

Theresa Lammila

ADHD/ADD nuoret koulumaailmassa

Nuoret kokemusasiantuntijoina

Opinnäytetyö

Kevät 2020

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: SeAMK Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Theresa Lammila

Työn nimi: ADHA/ADD nuoret koulumaailmassa: Nuoret kokemusasiantuntijoina

Ohjaaja: Katariina Perttula

Vuosi: 2020 Sivumäärä: 45 Liitteiden lukumäärä: 4

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena kehittämistyönä, johon kuului opas. Oppaan tavoitteena oli tuottaa tietoa, miten opettajien tulisi kohdata ADHD/ADD-nuori koulussa.

Opasta varten haastateltiin teemahaastatteluiden avulla ADHD/ADD-nuoria sekä koulun henkilökuntaa. Kehittämistyössä selvitettiin, miten nuoret kokevat, miten heidät tulisi kohdata koulussa sekä millaisia toiveita heillä oppimisesta ja opettamisesta koulussa. Koulun henkilökunnalta kysyttiin samat asiat heidän näkökulmastaan.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa määritellään ADHD:ta sekä ADD:ta, oireiden ilmenemistä ja miten ne vaikuttavat nuoren elämään, koulunkäyntiin sekä kanssaihmissiin. Lisäksi käsitellään ADHD/ADD nuoren minäkuvaa sekä nuoren kohtaamista sekä kerrotaan koulun erilaisista tukitoimista, joilla tuetaan ADHD- ja ADD- nuoren koulunkäyntiä.

Kehittämistyön tuloksena toteutettiin opas, jossa käsitellään nuorten ajatuksia ja toiveita heidän kohtaamisestaan ja kohtelemisestaan koulussa sekä opettamisesta. Kehittämistyön kannalta tärkeää tietoa löytyi myös koulun henkilökunnan vastauksista, jotka olivat osin hyvinkin erilaisia kuin nuorten vastaukset. Molemmista sai hyvää aineistoa oppaan teossa. Kehittämistyön löydökset osoittavat, että nuoret kokevat paljon negatiivista palautetta niin käytöksestään kuin oppimistilanteissakin.

Nuoret toivovat tasa-arvoista kohtelua ja ennakkoluulottomuutta – sitä, että heille annetaan enemmän mahdollisuuksia ja ennen kaikkea heidän kanssaan jaksetaan olla kärsivällisiä. Henkilökunta pyrkii toimimaan tilanteissa oikein, silti he saattavat tiedostamattaan välittää päinvastaisia signaaleja nuorille. Kuitenkin kehittämistyössä tuli positiivisesti ilmi, että ADHD- nuorten kanssa työskentely, toimintatavat, tieto ja taito on mennyt vuosien saatossa huomattavasti eteenpäin, tärkeimpänä häiriön tunnettavuus.

Avainsanat: adhd-nuori, add-nuori, koulu, kokemusasiantuntija

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: SeAMK School of Health care and social work

Degree programme: Degree Programme of Social Services

Author: Theresa Lammila

Title of thesis: Young People with ADHD/ADD in School: Young Persons as Experts by Experience

Supervisor: Katariina Perttula

Year: 2020 Number of pages: 45 Number of appendices: 4

This thesis was implemented as a functional development work, and it contains a guide. The guide's goal was to provide information on how teachers should confront ADHD or ADD adolescents in school. For the guide, we interviewed young people with ADHD and ADD and school staff using themed interviews. The development work explored young people's experiences, how they should be confronted at school, as well as what kind of desires they have about learning and teaching in school. School staff were asked the same things from their perspective.

The theory part of the thesis defines ADHD as well as ADD, manifestations of symptoms and how they affect a young person's life, schooling, as well as fellow people. Also dealing with ADHD/ADD young people's self-image, as well as the adolescent encounter, being told about various school support activities to support ADHD and ADD adolescent schooling.

As a result of this development work, a guide was implemented, addressing young people's thoughts and desires about their encounter and treatment in school, as well as teaching. Information important for the development work was also found in the responses of school staff, which were, in part, very different from the responses of young people. Good material from both was received for the guide. The findings of the development work demonstrate that young people experience a lot of negative feedback concerning both their behavior and learning situations.

Young people hope for equal treatment and open-mindedness, the fact that they are given more opportunities and, first of all, they will be able to be patient with them. Staff strive to act in situations correctly, yet they might unconsciously transmit the opposite signals to young people. However, the development work positively indicates that working with ADHD adolescents, modes of activity, knowledge and skills have considerably developed over the years, most importantly the familiarity of the disorder.

Keywords: adhd young person, add-young person, school, experience expert

SISÄLTÖ

OPINNÄYTETYÖN TIIVISTELMÄ	2
THESIS ABSTRACT	3
SISÄLTÖ	4
1 JOHDANTO	6
2 ADHD JA ADD OPPISSA JA KIRJALLISUUDESSA	8
3 NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT	12
3.1 ADHD	12
3.2 ADHD OIREIDEN ILMENTYMINEN	14
3.3 ADD.....	16
3.4 ADHD/ADD NUOREN MINÄKUVA.....	17
4 KOULUN TUKITOIMET	19
4.1 TUKEA PORTAITTAIN.....	19
4.2 TUKIOPETUS SEKÄ OSA-AIKAINEN ERITYISOPETUS, YLEINEN TUKI	19
4.3 TEHOSTETTU TUKI.....	20
4.4 ERITYINEN TUKI	20
4.5 JOUSTAVA OPETUS (JOPO)	21
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	22
5.1 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA LÄHTÖKOHDAT	22
5.2 TOIMINNALLISEN PRODUKTION KEHITTÄMISPROSESSIN VAIHEET	23
5.3 KEHITTÄMISTYÖN KOHDERYHMÄ JA AINEISTONKERUUMENETELMÄ	24
5.4 HYVÄ TIETEELLINEN KÄYTÄNTÖ JA EETTISYYS.....	26
5.5 KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS	26
5.6 SISÄLLÖNANALYYSI.....	27
6 OPPAAN RAKENNE JA SISÄLTÖ.....	29
7 AINEISTON ANALYYSIN TULOKSET JA OPPAAN SISÄLTÖ	31
7.1 KOHTAAMINEN	31
7.2 KOHTELEMINEN	33

7.3	OPETTAMINEN	35
8	JOHTOPÄÄTÖKSET	38
9	POHDINTA	42
	LIITTEET	46

1 JOHDANTO

ADHD- käsikirjassa (2018, 13) kerrotaan, että neuropsykiatriset häiriöt ovat tulleet viime vuosina enemmän yleiseen tietoon, aiheesta tiedetään enemmän ja tutkimuksiin osataan ohjata aikaisemmassa vaiheessa kuin aikaisemmin. ADHD/ADD-nuorilla on usein haasteita muillakin elämänalueilla. Kun sairaudesta tai häiriöstä tiedetään enemmän ja jo varhaisemmassa vaiheessa, siihen osataan panostaa ja antaa oikeanlaista apua, neuvontaa ja ohjausta ADHD/ADD-oireista kärsiville lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen. Käypä hoito (ADHD: Käypä hoito. [Viitattu 24.1.2020]) -sivuston mukaan ADHD-oireiden esiintyvyys ei ole suurentunut muutamaankin vuosikymmeneen, kuitenkin niiden lasten ja nuorten määrä on suurentunut, joilla on ADHD- diagnoosi ja saavat sen vuoksi hoitoa, tähän määrän suurentumiseen arvellaan vaikuttavat juuri se, että ADHD pystytään nykyään tunnistamaan paremmin. Tästä esimerkkinä Käypä hoito sivuston mukaan Suomessa 1991 – 2005 syntyneillä ADHD:n esiintyvyys suurentui verrattuna aikaisemmin syntyneisiin. ADHD:tä on uusimpien analyysien mukaan 3,6 – 7,2 %:lla 6 -18- vuotiailla. Nuorilla aikuisilla sekä aikuisilla esiintyvyyttä 17–84-vuotiailla on 2,5 % sekä 18- 44-vuotiailla 3,4 %. Diagnoosi on yleisempi miehillä (4,1 %) kuin naisilla (2,7 %). Käypä hoito (ADHD: Käypä hoito. [Viitattu 24.1.2020])

ADHD voi vaikuttaa laaja-alaisesti nuoren arkielämään ja elinympäristöön, ja vaikuttaa esimerkiksi nuoren opiskelua sekä sosiaalisissa suhteissa toimimista. Nuorilla voi olla haasteita sopeutumisessa koulumaailmaan sekä siellä sosiaalisissa suhteissa ja opinnoissa pärjäämisessä. Nuorella voi esiintyä esimerkiksi häiriökäyttäytymistä, aggressiivisuutta ja sääntöjen rikkomista, jotka voivat aiheuttaa ongelmia sosiaalisissa suhteissa. Penttilä, Rintahaka, Kaltiala-Heino. (Duodecimin [Viitattu 24.1.2020])

Valitsin aiheeksi ADHD/ADD koulumaailmassa, ja nimenomaan nuoret kokemusasiantuntijoina, sillä he ovat parhaita antamaan neuvoja ja toimintatapoja, miten heidän kanssaan tulisi toimia. Aihe kiinnostaa myös itseä, sillä tiedän ja tunnen monia nuoria, joilla on kyseessä oleva sairaus. Olen myös nähnyt ja kuullut heidän

kamppailuistaan, onnistumisistaan sekä toimintatavoistaan selviytyä ja päästä haluamaansa lopputulokseen, jotkut varhaisemmassa vaiheessa, jotkut myöhemmin.

Aiheesta on kirjoitettu paljon ja tietoa löytyy. ADHD:stä ovat kirjoittaneet pääasiassa lääkärit, psykologit ja psykiatrit. Koulumaailmaan oppaitakin löytyy niin koulunkäynnin ohjaajille kuin muillekin. Mietin kuitenkin, eivätkö parhaat asiantuntijat kuitenkin ole itse kyseessä olevan diagnosoin omaavat nuoret. Halusin myös selvittää, kuinka paljon asiassa on menty eteenpäin ja nimenomaan kouluissa. Onko ihmisten suhtautuminen muuttunut vuosien saatossa, kun tieto taito on lisääntynyt yhteiskunnassamme?

Tarkoituksena on tehdä opas, jossa nämä nuoret kertovat näkökulmiaan, kuinka heidän kanssaan olisi hyvä toimia. Tavoitteena on se, että nuorten näkökulmia ymmärtämällä sekä positiivisen asenteen ansiosta turhautumiset ja väärinymmärrykset sekä väsymys ADHD/ADD- nuorten kanssa toimiessa vähentyisi. Positiivisella asenteella pääsee kyseessä olevien nuorten kanssa jo pitkälle.

2 ADHD JA ADD OPPISSA JA KIRJALLISUUDESSA

Tässä luvussa tarkastellaan jo olemassa olevia oppaita, tutkimuksia sekä muuta aiheeseen liittyvää kirjallisuutta. ADHD:stä löytyy oppaita, joissa nuoret ovat itse kertoneet vaikeuksistaan ja selviytymiskeinoistaan. Suurimmaksi osaksi kirjat on suunnattu aikuisiän ADHD-häiriöistä kärsiville, joihin on sisällytetty pieni luku joko varhaislapsuuden, lapsuuden tai nuoruuden aikaisesta häiriöstä ja siihen liittyvistä tutkimuksista, toimintatavoista ja lääkityksestä.

Kirjallisuudesta löytyy muun muassa neuvoja ja ohjeita koulutyöskentelyyn. Tällaisia on muun muassa seuraavat: ADHD-nuoren oppimista edistää, jos opettaja tai muun ohjaaja antaa tehtävät tai ohjeet yksi kerrallaan, mieluiten vielä siinä järjestyksessä, kuin ne tulisi tehdä. Ohjeita ei saa antaa useita kerralla, esimerkiksi ADHD-nuorelle ei kannata antaa kahta tai kolmea tehtävää yhdessä lauseessa, sillä silloin ADHD-nuori voi muistaa joko vain ensimmäisen tai viimeisen ohjeen. Puhutellessa ADHD-nuorta olisi myös hyvä sanoa ensin nuoren etunimi, tällöin hän ymmärtää paremmin, että hänelle puhutaan. Voi myös koskettaa hänen olkapäätänsä, ennen kuin hänelle puhuu. Häly sekä melu hankaloittavat ADHD/ADD-nuoren keskittymistä, jolloin yleisesti annetut ohjeet voivat helposti hukkaa meluun tai hälyyn. Toisaalta, joissain tilanteissa nuoren oma liikehdintä voi auttaa häntä itseään rauhoittamaan. ADHD/ADD-nuorilla voi olla, että keskittymistä parantaa, kun saa liikutella jalkojaan tai tehdä käsillään jotakin. Jokaisella on omat tapansa, kuinka he kykenevät keskittymään paremmin. ADHD/ADD-nuorella voi olla erilaisiin tilanteisiin omat yksilölliset tapansa, joilla juuri hänen keskittymisensä on parhaimmillaan. (Quinn & Stern 2009; Myllykoski, & Melamies, 2004; Jokinen & Ahtikari 2004; Suomen mielenterveysseura ry, [Viitattu 3.9.2019]; Janssen-Cilag Oy, [Viitattu 5.9.2019]; (ADHD-liitto, [Viitattu 30.9.2019]).

