan
- Ei syyllistetä
- Annetaan positiivista palautetta

Apuvälineet

- Annetaan lupa tarvittavien apuvälineiden käyttöön
- Keskustellaan, kysellään, otetaan selvää, mitkä apuvälineet olisivat hyödyllisiä juuri kyseiselle henkilölle
- Hyviä apuvälineitä:
 - Piirustusvälineet, muistiinpanovälineet
 - Hypistelylelut, hiusponnarit, käsikorut
 - Purukumi, purtavat lelut
 - Kuulokkeet, aurinkolasit, hupparin huppu, lippis
 - Istuintyynt, painotyynt, painopeitot
 - Kalenterit, post it-laput, kännykän muistutukset
 - Kommunikointivälineet, kuvat, tukiviittomat
 - Äänikirjat

Lisää tietoa työn tueksi

Hyödyllisiä linkkejä

- adhd-liitto.fi
- autismiliitto.fi
- tourette.fi
- aivoliitto.fi/kehityksellinenkielihäiriö
- naenepsy.fi
- neurospectrum.fi

Tutkimuksellista tietoa

- Teräväinen, V: Asperger-erityisoppilaan sosiaalinen integraatio (Tampereen yliopisto)
- Catarina Pettersson: Arki ja ADHD, Kerronnallinen tapaustutkimus elämästä perheissä, joita ADHD koskettaa (Helsingin yliopisto)
- Laura Liimatainen: ADHD-LAPSEN JA HÄNEN PERHEENSÄ TUKEMINEN (Samk)
- Koskentausta, T., Koski, A., Tani, P: Katsaus: Aikuisen autismitieteen häiriö

Kirjallisuutta

- Savikuja, T. & Puustjärvi, A: Nepsy-opas
- Maarit Virta, Anita Salakari: ADHD-aikuisen selviytymisopas 2.0
- Esko Juhola: Autismin muuttuvat kasvot
- Sari-Marika Durchman: Supervoimani ADHD
- Hanna Suikkanen: Nuoren ADHD-opas ja Piilovoimia
- Erja Sandberg: ADHD ja oppimisen tuki
- Julie Smith: Miksei kukaan kertonut minulle tätä aiemmin?

Sosiaalinen media

- Youtube: Autismiliitto, Hankevoimala, ADHD-liitto, Katariina Räikkösen kanava (Elämää Touretten kanssa)
- Facebook: Liittojen sivut, Näenepsy, Neurospectrum, Nepsy arki, Nepsy tips, Tampereenseudun autismiyhdistys, hus lastenpsykiatria
- Instagram: Liittojen kanavat, Nepsy tips, Nepsykaruselli, nepsynmutsi, the_mini_adhd_coach
- TikTok: Liittojen sivut, adhdkarita, livingwith.adhd

Välineitä & menetelmiä

- Liittojen sivuilla paljon välineitä ja menetelmiä työn tueksi
- neuvokasperhe.fi
- peda.net/jyvaskyla/poske/erityisopetus/nepsy-hanketarmo/tarmokkaasti-nepsysta-kasikirja
- lassoreppu.fi
- mielenterveystalo.fi
- ekollega.fi/diginepsy/valineita-kohtaamiseen
- mieli.fi
- papunet.fi
- viitotturakkaus.fi
- toivoajatoimintaa.fi
- mll.fi
- zekki.fi/ammattilaisille/

Lisätietoa

- Neuvola (0-6 -vuotiaat)
- Opiskelijaterveydenhuolto
- YTHS (3. asteen opiskelijat)
- Omalääkäri
- Työterveys
- Opiskeluhoillon psykologit
- Kuraattorit
- Kasvatus- ja perheneuvonta
- Toimintaterapia
- Varhaiskasvatuksen erityisopettajat
- Koulujen ja oppilaitosten erityisopettajat
- Nepsy-tiimi (nepsy-tiimi@pshyvinvointialue.fi)