

Tuettu päätöksenteko

Opas päätöksentekijälle ja tukihenkilölle



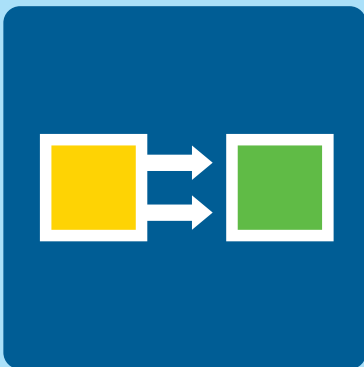
Ohje työkalupakin käyttämiseen



Kortit voi leikata irti alustasta.



Kortteja voi myös tulostaa internetistä.



Omaa elämää koskevan toimintasuunnitelman voi kirjoittaa lomakkeelle ja ottaa siitä kopion.



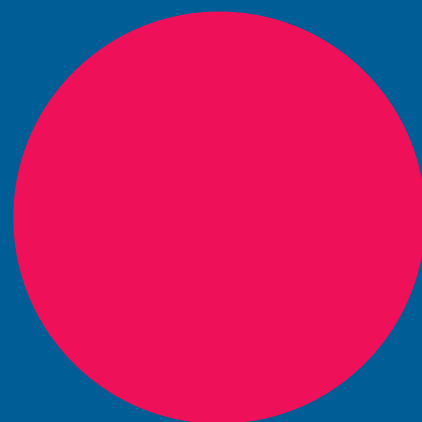
Näin onnistut -sivu on muistilista päätöksentekotilanteessa.

- Kaikkia työkaluja käytetään päätöksenteon tukena.
- Kortit voi leikata irti alustasta.
- Kortteja voi myös kopioida tai niitä voi tulostaa Savaksen internetsivuilta www.savas.fi/fi/saatio/materiaalipankki/
- Kaikkiin kortteihin voi kirjoittaa vesiliukoisella tussilla. Tekstin voi pyyhkiä pois kostealla paperilla.

Näin voit käyttää kortteja:

- Leikkaa hymy- ja surunaamat sekä peukkukortit irti liikennevalokorteista. Näin saat liikennevalokortit ja niiden tekstit omaksi työvälineeksi. Kortit äänestämiseen ja mielipiteen kertomiseen jäävät omaksi työvälineeksi.
- Voit kirjoittaa "Mitä haluan elämäni ja kuinka voin sen saavuttaa"-lomakkeelle omaa elämäsi koskevan suunnitelman, ottaa siitä kopion itsellesi ja pyyhkiä tekstin pois.
- Näin onnistut -sivun voit kiinnittää seinälle huoneentauluksi. Taulu toimii muistilistana päätöksentekotilanteessa.

Työväline 1. Kyllä-ei / hyvä-huono



Työväline 1. Kyllä-ei / hyvä-huono



**En ymmärrä.
Selitä toisella tavalla.**

tai

Olen eri mieltä.

**En pysy mukana,
hidasta vauhtia.**

tai

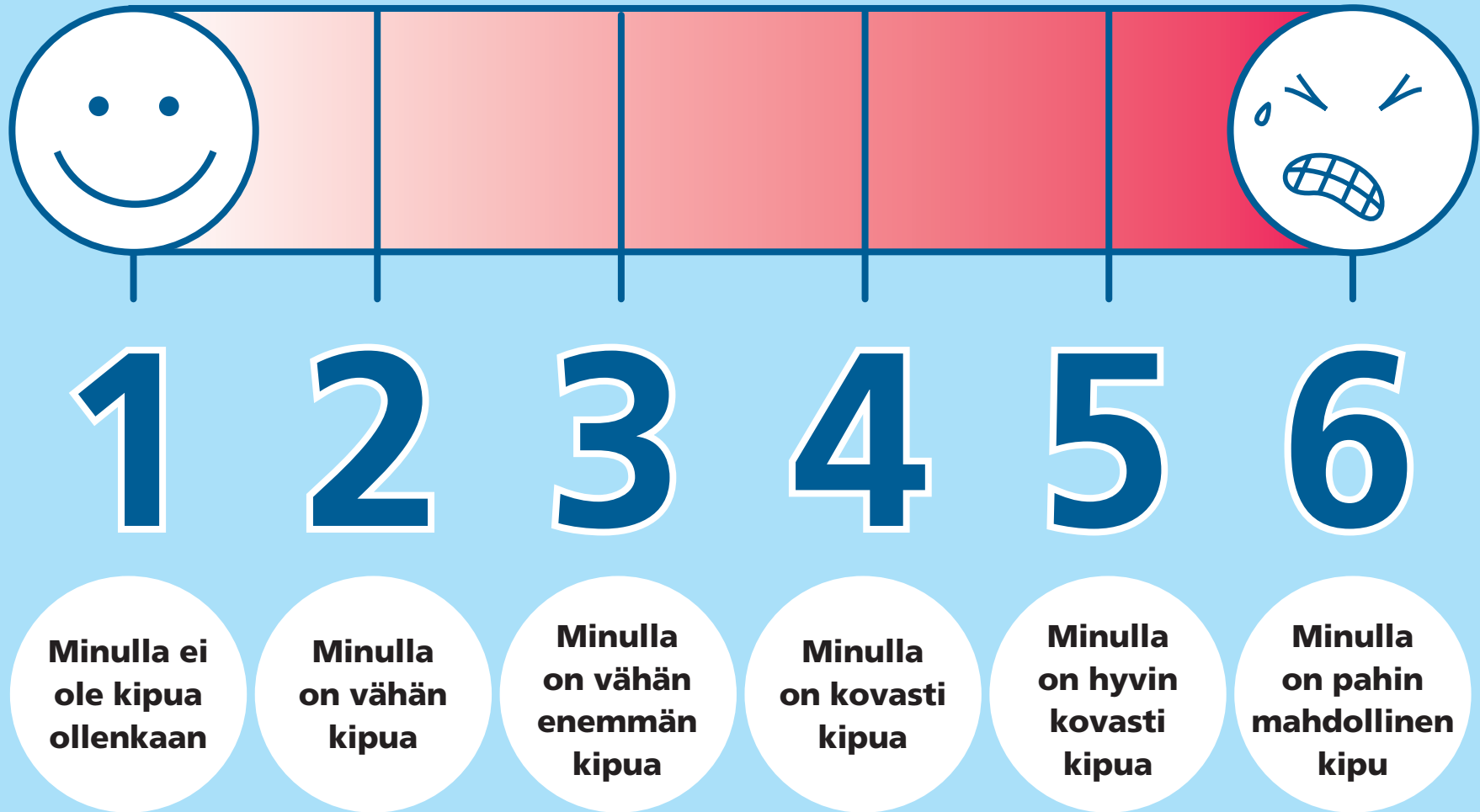
**En osaa sanoa,
mietin vielä.**

**Ymmärrän hyvin,
jatka samalla tavalla.**

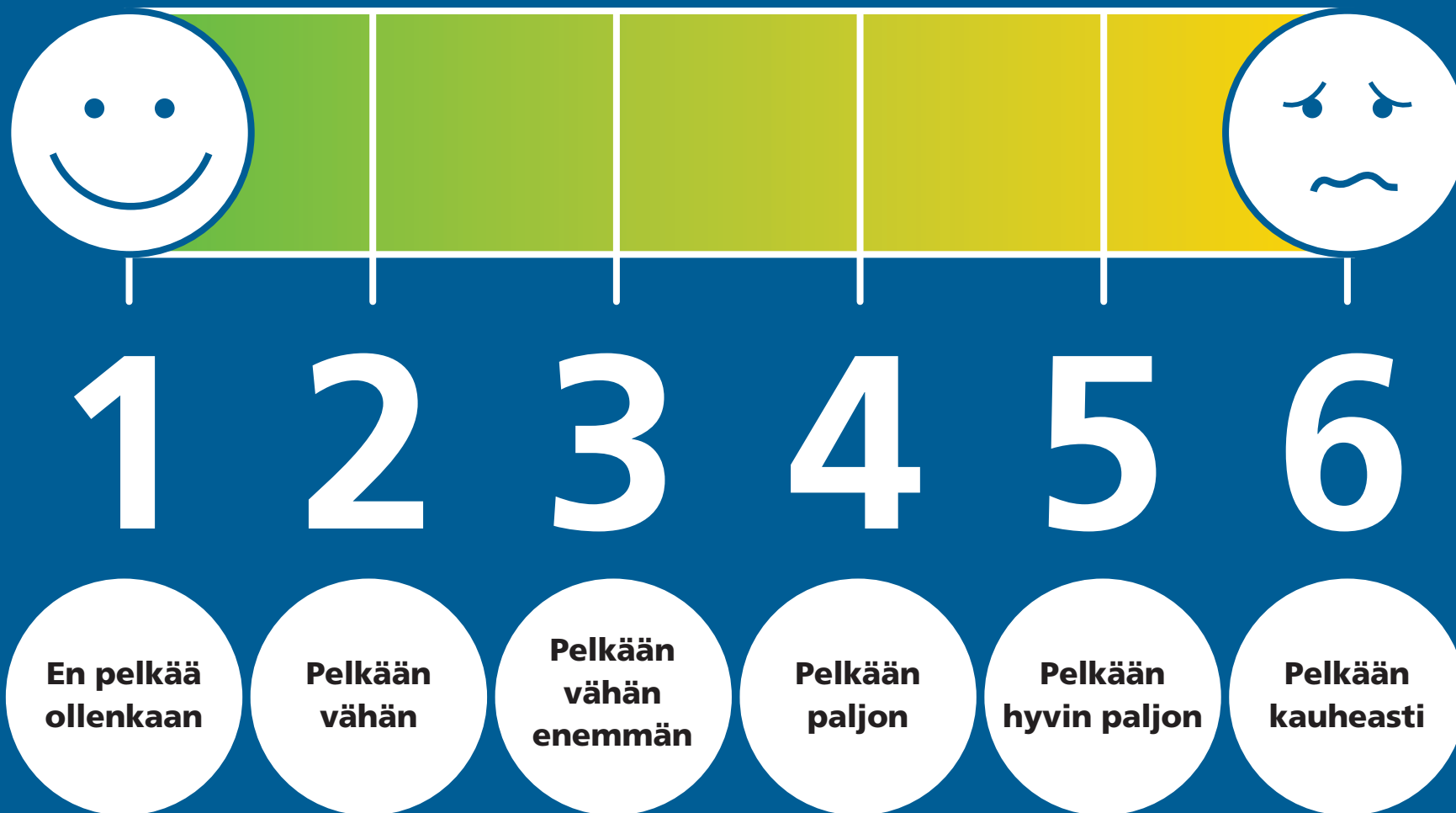
tai

Olen samaa mieltä.