Nykyään ADHD-nuoren hoidon yhteydessä puhutaan myös ruokavalion tärkeydestä. Kirjallisuudessa painotetaan säännöllisiä sekä ravitsevia terveellisiä ruokia, tällöin verensokeri pysyy oikealla tasolla koko päivän. Ruokavaliolla näin ollen voi vaikuttaa vähentävästi ADHD-nuoren yliaktiivisuuteen sekä tarkkaamattomuuteen. Esimerkiksi sokeripitoisten virvoitusjuomien antaminen lisää yliaktiivisuutta, tällä ei

kuitenkaan ole todettu olevan suurtakaan vaikutusta ylivilkkauteen. (O'Reagan 2006.)

Ensimmäisen yleisesti käytetyn yliaktiivisille ja aggressiivisesti käyttäytyville lapsille suunnatun erikoisruokavalion on kehittänyt tohtori Benjamin Feingold, Ruokavaliossa vältetään paljon eri raaka-aineryhmiin kuuluvia tuotteita, muun muassa synteettisesti valmistettuja väri-, maku- säilöntäaineita sekä ruokia, joissa on luonnon salisylaatteja. (Peiper, & Bell, 2006. [Viitattu 23.3.2020].)

Oppaassa nimeltä **Jarruta! Lasten ja nuorten ADHD-opas** on kerrottu häiriön taustasta, mitä se aiheuttaa. Oppaaseen on koottu myös ohjeita, toimintatapoja sekä tukikeinoja, jotka ovat nuorelle avuksi jokapäiväisessä elämässä kotona ja koulumaailmassa. Oppaassa on käytetty kuvia apuna. Oppaan luvussa 9 annetaan ohjeita muun muassa, kuinka nuori voi selviytyä koulussa ja tehtävistä paremmin. (Quinn & Sterm 2009, 56-71.)

Itsenäistyvä nuori ja AD/HD (Myllykoski & Melamies 2004, 26–71) käsittelee kuntoutusmallin kokeilua, jonka ADHD-liitto ry järjesti yhteistyössä vuonna 2000 Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL), Lasten ja nuorten kuntoutussäätiön sekä Kuntoutus- ja kehittämiskeskus Huvituksen kanssa. Projekti oli nimeltään Kohti itsenäistä elämää, ja rahoittajana toimi Raha-automaattiyhdistys ry. Kirjassa kerrotaan tarkkaavaisuushäiriöistä ja sen vaikutuksesta nuoren elämään, pääasiassa nuoruuden aikaan. Oppaassa on osa, joka on tarkoitettu nuorelle itselleen, jossa nuoret itse kertovat häiriön aiheuttavista toiminnoista. He vastaavat annettuihin kysymyksiin ja kertovat, miten he ovat toimineet sekä mistä tai keneltä he ovat saaneet apua ja neuvoja. Kirjassa oli myös muutaman rivin mittainen opas, jossa ADHD nuoret olivat listanneet toiveitaan vanhemmille sekä opettajille, miten he toivoivat heitä kohtaan toimittavan

AD/HD-opas koulunkäyntiavustajille on erityisesti koulunkäynninavustajille tehty opas, tässäkin yhteistyökumppanina on ollut ADHD-liitto ry. Kirjoittajat tuovat esiin tarkkaavaisuushäiriön sekä sen liitännäisoireita. Kirjassa muun muassa neuvotaan,

mitä ja miten koulunkäyntiavustajat voivat toimia ADHD-nuorten kanssa, millä tavoin heitä tulisi auttaa sekä miten voidaan helpottaa heidän keskittymistään muun muassa tunneilla. Lisäksi kerrotaan, mitä apuvälineitä heillä on mahdollisuus käyttää sekä kerrottu, keneltä muilta he voivat pyytää työnsä onnistumisen kannalta apua ja neuvoja. Apuvälineitä ovat muun muassa oppikirjoista tehdyt äänikirjat, toiminnanohjaus eli nuorten ohjaaminen prosessin edetessä systemaattisesti selkein ohjein, aistiyliherkkyyksistä kärsiville esimerkiksi kuulokkeet. Koulunkäynninohjaajat voivat halutessaan pyytää apua muun muassa nuorten huoltajilta, opettajalta, erityisopettajalta, terapeutilta, jos nuori käy terapiassa (Jokinen & Ahtikari 2004.)

Haualla löytyi myös **ADHD-käsikirja** (Puustjärvi ym. 2018, 4-327), on 3 osaa. Kyseinen teos on ensisijaisesti tarkoitettu eri alojen ammattilaiselle mutta myös nuorille, heidän vanhemmillensa sekä muille aikuisille. Kirjan pääasiallinen kohderyhmä ovat kuitenkin henkilöt, joilla itsellään on ADHD ja jotka haluavat tietoa ja neuvoja. Kirjan teossa ovat olleet mukana psykiatreja, psykologeja, toimintaterapeutteja ja kasvatusta- ja opetusalan ammattilaisia. Ensimmäisessä osiossa käydään läpi ADHD-oireita, vaikutuksia, lääkkeitä, aikuisten tukea lapselle sekä terapiaa ja etuuk-sia. Myös ADHD-lasten vanhemmat kertovat kokemuksistaan, kun ADHD-lapsi on koulussa ja hänen tukemisestaan opiskelussa sekä sosiaalisissa tilanteissa. (Puustjärvi ym. 2018, 2018, 43-182).

Toinen osa, jonka on kirjoittanut Maria Sumia, on tarkoitettu ADHD-nuorelle itselleen. Osiossa kerrotaan oireista, diagnosoinnista, hoidosta, lääkkeitä sekä vinkkejä arkeen. Lisäksi siitä löytyy myös ADHD-oireisen nuoren kahden sivun mittainen omakohtainen kertomus. Sivuja tässä osiossa on 50. Pelkkää tekstiä on paljon ilman mitään kuvia tai kaavioita. Tämä vaikeuttaa ADHD-nuoren keskittymistä, tarkkaavaisuutta ja jaksamista kirjan lukemiseen. (Sumia ym. 2018, 185—234.)

Kolmas ja viimeinen osio käsittelee aikuisen ADHD:ta. (Leppämäki, ym. 2018, 239—327).

Kirjastosta etsiessä ei löytynyt pelkästään ADD-oireisesta nuoresta kertovia oppaita tai kirjallisuutta. Monissa ADHD:tä käsittelevissä kirjoissa kylläkin sivuttiin ADD:tä. Internetin haulla pelkästään ADD:sta ei löytynyt paljoakaan. ADHD-tutuksi nettisivuilla (Adhd-tutuksi. [Viitattu 15.5.2020]), kerrotaan kattavasti ADD:sta. Oireista ja

niihin liittyvistä toiminnoista kotona, kouluiässä, kaverisuhteissa, pettymyksissä ja suuttumustilanteista annetaan esimerkkejä sekä kerrotaan ohjeita ja neuvoja, kuinka voisi tehdä missäkin tilanteessa, että päästäisiin suotuisaan lopputulokseen. Julkaisussaan Puustjärvi (2011) kertoo lapsilla ilmenevistä ADD-oireista vauvaikestä alkaen koulumaailmaan saakka. Lisäksi julkaisussa kerrotaan ADD:n diagnosointiin tarvittavista tutkimuksista, lääkityksestä sekä kuvataan toimintatapoja, jotka asiat voisivat helpottaa ADD-nuoren kanssa toimiessa.

3 Neuropsykiatriset häiriöt

Tässä luvussa käsittelen neuropsykiatrisia häiriöitä, jotka ovat ensisijaisesti kehityksellisiä aivojen toimintaan liittyviä häiriöitä. Häiriöihin nivoutuu useasti muita samanaikaisia psykiatrisia ongelmia, esimerkiksi unihäiriöt. Neuropsykiatrisilla häiriöillä on voimakas vaikutus myös sosiaaliseen kanssakäymiseen. Tuon neuropsykiatrisista häiriöistä esille ADHD:n ja ADD:n eli aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden sekä keskittymisen häiriöön. Tarkastelen häiriötä sekä biologisesta että sosiaalisesta näkökulmasta. Psykiatriset häiriöt, joissa taustalla on keskeisesti neurobiologisia tekijöitä, voidaan katsoa kuuluviksi neuropsykiatrisiin häiriöihin. (Suomen mielenterveysseura ry, [Viitattu 3.9.2019]).

3.1 ADHD

Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö (attention-deficit hyperactivity disorder), voidaan diagnosoida elämänkaaren missä vaiheessa vain. Diagnoosien osalta suosituksissa viitataan kansainväliseen diagnostisen luokittelujärjestelmän (International Classification of Diseases) versioon ICD-10 ja Amerikan psykiatrisen yhdistyksen (APA) laatimaan psykiatristen häiriöiden DSM-5-diagnoosiluokitukseen (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders). Häiriö vaikuttaa toimintakykyyn heikentävästi. Keskeisimmät oireet ovat tarkkaamattomuus, ylivilkkaus ja impulsiivisuus. Avaan näitä oireita seuraavassa luvussa enemmän. Häiriöt voivat esiintyä yhdessä tai yksitellen, yhdessä esiintyessä häiriöistä jokin näyttääytyy pahempana kuin muut. F90.0-diagnoosia käytetään ADHD:stä, F90-hyperkineettiset häiriöt, jonka diagnosointeja ovat F90.0-Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö (AD/HD), F90.1-Hyperkineettinen käytöshäiriö (F90+91), F90.8-Muu hyperkineettinen häiriö, F90.9-Määrittelemätön hyperkineettinen häiriö, jossa ongelmat alkavat näkyä usein jo ennen 5 vuoden ikää.

ADHD-oireiselle nuorelle tai lapsen ongelmana ovat erityisesti pitkäjänteisyyden ja keskittymisen puute sekä liiallinen toiminnallisuus ovat ongelmana, jotka kuitenkin usein iän myötä vähitellen lieventyvät. ADHD:n oireiden ilmentymistavan vuoksi,

tytöillä ja naisilla toimintakyvyn heikentäjä voi olla piilevänä, mikä saattaa aiheuttaa diagnoosin viivästymisen. Voi käydä niin, että vasta kun koulunkäyntiin vaikuttavat ongelmat ovat kroonistuneet ja tulleet huomattavaksi, teini-ikäisillä tytöillä huomataan ADHD. Tästä syystä useat naiset ja tytöt kärsivät kauemmin häiriöstä kuin pojat. (Janssen-Cilag Oy. [Viitattu 29.9.2019])

ADHD voi vaikuttaa laaja-alaisesti nuoren arkielämään ja elinympäristöön. Se voi esimerkiksi vaikeuttaa opiskelua sekä työelämässä selviytymistä ja sosiaalisissa suhteissa selviytymistä. Nuorilla oireita voi nähdä sopeutumisessa koulumaailmaan sekä siellä sosiaalisissa suhteissa, myös opinnoissa pärjäämisessä. Esimerkiksi (Penttilä, Rintahaka, Kaltiala-Heino. [Viitattu 24.1.2020]) mukaan häiriökäyttäytyminen, aggressiivisuus ja sääntöjen rikkominen voivat aiheuttaa nuorelle ongelmia sosiaalisissa suhteissa.

Verkkosivun Children and Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (Chadd, [Viitattu 15.5.2020]) mukaan ADHD on diagnosoitu teini-ikäisillä 12 %:lla heistä kahdella kolmasosalla huomattavia ADHD- oireita aikuisuudessa. ADHD jaetaan kolmeen alaluokkaan, joita ovat pääasiassa *tarkkaamattomuustyyppi (AD/HD-I)*, *pääasiassa yliaktiivinen/impulsiivinen tyyppi (AD/HD-HI)* sekä *yhdistynyt tyyppi (AD/HD-C)*. Lapset ja nuoret, jotka kuuluvat tarkkaamattomuusluokkaan, näyttävät välinpitämättömiltä ja henkisesti ylivilkkailta, kuitenkin todennäköisesti he eivät sitä fyysisesti ole. Yliaktiiviset tai impulsiiviset lapset tai nuoret ovat useimmiten häiritseviä tai vaativia tai haastavia, niin koulussa kuin muuallakin. He ovat myös riskinottajia. Näillä lapsilla ja nuorilla yleisin piirre on, että he toimivat ennen kuin ajattelevat. Yleisesti ottaen tällaiset lapset ja nuoret eivät kuitenkaan pääsääntöisesti käyttäydy epäsosiaalisesti. Heillä on usein heikko itsetunto sekä he helpommin masentuvat tai ahdistuvat muita helpommin. Pahimmillaan he voivat jopa haavoittaa itseään. (Chadd [Viitattu 15.5.2020]).