Työväline 2. Kipumittari



Työväline 2. Pelkomittari



Työväline 3. Päätöksenteon kortit



Kyllä

En tiedä

Ei

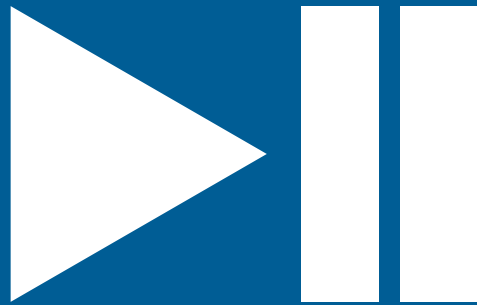


Ensin

Sitten

Sen jälkeen

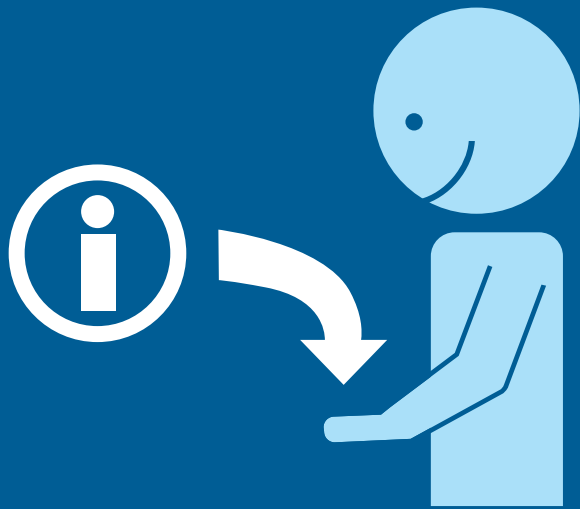
Työväline 3. Päätöksenteon kortit



Tarvitsen apua

Tarvitsen tauon

Haluan lopettaa



Tarvitsen lisää tietoa

Tarvitsen vaihtoehtoja

Haluan tietää mitä päätöksestäni seuraa

todella iloinen

6



5



4



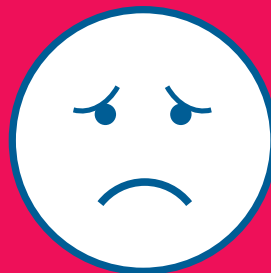
3



2



1

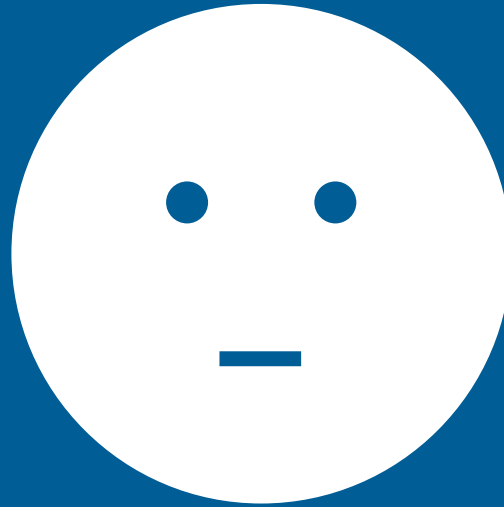


todella surullinen



3

iloinen



2



1

surullinen

Työväline 5. Mietittävää ennen päätöksentekoa

Näitä asioita voin miettiä yhdessä minulle läheisen ihmisen kanssa ennen päätöksentekoa.

Onko tämä minulle hyvä päätös?

Mikä on päätös?

Osaanko tehdä päätöksen itse vai tarvitsenko tukea?

Mitä seurauksia päätöksestäni on?

Millaista tukea tarvitsen, että päättäminen olisi minulle helpompaa?

Mitkä ovat minun oikeuteni ja vastuuni?

Mitä vaihtoehtoja on olemassa?
Mitä tietoa tarvitsen?

Kuka minua voisi tukea?

Työväline 5. Näin onnistut





Näin kommunikoin, ilmaisen itseäni, tunteitani ja tarpeitani.



**Kommunikaatio-
keinoni** (puhe,
kuvat, osoittaminen,
viittomat,
kommunikaatiopassi)



**Näin kerron
mielipiteeni,
ilmaisen kyllä ja ei**



**Tuki, jota tarvitsen
kommunikoinnissa**

Työväline 6. Mitä haluan ja kuinka voin sen saavuttaa?



Teen itselleni suunnitelman kuinka voin toteuttaa minulle tärkeän asian.



Mitä haluan elämäni?



Mitä täytyy tehdä ensin?



Mitä täytyy tehdä seuraavaksi?



Kuka/ketkä ovat tukena?



“Musta on hyvä että saan vaikuttaa omiin juttuihin. Aina en ite pysty tekemään päätöksiä ja silloin tartten tukea.”

“Meitä pitää kuunnella ja ottaa tekemään päätöksiä. Meillä pitää olla sananvaltaa oman elämän suhteen.”

Tämä opas sisältää:

Työvälinepakki

Johdanto	5
1. Tuettu päätöksenteko Suomessa	9
1.1. Itsemääräämisoikeus ja tuettu päätöksenteko	9
1.2. Suomen lainsäädäntö	9
1.3. YK:n vammaisten ihmisten oikeuksia koskeva yleissopimus	13
1.4. Yksilöllisen tuen laatuksiteerit	15
1.5. Suomen Vammaispoliittinen ohjelma	17
2. Mitä tuettu päätöksenteko tarkoittaa?	21
2.1. Asioita, joissa ihmiset tekevät päätöksiä	21
2.2. Tällaista tukea ihmiset tarvitsevat	21
2.3. Tukihenkilö päätöksenteon tukena	27
2.4. Väärät ja huonot päätökset	29
2.5. Päätöksen mukainen toiminta	31
2.6. Osallisuus ja omaan elämään vaikuttaminen	33
3. Vuorovaikutus ja sen tukeminen	37
3.1. Mitä tarkoittaa toimiva keino ilmaista itseään?	37
3.2. Kyllä/ei vastausten harjoittelu	39
3.3. Vuorovaikutuksessa huomioitavaa	41

4. Päätösten ja valintojen tekeminen eri menetelmien avulla ...	47
4.1. Valintataulut	47
4.2. Keskustelumatto	51
4.3. Elämänsuunnittelun kartat	53
4.4. Arviointitekniikat	55
4.5. Sosiaaliset tarinat	57
5. Onnistunut tuettu päätöksenteko	61
5.1. Toimiva keino oman ilmaisun tukena	63
5.2. Päätöksenteon harjoittelu	69
5.3. Riittävä tuki päätöksentekoon	75
5.4. Voimaantuminen ja oman näköinen elämä	81
6. Näin onnistut!	87



Tuetusti päätöksentekoon -projektin tarkoituksena on tukea



päämiehiä miettimään millaista elämää he haluavat elää.



Oppaaseen on koottu tietoa ja ideoita



päätöksenteon tukemisesta ja erilaisista työmenetelmistä.

Johdanto

Tuetusti päätöksentekoon -projektissa (2011–2015) on levitetty ja juurrutettu tietoa tuetusta päätöksenteosta. Päämiesten mahdollisuus omaa elämää koskevaan päätöksentekoon on ollut projektin tavoitteena. Päämiehillä tarkoitetaan tukea tarvitsevia ihmisiä.

Päämies sana tulee siitä, että jokainen ihminen on oman elämänsä päähenkilö. Päämiehisuus tarkoittaa sitä, että tukea tarvitsevalla ihmisellä on oikeus elää oman näköistä elämää. Jokainen ihminen tietää itse parhaiten millaista elämää haluaa elää ja mistä asioista pitää.

Tämä opas kertoo tuetusta päätöksenteosta. Opas on kirjoitettu päätöksenteossa tukea tarvitseville päämiehille, heidän läheisilleen ja heidän kanssaan työskenteleville ammattilaisille.

Oppaassa on tietoa siitä

- mitä tuettu päätöksenteko tarkoittaa
- millaisilla työmenetelmillä voi helpottaa tuettua päätöksentekoa ja
- millainen on onnistunut tuetun päätöksenteon tilanne.

Lisäksi oppaassa on

- lukuvinkkejä ja ideoita tuetun päätöksenteon edistämiseen
- päämiesten ja lähi-ihmisten kertomuksia ja kokemuksia tuetusta päätöksenteosta.



Oppaan mukana on erilaisia työvälineitä, esimerkiksi kyllä- ja ei-kortit.



Opas on kirjoitettu helposti ymmärrettävällä selkokielellä.



Siinä on kuvia, jotka helpottavat ymmärtämistä.



Opasta kannattaa lukea yhdessä toisten kanssa, jotta saa apua vaikeiden asioiden ymmärtämiseen.

Oppaan mukana on työvälinepakki.
Pakissa on erilaisia työvälineitä,
joita voi kopioida ja ottaa itselle käyttöön.
Tällaisia työvälineitä ovat esimerkiksi kyllä- ja ei-kortit.

Oppaan alkupuoli on kirjoitettu selkokielellä.
Loppuosa on kirjoitettu mahdollisimman selkeällä yleiskielellä.
Selkokieli tarkoittaa helposti ymmärrettävää kieltä.
Selkokielessä on lyhyitä lauseita ja tuttuja sanoja.
Alla oleva merkki on eurooppalaisen selkokielisen
materiaalin merkki.
Se auttaa ihmisiä tunnistamaan,
että kyseessä on selkokielinen materiaali.



(kuvan lähde: Inclusion Europe)

Oppaassa on päätöksentekoon liittyviä kuvia.
Kuvat helpottavat asioiden ymmärtämistä.

Opasta kannattaa lukea yhdessä toisten kanssa.
Jotkut sanat ja lauseet voivat olla vaikeita ymmärtää
tai herättävät ajatuksia.
Toisten tuki auttaa tällaisissa tilanteissa.

Mukavia lukuhetkiä oppaan parissa!



Lainsäädäntö, määräykset ja säännöt ohjaavat kunnioittamaan jokaisen ihmisen itsemääräämisoikeutta.



Itsemääräämisoikeus tarkoittaa jokaisen ihmisen oikeutta määrätä omasta elämästään ja tehdä omia valintoja.



Tuettu päätöksenteko tarkoittaa, että saa tukea päätöksentekoon.



Itsemääräämisoikeudesta on kirjoitettu esimerkiksi sosiaalihuollon asiakaslaissa.

1. Tuettu päätöksenteko Suomessa

Lainsäädäntö, määräykset ja säännöt ohjaavat kunnioittamaan jokaisen ihmisen itsemääräämisoikeutta.

1.1. Itsemääräämisoikeus ja tuettu päätöksenteko

Itsemääräämisoikeus tarkoittaa jokaisen ihmisen oikeutta määrätä omasta elämästään ja tehdä omia valintoja.

Tuettu päätöksenteko tarkoittaa, että

- ihmisellä on oikeus tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä
- päätöksentekoon on oikeus saada tukea.

Useimmat päämiehet tarvitsevat päätöksentekoon tukea. Itsemääräämisoikeus toteutuu, kun tuettu päätöksenteko toteutuu.

1.2. Suomen lainsäädäntö

Kaikkia suomalaisia koskee Suomen lainsäädäntö. Laki määrää toimimaan tietyllä tavalla tai se kertoo miten ei saa tehdä.

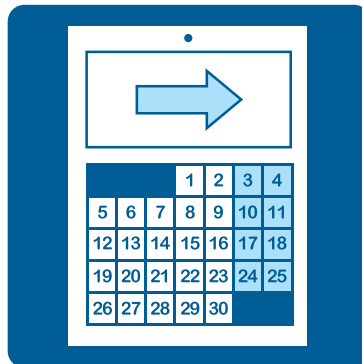
Itsemääräämisoikeudesta on kirjoitettu esimerkiksi sosiaalihuollon asiakaslaissa.



Asiakkaan omia toiveita on kuunneltava palveluiden suunnittelussa.



Asiakas voi kertoa omia toiveitaan käyttämällä erilaisia kommunikaatiomenetelmiä.



Uusi itsemääräämisoikeuslaki tulee voimaan loppuvuodesta 2014.



Lailla vahvistetaan asiakkaan itsemääräämisoikeutta.

Sosiaalihuollon asiakaslaissa sanotaan, että jokaisen asiakkaan omia toiveita ja mielipiteitä on kuunneltava palveluiden suunnittelussa. Palveluita ovat esimerkiksi asumispalvelut ja työtoiminta. Asiakas voi kertoa omia toiveitaan ja mielipiteitään joko puhumalla tai käyttämällä erilaisia kommunikaatiomenetelmiä. Kertomisessa voi käyttää apuna esimerkiksi kuvia, viittomia tai esineitä.

Työntekijän tehtävä on selittää mahdollisimman selkeästi erilaiset palveluihin liittyvät vaihtoehdot, niiden vaikutukset ja seuraukset.

Tällä tarkoitetaan esimerkiksi selkokielellä puhumista, viittomista tai kuvien käyttämistä.

Laissa sanotaan myös, että asiakkaalle on kerrottava mahdollisimman selkeästi ja ymmärrettävästi hänen oikeuksistaan ja velvollisuuksistaan.

Uusi itsemääräämisoikeuslaki tulee voimaan loppuvuodesta 2014. Lainsäädännöllä vahvistetaan asiakkaan itsemääräämisoikeutta.



Ihmisoikeudet kuuluvat kaikille ihmisille maailmassa.



Tärkeitä oikeuksia ovat oikeus omaan kieleen ja kulttuuriin sekä sananvapaus.



Päämiehillä on oikeus ilmaista omia mielipiteitään ja tahtoaan.



Päämiesten kanssa tulisi käyttää heidän ymmärtämiään ilmaisukeinoja.

1.3. YK:n vammaisten ihmisten oikeuksia koskeva yleissopimus

Ihmisoikeudet tarkoittavat kaikille ihmisille kuuluvia oikeuksia kaikkialla maailmassa.

Oikeudet on määritelty kansainvälisillä sopimuksilla ja julistuksilla. YK:n vammaisten ihmisten oikeuksia koskeva yleissopimus koskee kaikkia vammaisia ihmisiä.

Ihmisoikeuksia ovat esimerkiksi oikeus omaan kieleen ja kulttuuriin sekä sananvapaus.

Yleissopimuksessa kerrotaan vammaisten ihmisten samanlaisesta oikeudesta sananvapauteen ja mielipiteen ilmaisuun, kuin muillakin ihmisillä.

Suomessa tulee edistää viranomaisten kanssa asioinnissa vaihtoehtoisia viestintäkeinoja.

Päämiesten kanssa asioidessa tulisi käyttää heidän ymmärtämiään ilmaisukeinoja, kuten viittomakieltä tai kuvakommunikaatiota.

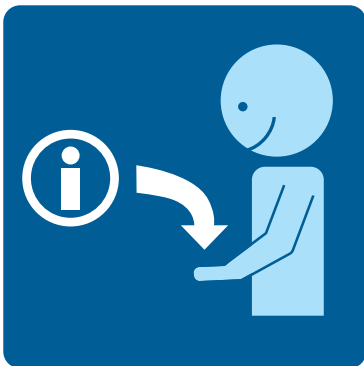
Päämiehillä on oikeus saada tarvitsemaansa tietoa ymmärrettävässä muodossa.



Kriteereiden avulla voi arvioida onko palvelu riittävän hyvää.



Tuetun päätöksenteon laatuksiteeri tarkoittaa, että voi päättää omista asioista ja saada siihen tukea tukihenkilöltä.



Päämiehillä on oikeus saada riittävästi tietoa palveluista.



Kriteereiden mukaiset palvelut ovat riittävän hyviä ja lain mukaisia.

1.4. Yksilöllisen tuen laatukriteerit

Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta on laatinut yksilöllisen tuen laatukriteerit.

Kriteereiden avulla arvioidaan onko palvelu riittävän hyvää tukea tarvitseville ihmisille.

Kriteereitä voidaan käyttää erityisesti asumispalveluissa.

Laatukriteereitä on kuusi.

Yksi kriteereistä on tuettu päätöksenteko eli

Päätän omista asioistani ja saan siihen tukea.

Tuetun päätöksenteon kriteeri tarkoittaa, että

- päämiehellä on oltava oikeus tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä
- hän saa päätöksentekoon riittävästi tukea
- hänellä on mahdollisuus saada tukea tukihenkilöltä.

Päämiehillä on oikeus saada tietoa palveluista

ymmärtämällään kielellä.

Heillä pitäisi olla mahdollisuus osallistua palveluiden suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin.

Laatukriteereiden käyttäminen ei ole pakollista.

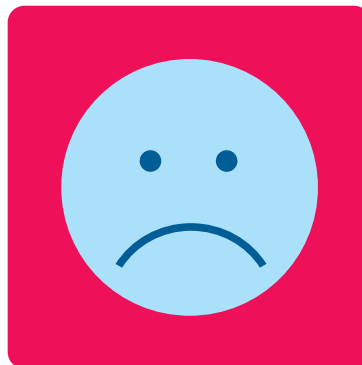
Niiden mukaan järjestetyt palvelut ovat hyviä ja lain mukaista.



VAMPO-ohjelma ohjaa osallisuuteen ja yhdenvertaisuuteen.



Kaikilla ihmisillä tulee olla samanlainen mahdollisuus osallistua ja elää hyvää elämää.



Ohjelmassa kerrotaan toimenpiteistä, joiden avulla huonosti toimivia asioita voidaan parantaa.



Itsemääräämisoikeutta halutaan vahvistaa lain avulla.

1.5. Suomen Vammaispoliittinen ohjelma

Itsemääräämisoikeus tarkoittaa oikeutta itsenäiseen harkintaan, päätöksentekoon ja toimintaan häntä itseään koskevissa asioissa. Mikäli voimavaroja, kykyjä tai voimia oman tahdon ilmaisuun ei ole, on henkilöä yleensä tarpeen ja mahdollista tukea niin, että päätökset voidaan tehdä yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Tuettu päätöksenteko on termi, joka kuvaa tätä toimintaa.

- Suomen Vammaispoliittinen ohjelma -

Suomen hallitus on tehnyt vammaispoliittisen ohjelman, josta käytetään myös lyhennettä VAMPO.

Ohjelman nimi on Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle.

Ohjelma koskee vuosia 2010–2015.

Vampossa ihmisiä ja yhteiskuntaa ohjataan toimimaan niin, että kaikilla ihmisillä olisi samanlainen mahdollisuus osallistua ja elää hyvää elämää.

Ohjelmassa kerrotaan erilaisista toimenpiteistä.

Toimenpiteiden avulla huonosti toimivia asioita voidaan parantaa.

Vampossa on yli sata toimenpidettä.

Ohjelmaan on kirjoitettu itsemääräämisoikeuteen liittyvä toimenpide.

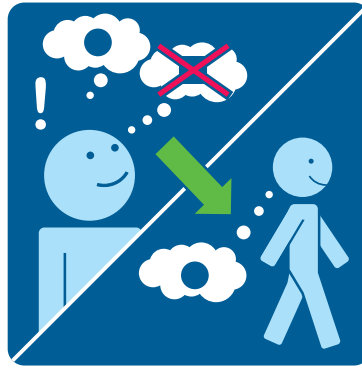
Ohjelman mukaan täytyy valmistella asiakkaan itsemääräämisoikeutta vahvistava laki.

”Ihmisoikeuksien toteutuminen ja erityisesti itsemääräämisoikeuden toteutuminen edellyttävät, että ihmisellä on valta tehdä valintoja. Valinnat voivat olla äkkiä ajatellen pieniä, kuten se, mitä ihminen syö aamiaiseksi, mitä pukee päälleen ja mitä harrastaa. Näistäkin pienistä asioista tulee nopeasti suuria asioita, jos niistä ei itse saa päättää. Tai valinnat voivat olla jo lähtökohtaisesti suuria, kuten sen valitseminen, missä ja kenen kanssa asuu tai ketä äänestää vaaleissa ja saako ylipäätään päättää, äänestääkö vai ei.”

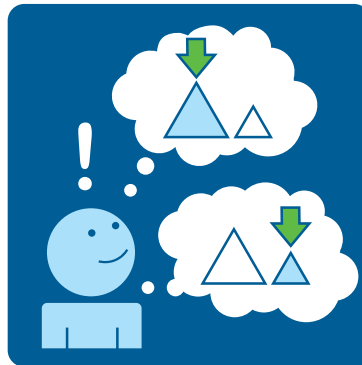
- Sanna Ahola, lakimies, Kynnys ry -

”Meidän kehitysvammaisten henkilöiden hyvä elämä muodostuu samanlaisista asioista kuin kaikkien muidenkin ihmisten. Vammaisuus ei ole este elää onnellista ja hyvää elämää. Katsomme, että ihmisoikeuksien perustana ovat arvostus, oikeudenmukaisuus ja mahdollisuus hyvään elämään muiden joukossa.”

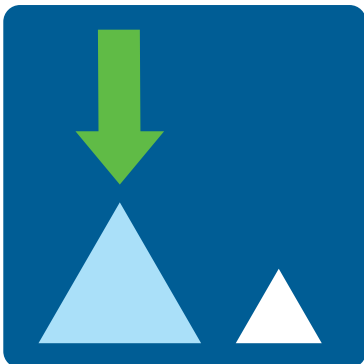
- Ote Me Itse ry:n julkilausumasta ihmisoikeuksista (2008) -



Päätöksentekoon kuuluvat päätöksen tekeminen ja sen toteuttaminen.



Jokainen ihminen tekee elämässään pieniä ja suuria päätöksiä.



Suurissa päätöksissä päämiehet tarvitsevat usein apua toisilta ihmisiltä.



On tärkeää tietää millaista tukea tarvitsee itselleen.

2. Mitä tuettu päätöksenteko tarkoittaa?

Päätöksen tekemiseen kuuluvat

- päätettävän asian läpi käyminen
- päätöksen tekeminen ja
- päätöksen mukainen toiminta.

Tähän kokonaisuuteen päämiehet tarvitsevat usein tukea.

2.1. Asioita, joissa ihmiset tekevät päätöksiä

Jokainen ihminen tekee elämässään pieniä ja suuria päätöksiä.

Pieniä päätöksiä ovat esimerkiksi ruokailuun liittyvät päätökset.

Ihmiset päättävät joka päivä paljon erilaisia asioita.

Monet ihmiset tekevät pieniä päätöksiä huomaamattaan.

Pienten päätösten tekeminen onnistuu usein ilman muiden apua.

Suuria päätöksiä ovat esimerkiksi asumiseen liittyvät päätökset.

Asuminen ja siihen liittyvät asiat

ovat ehkä tärkeimpiä päätettäviä asioita elämässä.

Suurissa päätöksissä päämiehet tarvitsevat usein apua

toisilta ihmisiltä.

2.2. Tällaista tukea ihmiset tarvitsevat

Jokainen ihminen tarvitsee omanlaista tukea.

Tuki vaihtelee päätettävän asian mukaan.

On tärkeää tietää millaista tukea voi pyytää itselleen.

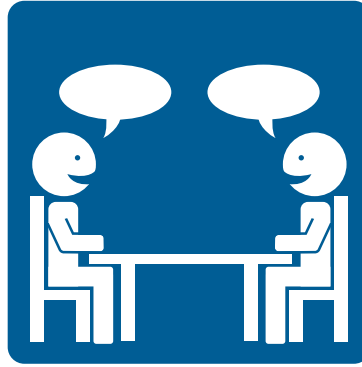
Ammattilaisille ja läheisille on tärkeää tietää

millä tavalla he voivat tukea päämiestä.

Seuraavaksi on kerrottu millaista tuki päätöksenteossa voi olla.



Ennen kuin voi tehdä päätöksen, pitää tietää kaikki vaihtoehdot.



Vaihtoehdoista on hyvä jutella itselle tärkeän ihmisen kanssa.



Päätösten hyviä ja huonoja seurauksia kannattaa käydä läpi ennen päätöksentekotilannetta.



Jotkut ihmiset tarvitsevat tukea päätösten tekemiseen omalla kommunikaatiomenetelmällään.

Vaihtoehtojen avaamista ja niistä keskustelemista

Päätöksen tekeminen on helpompaa,
kun saa tietoa päätökseen liittyvistä vaihtoehtoista.
Vaihtoehdot tarkoittavat saman asian erilaisia ratkaisuja.
Päätöksen tekeminen tarkoittaa myös siis valinnan tekemistä.
Vaihtoehtoista on hyvä jutella itselle tärkeän ihmisen kanssa.
Vaihtoehtoja voidaan esittää myös kuvilla tai selkokielellä.