” kun ensimmäisen kerran ajattelen, mitä teen, on jo myöhäistä – olen jo tehnyt sen.” (O'Reagan,2006. [Viitattu 24.1.2020]).

Tarkasteltaessa ADHD:n oireita täytyy huomata ja muistaa, ettei kaikilla ole aina ylivilkkautta ja impulsiivisuutta. Jotkut ADHD-lapset ja nuoret kykenevät keskittymään ja paneutumaan tehtäviin kunnolla, jos aihe tai tekeminen on heistä kiinnostava. Useimmiten tällaisissa aineissa tai toiminnallisessa tekemisessä nämä nuoret ovat hyviä ja pärjäävät erinomaisesti. Tästä vuoksi oireyhtymää on vaikea diagnosoida. (O'Reagan, 2006.)

Sinkkosen ja Korhosen (2015, 220) mukaan ADHD on nykytieteen mukaan monitekijäinen häiriö, jonka kehittymisen perinnöllisyydellä sekä ympäristötekijöillä on merkittävä rooli. Ympäristötekijöitä, jotka vaikuttavat häiriötekijöinä on mainittu muun muassa melu, häly, jatkuvat keskeytykset. Nämä voivat vaikuttaa pahentavasti keskittymiseen. Myös vireystilaan yhdistävät seikat kuten univaje, nälkä, väsymys ja jännitys ovat tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa pahentavasti tarkkaamattomuuteen sekä keskittymiseen.

3.2 ADHD oireiden ilmentyminen

Tarkkaavaisuuden ongelmat ilmenevät jatkuvina vaikeuksina keskittyä tehtäviin, leikkeihin ja vaikeuksina seurata ohjeita, kuunnella toisten puhetta sekä saada koulu- tai työtehtävät suoritettua. Lisäksi vaikeuksia voi tuottaa tehtävien järjestäminen. Päivittäiset asiat unohtuvat toistuvasti. ADHD-nuorella ja -lapsella sellaisten saattaa esiintyä tehtävien välttelyä, jotka vaativat pitkäkestoisuutta. Hän on vaikea huomioida yksityiskohtia ja hän häiriintyy pienistäkin ulkopuolisista ärsykkeistä. (Terveyskirjasto. [Viitattu 10.9.2019]).

Yliaktiivisuus, ilmenee kokoaikaisena hyperaktiivisuutena tai impulsiivisuutena. Tämä voi näkyä nuoren käyttäytymisessä jatkuvana käsien tai jalkojen liikutamisena, vaikeutena istua paikallaan ja tilanteesta poistumisena toistuvasti, vaikka pitäisi pystyä olemaan paikoillaan. Yliaktiivisuus voi ilmetä myös jatkuvana juoksenteluna, kiipeilynä, toistuvana vaikeutena leikkiä tai harrastaa rauhallisesti sekä yletömänä puhumisena. (Terveyskirjasto, [Viitattu 10.9.2019]).

Impulsiivisuus esiintyy yleensä vaikeutena odottaa vuoroaan, odottaa kysymyksen loppuun ennen vastaamista sekä muiden puheen keskeyttämisenä sekä tuppautumisena muiden seuraan (Terveyskirjasto. [Viitattu 10.9.2019]).

Oireet näkyvät lapsella yksilöllisesti. Toisilla voi olla kaikki tyypilliset oireet, toisilla vain osa. Diagnoosi edellyttää, että joitakin oireita on esiintynyt ja ne ovat aiheuttaneet haittaa jo alle kouluikäisenä. Oireyhtymää ilmenee sekä pojilla että tytöillä, mutta tytöillä ADHD jää usein diagnosoimatta. Diagnosointi on tärkeää lapsen, nuoren sekä aikuisen itsetunnon kannalta. Tämän avulla poistetaan leimautuminen laiskaksi, vastuuttomaksi, tottelemattomaksi ja huonokäyttöiseksi. (Terveyskirjasto. [Viitattu 10.9.2019]). Muiden voi olla vaikeaa tietää, kuinka paljon ikäistään enemmän apua sekä tukea ADHD-nuori tarvitsee. (Mannström-Mäkelä & Saukkola 2008, 39.)

ADD ja ADHD ovat eräänlaisia keskushermoston toimintahäiriöitä. Toimintahäiriöiden vaihtelevat vaikutukset näkyvät yksilöllisesti. Oireyhtymiin kuuluu seuraavista oireista: (Terveyskirjasto. [Viitattu 10.9.2019]).

Käyttäytymiseen liittyviin oireisiin kuuluu vaikeus noudattaa ohjeita, keskittyä tehtäviin, kuunnella toisia, puhua tunteistaan.

Keskittymisen herpaantuminen, tarkkaavaisuuden lyhyt kestoisuus, keskittymiskyvyttömyys ja tarkkaamattomuus. *Kyvyttömyys* hallita raajojen liikkeitä, leikkiä hiljaa. *Siirtyminen* keskeneräisestä toiminnasta tai tehtävästä toiseen, unohteleminen, ärtyneisyys ja levottomuus, kiukunpuuskat, passiivisuus sekä vetäytyvä käyttäytyminen.

Kognitiivisiin liittyviin oireisiin kuuluu kielellisten ja muistitoimintojen sekä havainnointi- ja käsitteellistämiskyvyn *heikentyminen*, lukivaikeudet.

Sosiaalisiin liittyviin oireisiin kuuluu *vaikeus* odottaa vuoroaan sekä tulla toimeen toisten kanssa. *Taipumus* keskeyttää muita, puhua liikaa liian nopeasti sekä kovalla äänellä, puhua harkitsemattomasti.

Liikunnallisiin liittyviin oireisiin kuuluu tapaturma-alttius sekä huono tai heikko motoriikka. (Peiper & Bell 2006.)

3.3 ADD

ADD on keskittymisen ja tarkkaavaisuuden säätelyn ongelma, jossa on useasti lisäksi myös vaikeuksia oman toiminnan ohjaamisessa. ADD (attention deficit disorder) on ADHD:n alaryhmä, joka selittää osaksi, miksi pelkästään ADD:sta ei yksinään löydy kovinkaan paljoa tietoa. ADD:lle on ominaista muun muassa lapsella esiintyvä suuri tarve pysyä rutiineissa, esimerkiksi vaatteet ovat puettava aina samassa järjestyksessä. Lapset ovat vilkkaita ja jopa vallattomia. He voivat keksivätkin mitä ihmeellisimpiä toimintatapoja sekä leikkejä. (Janssen-Cilag Oy, [Viitattu 5.9.2019]).

Motoriset ja kehitykselliset taidot saattavat kypsyä hitaammin, esimerkiksi polkupyörällä ajo tai saksilla leikkaaminen voivat onnistua vasta, kun lapsi on jo alakoulussa. Pitkäjänteisyyttä vaativat tehtävät ja toiminnot, kuten esimerkiksi autossa istuminen, ei tahdo onnistua. Jopa jo 20 kilometrin matka voi olla ylipääsemättömän pitkä ADD-lapselle, koska tämä aika pitäisi kyetä istumaan paikoillaan samassa kohtaa. (Janssen-Cilag Oy, [Viitattu 5.9.2019]).

Ruokailu ja tai tehtävien, kuten läksyjenteko, saattaa aiheuttaa ongelmia. Lapsi tai nuori saattaa tehdä montaa asiaa samalla aikaa. Aikaa voi mennä huomattavasti, että lapsi tai nuori saa tehtyä aloittamansa asian erilaisten oheistekemisten vuoksi. Tekemisen aloittaminen, oli sitten kysymyksessä mikä vain, on useimmiten haastavaa. Lapsi tai nuori tarvitseekin rohkaisua sekä hoputtamista, mutta alkuun päästyään hän suoriutuu tehtävästä. (Janssen-Cilag Oy, [Viitattu 5.9.2019]).

3.4 ADHD/ADD nuoren minäkuva

ADHD/ADD-nuoren itsetunto on useimmiten huono. Itsetuntoa ei kohota se, että muut huomauttelevat ja moittivat hänen käytöksestään, ja saavat negatiivista palautetta. Huomauttelu kohdistuu esimerkiksi keskittymiskyvyn puuttumiseen ja ylivilkkauteen. (Toimintakeidas, [Viitattu 30.9.2019]; Adhd-liitto, [Viitattu 30.9.2019]).

Nuori itse tiedostaa, että hän on erilainen kuin muut. Monille nuorille suurin ongelma saattaa tulla juuri 13 vuoden iässä, kun siirrytään yläkoulun puolelle ja oppiminen on erilaista kuin alakoulun puolella. Ei olla enää yhdessä luokassa koko päivää ja opettaja vaihtuu oppiaineen mukaan. Monella nuorelle hahmottaminen on ongelmallista, jolloin esimerkiksi luokkien löytyminen voi aiheuttaa ongelmia. ADHD- tai ADD-oireinen nuori ei löydä ja muista asioita yhtä helposti kuin muut nuoret. Nuori myöhästyy tunneilta ja useasti opettajat luulevat, että nuori on tämän tehnyt tahallaan. Kun nuori saa ADHD/ADD diagnoosin, myös opettajien käsitykset nuoresta muuttuvat. (ADHD-liitto, [Viitattu 30.9.2019]).

Vertaistuki on ADHD nuorille hyvä keskustelukanava. Se auttaa löytämään ja tunnistamaan omia vahvuuksia ja näin ollen torjumaan epäilyksiä, joita nuori kohdistaa itseensä. Nuoren oppiessa löytämään ja hyväksymään omat vahvuutensa, hän tulee samalla työstäneeksi omia luontevahvuuksiaan. (ADHD-liitto, [Viitattu 30.9.2019]).

Usealle ADHD/ADD nuorelle esimerkiksi kovat äänet vaikuttavat heikentävästi keskittymiseen, tätä on muiden vaikea tiedostaa, vaikka se voi vaikuttaa nuoren keskittymiseen. Monet nuoret eivät halua muiden tietävän heidän diagnoosistaan, he häpeävät sitä. On kuitenkin muistettava, että on myös niitä nuoria, jotka käyttävät hyväkseen diagnoosiaan. Useasti tällaisilta nuorilta kuultu lausahdus on ” *en se minä ollut, vaan ADHD*”. (ADHD-liitto, [Viitattu 30.9.2019]).

Nuori ei kaipaa ylenpalttista huomiota, kuitenkin jo pienikin positiivinen palaute voi pelastaa heidän päivänsä. Myönteinen palaute edistää oppimista ja sitä, että ADHD-nuori helpommin uskaltaa hakea apua ja kykenee vastaanottamaan sitä.

Apua voi hakea tilanteesta riippuen muun muassa omilta vanhemmilta, koulun kuraattorilta, terveydenhoitajalta psykologilta tai Mannerheimin Lastensuojeluliiton lasten ja nuorten puhelimesta. (ADHD-liitto. [Viitattu 30.9.2019]).

4 KOULUN TUKITOIMET

Perusopetuslain 4 luvussa 15 – 17 §:ssä on määritelty, kuinka tukitoimia on järjestettävä sitä tarvitsevalle. Tukitoimia on kolmessa eri portaassa, seuraavassa tarkastelen näitä hieman lähemmin. Laki määrää, että kouluissa on oltava tietyt tukitoimet. (L 21.8.1998/628.)

Opetushallituksen sivuilla lukee:

Opetushallitus kehittää koulutusta, varhaiskasvatusta ja elinikäistä oppimista sekä edistää kansainvälisyyttä

Opetushallituksen sivuilta löytyy hyvin tietoa erityisopetuksesta ja sen järjestämisestä sekä siitä, kuinka esimerkiksi HOJKS tehdään.

4.1 Tukea portaittain

Välittömästi, kun oppilaan tuen tarve tulee ilmi, hän on oikeutettu saamaan riittävää oppimiseen ja koulunkäyntiin tarvittavaa tukea. Tuen on vastattava nuoren yksilöllisiä tarpeita sekä kehitystasoa sekä oltava laadultaan ja määrältään oikeanlaista tukea. Tuki toteutetaan kolmiportaisena, joko yleisenä, tehostettuna ja erityisenä tukena ja näissä ovat vahvasti mukana myös oppilas sekä hänen huoltajansa. Seuraavassa avataan näitä kolmea tukimuotoa hieman laajemmin. (L 21.8.1998/628; Opetushallitus [Viitattu 6.2.2020]; Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 94.)