Päätöksestä seuraavien hyvien ja huonojen asioiden läpi käymistä

Päätös:

Päätän ostaa takin.
Takki on kallis.

Seuraus:

Minulla ei ole rahaa käytössäni enää loppu kuukaudesta.
Minulla on kuitenkin lämmin ja mukava takki.

Jokaisella päätöksellä on seurauksia.
Päätösten hyviä ja huonoja seurauksia kannattaa käydä läpi
ennen päätöksentekotilannetta.
Ihmiset voivat tehdä myös vääriä päätöksiä tai muuttaa mielensä.
Tästä voi lukea lisää kappaleesta 2.4. Väärät ja huonot päätökset.

Tukea kommunikaatiomenetelmän käyttämisessä

Kaikki ihmiset eivät keskustele puheen avulla.
Puhevammaisilla ihmisillä on käytössä erilaisia
kommunikaatiomenetelmiä.
Tällaisia menetelmiä ovat esimerkiksi kuvakansiot,
tukiviittomat tai esineet.
Jotkut ihmiset tarvitsevat tukea päätösten tekemiseen
omalla kommunikaatiomenetelmällään.



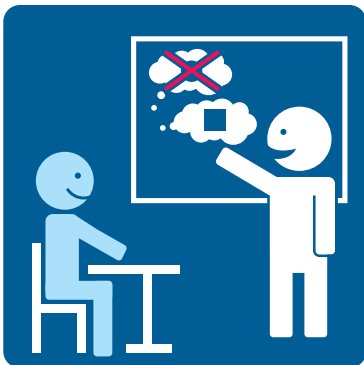
Päätösten tekeminen on joskus vaikeaa ja se voi viedä aikaa.



Kannattaa miettiä rauhassa millaisen päätöksen haluaa tehdä.



Tukijoiden tehtävänä on rohkaista ja kannustaa tekemään mahdollisimman itsenäisiä päätöksiä.



Päätöksiä harjoitteluun kannattaa aloittaa pienistä päätöksistä.

Rohkaisua ja kannustusta

Päätösten tekeminen on joskus vaikeaa ja se voi viedä aikaa.
Päätöksiä ei kannata tehdä hätiköiden.
Kannattaa miettiä rauhassa millaisen päätöksen haluaa tehdä.
Tukijoiden tehtävänä on antaa aikaa.
He rohkaisevat ja kannustavat tekemään
mahdollisimman itsenäisiä päätöksiä.

Päätöksenteon harjoittelemista

”Harjoittelu tekee mestarin”.
Tämä vanha sanonta pätee myös päätöksen teossa.
Harjoittelemisen kannattaa aloittaa pienistä päätöksistä.
Pieni päätös on esimerkiksi se,
minkä värisen paidan laittaa aamulla päälle.
Ensin voi miettiä kaikki väri vaihtoehdot.
Sen jälkeen voi taas miettiä omaa mielipidettä asian suhteen.
Päämiehelle tärkeät ihmiset auttavat harjoittelussa.



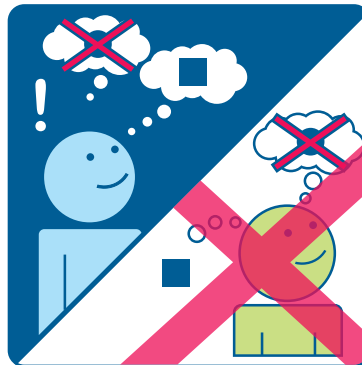
”Kerron omista tärkeistä asioista niille kelle haluan,
juoruilijoille en halua kertoa.”

”Yhdessä tekeminen on kivaa,
voi tehdä niitä asioita mistä tykkää
ja saa kertoa omista asioista ja niitä kuunnellaan.”

”Minunkin on helppo osallistua.
Ei haittaa, vaikka en osaa lukea ja kirjoittaa.”



Tukihenkilö on henkilö, joka tukee päätöksenteossa.



Tukihenkilö ei tee päätöksiä kenenkään puolesta.



Tukea tarvitseva ihminen valitsee itselleen luotettavan tukihenkilön.



Tukihenkilö voi kertoa ääneen ne asiat,
joita puhevammainen henkilö ei voi itse kertoa.

2.3. Tukihenkilö päätöksenteon tukena

Tukihenkilö on henkilö, joka tukee päätöksenteossa. Yleensä tukihenkilön tukea voi tarvita suurissa päätöksissä, kuten missä haluaa asua.

Tukihenkilö tukee vain sen verran, kun tarvitsee.

Hän ei tee päätöksiä kenenkään puolesta.

Päämies valitsee itselleen luotettavan tukihenkilön.

Tukihenkilö

- on puolueeton eli ei ole kenenkään puolella
- tukee tekemään mahdollisimman itsenäisen päätöksen
- kertoo päätettävästä asiasta päämiehen ymmärtämällä tavalla
- auttaa päämiestä ymmärtämään päätökseen liittyvät vaihtoehdot ja seuraukset
- huolehtii, että päämies ymmärtää mitä päätöksentekotilanteessa tapahtuu ja mitä paikalla olevat ihmiset kertovat
- varmistaa, että muut ymmärtävät päämiestä ja hänen mielipiteensä asiasta
- toimii tarvittaessa päämiehen äänenä eli kertoo ääneen ne asiat, joita esimerkiksi puhevammainen henkilö ei voi itse kertoa
- huolehtii, että tilanne etenee päämiehen tahtiin – keskeyttää tarvittaessa tilanteen
- ei kerro omia mielipiteitään tai ajatuksiaan
- ei kerro päämiehen asioista muille ilman hänen lupaansa.



Löydät päätöksentekijälle muistilistan
Mietittävää ennen päätöksentekoa
työkalupakista.



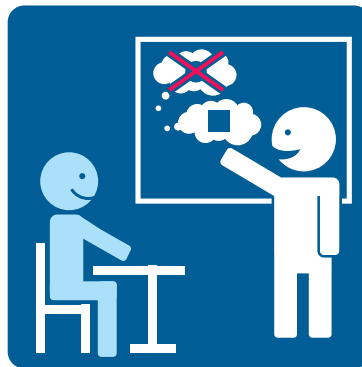
Jokaisella ihmisellä on oikeus tehdä myös vääriä tai huonoja valintoja.



Jokaisella ihmisellä on oikeus tehdä päätös oman mielipiteensä mukaan.



Päätöksiin voi liittyä myös riskejä, jotka voivat tuottaa harmia tai pulmia itselle tai toisille ihmisille.



Kaikilla ihmisillä on oikeus tehdä virheitä ja oppia niistä.

2.4. Väärät ja huonot päätökset

Jokaisella ihmisellä on oikeus tehdä myös väärä tai huonoja valintoja.

Joissakin tilanteissa valinnan voi vielä muuttaa.

Väärästä valinnasta oppii tuntemaan itseään ja omia mielipiteitään paremmin.

Läheiset ja ammattilaiset voivat ajatella päätöksistä eri tavalla kuin päätöksentekijä itse.

Heidän mielestään jokin päätös voi olla väärä tai huono.

He voivat vastustaa päätöstä.

Jokaisella ihmisellä on oikeus tehdä päätös oman mielipiteensä mukaan.

Tieto päätökseen liittyvistä vaihtoehtoista ja seurauksista auttavat tekemään itselle sopivia päätöksiä.

Joihinkin päätöksiin voi liittyä myös riskejä.

Riski tarkoittaa sitä,

että jonkin asian tekemiseen sisältyy jotain sellaista, joka voi tuottaa harmia tai pulmia itselle tai toisille ihmisille.

Kaikilla ihmisillä on oikeus kokeilla uusia asioita, tehdä virheitä ja oppia niistä.

.....

Savon Vammaisasuntosäätiön internetsivuilta osoitteesta

<http://www.savas.fi/fi/saatio/materiaalipankki/>

löytyy Map-projektin lopputuotos

Arvioin asumisen riskejä -vihkonen.

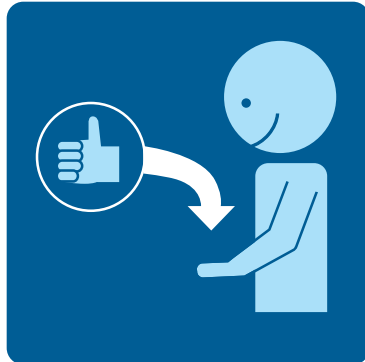
.....



Usein päämiehet tarvitsevat tukea tekemänsä päätöksen toteuttamiseen.



Päätöksen toteuttamisen edellytys on hyvin toimiva yhteistyö.



Oikeus tarkoittaa lupaa ja mahdollisuutta tehdä asiat tietyllä tavalla.



Velvollisuus tarkoittaa asiaa tai toimintaa, joka pitää tehdä sen takia, että siitä määrätään esimerkiksi laissa.

2.5. Päätöksen mukainen toiminta

Päätöksenteon jälkeen

on aika toimia omassa elämässä päätöksen mukaisesti.

Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä,

jos päättää lähteä ulos,

niin pukeutuu ja lähtee ulos.

Usein päämiehet tarvitsevat tukea juuri päätöksen toteuttamiseen eli pukeutumiseen ja ulos lähtemiseen.

Päämiesten tekemiin päätöksiin liittyy

usein ympärillä olevia ihmisiä.

Päätökset voivat vaikuttaa ystäviin ja perheenjäseniin.

Muiden ihmisten tehtävänä

on tukea päämiestä toteuttamaan päätöksiään.

Yhden ihmisen oikeus oman elämän päätöksentekoon edellyttää tukijoiden hyvin toimivaa yhteistyötä.

Oikeus =

Oikeus tarkoittaa lupia ja mahdollisuuksia,

jotka kuuluvat ihmisille esimerkiksi sen perusteella,

että he asuvat Suomessa.

Velvollisuus =

Velvollisuus tarkoittaa asiaa tai toimintaa,

joka pitää tehdä esimerkiksi sen takia,

että siitä määrätään laissa.



Osallisuus on osallistumista omaan elämään ja vaikuttamista itseään koskevissa päätöksissä.



Ihmiset haluavat vaikuttaa moniin erilaisiin asioihin.



Oman mielipiteen esittäminen on erityisen tärkeää niissä asioissa, jotka koskevat suoraan ihmistä itseään.



Vaikuttamalla voi vähentää huonosti toimivia asioita ja pitää hyvin toimivat asiat ennallaan.

2.6. Osallisuus ja omaan elämään vaikuttaminen

Osallisuutta on osallistuminen omaan elämään.

Osallisuus voi toteutua kun

- on mahdollisuus tehdä oman tahdon mukaisia päätöksiä
- on mahdollisuus tuntea vastuuta omista päätöksistä
- saa tukea päätöksien toteuttamiseen.

Osallisuus on vaikuttamista.

Ihmiset haluavat vaikuttaa moniin erilaisiin asioihin.

Oman mielipiteen esittäminen

on erityisen tärkeää niissä asioissa,

jotka koskevat ihmistä itseään.

Jotkut haluavat vaikuttaa oman elämänsä lisäksi

myös muihin asioihin.

Tällaisia asioita ovat esimerkiksi kodin tai yhteiskunnan asiat.

Vaikuttamisen tavoitteena

on kertoa itselle tärkeistä asioista toisille ihmisille.

Vaikuttamalla voi

- vähentää huonosti toimivia asioita
- pitää hyvin toimivat asiat ennallaan.

Vaikuttaa voi monella eri tavalla;

sekä yksin että yhdessä toisten ihmisten kanssa.

Päämiehet voivat vaikuttaa esimerkiksi

omien palveluiden kehittämiseen.

Voit lukea Savon Vammaisasuntosäätiön asukasraadeista

5.4. kappaleen Ideoita-sivulta 85.