4.2 Tukiopetus sekä osa-aikainen erityisopetus, yleinen tuki

Opetushallituksen sivuilla, kerrotaan, että oppilaan tuen tarpeeseen aina vastata ja yleinen tuki on niistä ensimmäinen keino. Yleistä tukea voidaan antaa heti eikä tuen antamiselle vaadita erityisiä tutkimuksia tai päätöksiä. Yleisen tuen aikana voidaan käyttää perusopetuksen kaikkia muita tukimuotoja, paitsi erityisen tuen

päätöksen vaativia tukimuotoja, esimerkiksi oppiaineiden oppimäärien yksilöllistämistä. Tukiopetus on tarkoitettu niille, joilla on tilapäinen lyhytaikainen tukiopetuksen tarve. Tällainen tilanne voi olla esimerkiksi silloin, kun oppilas on jäänyt syystä tai toisesta opetuksesta jälkeen tai hänellä on vaikeuksia selvittää jossakin aineissa on vaikeuksia selvittää lyhytaikaisesti. (L 21.8.1998/628); Opetushallitus; [Viitattu 12.9.2019]. Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 94.)

Osa-aikainen erityisopetus on tarkoitettu heille, joilla on oppimisvaikeuksia, esimerkiksi kielellinen erityisvaikeus, matemaattisiin taitoihin liittyviä haasteita tai vaikeuksia opiskelutaidoissa tai koulunkäynnissä yleensäkin. (L 21.8.1998/628); Opetushallitus. [Viitattu 12.9.2019]. Kauhajoki.fi [Viitattu 12.9.2019]; Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 94.)

4.3 Tehostettu tuki

Tehostettu tuki on tarkoitettu oppilaille, joilla on säännöllinen, jatkuvan tuen tarve oppimisessa tai koulunkäynnissä, joka ilmenee joko yhdessä tai useammassa oppiaineessa sekä silloin, kun yleinen tuki ei ole riittävää. Tehostetun tuen aikana korostuu kodin kanssa tehtävä yhteistyö sekä opintojen yksilöllisen ohjauksen merkitys. Tehostettua tukea annetaan muun opetuksen yhteydessä joustavien opetusjärjestelyin perusopetus lain 4 luvussa on tarkemmin kuvattu aihetta. Pedagoginen arvio, pitää tehdä ennen tehostetun tuen aloittamista yhteistyössä moniammatillisen ammattihenkilöstön kanssa. (L 21.8.1998/628; Opetushallitus, [Viitattu 6.2.2020]; Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 94.)

4.4 Erityinen tuki

Niille oppilaille, joiden oppimisen tavoitteiden kehityksen tai kasvun saavuttamisessa on puutteita, eli ne eivät toteudu riittävästi tietyssä ajassa, annetaan erityistä

tukea. (L 21.8.1998/628; Opetushallitus. [Viitattu 12.9.2019]; Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 94).

Tämän tuen tarkoituksena on antaa oppilaalle suunnitelmallista ja kokonaisvaltaista tukea siten, että hän voi suoriutua oppivelvollisuudestaan sekä jatkaa opintoja toiselle asteelle. Erityinen tuki järjestetään joko opetuksen yhteydessä, tai osittain tai kokonaan erityisluokassa. Erityisen tuen saamiseksi on opetuksen järjestäjän tehtävä kirjallinen päätös. Jos tehostettu tuki ole ollut riittävää. Oppilaalle on laadittava henkilökohtaisen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma, tästä käytetään yleisesti lyhennettä HOJKS. Perusopetuksesta annettu laki L 21.8.1998/628 kuitenkin sallii, että ensimmäisen erityisen tuen päätös ei vaadi välttämättä kaikissa tapauksissa vaadi edeltävää pedagogista selvitystä eikä tehostetun tuen antamista. (L 21.8.1998/628); (Opetushallitus. [Viitattu 12.9.2019]. Parikka, Halonen-Malliarakis & Puustjärvi 2017, 94).

4.5 Joustava opetus (JOPO)

Suomessa vuonna 2006 käynnistyi hanke, jonka tavoitteena oli koulupudokkaiden aktivointiin tähtäävän toiminnan kehittäminen eli joustava perusopetus (JOPO). Kunnat voivat itse päättää, millaisessa laajuudessaan, he antavat joustavaa perusopetusta (JOPO) 7-9 luokkalaisille opiskelijoille. Joustavan perusopetuksen tarkoituksena on tukea peruskoulun oppilaita peruskoulun oppimäärän suorittamisessa sekä edesauttaa heidän siirtymistään opiskelemaan toista astetta. Toiminnan tavoitteena on ehkäistä syrjäytymistä ja tulevaisuudessa työelämään sijoittumista. Joustavaa perusopetusta toteutetaan koulussa, mutta sitä voidaan toteuttaa myös ohjattuna opiskeluna muissa oppimisympäristöissä, esimerkiksi työpaikoilla, mikä opas on tärkeä osa opiskelua. Eri organisaatioiden välinen yhteistyö sekä moniammatillisuus korostuu opetuksessa (Opetushallitus, [Viitattu 4.2.2020].)

JOPO- luokka on erinomainen vaihtoehto ADHD/ADD-nuorelle, koska JOPO-luokassa oppiminen tapahtuu erilaisin opiskelumuodoin, ei vain kirjasta oppimalla sekä tunneilla istumalla. JOPO-luokassa voidaan ottaa huomioon jokaisen nuoren oma yksilöllinen opiskelutahti sekä opiskelutavat.

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa kuvaan opinnäytetyön tavoitteita sekä omaa suhdettani tutkittavaan häiriöön. Tavoitteenani on tehdä opas, jossa ADHD/ADD-nuoret ovat kokemusasiantuntijoina. Oppaassa kerrotaan ADHD/ADD-nuorten sekä koulun henkilökunnan kokemuksia ja näkemyksiä sekä ohjeita ja neuvoja ADHD/ADD-nuoren kohtaamisesta, kohtelemisesta ja opettamisesta koulussa. Tätä varten olen kerännyt haastatteluilla sekä teorian kautta tietoa häiriöstä ja sen vaikutuksista. Kerron, miten olen kehittämistyössäni ottanut huomioon hyvän tieteellisen ja käytännön ja tutkimusetiikan. Käyn läpi tutkimukseeni osallistuvaa kohderyhmää, kuvailen teemahaastattelua ja aineiston analyysimenetelmää.

5.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja lähtökohdat

Opinnäytetyöni opas on toiminnallinen, jonka tavoitteena on opastaa sekä ohjeistaa käytännön toimintaa. Opinnäytetyöhöni kuuluu toiminnallinen osuus sekä raportti.

Toiminnallinen osuus on opas, jonka kehittämiseen käytän aineistonkeruumenetelminä aiheeseen liittyvä kirjallisuutta sekä teemahaastattelua. Tavoitteenani on tehdä opas, jota varten kerään oppilailta ja koulun henkilökunnalta näkemyksiä ADHD/ADD- nuoren kohtaamiseen sekä kohtelemiseen.

Nuorten haastattelut tapahtuvat yksilöhaastatteluina, sillä tarkoituksena olisi saada tilanne, jossa on mahdollisimman vähän ulkopuolisia häiriötekijöitä ja taata haastateltavan yksityisyydensuoja (arkaluontoinen aihe, kun käsitellään sairauksia). Nuorten haastatteluiden tavoitteena on saada tietoa oppaaseen, jossa he antavat neuvoja, toimintamalli ehdotuksia, vinkkejä sekä ohjeistusta siihen, kuinka he kokevat, että heidän kanssaan olisi parasta työskennellä sekä toimia, että päästäisiin kaikkia miellyttävään lopputulokseen. Analyysinä käytän sisällönanalyysiä. Olen itse ADHD nuoren vanhempi, joten minulla on jonkinlainen käsitys, kuinka kannattaa toimia ja minkälaisia ja – pituisia kysymyksiä kannattaa esittää. Ymmärrän ja osaan suhtautua nuoreen, joka ei pysy paikoillaan tai joita ei välttämättä jaksaa tai huvita vastata

kysymyksiini. Tällöin annan hänelle aikaa, joko liikkua tai tehdä jotain muuta, mitä hän haluaa. Kokemuksesta tiedän, että muutaman minuutin päästä nuori taas jak-saa keskittyä meneillään olevaan asiaan.

ADHD:tä on tutkittu kauan ja laajasti, joten kirjallisuutta on löytynyt, kohderyhmän kirjallisuuteen olen monipuolisesti perehtynyt jo ennen tutkimuskysymysteni laatimista.

Opinnäytetyöni kehittämisongelma on se, että ADHD- ja ADD- oppaita on kylläkin kirjoitettu, kuitenkin ei ole opasta, jossa olisi ainoastaan ADHD/ADD- nuorten ajatuksia ja ohjeita koulunkäynnistä. Suurimmaksi osaksi oppaissa, on muiden kuin ADHD- ja ADD- nuorten kommentteja. Kommentteja on lääkäreiltä, psykologeilta, psykiatreilta ja niin edelleen. Opinnäytetyössäni paneudun kolmeen kysymykseen.

- Miten ADHD tai ADD näyttäytyy nuoren elämässä?
- Miten nuori haluaisi toisten häntä kohtelevan?
- Mitä neuvoja nuori haluaisi antaa opettamisessa, kohtelemisessa, kohtaamisessa nuoren kanssa, jolla on ADHD tai ADD

5.2 Toiminnallisen produktion kehittämisprosessin vaiheet

Salosen (2013,17-19) mukaan voima, joka laittaa kehityshankkeen liikkeelle on **aloitusvaihe**. Tulevan kehittämistyön suunnan määrittämiseen vaikuttavat kehittämistarve, toimintaympäristö, mukaan tulevat toimijat sekä heidän sitoutumisensa ja osallistumisensa kehittämistyöhön. Seuraavaksi tulee **suunnitteluvaihe**, tässä vaiheessa erittäin huolellisesti kirjallinen suunnitelma, josta pitää löytyä työvaiheiden eri osa-alueet, esimerkiksi tavoitteet, tiedonhankintamenetelmä, dokumentointitapa sekä kerätyn aineiston käsittely ja säilytys. Tämän jälkeen on vuorossa **esivaihe**, eli kehittämistyön tekijä siirtyy paikkaan, jossa alkaa työstämään työtään. Elin menin tekemään haastattelut. **Tarkastusvaiheessa**, jossa tekijä arvioi tuotostaan muun muassa onko aineistoa tarpeeksi voidakseen siirtyä **viimeistelyvaiheeseen**, jossa

työstetään kerättyä aineistoa ja aletaan tehdä kehittämistyönä valittua työtä. Tähän vaiheeseen menee yllättävän paljon aikaa. Aikaa menee muun muassa tuotoksen viimeistelyyn sekä raportin tekoon. Viimeisenä seuraa **valmis tuotos, eli kehittämistyönä** tehty esimerkiksi opas. Kehittämistyö voi kuitenkin olla myös esimerkiksi toimintapäivä, esite tai kirja. Tässä vaiheessa valmis työ myös esitellään, julkaistaan sekä levitetään noudattaen sitä mitä on kehittämistyön kohteen kanssa sovittu. Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu näistä vaiheista (Salonen, 2013, 17-19.)

Oman kehittämistyön aloitin kysymysten suunnittelulla. Suunnittelin erikseen kysymykset nuorille sekä henkilökunnalle kuitenkin siten, että kysymysten sisältöä pystyi vertailemaan keskenään, vaikka kysymysten sanamuodoissa oli eroja. Seuraavaksi sovin haastattelut, jotka sovin jokaisen haastateltavan kanssa erikseen, haastatteluihin meni aikaa muutama viikko. Kun aineisto oli koottuna, aloitin aineiston analyysin litteroimalla, eli muutin äänitetyn aineiston tekstimuotoon. Voidakseni vastata tutkimuskysymyksiin, aineisto piti purkaa sekä pilkkoa myös koota ja eheyttää. Tämän tehtyäni aloitin suunnittelemaan vastausten ja teorian pohjalta opasta.

5.3 Kehittämistyön kohderyhmä ja aineistonkeruumenetelmä

Valitsin haastatteluiden kohderyhmäksi yläkouluikäiset nuoret, sillä Kanasen (2015, 145) mukaan pitää valita henkilöitä, joita kehittämiskohde koskee. Lähetin Yhteiskoulun rehtorille sähköpostiviestin, jossa kerroin opinnäytetyöstäni ja tavoitteestani saada koulun kautta muutamia nuoria haastateltavakseni, joilla on diagnosoituna ADHD tai ADD. Kun aihe keräsi kiinnostusta koulun rehtorin myötä, sovimme, että hän lähettää edelleen sähköpostiviestini koulun erityisopettajalle, joka sitten tahollaan miettii ja valitsee, keille nuorille ja heidän vanhemmilleen lähettää pyynnön haastatteluun osallistumisesta. Tämä prosessi vei aikaa enemmän kuin olin siihen aluksi suunnitellut. Haastattelujen sopiminen aiheutti jonkin verran ongelmia, muun muassa koulujen loma-ajat sekä omat kiireet. Omilla kiireillä tarkoitan omaa opiskelua sekä meneillään ollutta harjoittelujaksoa. Haastattelut tehtiin yhteiskoulussa, koulupäivän aikana, joten nuori joutui tai sai olla pois oppitunnilta. Tämä

aiheutti koulussa opettajille ylimääräistä työtä, sillä heidän piti näitä asioista selvittää.

Haastateltavien määrää en voinut tietää etukäteen ja jo osa haastatteluun lupautuneista nuorista perui haastattelun. Tavoitteenani oli saada 5-10 nuorta haastatteluun. Kuitenkin loppujen lopuksi haastateltavia nuoria oli viisi. Haastattelin myös koulunhenkilökunnasta kuraattoria, terveydenhoitajaa sekä laaja-alaista erityisopettajaa.

Käytössäni oli valmis haastattelurunko, johon olin laatinut valitut kysymykset (teemahaastattelun mukaisesti). En käyttänyt tarkkoja ennalta määriteltyjä kysymyksiä, sillä se olisi vaatisi jo vankkaa teoriapohjaa ja ennakkonäkemyksiä ilmiöstä. (Kananen 2015, 151). Teemahaastattelussa tarvitaan joustavuutta ja haastattelijan kuuntelemisen taitoa. (Kananen 2015, 151).

Yksilöhaastattelun valitsin siksi, koska tällöin voidaan saada luotettavampaa sekä tarkempaa tietoa. Toisaalta kyseessä on myös arkaluonteinen aihe, välttämättä kaikki eivät halua julkisuuteen sairauttaan. Vaikkakin tänä päivänä ADHD tai ADD diagnoosi ei enää ole sellainen, että sen pitäisi pitää visusti salassa.

Teemahaastattelussa on tärkeää joustavuus, mutta myös haastattelijan taito kuunnella haastateltavaa. Haastateltavan vastausten perusteella haastattelijan on osattava esittää oikeat lisäkysymykset sekä vastausten perusteella viedä haastattelua oikeaan suuntaan. Avoimilla kysymyksillä pyritään varmistamaan, että vastauksista saadaan kyllin kattavia, eikä niihin voi vastata yhdellä sanalla. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 103).

Pyrin kaikissa haastatteluissa joustavuuteen sekä taitoon kuunnella haastateltavaa ja hänen vastaustensa perusteella esittämään oikeanlaisia lisäkysymyksiä sekä näin ollen viemään haastattelua oikeaan suuntaan.

5.4 Hyvä tieteellinen käytäntö ja eettisyys

Tutkimus- ja kehittämistoiminnan tulosten uskottavuus edellyttävät, että tutkimusta tehdessä noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) on määritellyt tutkimusetiikan näkökulmasta hyvän tieteellisen käytännön keskeiset lähtökohdat. Noudatan opinnäytetyössäni hyvää tieteellistä käytäntöä sekä tutkimusta tehdessäni noudatan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja. Olen huolellinen ja rehellinen sekä tarkka tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, esittämisessä ja tulosten arvioinnissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK), [Viitattu 19.9.2019]).

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, eikä tutkimukseen osallistumisesta aiheudu haittaa tutkittaville. Varmistan myös, etteivät tutkittavien tunnistettavat tiedot paljastu, toisin sanoen tutkittavien anonymiteetti säilyy kaikissa vaiheissa. (Liite 3). Tutkittavan itsemääräämisoikeus, yksityisyyden kunnioittaminen sekä vahingoittumattomuus kuuluvat eettisiin periaatteisiin. Tutkijoita eivät sido tutkimuseettiset normit samalla tavalla kuin laki, kuitenkin esimerkiksi yksityisyyden turvaaminen ja kunnioittaminen on yhtenevä lain kanssa. (Kuula 2011, 44.)

5.5 Käytännön toteutus

Tavoitteena on haastatteluiden perusteella koota ja toteuttaa visuaalisuutta hyödyntäen opas. Oppaassa hyödynnetään kirjallisuutta, kuitenkin tärkeimpänä on nuorten omakohtaiset kommentit. Opas on tarkoitettu kaikille, jotka kohtaavat ADHD/ADD- nuoria. Oppaasta pyrin tekemään helppolukuisen muun muassa lyhyillä lauseilla. Pyrin välttämään vaikeita ja vieraskielisiä sanoja sekä laatimaan oppaasta visuaalisesti selkeän, jolloin havainnointi kuvista olisi helppoa heillekin, jotka oppivat ja muistavat visuaalisen oppimisen kautta.

Olen erityisen kiinnostunut, kuinka ADHD/ADD-nuoria kohtaan käyttäydytään esimerkiksi koulumaailmassa ja kuinka hyvin heidän toiveitaan kuunnellaan sekä kuinka he toivoisivat, että heitä kohdeltaisiin.

Haastattelukysymyksien avulla etsin vastauksia, kuinka nuori haluaisi häntä kohdeltavan sekä mitä ohjeita ja neuvoja hän voisi antaa kanssa ihmisille hänen kanssaan työskennellessä ja kuinka sosiaalisissa tilanteissa niistä voisi olla hyötyä.

5.6 Sisällönanalyysi

Haastatteluaineiston analyysi aloitetaan aineiston litteroinnilla, eli muutetaan äänitetty aineisto tekstimuotoon (Ruusuvuori & Nikander 2017, 367). Voidakseen pystyä vastaamaan tutkimus- ja kehittämiskysymyksiin, haastattelut tulee purkaa, jaotella pienempiin osiin, koota uudelleen sekä eheyttää. Haastatteluaineistoissa olevia asioita kannattaa vertailla sekä etsiä samankaltaisuuksia sekä eriävyyksiä. Myös ristiriitaisuudet on hyvä poimia, ne antavat laajempaa kuvaa, kuinka eri henkilöt kokevat samanlaiset asiat. (Ruusuvuori & Nikander 2017, 367.)

Aineistoa tarkastellaan sisällönanalyysissä eroja ja yhtäläisyyksiä etsien, eritellen sekä tiivistäen. Sisällönanalyysi on kuten diskurssianalyysikin tekstianalyysiä, molemmissa tarkastellaan aineistoja, jotka ovat valmiiksi tekstimuodossa tai muutettuna sellaiseksi. Sisällönanalyysin ohella puhutaan joskus myös sisällönerittelystä. Tällöin tarkoitetaan kvantitatiivista dokumenttien analyysiä, jolloin voidaan muun muassa laskea tiettyjen sanojen esiintyvyyttä. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 117-127.) Sisällönanalyysistä puhutaan, kun tarkoitetaan tekstin sanallista sisällön kuvailua. On kolme tapaa tehdä sisällönanalyysi, teoria- tai aineistolähtöisesti tai teoriaohjautuvasti. Itse toteutin analyysin aineistolähtöisenä sisällönanalyysinä.

Ensimmäinen vaihe sisällönanalyysissä on alkuperäisdatan pelkistäminen (reduointi), jolloin poistetaan tutkimuksen kannalta epäolennainen aineisto tutkimuksen kannalta. Esimerkiksi tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja etsitään aineistosta, joka on kirjoitettu auki. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117-127.)

Seuraavaksi tehdään aineiston ryhmittely (klusterointi). Etsitään aineistosta alkuperäisilmaukset etsien samalla samankaltaisuuksia ja tai eroavaisuuksia käsitteistä. Ilmiöt, jotka ovat samanlaisia ryhmitellään sekä yhdistetään omiksi luokiksi, nämä muodostavat alaluokkia. Viimeisessä vaiheessa on aineiston käsitteellistäminen (abstrahointi), jolloin erotellaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto. Erotellun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Koko tämän prosessin ajan täytyy tarkkailla aineistoa, ettei alkuperäisdata muutu. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117-127.)

6 OPPAAN RAKENNE JA SISÄLTÖ

Opinnäytetyönä toteutetun oppaan tarkoituksena on tuoda julki ADHD/ADD- nuorten omien kokemusten pohjalta ohjeita, neuvoja sekä toimintatapoja, jotka ovat auttaneet ja helpottaneet heitä opiskelussaan. Oppaassa on myös lyhyet osiot teoriaa siitä, mitä ADHD ja ADD on. ADHD:n keskeisimmät oireet ovat tarkkaamattomuus, ylivilkkaus sekä impulsiivisuus. ADD on ADHD:n alaryhmä, jossa keskeisimmät oireet ovat keskittymisen säätelyn ongelma, tarkkaavaisuuden säätelyn ongelma sekä vaikeus oman toiminnan ohjaamisessa.

Oppaan teon aloitin vasta opinnäytetyöni loppuvaiheessa, tätä ennen oli paneuduttava teoriaan sekä tehtävä haastattelut, jotka litteroin ja tein analyysit. Oppaassa on pieni johdanto, jossa kerrotaan ketkä ovat osallistuneet oppaan tekemiseen ja miksi. Tämän jälkeen on omat lyhyet osiot, joissa kerron mitä on ADHD ja mitä on ADD. Oppaaseen valitsin yleisimmät faktat teoriapohjalta kyseisistä sairauksista sekä ne asiat, joita useat nuoret toivat esille. Toisaalta valitsin myös niitä asioita, joita nuoret pitivät tärkeinä, koska tässä nimenomaan nuoret ovat kokemusasiantuntija roolissa. Mielestäni he ovat ne, joiden mielipiteet pitää päästä tässä oppaassa kuuluviin. Haastatteluista etsin omiin kategorioihinsa kuuluvia toimintatapoja, neuvoja ja vinkkejä, joita voisin hyödyntää oppaassa. Halusin tuoda myös esille, miltä näistä nuorista tuntuu. Miltä tuntuu tai mitä aiheuttaa, jos heitä ei ymmärretä tai he eivät ymmärrä? Mitä tämä voi aiheuttaa.

Oppaan sisällön järjestystä miettiessä tavoitteena oli tehdä helppolukuinen opas, joka sisältää tekstiä ja kuvia. Oppaan kooksi valikoitui A4 pystysuunnassa, sivumäärä on pienempi kuin se olisi ollut esimerkiksi koossa A5. Harkitsin myös oppaan ulkonäköä, ja lopulta päädyin hyvin neutraaleihin väreihin, sillä ADHD/ADD- nuorissa on henkilöitä, joilla on aistiyliherkkyyksiä. Tällöin hyvin monen kirjava ja värikäs opas voisi aiheuttaa ongelmia tällaisesta häiriöstä kärsiville.

Aluehallintoviraston verkkosivuilla on ohjeita paremman saavutettavuuden palveluiden suunnitteluun. Verkkosivun mukaan Suomessa on yli miljoona suomalaista,

jotka tarvitsevat, joilla on lukemiseen liittyviä haasteita ja jotka tarvitsevat selkokielisiä ohjeita. Tällaisia ovat muun muassa henkilöt, joilla on luki-, oppimis- tai keskittymisvaikeuksia, muistihäiriöitä.

Lukivaikeudesta kärsiville henkilöille tulisi käyttää esimerkiksi tekstiä, joka on tasattu vasemmalle. Tekstin tulisi olla yksinkertaista ja selkeää ja siinä tulisi välttää esimerkiksi yhtenäisiä tekstimassoja sekä pitkiä. Myös kirjoittamista pelkäänsä isoilla kirjaimilla, Yhdellä sivulla ei saisi olla liikaa tietoa ja sisältöä tai toimintoja, jotka vaatisivat hyvää lähimuistia. Sen sijaan kaaviot ja kuvat tukevat tekstiä ja helpottavat asiasisällön ymmärtämistä (Aluehallintovirasto [Viitattu 6.6.2020]).

Olen pyrkinyt noudattamaan yllä mainittuja periaatteita ja kerännyt oppaaseen nuorten ajatuksia sekä sanoin että kuvin. Tämä siksi, että kaikki eivät hahmota tai sisäistä lukemaansa, vaan heille on helpompi hahmottaa visuaalisesti ilmaistuja asioita.

Haastatteluista löytämäni kategoriat ovat: opettaminen, kohteleminen, kohtaaminen. Nostin nämä kolme osiota tarkempaan tarkasteluun. Tämän jaottelun perusteella olen jäsentänyt myös oppaan sisältöjä.

7 AINEISTON ANALYYSIN TULOKSET JA OPPAAN SISÄLTÖ

Tässä luvussa kerron haastattemieni nuorten ja henkilökunnan haastatteluiden tuloksista. Olen jaotellut tulokset kolmeen alalukuun, joissa avaan niitä syvemmin. Päädyin näihin kolmeen osioon, sillä nämä nousivat voimakkaasti esille nuorten haastatteluissa. Mainitsemat osiot löytyvät myös oppaasta. Kyseisissä osioissa oli huomattavia eroavaisuuksia, kun tarkastellaan ADHD- nuorten antamia vastauksia koulun henkilökunnan antamiin vastauksiin. Tämä johti mielenkiinnon kasvuun kyseisiä ilmiöitä kohtaan. Eteen avautui kysymys, miksi vastaukset eroavat toisistaan niinkin paljon.

Sitaateissa H1 – H5 ja H9 on nuorten haastatteluista otettuja ja H6 – H8 on koulun henkilökunnan vastauksista lainattuja.

7.1 Kohtaaminen

Kohtaaminen oli yksi teemoista, joka nousi haastatteluissa voimakkaasti esiin.