Oman asian ajaminen

Oppii puhumaan omasta ja vertaistensa puolesta.
Saa äänensä kuulluksi ja tulee kuulluksi.

Oppii määräämään omista asioistaan.
Oppii tunnistamaan omat oikeutensa
ja velvollisuutensa kansalaisina.

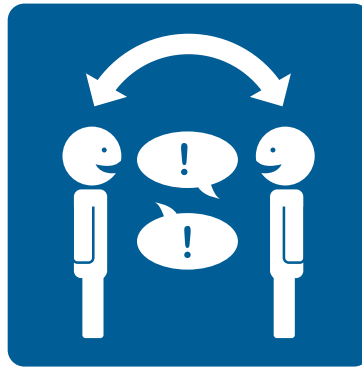
Oppii tekemään omia valintoja ja päätöksiä.
Oppii auttamaan toisia ja edustamaan toisia.
Uskaltaa tuoda epäkohtia julki
ja oppii vaikuttamaan niihin.

Oppii toimimaan yhdessä vertaistensa kanssa.
Oppii vastustamaan leimaamista ja syrjintää.
Näitä tavoitteita ei saavuteta,
ellemme itse ole päähenkilöitä.

Toisten tehtävänä on avustaa ja tukea,
ohjata ja opettaa toimimaan yhteiskunnassa,
ei tekemään päätöksiä puolestamme.

Holhous on vanhanaikaista.
Se opettaa meidät riippuvaisiksi ja
piilottaa todelliset kykymme.

- Me Itse ry:n julkilausuma,
Paikallistoimintaopas 2001, päivitetty 2005 -



Vuorovaikutusta on oma viestiminen toisille ihmisille sekä toisten ihmisten viestien ymmärtäminen.



Ihmisellä pitää olla keino ilmaista itseään, ennen kuin hän pystyy tekemään päätöksiä.



Jokainen ihminen viestii omalla tavallaan.



Lähi-ihmisten tehtävä on kannustaa ja rohkaista tukea tarvitsevaa ihmistä kertomaan asioistaan.

3. Vuorovaikutus ja sen tukeminen

Vuorovaikutuksessa on kaksi suuntaa;

- oma viestintä toisille ihmisille
- ja heidän viestien ymmärtäminen.

Kaikilla ihmisillä on oikeus itsensä ilmaisuun.

Toimivan ilmaisukeinon löytäminen auttaa oman elämän päätöksenteossa.

3.1. Mitä tarkoittaa toimiva keino ilmaista itseään?

Jokainen ihminen viestii omalla tavallaan.

Jotkut ihmiset viestivät puheella.

Toisten keino kertoa asioistaan ovat esimerkiksi kuvat tai elekieli.

Ihmisellä pitää olla keino ilmaista itseään, ennen kuin hän pystyy tekemään päätöksiä.

Riittävä keino voi olla esimerkiksi pään nyökyttäminen tai ilmeet.

Joidenkin päämiesten kohdalla päätöksentekoa on se, että lähi-ihmiset tulkitsevat kehon kielestä hänelle mieluisia ja epämieluisia asioita.

Ja arvioivat ovatko ymmärtäneet oikein.

Kaikilla ihmisillä pitää olla mahdollisuus osallistua vuorovaikutukseen omien taitojensa mukaan.

Myös vaikeavammaiset ihmiset osaavat ilmaista itseään ja tehdä päätöksiä.

Lähi-ihmiset kannustavat

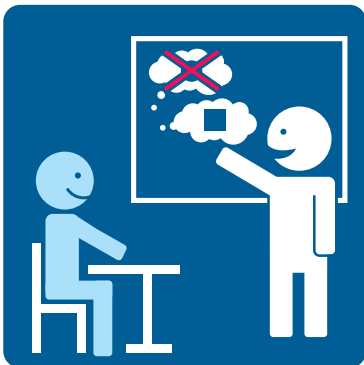
ja rohkaisevat päämiehiä kertomaan asioistaan omalla tavallaan.



Kieltäytymisen ja hyväksymisen taidot ovat tärkeitä.



Ihmisillä on monenlaisia tapoja ilmaista kyllä ja ei.



Taitoa voi harjoitella itselle tärkeillä asioilla.



Oikeus ilmaista ei on sananvapautta.

3.2. Kyllä/ei vastausten harjoittelu

Oman ilmaisun harjoittelu aloitetaan kieltäytymisen ja hyväksymisen opettelusta.

Se on yksi tärkeimmistä taidoista.

Ihmisillä on monenlaisia tapoja ilmaista kyllä ja ei.

Voimme esimerkiksi:

- nyökätä tai pudistaa päätä
- osoittaa vastauksen katseella tai silmien räpyttelyllä
- osoittaa sormella erilaisia kyllä- ja ei-kortteja
- osoittaa vastauksemme kehon kielellä

Eryteisesti ei-vastauksen harjoittelu on tärkeää.

Se, että ihminen osaa kieltäytyä itselle epämukavista asioista, säästää hänet monilta inhottavilta tilanteilta.

Harjoittelu kannattaa aloittaa päämiehelle tärkeistä asioista.

Tämän jälkeen harjoittelussa siirrytään tekemään kyllä/ei -valintoja päätettävästä asiasta.

Esimerkiksi: Haluatko maitoa? Kyllä vai ei?

Harjoittelussa kannattaa edetä hitaasti.

Harjoittelu on myös tutustumista itseensä.

Uskallanko kieltäytyä tästä? Mistä asioista minä pidän?

Ihmisillä on oikeus kieltäytyä niistäkin asioista, jotka on loppujen lopuksi pakko tehdä.

Samoin oman toiveen voi kertoa, vaikka se ei välttämättä toteudu.

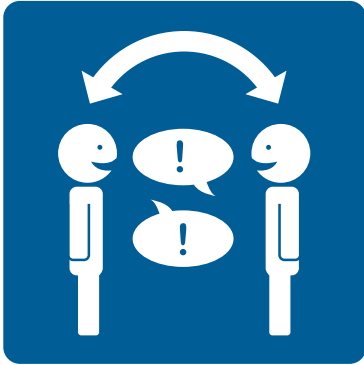
Tämä on sananvapautta ja jokaisen ihmisen oikeus.



Erilaisia **kyllä- ja ei-**kortteja ja kortteja päätöksenteon harjoitteluun löytyy työvälinepakista.



Vuorovaikutuksen tukemisessa on tärkeää aito läsnäolo ja kiinnostus.



Kommunikaation onnistuminen riippuu siitä, millä tavoin toiset osaavat tulkita päämiehen viestejä.



Ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisen tunne on tärkeää. Se lisää halua ja sinnikkyyttä ilmaista itseään.



Ympäristön muokkaaminen helpottaa päämiestä ilmaisemaan itseään.

3.3. Vuorovaikutuksessa huomioitavaa

Vuorovaikutuksen tukemisessa on tärkeää

- aito läsnäolo
- kiinnostus toista ihmistä kohtaan ja
- molemminpuolinen halu olla vuorovaikutuksessa.

On tärkeää seurata ja havainnoida tarkasti päämiehen viestejä.

Ilmaisu voi olla hyvin pientä ja vaikeasti ymmärrettävää.

Silloin viestinnän onnistuminen riippuu siitä,

millä tavoin lähi-ihmiset osaavat tulkita päämiehen viestejä.

Lähi-ihmisillä onkin tärkeä rooli toimia tuettavan henkilön äänenä.

He jakavat muille tietoa siitä, mitä päämies haluaa kertoa.

Vuorovaikutustilanteessa kumppanin tulee osoittaa, että hän on huomannut viestin.

Päämiehelle välittyy tästä tunne,

että häntä on ymmärretty ja kuultu.

Se lisää päämiehen halua ja sinnikkyyttä ilmaista itseään.

Ympäristön muokkaaminen vuorovaikutusta tukeväksi helpottaa päämiestä ilmaisemaan itseään.

Ympäristöstä löytyvät kuvat, äänet ja esineet auttavat

- ymmärtämään asioita
- oppimaan uusia asioita ja
- osallistumaan erilaisiin tilanteisiin.



Päämiehet tarvitsevat riittävästi kokemuksia erilaisista asioista.



Vaihtoehtojen tarjoaminen on tärkeää.



Asioita kokeilemalla oppii, mistä pitää ja mistä ei.



Tuen avulla toiveiden saavuttaminen voi olla mahdollista.



”En voi tietää mitä haluan, jos en tiedä mitä kaikkea on tarjolla.”

Vaikeammaisten ihmisten on usein vaikeaa pyytää itselleen tärkeitä asioita. Päämiehet tarvitsevat riittävästi kokemuksia erilaisista asioista. Sen kautta he oppivat tietämään mitä asioita haluavat elämäänsä. On tärkeää tarjota heille uusia kokemuksia, mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja.

Kokeilemisen ja kokemusten myötä päämies oppii tuntemaan itseään. Hänen läheisensä saavat tietoa mistä hän pitää ja mistä ei.

Tätä kautta hän itse ja lähi-ihmiset saavat tietoa, mitä hyvä elämä hänen kohdallaan voisi tarkoittaa. Häntä tulisi tukea niin, että toiveiden ja unelmien saavuttaminen olisi mahdollista.



Päämiehen keinoja ilmaista itseään voi yhdessä kerätä kommunikaatiokarttaan. **Projektin mallin kommunikaatiokartasta** löytää työvälinepakista.

Onnistuneen vuorovaikutustilanteen **LOVIT-muistisääntö.**

Vastavuoroinen läsnäolo (L):

”Olen tässä ja kiinnostunut sinusta”

Odottaminen ja tilan antaminen kumppanin aloitteille (O):

”Odotan sinun aloitettasi ja seuraan sinun rytmiäsi”

Kommunikointiin vastaaminen (V):

”Viestisi ovat minulle tärkeitä ja vastaan niihin”

Ilmaisun mukauttaminen (I):

”Meillä on yhteinen kieli”

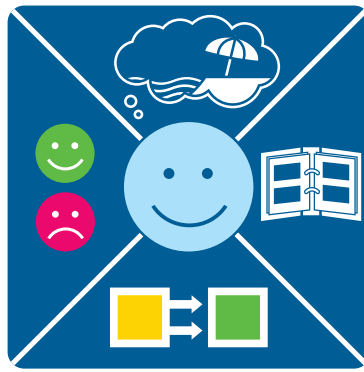
Yhteisymmärryksen tarkistaminen (T):

”Ymmärrämme toisiamme”

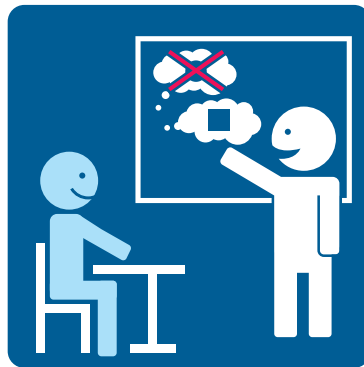
- Oiva-projekti -

”Vuorovaikutus, joka perustuu toisen ihmisen arvostamiseen ja kunnioittamiseen vie yhtä paljon aikaa kuin vuorovaikutus, joka perustuu välinpitämättömyyteen tai epäkunnioitukseen”

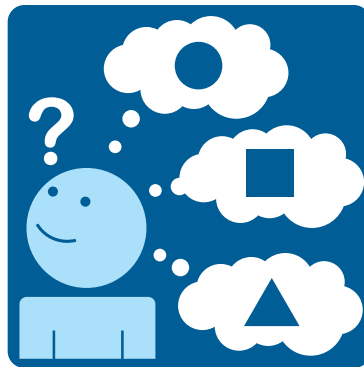
- Anna Maaria Nuutinen 2011 -



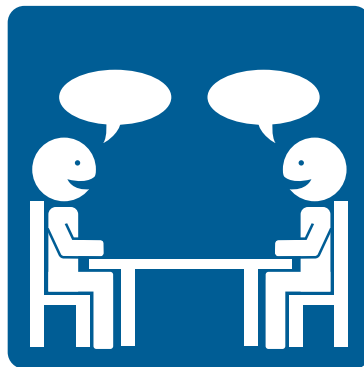
Päätöksenteon tukemisessa käytetään erilaisia työmenetelmiä.