Parhaassa tapauksessa henkilöiden kohtaaminen on terapeutista dialogia. Toisinaan keskustelu sekä kohtaaminen saattaa jättää jälkeensä turhautumista ja pahaa mieltä. Pelon [Viitattu 15.5.2020] haastateltavana olleen Pruukin viisi neuvoa hyvään kohtamiseen ja aitoon läsnäoloon ovat kuunteleminen, puhuminen, huomioiminen, älä tulkitse sekä ole rehellinen.

Nuoret toivat esille toiveen, että henkilöt kohtaisivat heidät eikä ADHD:ta tai ADD:tä. Pääsääntöisesti heidät leimataan ongelmanuoriksi, yleistetään sekä heidät otetaan myös helposti silmätikuiksi. Nuoret haluavat olla tavallisia nuoria, kuten muutkin. He haluaisivat sekä toivoisivat, että heitä kohdeltaisiin samoin kuin muitakin nuoria

Seuraavissa otteissa näkyy, kuinka nuoret kokevat kohtaamisen koulun henkilökunnan kanssa. Kuten otteista huomaa, kohtaukset ovat olleet ainakin joissain määrin negatiivisia kokemuksia nuorille. Näissä tulee hyvin ilmi, että ADHD/ADD- nuorten kohdalla liian usein oletetaan asioita. Nuoret kokevat, että opettajat ja muu

henkilökunta kysyvät asioista, joista nuoret eivät välttämättä halua puhua. Nuorta voi kiusata, jos muut kyselevät häiriöstä liikaa niissä tilanteissa, joissa ADHD-nuoren käyttäytyminen syystä tai toisesta ihmetyttää. ADHD- nuoret kuitenkin pääsääntöisesti ovat kyllästyneitä toistamaan t asiaa useita kertoja. Osa haasteltavista kertoi, että jatkuva kyseleminen jopa ahdistaa heitä. Sekä ADHD- nuoret halusivat, että ihmiset kohtaisivat heidät eikä ADHD:tä.

ei yleistä asioita, siis niinku, että ongelmanuori (H5)

oletetaan, että on aina tehnyt jotakin (H9)

tajuta se, että mä en halua kertoa musta tai mun elämästä tuntemattomille, sellanen luottaminen ei synny hetkessä (H4)

ei tervehtinyt, huomasi vain negatiivisuutta (H3)

no, jos vaikka uus opettaja esimerkiksi tulee ja sit kyselee koko ajan (H1)

Kun tarkastellaan koulun henkilökunnan kokemuksia kohtaamisista ADHD- nuorten kanssa, esille tulee ristiriitaisia havaintoja. Henkilökunnan vastausten perusteella, he kokevat, että he pyrkivät kohtaamaan ADHD/ADD- nuoret samalla tavalla kuin muutkin nuoret, arvostavasti, kuuntelevasti ja ihan tavallisesti, niin kuin toisetkin oppilaat. Kuitenkin nuorten haastatteluissa tuli ilmi, että nuoret kokevat kohtaamisen olevan eri arvoista. En tiedä, mistä tämä johtuu. Onko tässä havaittavissa, se seikka kuten Greene (2009, 27) teoksessaan toteaa, että ADHD- nuorilla voi olla vaikeuksia huomata sekä tulkita oikein viestejä henkilöiden välillä, heillä saattaa myös olla puutteellisia taitoja sosiaalisissa kohtaamisissa.

mulla on sellanen ajatus, että arvostava kohtaaminen jokaisella (H6)

ja he huomaavat, ettei ole ylempänä kuin he (H6)

ihan tavallisesti, kuin jokaisen muunkin, en erittele (H8)

mä koen, että kohtaan sen, kuten kaikki muutkin, että tota, että tietenkin se mun perusluonne on tällanen rauhallinen, ehkä pohtiva, kuunteleva (H7)

Päänäkökulma tässä osiossa on erot, miten nuoret kokevat kohtaamisen verrattuna siihen, kuinka koulun henkilökunta olettaa kohtaamisen nuorten kanssa tapahtuvan. Tuleeko tässä kysymykseen tilanteen hämmentävyys? Jos ADHD-nuori ei osaa tulkitä tilannetta oikein, hän voi hämmentyä tilanteessa. Oksasen & Sollaavaara toimittaman (2017.2019) teoksen mukaan neurokirjon nuorella sosiaalisten tilanteiden miellyttävyyttä saattaa vähentää tilanteen hämmentävyys. Lähdin työstämään oppaan lukua ”kohtaaminen” sellaisten vastausten perusteella, joita tuli ilmi monen nuoren vastauksista ja vastakohtana otin henkilökunnan vastaukset kyseisistä kysymyksistä.

7.2 Kohteleminen

Kohteleminen oli toinen tärkeä teema, joka nousi haastatteluissa esiin.

Alla olevasta esitetystä aineistosta voi huomata, että haastateltavat nuoret useimmiten kokivat, että heitä kohdellaan eri tavoin kuin muita nuoria. Osa nuorista tiedosti, että heidän oma käytöksensä saattoi vaikuttaa, siihen kuinka heitä kohdeltiin. Nuoret kuitenkin kokivat, vaikka he käyttäytyisivätkin hyvin ja samalla tavalla kuin muutkin nuoret, silti heitä kohdeltiin eri tavoin. ADHD- nuorten mielestä on aivan sama, käyttäytyivätkö he hyvin vai eivät, sillä useimmiten heidän negatiivinen käytöksensä vain muistetaan. Osa nuorista koki, ettei heitä kohdeltu tasavertaisesti ja he toivoisivat, että heitä kohdeltaisiin tasavertaisesti, omina yksilöinä ja normaalin ihmisenä.

kyllä jotkut opettajat, jotka ovat tiukempia saattavat ottaa silmätikuiksi, mutta kyllä sen silti ymmärtää (H1)

ne kohtelee mua tasavertaisesti (H2)

kohdeltaisiin yksilönä (H3)

normaalina ihmisenä (H4)

vois kohdella samalla tavalla kuin ei diagnosoituja (H9)

enemmän tasa-arvoa. Vaikka onkin ärsyttävä nuori, ei tarte ainakaan heittää lisää vettä myllyyn (H5)

Opettajien sekä koulun muun henkilökunnan haastatteluiden mukaan he pyrkivät miettimään, miten he voisivat kohdella ADHD-nuoria, ettei nuorille tulisi tunnetta esimerkiksi epätasa-arvoisesta kohtelemisesta tai kohtaamisesta. Opettajien sekä koulun muun henkilökunnan kokemus oli, että ADHD-nuoren kohtelemisessa sekä kohtaamisessa on menty paljon eteenpäin. ADHD-nuoren kohtelemisesta sekä kohtaamisesta on tullut tietoa sekä uusia toimivia menetelmiä. Opettajat painottivat myös moniammatillisen yhteistyön merkitystä, jonka he kertoivat olevan suuressa roolissa ADHD- nuorten kanssa toimiessa. Opettajat ja koulun muu henkilökunta ymmärsivät, että nuorella voi olla huonojakin päiviä, niin kuin kellä tahansa. Nuorten huonoihin päiviin he pyrkivät suhtautuvan ymmärtäväisesti.

no, sekin vaihtelee. Riippuu siitä, kuinka kuormittunut on sillä hetkellä ja näin ja jaksako olla hirvittävän kärsivällinen ja ymmärtää tietysti aina (H6)

ihan tavallisesti (H8)

mä mietin, että näillä nuorillakin voi olla sellaisia huonoja päiviä tai hetkiä, että näin (H7)

koko ajan mennään parempaan suuntaan, kun on niitä keinoja, niitä käytetään, eikä olla, että näin on aina ollut ja menty (H6)

mä pohdin, että miten mä olisin voinut olla tuossa tilanteessa parempi tai auttaa toista, tai näin (H7)

tehdään havainnointia ja yhdessä (opettajan) kanssa mietitään, kuinka toimitaan ja mikä toimii (H6)

asiat on menneet valtavasti eteenpäin (H8)

Tässäkin osiossa on nähtävissä nuorten sekä koulun henkilökunnan eroavaisuudet vastauksissa. Nuoret kokevat, että heitä tarkkaillaan enemmän kuin ei diagnosoituja nuoria sekä puututaan pienimpiinkin asioihin ja oletetaan asioita muun muassa, tämä ADHD-nuori on ennenkin tehnyt tai toiminut tietyllä tavalla, niin toimii vieläkin. Koulun henkilökunta taas näkee ja kokee asian aivan eri tavalla. ’

Nuorten vastausten perusteella valitsin oppaaseen yllä mainittujen sitaattien lisäksi asioita, joita nuoret toivat puheissaan esille, puhuttaessa kohtelemisesta ja miten kohtelemisen nuori haluaisi sekä toivoisi olevan. ADHD-nuorilla, kuten kellä tahansa voi olla huonoja ja hyviä päiviä ja hetkiä, kuten haastateltavakin (H7) totesi. Yleisimmin puututaan vain ADHD-nuoren poikkeavaan käytökseen. ADHD-nuoret kokevat useimmiten myös epäjohdonmukaisuutta kohtaamisissa sekä yleistämistä.

7.3 Opettaminen

Kolmas haastatteluaineistosta nouseva teema liittyi ADHD/ADD- nuoren opettamiseen.

Greenen (2009, 60 – 67) kirjassa tuodaan esille muun muassa ajattelutapoja, että nuori ei ole motivoitunut tai nuori tekee huonoja valintoja. Teoksessa mietitään myös, onko nuorella taidot ja keinot tehdä oikeita valintoja. Pohditaan tai tietyllä tavalla kyseenalaistetaan tottumuksia tai tekemisiä. Esimerkiksi ADHD- nuorilla on vaikeutta pohtia useita ajatuksia sekä ideoita samanaikaisesti. toisin sanoen ADHD-nuoren käyttäytyminen ei aina johdu laiskuudesta tai piittaamattomuudesta, mihin tällainen käytös useimmiten yhdistetään.

Kuten teoksessa Ratkaisukeskeisen kasvatuksen käsikirjassa kerrotaan, lasta tai nuorta ei saisi verrata toisiin. Vertaillenamme saatamme ajattelelattomuuttamme sanoa jotakin, jonka seurauksena aiheutamme pahan mielen lapselle. Täytyy muistaa, että jokainen lapsi on luonteeltaan erilainen ja oppiminen tapahtuu omaan eli eri tahtiin. (Furman 2017, 35 - 36).

ADHD-nuorten mielenkiintoa ja keskittymistä lisäisi se, että olisi toiminnallista tekemistä enemmän, ei niinkään istumista ja kuuntelemista. He toivovat myös, että asiat

sanottaisiin yksinkertaisesti ja ytimekkäästi, ilman uhkailuja sekä väkisin opettamisen tunnetta.

opettajat ottaisivat enemmän näkökulmia, ei vain kirjan mukaan (H3)

opettajat eivät yrittäisi opettaa väkisin ja uhkailulla (H3)

kertoa asiat faktoina. Jos et opiskele, jäät jälkeen (H3)

ei luovuta heti, kannustavia kommentteja (H4)

kun kysyin asian kymmenennen kerran, koska en ymmärtänyt tai sisäistänyt, niin opettajilla meni aina hermot siihen. Ne ei ikinä jaksanu toistaa, kun kaks kertaa sen kysymyksen (H5)

kärsivällisyyttä enemmän (H5)

Opettajat kuvastivat tapaansa opettaa ADHD- nuorta seuraavasti: He pyrkivät valitsemaan opetusmenetelmän yksilöllisesti ADHD- nuoren tarpeisiin sekä herättämään nuoren innostusta oppia kysymällä miksi-kysymyksiä. Opettajat sekä koulun muu henkilökunta pyrkii myös havainnoimaan ADHD- nuoren oppimistyyliä ja mukauttamaan opetusta sekä muuta toimintaa sen mukaan. Erilaisia oppimismateriaaleja ja -tapoja on saatavilla useita. Esimerkiksi on äänikirjat ovat hyödyllisiä oppilaille, joilla on esimerkiksi luetun ymmärtämisen vaikeutta. On kuulokkeita, joita nuori voi käyttää tunneilla hälyn ja melun poistamiseksi tai koetilanteissa. On erilaisia apuvälineitä rauhattomuuteen. Esimerkiksi pallo tai aktiivituoli voivat auttaa joidakin oppilaita keskittymään. Joidakin auttaa, että on hypisteltävää käsissä. On olemassa myös sermejä, joita voi käyttää esimerkiksi ulkoisten aistiärsykkeiden säätelyn tueksi.

kysyn aina MIKSI- kysymyksiä, esimerkiksi, MIKSI mä odotan sulta, että teet tällä tunnilla, silloin nuori joutuu miettimään (H6)

yksilöllisesti katoo tarpeet, mitä se nuori tarttoo, keskittyminen(H7)

jos oppilaalla esimerkiksi näöllisellä oppimista, välittävä ilmapiiri opettajilla (H7)

kun on niitä keinoja, niitä käytetään, eikä olla, että näin on aina ollut ja menty (H6)

tehdään havainnointia ja yhdessä (opettaja ja oppilas) mietitään, kuinka toimitaan ja mikä toimii (H6)

Koulun henkilökunnan vastauksista tulee ilmi, että ainakin nämä haastateltavat tiedostavat, kuinka voisi ja olisi suotavaa toimia ADHD- nuorten kanssa. Kuitenkin nuorten tuntemukset ovat tässäkin tilanteessa eriävät.