Menetelmiä voi kokeilla ja harjoitella rauhassa.



Kuvitettuja valintatauluja voi käyttää apuna valintojen tekemisessä,



elämän suunnittelussa ja keskusteluissa.

4. Päätösten ja valintojen tekeminen eri menetelmien avulla

Päätöksenteon tukemisessa käytetään paljon erilaisia työmenetelmiä.

Tässä oppaassa niillä tarkoitetaan päätöksentekijän apuna käytettäviä menetelmiä, esimerkiksi erilaisia valintatauluja.

Tässä kappaleessa esitellään joitakin menetelmiä. Niillä on huomattu olevan vaikutusta päätöksen tekemisen onnistumiseen.

Käytettävien menetelmien valintaan vaikuttavat tuettavan henkilön

- tapa olla vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa
- kiinnostus menetelmää kohtaan
- taito käyttää menetelmää ja
- voimavarat päätöksentekoon.

Erilaisia menetelmiä voi kokeilla ja harjoitella rauhassa.

Kokeilun kautta sekä päätöksentekijä että tukija löytävät sopivat menetelmät.

Menetelmien kokeileminen on myös päätöksenteon harjoittelua.

4.1. Valintataulut

Kuvitettuja valintatauluja voi käyttää apuna valintojen tekemisessä ja elämän suunnittelussa.

Niiden avulla voi myös keskustella päätettävästä asiasta ja siihen liittyvistä vaihtoehdoista.

Kuvia osoittamalla päämiehen on helpompi osallistua keskusteluun.



Valintataulussa on vaihtoehtoja päätettävästä asiasta.



Kuvavalikosta valintojen tekeminen on usein helpompaa.



Kuvat auttavat muistamaan eri vaihtoehdot.



Valintoja voi tehdä kuvien sijaan myös sanoista.



Keskustelumatolla voi ilmaista omia mielipiteitä,



tehdä valintoja ja päätöksiä.



Matolle kiinnitetään aihe sekä arviointiasteikko.



Menetelmää on helppo soveltaa erilaisille ihmisille ja erilaisiin aiheisiin sopivaksi.

4.2. Keskustelumatto

Menetelmä kannustaa ilmaisemaan omia ajatuksia ja mielipiteitä. Sen avulla voi tehdä myös valintoja ja päätöksiä.




Menetelmän käyttö helpottaa muistamista ja asiaan keskittymistä.

Sen avulla päämies saa riittävästi aikaa asian pohtimiseen. Se helpottaa vaikeiden asioiden puheeksi ottamista tai tunteista puhumista.

Keskustelumatonle kiinnitetään kuvalla tai kirjoittamalla aihe, josta keskustellaan.

Siihen kiinnitetään myös päämiehelle sopiva arviointiasteikko kuvin tai värein.

Esimerkiksi:

-  **vihreä** – hyvä – pidän paljon
-  **keltainen** – keskiverto – pidän jonkin verran
-  **punainen** – huono – en pidä

Päämies laittaa kuvan tai sanakortin itse tai avustettuna asteikon siihen kohtaan, mikä kuvaa hänen mielipidettään parhaiten.

Menetelmää on helppo soveltaa erilaisille ihmisille ja erilaisiin aiheisiin sopivaksi.



Asiakastyössä käytettiin keskustelumattoa asiakkaan mielipiteitä selvittäessä.



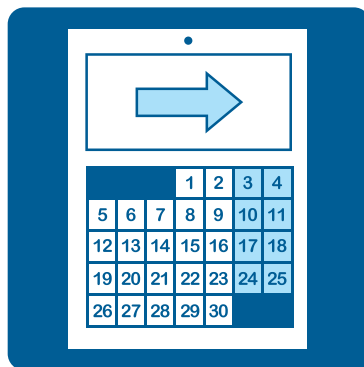
Kartta on yksilökeskeisen elämänsuunnittelun menetelmä.



Karttaan kootaan tärkeitä asioita omasta elämästä omien taitojen mukaan.



Sen voi tehdä kirjoittamalla, kuvilla, piirtämällä tai esineillä.



Karttaa tehdessä voi huomata asioita, joita haluaisi omassa elämässään saavuttaa tulevaisuudessa.

4.3. Elämänsuunnittelun kartat

Kartta-menetelmä on yksilökeskeisen elämänsuunnittelun menetelmä.

Kartat ovat voimavarakeskeinen menetelmä.

Jokainen ihminen valmistaa kartan omasta elämästään omien taitojen mukaan.

Karttoja voi tehdä kirjoittamalla, kuvilla, piirtämällä tai kokoamalla karttaan liittyviä esineitä esimerkiksi laatikkoon.

Erlaisia karttoja ovat esimerkiksi tärkeiden asioiden kartta ja tuetun päätöksenteon kartta.

Ihminen kokoaa karttoihin itselle tärkeitä asioita.

Esimerkiksi tärkeiden asioiden karttaan laitetaan asioita, jotka ovat itselle tärkeitä ja jotka haluaa säilyttää elämässään.

Karttaa tehdessä voi myös huomata niitä asioita, joita haluaisi omaan elämään.

Näiden asioiden saavuttamisesta voi tehdä toimintasuunnitelman.



Mitä haluan ja kuinka voin sen saavuttaa?
-lomake löytyy Työkalupakista.



Projektin asiakastyössä laadittu tärkeiden asioiden kartta.



Asioiden arvioiminen on myös oman mielipiteen kertomista.



Arvioinnissa mietitään eri vaihtoehtojen merkitystä ja tärkeyttä itselle.



Hyvien ja huonojen puolien pohtiminen auttaa löytämään asioita, joita haluaa muuttaa paremmaksi.



Arvioinnin apuna voi käyttää apuvälineitä mm. kuvallista asteikkoa.

4.4. Arviointitekniikat

Erialaisten asioiden arvioiminen on myös oman mielipiteen kertomista. Myös valintatilanteissa tarvitaan arvioimisen taitoa.

Arvioiminen tarkoittaa sitä, että

- miettii eri vaihtoehtojen merkitystä itselleen ja
- laittaa vaihtoehdot tärkeysjärjestykseen.

Valintatilanteissa täytyy valita itselle sopivin vaihtoehto.

Oman elämän hyvien ja huonojen puolien pohtiminen on myös arviointia.

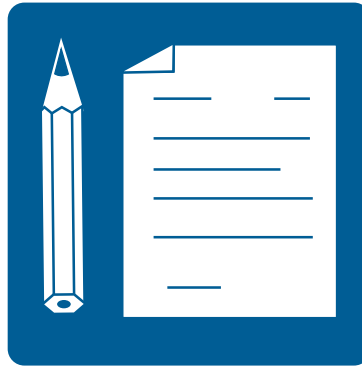
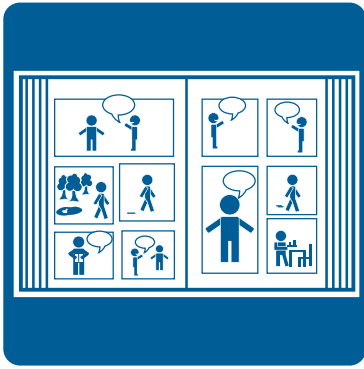
Silloin voi löytää asioita, joita haluaa omassa elämässään muuttaa. Arvioinnin apuna voi käyttää kuvallista asteikkoa, jossa on värejä, numeroita, kuvia tai esineitä.



Erlaisia arviointiasteikkoja löytyy työkalupakista.



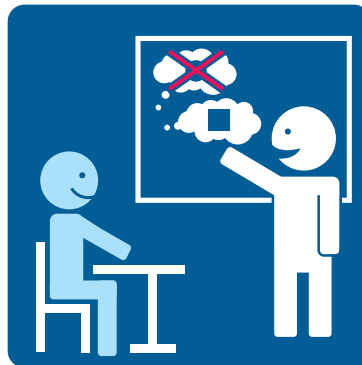
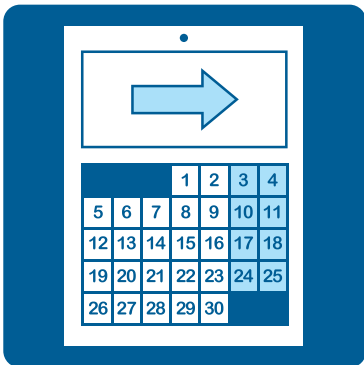
”Tärkeiden asioiden kartan tekeminen oli kivaa. Laitoin siihen mistä tykkään eniten ja mitä haluan tehdä, että omassa kodissa on hyvä olla.”



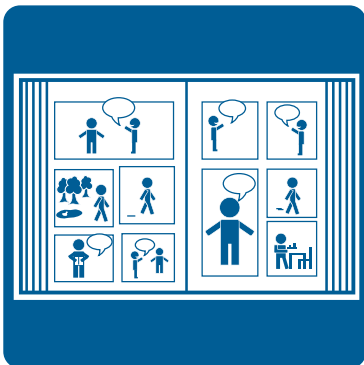
Sosiaalinen tarina tarkoittaa kuvitettua ja kirjoitettua tarinaa.



Tarinan avulla saa tietoa erilaisista vaihtoehdoista,



voi ennakoida tulevia tapahtumia sekä harjoitella päätöksentekoa.



Kuvitetut tarinat auttavat ymmärtämään erilaisia asioita, tilanteita ja tapahtumia.

4.5. Sosiaaliset tarinat

Sosiaalinen tarina tarkoittaa kuvitettua ja kirjoitettua tarinaa.

Tarinan avulla














- saa tietoa erilaisista vaihtoehdoista
- voi ennakoida tulevia tapahtumia ja
- voi harjoitella toimimista ja päätöksentekoa erilaisissa tilanteissa.

Kuvitetut tarinat auttavat ymmärtämään erilaisia asioita, tilanteita ja tapahtumia.

Ymmärtämisen kautta jännitys vähenee ja mahdollisuus osallisuuteen kasvaa.

Tarina kirjoitetaan kannustavaan ja positiiviseen muotoon. Tämä rohkaisee päätöksenteossa.

KUKKAKAUPASSA

Menen kylään	siskon luo.	Haluan viedä hänelle kukan.		
				
Kukkakaupassa mietin	millaisen kukan ostan?			
				
Ruukkukukan	valmiin kimpun	ehkäpä ruusuja	vai ulkokukan?	
				
Valitsen mieluisan värin	ja kysyn mitä kukka maksaa?			
				

Tarina kukkakaupassa käymisestä laadittiin projektin asiakastyössä tukemaan päämiehen itsenäistä asiointia.

”Yksityisen ihmisen elämän mielekkyys
on itse tässä elämässä,
sen jokapäiväisissä askareissa,
sen toiveissa, peloissa ja tapahtumissa.
Se on siinä, että ihmisen elämä on häntä itseään varten
eikä jotakin muuta varten.”

- Oiva Ketonen -

”Ihminen on se mikä luonnostaan on,
jokainen meistä on täysin korvaamaton.
Siis mieti tekojasi,
muista vastuusi.
Huomaat et kaveri seisoo rinnallasi.”

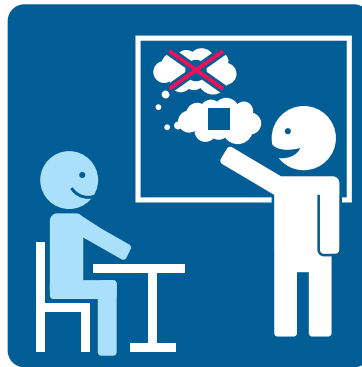
- Wärjäämö, kehitysvammaisten toimintakeskus -



Onnistunut tuetun päätöksenteon tilanne rakentuu



toimivasta keinosta oman ilmaisun tukena



mahdollisuudesta harjoitella päätöksentekoa



ja riittävästä tuesta päätöksentekoon ja voimaantumiseen.

5. Onnistunut tuettu päätöksenteko

Omien päätösten tekeminen mahdollisimman itsenäisesti on päämiehelle tärkeä asia.

Onnistunut tuettu päätöksenteko rakentuu

- toimivasta keinosta oman ilmaisun tukena
- mahdollisuudesta harjoitella päätöksentekoa
- riittävästä tuesta päätöksentekoon ja
- tuesta voimaantumiseen.

Näiden vaiheiden kautta päämies oppii tekemään omaa elämää koskevia päätöksiä.

Hän tuntee kykenevänsä määräämään oman elämän suunnan.

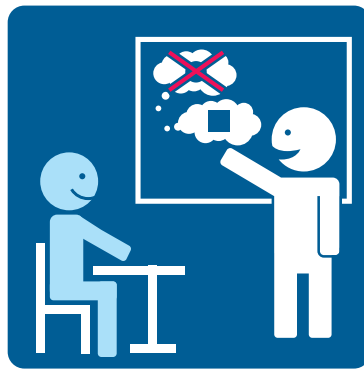
Voimaantuminen omaan elämään alkaa.

Tähän kappaleeseen

on koottu projektin toiminnasta saatuja havaintoja, johtopäätöksiä ja kokemuksia.

Päämiehet, läheiset ja ammattilaiset

saavat ohjeita päätöksentekoon ja sen tukemiseen.



Erilaisia kommunikaatiomenetelmiä kannattaa harjoitella rohkeasti.



Ilman yhteistä kieltä päätöksenteon tukeminen on vaikeaa.



Palautteen saaminen kannustaa etsimään uusia keinoja omaan ilmaisuun.



Oma asia kannattaa kertoa suoraan toiselle ihmiselle.

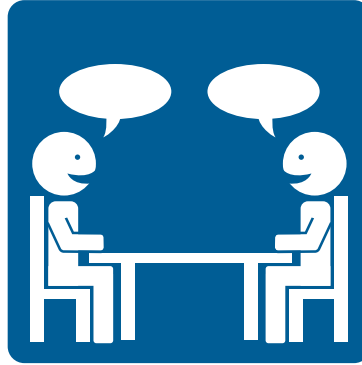
5.1. Toimiva keino oman ilmaisuuden tukena

Tärkeää kommunikoinnin harjoittelussa

- Päämiesten kannattaa harjoitella erilaisia **kommunikaatiomenetelmiä rohkeasti**. Menetelmiä voi myös käyttää rinnakkain.
- Läheisten ja ammattilaisten on myös hyvä harjoitella käyttämään erilaisia menetelmiä. Menetelmien harjoittelu helpottuu, kun saa tietoa ja opastusta. Päätöksenteossa **tukeminen on vaikeaa ilman yhteistä kieltä**.
- Läheisten ja ammattilaisten kannattaa antaa päämiehille palautetta kommunikaatiotilanteissa. **Palautteen saaminen** kannustaa etsimään uusia keinoja omaan ilmaisuun.
- Ilmaisuuden **kohdentaminen toiselle henkilölle on tärkeää**. Kohdentaminen on oman asian kertomista suoraan toiselle ihmiselle. Ilman kohdentamista oma viesti jää toisilta kuulematta.
- **Päämiehen kannattaa harjoitella avun ja itselle tärkeiden asioiden pyytämistä**. Harjoittelun voi aloittaa esimerkiksi ruokailun yhteydessä.



Vaikeavammainen voi ilmaista itseään ja tehdä valintoja osoittamalla, eleillä ja ilmeillä.



Lähi-ihmiset viestivät samoilla keinoilla.



Kannustava ilmapiiri antaa päämiehelle rohkeutta ilmaista itseään.



Päämiellä on hyvä olla yleisesti ymmärrettävä tapa ilmaista itseään.

- **Vaikeavammaiset ihmiset ilmaisevat itseään usein olemuskielellä.**
Läheisten ja ammattilaisten on hyvä saada opastusta siitä.
Olemuskieli tarkoittaa eleitä, ilmeitä ja kehon liikkeitä.
On tärkeää osata seurata ihmisen olemuksessa tapahtuvia muutoksia.
Muutokset ovat viestintää ja vastauksia.
Olemuskielellä viestittäessä päämiehen lähellä olevat ihmiset käyttävät itsekin samoja keinoja.
- Myös **sujuvasti kommunikoiivat päämiehet voivat olla arkoja kertomaan** omista asioistaan.
Heitä ei ole välttämättä aiemmin kuunneltu.
- Kannustava ja myönteinen ilmapiiri antaa päämiehille rohkeutta ilmaista itseään.
Ilmapiirin merkitystä ei turhaan liioitella!
- Jokaisella ihmisellä on hyvä olla **yleisesti ymmärrettävä tapa ilmaista itseään.**
Päämiesten tulee tulla ymmärretyksi muuallakin kuin tutussa ympäristössä.



Kokemuksia

”Kokeilun jälkeen huomasi, kuinka hyvin pystyi kertomaan asioistani kuvien avulla. Tämä innosti minua harjoittelemaan kuvien käyttöä tukihenkilön kanssa. Intoni tarttui myös kotini ohjaajiin ja minulle päätettiin hakea kommunikaatiokartoitusta ja -ohjausta.”

- päämies -

”Asumisyksikkömme nuori mies alkoi taputtaa kädellä pöytää, kun hän halusi minulta huomiota ruokailutilanteessa. Minä käytin samaa viestintäkeinoa halutessani hänen huomionsa.”

- työntekijä -

”Vaikeavammaisen asiakkaan kommunikointi lisääntyi, kun hän huomasi, että hänen toiveitaan kuunnellaan. Hän innostui kertomaan enemmän toiveistaan. Asiakkaalle haettiin kommunikaatioarviota puhetta tukevan menetelmän löytämiseksi ja hän saikin kokeiluun tabletin.”

- työntekijä -

”Kyselin asiakkaalta kesän tapahtumista haastatteleamalla häntä. Alkuun päästyään asiakas kertoikin monia asioita melko itsenäisesti. Haastattelutekniikan avulla asiakas sai aikaiseksi pitkän kirjoitelman kesän kohokohdista yhteisönsä lehteen.”

- tukihenkilö -

”Ajatuksista päällimmäisenä on ilo siitä, että hänelle on löytynyt keino, jonka avulla hän pystyy ilmaisemaan itseään ja tunteitaan. Aiemmin hän on ollut paljolti ympärillä olevien ihmisten ”armoilla”, heidän vaistojensa ja tulkintakykyjensä varassa. Itsekin on syyllistynyt hänen puolestaan ajattelemiseen ja vastaamiseen. Oman mielipiteen ilmaisu on niin tärkeää itsenäistyvällä nuorella.”

- läheinen -



Ideoita

Vuorovaikutustilanteen videointi auttaa päämiehen mielipiteiden tulkinnassa silloin, kun aloitteet ovat pieniä ja siinä hetkessä vaikeasti tulkittavissa.

Kommunikaation kohdentaminen on viestimistä ihmisten välillä. Kohdentamista kannattaa harjoitella päämiehen kanssa. Tällöin hän oppii ymmärtämään, että halutessaan jotakin hänen täytyy kohdistaa ilmauksensa suoraan toiselle henkilölle. Esimerkiksi hän voi saada haluamansa ruokajuoman ojentamalla juoman kuvan toiselle ihmiselle.

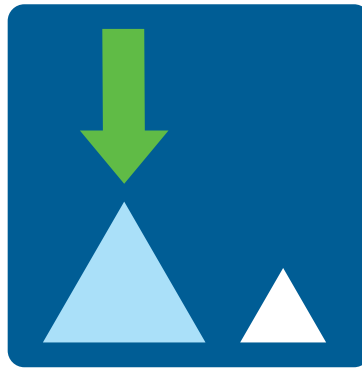
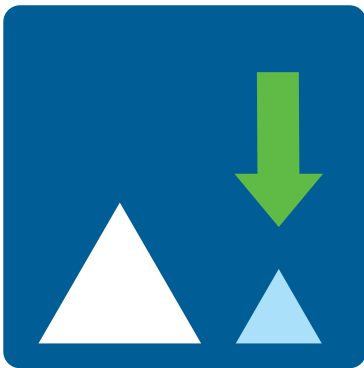
Aloitteellisuuden harjoittelu on tärkeää, koska aloitteeton ihminen on aina toisen ihmisen armoilla. Päämieheltä saattaa puuttua taito tehdä aloite halutessaan huomiota, aloittaa keskustelu tai liittyä siihen. On hyvä miettiä yhdessä hänen kanssaan kuinka toisen ihmisen huomion voi herättää ja harjoitella tätä yhdessä. Kannattaa myös miettiä luodaanko päämiehelle riittävästi mahdollisuuksia olla aloitteellinen.

Mallittaminen tarkoittaa sitä, että keskustelukumppanit osoittavat kuvia tai viittovat viestiensä ydinsanat samalla kun puhuvat. He näyttävät mallia, miten viestejä tuotetaan.

Kommunikaatio-ohjauksena voi hakea myös ympäristön kuvittamista. Se voi olla päiväjärjestyksen rakentamista kuvin tai ympäristön selkiyttämistä laittamalla esimerkiksi kaappien oviin kuvia sisällöstä.



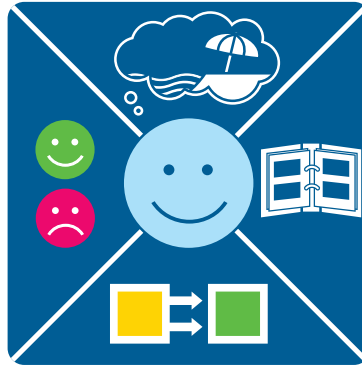
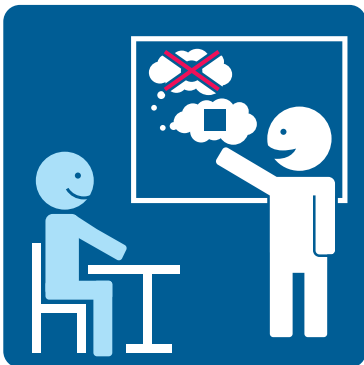
Päätöksentekoa kannattaa harjoitella tavallisissa elämäntilanteissa.



Harjoittelu aloitetaan pienistä asioista ja edetään suurempiin päätöksiin.



Valitseminen useista vaihtoehdoista voi olla päämiehelle vaikeaa.



Harjoittelussa on tärkeää löytää itselle sopivimmat menetelmät päätöksentekoon.

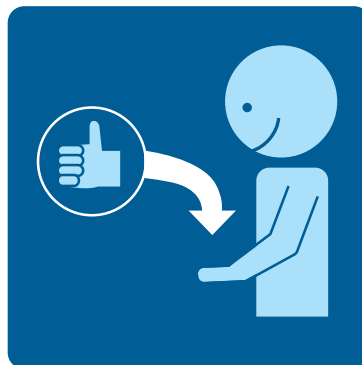
5.2. Päätöksenteon harjoittelu

Tärkeää päätöksenteon harjoittelussa

- Päämiehen kannattaa **harjoitella päätöksentekoa helpoilla ja tutuilla asioilla** tavallisissa elämäntilanteissa.
- Harjoittelu aloitetaan pienistä asioista ja edetään suurempiin päätöksiin. Päämies harjoittelee päätöksentekoa **omien kykyjen ja voimavarojen mukaan**.
- Valitseminen useista vaihtoehdoista voi olla päämiehelle vaikeaa. Tukijoiden kannattaa tarjota aluksi vain **muutama vaihtoehto**. He voivat lisätä niitä vähitellen.
- Harjoittelussa on tärkeää löytää **itselle sopivimmat menetelmät** päätöksentekoon. Ammattilaisten tehtävä on tarjota päämiehille ideoita siitä, millaisten **asioiden, valintojen ja menetelmien kautta päätöksentekoa voi harjoitella**.
- Ammattilaisten ja läheisten on hyvä tunnistaa **tapoja ja keinoja, joilla päämiehen omat voimavarat ja myös piilossa olevat kyvyt tulevat esiin**.