Tässä osiossa nousi nuorten haastatteluissa selvästi esille muun muassa, että he toivovat opettajilta kärsivällisyyttä sekä opettajat jättäisivät uhkailun ja väkisin opettamisen pois. Kärsivällisyyttä he toivovat siksi, että he eivät useastikaan ymmärrä tehtävän antoa tai itse tehtävässä olevaa kysymystä.

jos lapsi keksii itse taidon, joka hänen pitää oppia voittaakseen ongelmansa, hänen halunsa opetella taito on luonnostaan suurempi kuin jos aikuinen vain ilmoittaa, että hänen pitää opetella tietty taito". (Furman, 2017. [Viitattu 15.5.2020]).

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä viimeisessä luvussa tehdään haastatteluista yhteenvetoa sekä tarkastellaan, miten tutkimustulokset onnistuivat vastaamaan tutkimuskysymyksiin. Tutkimus- ja kehittämiskysymykset olivat

- Miten ADHD tai ADD näyttäytyy nuoren elämässä?
- Miten nuori haluaisi toisten häntä kohtelevan?
- Mitä neuvoja nuori haluaisi antaa opettamisessa, kohtelemisessä, kohtaamisessa nuoren kanssa, jolla on ADHD tai ADD

Tavoitteena oli tehdä oppaasta helppolukuinen opas, joka sisältää tekstiä ja kuvia. Yllä mainitulla tutkimus- ja kehittämiskysymyksillä pyrin löytämään haastateltujen nuorten ja heidän kanssaan työskentelevien ammattilaisten näkökulmia, joita kokosin oppaaseen. Oppaan kooksi valikoitui A4 pystysuunnassa. Harkitsin myös oppaan ulkonäköä, ja lopulta päädyin hyvin neutraaleihin väreihin, sillä ADHD/ADD-nuorissa on henkilöitä, joilla on aistiyliherkkyksiä. Tällöin hyvin monen kirjava ja värikäs opas voisi aiheuttaa ongelmia tällaisesta häiriöstä kärsiville. Oppaan sisällönä on lyhkäinen kuvaus mitä on ADHD sekä ADD. Lisäksi oppaassa on haastattelun tuloksia sanoin sekä kuvin haastattelun tuloksia, eli mitä asioita tuli ilmi ADHD/ADD-nuorten sekä koulun henkilökunnan kokemuksia kohtaamisista, kohtelemisesta sekä opettamisesta. Oppaasta löytyy myös muutamia nuorten sitaatteja. Oppaan lopussa on vinkkejä kirjallisuudesta sekä internetistä löytyvään tietoon.

Kuitenkin koulumaailmassa nuorilla on haasteita, haasteita on varmastikin myös opettajilla. Onko opettajilla tarpeeksi aikaa tähän? Haastatelllessani koulun henkilökuntaa ja kysyessäni heiltä tätä asiaa, sain vastaukseksi, että parempaan suuntaan ollaan menossa. Tätä tukee esimerkiksi se, että heillä on käytössään niin sanottu konsultoiva erityisopetus. Tämä tarkoittaa sitä, että erityisopettajat vievät erityisnuorista tietoa muille opettajille sekä heiltä voi aina kysyä neuvoa. He painottivat myös,

että he oppivat koko ajan uusia käytäntöjä ja toimintatapoja käytännön kautta. (L 21.8.1998/628.)

jos ADHD nuori tai nuoria on luokassa, jos on opettaja, jolla ei ole kokemusta kyseessä olevasta häiriöstä/nuorista, on kauhuissaan, mutta silloin me kyllä neuvotaan ja sanotaan, että ei se oo niin kamalaa (H6)

Nuoret toivat haastattelussa ilmi seikan, joka on jokaisessa sairaudessa tai häiriössä yleinen tapa. Eli henkilöt, joita ADHD- nuoren käyttäytyminen ihmetyttää, he kyselevät häiriöstä. ADHD- nuoret kuitenkin pääsääntöisesti ovat kyllästyneitä toistamaan tätä asiaa useita kertoja. Osa haastateltavista kertoi, että jatkuva kyseleminen jopa ahdistaa heitä.

He toivat esille toiveen, että henkilöt kohtaisivat heidät eikä ADHD:ta tai ADD:tä. Pääsääntöisesti heidät leimataan ongelmanuoriksi, yleistetään sekä heidät otetaan myös helposti silmätikuiksi. Nämä nuoret haluavat olla tavallisia nuoria, kuten muutkin. He haluaisivat sekä toivoisivat, että heitä kohdeltaisiin samoin kuin muitakin nuoria.

Nuoret toivoivat, että opettajilla on heidän kohdallaan kärsivällisyyttä eivätkä he luovuttaisi heti. He tarvitsevat muita enemmän apuja ja joutuvat kysymään monta kertaa samaa asiaa. He toivovat opettajilta kärsivällisyyttä toistaa sekä tarjota enemmän näkökulmia, ei vain mentäisi kirjan mukaan. He painottivat myös ” älkää menettäkö hermojanne”. ADHD/ADD- nuoret eivät kysele huvikseen vaan siksi, että eivät ole ymmärtäneet asiaa.

Useasti ADHD/ADD-nuoret leimataan laiskoiksi, koska he eivät ole tehneet tehtäviä. Syy ei kuitenkaan ole laiskuus, vaan koska eivät ole osanneet tehdä tehtäviään. O'Reagan (2006, 50) teoksessa mainitaan, että ohjeet tulisi antaa yksitellen ja tarvittaessa toistaa ne. Teoksessa myös kehoitetaan oppilasta toistamaan hänelle annetut ohjeet, tarvittaessa voisi oheistaan missä järjestyksessä ohjeita tulisi noudattaa.

ADHD/ADD-nuoret kokevat, että useimmiten he saavat negatiivista palautetta, mutta positiivinen palaute jää saamatta. Haastattelussa nuoret kertoivat, että yksikin kannustava ja positiivinen palaute voi kumota kymmenet negatiiviset palautteet. Nuoret toivovat, että heitä kannustettaisiin mahdollisimman paljon, jos he oppivat tai saavat tehtävän tehtyä, yksi pieni sana riittää, ”hyvä”.

Tätä nuorten kokemusta tukee esimerkiksi Puustjärvi, Voutilainen & Pihlakoski (2018, 61), kun nuoret saavat osakseen useasti tekemisistään negatiivista palautetta, silloin esimerkiksi yhteiset ilon hetket ovat heille erityisen tärkeitä.

Puustjärvi, ym. teoksessa ADHD-käsikirja (2018, 65), kerrotaan keinoista, joita on käytettävissä lisäämään oppituntien rauhallisuutta. Teoksessa mainittuja keinoja ovat muun muassa sormeiluesine, jumppapallolla istuminen, mahdollisuus liikuntaan. Näistä samoista menetelmistä on kirjoittanut O'Reagan, (2006,47), jotka ovat ADHD:lle ominaisia piirteitä liittyen muun muassa energiatason korkeuteen ja keskittymiskyvyn puutteeseen.

Nuoret toivovat samantapaisia asioita, että he saisivat tehdä itselleen tyypillisiä oheisliikkeitä, jotka auttavat heitä keskittymään. Tällaisia ovat esimerkiksi jalkojen heiluttelu. Vaikka näyttäisi, että he keskittyvät esimerkiksi kynän pyörittämiseen kuuntelemisen sijaan, he silti kuuntelevat.

Nuori, joka on joustava ja hyväntuulinen, vaikuttaa aikuiseen positiivisella tavalla. Kun nuori käyttäytyy joustamattomammin sekä hänellä on vaikeutta säädellä aktiivisuuttaan, tällöin kasvatus vaatii enemmän resursseja ja tällöin yhteentörmäyksiä aiheutuu helpommin Serenius-Sirve & Berggren (2018, 91-92).

Nuoret toivovat, kun heiltä menee hermot, heidän annettaisiin purkaa tuntojaan. Kuuntele, älä keskeytä tai tuomitse. Haastava käytös teoksessa (O'Reagan, 2006, 25), selvennetään temperamentin ilmentymistapoja. Vaikka temperamentti on saatu syntymässä, ympäristö voi muokata sitä. Tilanteisiin sopeutumisessa sekä tarkkaavaisuuden kohdentamisessa kuin myös tunteiden ilmaisemisessa on kyse temperamentista.

Henkilökunnan haastatteluista tuli selvästi ilmi, että he toivovat huoltajilta taustatietoja. Jos heillä on jotain keinoja tiettyihin tilanteisiin, he kuuntelevat ja ottavat tiedot

erittäin mielellään vastaan. Haastatteluissa tuli ilmi myös, että tietoa ja taitoa löytyy ja sitä on käytettävissä. Opettaja, jolla ei ole keinoja opettaa tai suhtautua ADHD-nuoreen tavalla, jolla hänen kanssaan asiat sujuisivat paremmin, tällöin apua voi kysyä ja saada esimerkiksi siihen perehtyneeltä opettajalta. Tiimityöskentely opettajien keskuudessa toimii osittain ja sitä halutaan lisätä, että välttyttäisiin konflikteilta nuorten kanssa.

9 POHDINTA

Tässä viimeisessä luvussa pohdin opinnäytetyöprosessia, omia kokemuksia ja oivalluksia opinnäytetyöprosessissa. Kokemuksena tämä oli erittäin mielenkiintoinen sekä haastava. Vaikka minulla oli tietoa kyseisestä aiheesta, tulin prosessin edessä huomaamaan, että kuinka suppeaa tietoni kuitenkin oli. Tämän prosessin myötä, varsinkin teoria tietoni on lisääntynyt huomattavasti sekä olen teoriaa lukiesani huomannut, kuinka monimuotoisia toimintatapoja löytyy näiden nuorten kanssa työskentelyyn niin koulussa kuin kotonakin.

Prosessin aikana huomasin, kuinka paljon on menty ADHD:n ja ADD:n kanssa eteenpäin viimeisten 5 – 10 vuoden aikana. Nuoret pääsevät aikaisemmin tutkimuksiin, pääsääntöisesti jo alakoulussa. ADHD:stä tiedetään enemmän ja sitä ei enää tavallaan piilotella. ADD:sta tiedetään edelleenkin vähemmän, johtunee luultavammin siitä, että ADHD diagnosoidaan useammin kuin ADD. Terapiaan päästään helpommin, toki jonot ovat pitkät. Kuitenkaan niin nuoret kuin huoltajatkaan eivät enää tänä päivänä piilottele terapiassa oloaan. Ihmiset ovat avarakatseisempia kyseessä olevan häiriön suhteen, sillä ADHD on tullut useammalle tietoisuuteen. Tiedetään ja tiedostetaan, että kyseessä on sairaus, ei itse aiheutettu. Tämä prosessi on myös vahvistanut osaamistani kehittämistyön mukana tuomia tutkimusmenetelmiä.

Aikaa on mennyt huomattavasti enemmän tämän opinnäytetyöprosessin kanssa, kuin alun perin olin ajatellut. Välillä opinnäytetyön tekeminen on ollut rankkaa ja erittäin haasteellista. Tämä on kuitenkin myös parantanut pitkäjänteisyyttä. Taustalla on kuitenkin koko ajan ollut halu tuoda julki ne seikat, joita nämä ADHD- nuoret itse pitävät tärkeinä. Yhdenlaisena tavoitteena oli myös saada ADHD- nuoret esiin positiivisessa näkökatsannassa, sillä se on heille tärkeää.

Opinnäytetyön tekemisen prosessi kesti minulla reilun vuoden. Tähän aikaan on mahtunut niin ylä- kuin alamäkiäkin. Välillä on menty aimo harppauksin eteenpäin,

mutta sitten taas on tullut takapakkia. Tämä on kuitenkin ollut opettavaista siinä mielessä, että vaikka kuinka suunnittelisi etukäteen asiat, aina voi tulla jokin yllättävä asia, joka vie suunnittelulta perustan.

Opinnäytetyön teoria osuus osoittautui osaltaan haastavaksi. Teoriaa piti löytää niin ADHD:stä kuin myös ADD:sta. Tulin huomaamaan, että ADD:sta ei yksinään löytyykään niin helposti ja paljon kirjoitettua tietoa kuin ADHD:stä. Tähän vaikutti se, että ADD lukeutuu ADHD:n alaluokkaan. Näillä häiriöillä on paljon samaa ja ADHD on yleisempi kuin ADD.

Teoriaa lukiessani huomasin, että nykyään ADHD-nuoren hoidon yhteydessä puhutaan myös ruokavalion tärkeydestä. Kirjallisuudessa painotetaan säännöllisiä sekä ravitsevia terveellisiä ruokia, tällöin verensokeri pysyy oikealla tasolla koko päivän. Ruokavaliolla näin ollen voi vaikuttaa vähentävästi ADHD-nuoren yliaktiivisuuteen sekä tarkkaamattomuuteen. Esimerkiksi sokeripitoisten virvoitusjuominen antaminen lisää yliaktiivisuutta, tällä ei kuitenkaan ole todettu olevan suurtakaan vaikutusta ylivilkkauteen. (O'Reagan, 2006. [Viitattu 24.1.2020]).

Kuten kirjassa ADD- ja ADHD-ruokavalio, on todettu, että ruokavalio, joka koostuu luonnonmukaisesta ruoasta, ei sisällä valkoista vehnäjauhoja sekä ei olisi lisätty keinotekoisia lisäaineita, kemiallisia väri- ja säilöntäaineita ja olisi mahdollisimman paljon tuoreravintoa, olisi kaikista paras. Kirjassa kerrotaan myös, että ADD/ADHD-henkilöt tarvitsevat paljon proteiinia. Ensimmäisen yleisesti käytetyn erikoisruokavalion on kehittänyt Tri. Benjamin Feingold, joka on suunnattu yliaktiivisille ja aggressiivisesti käyttäytyville lapsille. Ruokavaliossa vältetään paljon eri raaka-aine ryhmiin kuuluvia tuotteita, muun muassa synteettisesti valmistettuja väri-, maku- säilöntäaineita sekä ruokia, joissa on luonnon salisylaatteja. (Peiper, & Bell, 2006. [Viitattu 23.3.2020]).

Teoria osuuden kirjoittaminen oli haastavaa myös jäsentelyn vuoksi. Jouduin muutamia kertoja vaihtamaan kirjoitettujen lukujen paikkoja, että teksti oli yhteneväistä ja soljuvasti luettavaa ja eteenpäin vievää. Tämä prosessi tulee auttamaan minua

tulevaisuudessa ammatillisestikin, teorian tiedon sekä haastatteluissa saamani tiedon takia.

Opinnäytetyöni alkoi maaliskuussa 2019, tällöin tein opinnäytesuunnitelman, joka hyväksyttiin. Teoria osuutta aloitin kirjoittamaan heti keväällä. Haastattelut pääsin aloittamaan vasta syksyllä 2019, tähän vaikutti tuleva kesäloma sekä koulun alettua syksyllä en voinut heti tehdä haastatteluita. Tämä johtui osaksi siitä, että kyseessä oleva ryhmä tarvitsi aikaa sopeutua muutokseen, eli koulun alkuun. Toisaalta koulun työntekijät eivät kerenneet valitsemaan haastateltavia. Viimeisimmät haastattelut tein alkuvuodesta 2020. Keväällä suunnittelin alustavasti myös, millaisen oppaan haluan toteuttaa.

Haastattelut olivat mielenkiintoisia ja antoivat paljon, näin pääsin tutustumaan myös tutkimustyöhön, jota tämä oli. Haastatteluiden analysointi oli mielenkiintoista ja antoisaa, mutta myös aikaa ja voimia vievää, mikä tuli yllätyksenä.

Miettiessäni haastattelukysymyksiä, pidin tätä osiota helppona, toisin kävi. Jouduin muuttamaan nuorten haastattelukysymyksiä muutamaan kertaan, johtuen siitä, että en osannut aluksi tehdä kysymyksistä tarpeeksi lyhyitä ja helposti ymmärrettäviä. Koulun henkilökunnan kysymykset olivat helposti muotoiltavia.

Haastattelut aloitin koulun henkilökunnan kanssa. Tämä johtui puhtaasti aikatauluksesta. Sain henkilökunnan kanssa sovittua haastattelut nopeampaa kuin nuorten kanssa. Nuorten haastatteluiden sopiminen meni erityisopettajan kautta. Hän laittoi valitsemilleen nuorille lähettämäni tutkimushaastattelusopimuksen (liite 3). Oli myös nuoria, jotka olisivat halunneet osallistua haastatteluun, mutta huoltajat eivät antaneet lupaa eikä oli huoltajia, jotka olisivat halunneet nuoren osallistuvan haastatteluun, mutta nuori ei halunnut. Osa nuorista, jotka olivat jo suostuneet haastateltavaksi, peruivat viime hetkellä. Tätä kuitenkin osasin odottaa.

Analyysimenetelmäksi valitsin sisällönanalyysin vaihtoehtona oli diskurssianalyysi. Päädyin sisällönanalyysiin, sillä siinä aineistoa tarkastellaan eroja ja yhtäläisyyksiä etsien, eritellen sekä tiivistäen. Diskurssianalyysissä paneudutaan esimerkiksi äänenpainoihin tai kehonkieleen, joka ei taas ollut opinnäytetyön kannalta tärkeää.

Opinnäytetyötä sekä opasta voivat hyödyntää kaikki, jotka toimivat ADHD/ADD-nuorten parissa. Oppaassa on nuorten omia kommentteja tuntemuksistaan, kokemuksistaan ja toiveistaan. Myös koulun henkilökunnan ajatuksia. Toisaalta, olisin ehkä saanut kattavamman käsityksen nuorten ajatuksista, jos haastateltavia olisi ollut enemmän tai toisiltakin paikkakunnilta.

Kehittämistyötä voisi vielä laajentaa juurikin kattamaan usean paikkakunnan otannan ja siten vertailla nuorten vastauksia, onko niissä yhteneväisyyksiä vaiko eroja. Olisi mielenkiintoista nähdä esimerkiksi pienen paikkakunnan sekä ison kaupungin nuorten vastauksia ja vertailla niitä. Vaikuttaako esimerkiksi asuinpaikkakunnan koko siihen, kuinka nuoret kokevat heihin kohdistuvan kohtaamisen, kohtelemisen sekä opettamisen. Ehkä jonain päivänä joku toinen tekee tästä tutkimusta ja uutta kehittämistyötä.

Tätä aihetta voisi myös kehittää vielä laajemmaksi ottaen mukaan muita oppilaitoksia, työpaikkoja tai vaikka TE-keskuksen. Mahdollisuuksia on rajattomasti.

Sosionomin (AMK) opiskelusta ja siihen liittyvistä harjoitteluista niin koulussa kuin harjoittelupaikoillakin on ollut suureksi avuksi tätä opinnäytetyötä tehdessäni. Olen saanut valtavasti tietoa ja taitoa tehdä eri vaiheet tästä opinnäytetyöstä sekä oppaasta. Ennen kaikkea sosionomin (AMK) kompetenssien tuntemus ja osaaminen on ollut erittäin suureksi hyödyksi tässä prosessissa.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelurunko oppilaille

Liite 2. Haastattelurunko työntekijöille

Liite 3. Tutkimushaastattelusopimus

Liite 1. Haastattelurunko oppilaille

Taustatiedot

- ikä
- diagnoosi
- sukupuoli

ADHD tai ADD

miten (adhd/add) näkyy elämässäsi

- mitä ovat vahvuuksiasi koulussa
- mitä vahvuuksiasi opettajasi saa sinusta esiin
- vaikuttaako oma asenteesi koulunkäyntiisi
- kuinka koet oman opettajasi sinua kohtelevan
- kuinka koet, että muut opettajat kohtelevat sinua koulussa
- entä terveydenhoitaja
- tai joku muu henkilö

Mitä haluaisit muuttaa koulussa?

- miksi haluaisit muuttaa

Miten neuvoisit opettajia tai muita henkilöitä

- opettamisessa
- kohtelemisessa
- kohtaamisessa

Kuinka haluaisit sinua kohdeltavan?

Mikä vaikeuttaa keskittymistäsi koulussa?

- kuinka sitä voisi parantaa (jos nuori vastaa edelliseen kysymykseen)

Mitä mieltä ystäväsi ovat adhd / add:stasi

Tietävätkö he mikä tai mitä on adhd/add

Kuinka ystäväsi kohtelevat sinua

Liite 2. Haastattelurunko työntekijöille

Taustatiedot

- ikä
- ammatti
- koulutustausta
- sukupuoli

ADHD/ADD nuori

- kuinka monta oppilasta koulussa on
- kuinka monella heistä on diagnosoitu joko ADHD tai ADD
- mitä ja kuinka paljon tiedät ADHD/ADD häiriöstä
- oletko saanut koulutusta ADHD/ADD nuoren kanssa työskentelyyn
- kuinka kohtaat ko. nuoren
- kuinka nuori kohtaa sinut
- mitä tunteita ADHD/ADD nuoren käyttäytyminen sinussa tuo esille
- oletko huomannut, että oppilaat, joilla ei ole ko. diagnooseja, kohtelisivat näitä oppilaita jotenkin eri tavalla
 - o onko kiusaamista
 - o otetaanko mukaan ryhmään
 - o väsyvätkö muut oppilaat heihin
 - yliaktiivisuuteen
 - keskittymiskyvyn puuttumiseen
 - tarkkaamattomuuteen
- mitä ajattelet, miksi nuori käyttäytyy kuten käyttäytyy
- mitä toivoisit ADHD/ADD nuorelta
 - entä hänen huoltajiltaan
- mitä ajattelet nuoren ajattelevan omasta häiriöstään
- onko opettajilla riittävästi aikaa ko. nuorille
- kun luokkaan tulee uusi ADHD tai ADD oppilas, oletko saanut hänestä riittävästi taustatietoja
- kuinka koet sen, että ko. nuoren vanhemmat opettavat/ neuvovat sinua toimimaan ko. nuoren kanssa
- kuinka koulu tukee näitä nuoria
- haluaisitko muuttaa jotakin toimintatapaa
- mitä sanoisit näille nuorille, kuinka motivoisit heitä

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Tutkimuksen nimi: ADHD/ADD nuoret koulumaailmassa: Nuoret kokemusasiantuntijoina (Opinnäytetyö)

Tutkimuksen tekijä: Theresa Lammila, Sosionomi (AMK) opiskelija

Kuvaus tutkimuksesta:

Tarkoituksena olisi haastatella yläkoulun 7.-9. luokkalaisia, joille on diagnosoitu ADHD tai ADD sekä rehtoria, erityisluokanopettajaa, kuraattoria, terveydenhoitajaa ja luokanopettajaa. Aineistonkeruu tapahtuu yksilöhaastatteluina.

Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimusongelmat:

Tavoitteena on tehdä opinnäytetyö sekä opas. Oppaan tarkoituksena on antaa neuvoja, vihjeitä, toimintatapoja ja -keinoja kohdata ja työskennellä ADHD/ADD-nuorten kanssa. Haastateltavat pysyvät anonyymeina, aineistoon tulee ainoastaan tieto diagnoosista, sukupuolesta ja ikä.

Tutkimusongelma opinnäytetyössäni on se, että muun muassa kouluihin henkilökunnalle ei ole tehty opasta, joissa adhd/add nuoret itse olisivat kertoneet, mitkä asiat, toiminnot, kohtaamiset heitä auttaisi koulussa. Oppaita on toki tehty, kuitenkin ne ovat pääosaltaan muiden kuin adhd/add nuorten tekemiä, esimerkiksi psykologit, terapeutit ovat näitä oppaita tehneet.

Minulle on selvitetty yllä mainitun tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksessa käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain tutkijan tietoon, minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Suostun siihen, että minua/huollettavaani (haastatellaan/havainnoidaan/kuvataan jne.) _____ ja antamiani/hänen antamia tietoja käytetään kyseisen tutkimuksen tarpeisiin. Annan myös luvan minua/huollettavaani koskevien asiakirjojen ja dokumenttien käyttöön ko. tutkimuksessa.

Voin halutessani keskeyttää tutkimukseen osallistumiseni, milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämistäni tai että se vaikuttaa minun/huollettavani hoitoon/asiakas-suhteeseen/työsuhteeseen.

Paikka ja päiväys _____

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennyt

Tutkittavan allekirjoitus ja nimenselvennys

Tiedostonimi: VALMIS OPINNÄYTETYÖ 2020.docx
Hakemisto: /Users/theresalammila/Library/Containers/com.microsoft.Word/Data/Documents
Malli: /Users/theresalammila/Library/Group Containers/UBF8T346G9.Office/User Content.localized/Templates.localized/Normal.dotm
Otsikko:
Aihe:
Tekijä: Lammila, Theresa
Avainsanat:
Kommentit:
Luontipäivä: 19.6.2020 12.28.00
Version numero: 2
Viimeksi tallennettu: 19.6.2020 12.28.00
Viimeksi tallentanut: Lammila, Theresa
Kokonaismuokkaus aika: 1 Minuutti
Viimeksi tulostettu: 19.6.2020 12.28.00
Viimeisestä täydestä tulostuksesta
Sivuja: 49
Sanoja: 9 091 (noin)
Merkkejä: 73 646 (noin)