Eri verkostojen yhteistyöstä on hyötyä päämiehelle.



Päätösvalta tulee antaa päämiehelle itselleen.



Vastuun ottaminen omista päätöksistä on tärkeää.



Savaksen internet-sivuilta löytyy **Minun päätökseni -kartta**.

- Ammattilaisten ja läheisten antama tuki päätöksentekoon **on usein erilaista.**
Läheiset aloittavat päätöksenteon **harjoittelun päämiehen kanssa jo lapsuudessa.**
Harjoittelu on arkisten asioiden hoitamista ja kädestä pitäen ohjaamista.
Ammattilaiset taas tukevat oman ammattitaidon ja työkokemuksen kautta.
Eri verkostojen yhteistyöstä ja erilaisesta tukemisesta on hyötyä päämiehelle.
- On tärkeää antaa **päätösvaltaa päämiehelle itselleen.**
Päämiehet saavat tilaa oman elämän päätöksenteolle ja innostuvat harjoittelusta.
- **Päämies kantaa itse vastuun omista päätöksistä.**
Tukijoiden on hyvä antaa **mahdollisuus vastuun kantamiseen,** ei niin viisaisiin päätöksiin ja **oikeuteen muuttaa mieltään.**
Erehtymisen ja uudelleen tekemisen kautta päämiehet oppivat tunnistamaan omia taitojaan ja niiden rajoja.



Savon Vammaisasuntosäätiön internetsivuilta osoitteesta <http://www.savas.fi/fi/saatio/materiaalipankki/> löytyy Map-projektin lopputuotos Suunnittelen omaa elämäni -vihkonen. Vihkosessa olevaa **Minun päätökseni -karttaa** voi käyttää apuna päätöksenteon harjoittelussa.



Kokemuksia

”Minun oli vaikea tehdä asumispäätöstä, koska en tiennyt mitä vaihtoehtoja oli olemassa. Äidillä, minun siskolla ja ohjaajilla oli omat mielipiteet mihin minun pitäisi muuttaa. Sitten lähdin mukaan projektiin ja sain tukea päätöksen tekemiseen. Kävin ensin projektityöntekijän kanssa läpi omaa elämäni, tein itselle tärkeistä asioista karttoja ja mietin millaista apua tarvitsen omassa elämässä. Kävimme yhdessä eri kuntien sivuilla netissä ja tein kartan eri asumispaikkojen hyvistä ja huonoista puolista. Huomasin itse, että siskon lähellä asuminen on minulle tärkeää ja päätin muuttaa siskon lähelle. Kunnan työntekijät tukivat minua muuttamisessa ja kävin tutustumassa uuteen kotiin etukäteen. Nyt olen sisustanut oman kodin itse ja olen onnellinen täti siskon vauvalle.”

- päämies -

”Kysyin asiakkaalta haluaako hän lähteä kahville mieluummin satamaan vai torikahvilaan. Asiakas valitsi torikahvilan, joka oli hänelle ennestään tuttu paikka. Satamaa hän ei voinut valita, koska ei tiennyt mitä se tarkoittaa. Vaihtoehtojen ja niiden sisällön auki puhuminen on tärkeää, että asiakas tietää mitä on tarjolla.”

- työntekijä -

”Minulla on hyvä mieli siitä, kun lapsi saa valita erilaisista vaihtoehtoista. Olen tiedostanut, että hän voi myös tehdä joskus väärin valintoja, mutta uskon, että se opettaa lasta myös. Hän tekee joka päivä valintoja ja joka kerta pitää kysyä mielipidettä. Ei pidä vanhempana olettaa, että hän on aina samaa mieltä asioista tai, että vanhempana tietää vastauksen. Meidän vanhempien rooli on olla koko ajan valmentamassa, että oma tahto voimistuu ja vahvistuu.”

- läheinen -



Ideoita

Kaikkien verkoston jäsenien sujuva yhteistyö on tärkeää.

Yhteistyö on usean erilaisen asiantuntijuuden jakamista päämiesten hyväksi.

Koulutuksia, vertaistoimintaa ja työpajoja kannattaa järjestää yhdessä eri kohderyhmille.

Yhdessä tekemisen kautta syntyy oivalluksia.

Päämieskoulutuksissa harjoitellaan yhdessä päätöksentekoa.

Päämiehille järjestetyissä koulutuksissa päämiehet saavat tietoa oman elämän päätöksenteosta ja omaan elämään vaikuttamisesta. He voivat harjoitella päätöksentekoa mukavalla ja helpolla tavalla. Samalla mietitään millaista tukea he tarvitsevat ja keneltä he sitä haluavat.

Osallistujat voivat jakaa omia kokemuksiaan muille, saada vertaistukea ja ideoita oman elämän suunnitteluun.

Hyviä päätöksenteon harjoittelutilanteita ovat arjen tilanteet.

Millaisen kävelyreitit valitsee, meneekö ensin kuuntelemaan musiikkia vai katsomaan televisiota yms.

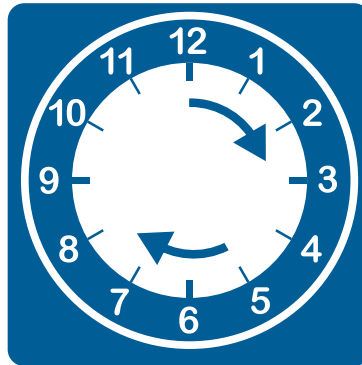
Helpoista valinnoista on mukava aloittaa!



Jokainen voi tehdä päätöksiä omien kykyjen mukaan.



Päämiehet tarvitsevat usein paljon aikaa vaikeiden asioiden miettimiseen.



Mielipiteen kysyminen ja riittävän ajan antaminen vastaamiseen tukevat päätöksentekoa.



Tuki päätöksenteon jälkeen ja omien kokemusten jakaminen on myös tärkeää.

5.3. Riittävä tuki päätöksentekoon

Tärkeää päätöksenteon tukemisessa

- Päämies osallistuu päätöksentekoon niin paljon kuin on mahdollista.
Riittävä tuki antaa mahdollisuuden tehdä omien taitojen ja kykyjen mukaisia päätöksiä.
- Jokainen ihminen tarvitsee aikaa päätöksentekoon. Päämiehen tahtiin eteneminen tukee päätöksenteossa.
He tarvitsevat usein paljon aikaa vaikeiden asioiden ja erilaisten vaihtoehtojen ymmärtämiseen.

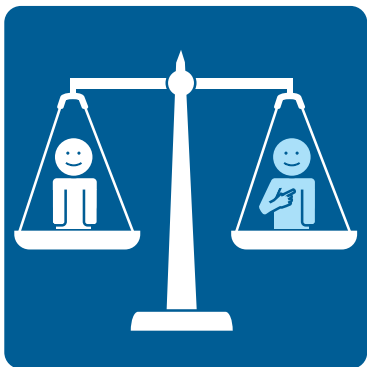


”Kahvilassa en osannut päättää mitä haluan syödä, koska olin aina syönyt pullan. En tiennyt, että kahvilassa on tarjolla muitakin kahvileipiä.”

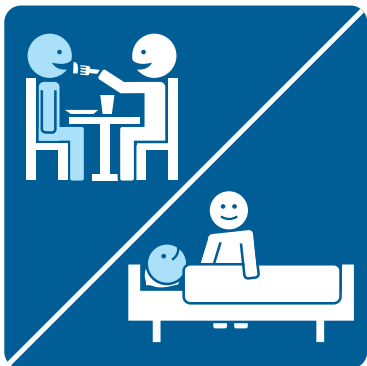
- **Kuunteleminen** on yksi tärkeimmistä keinoista tukea päämiehiä. Ammattilaiset ja läheiset voivat helposti ajatella, että tietävät päämiehen vastauksen ilman kysymistäkin.
Mielipiteen kysyminen ja ajan antaminen vastaamiseen ovat kuitenkin tärkeitä asioita päätöksenteon tukemisessa.
- Monet päämiehet tarvitsevat **tukea myös päätöksen tekemisen jälkeen**. He voivat kertoa **omista kokemuksista** ja käydä tilannetta läpi.



Päämiehen ilmaisemaan mielipiteeseen tai päätökseen pitää luottaa.



Tasa-arvoon kuuluu samat oikeudet ja velvollisuudet.



Aikaisemmin hoitaminen oli tärkeää.



Keskeistä on tukea päämiestä oman elämän asiantuntijuuteen.

- Läheisten ja ammattilaisten pitää **luottaa päämiehen ilmaisemaan** mielipiteeseen tai päätökseen.
- Päämiehen kohteleva **tasa-arvoisena** perheenjäsenenä suhteessa muihin sisaruksiin on tärkeää. Hänellä on **samat oikeudet ja velvollisuudet** kuin toisillakin.
- Päämiehiä tulee ohjata ja tukea itsenäiseen ja tasavertaiseen elämään. Aikaisemmin tärkeänä pidettiin hoivaamista ja hoitamista. Läheisten ja ammattilaisten on tärkeää tiedostaa oma muuttunut rooli. Heidän tehtävänä on **tukea päämiestä oman elämän asiantuntijuuteen. Kannustaminen ja rinnalla kulkeminen ovat osa uudenlaista roolia.**



”Haluan muuttaa solusta omaan asuntoon.
Kaipaen omaa rauhaa.
Huonekaveri metelöi iltaisin.
Se on paljon nuorempi ja tykkää ihan eri asioista.
Ei meillä ole mitään yhteistä.”



Kokemuksia

”Halusin huoneeni seinälle jotain, mutta en oikein tiennyt enkä osannut sanoa mitä. Ohjaaja kertoi minulle vaihtoehtoja kahdella avoimella kämmenellä ja kysyi haluanko taulun vai julisteen, eläin- vai luontojulisteen, maiseman vai kukan. Tämä auttoi minua valitsemaan maisemajulisteen. Katsoimme sille paikankin huoneen seinältä valmiiksi ja juteltiin millainen maisemakuva siihen sopisi.”
- päämies -

”Samana iltana oli kaksi kivaa tilaisuutta ja minun oli vaikea päättää kumpaan menen. Mietin tukihenkilön kanssa mitä kaikkea kivaa on toisessa ja mitä toisessa. Valitsin sen mikä sai minulta enemmän plus-merkkejä.”
- päämies -

”Sain kuvia erilaisista vaatteista. Tein ohjaajan kanssa kuvista ostoslistan, johon laitoin mitä vaatteita ja minkä värisiä halusin. Sitten lähdin siskon kanssa ostoksille. Joskus sisko sanoo, mitkä vaatteet on minulle hyviä. Nyt oli helppo siellä kaupassa sanoa oma mielipide mitä halusin ostaa. Minulla on myös kuva-kauppalista kun menen ruokakauppaan. Silloin en tarvitse ohjaajaa mukaan vaan pärjään itse.”
- päämies -

”Jokainen päämies saa itse valita oman työtehtävän aamulla. He tekevät valinnan siirtämällä oman valokuvan työtehtävän kuvan viereen. Monet tarvitsivat alussa tukea valinnan tekemiseen. Työtehtäviä on mahdollista edelleen harjoitella ohjaajan kanssa. Samalla huomaa onko työtehtävä itselle sopiva. Joidenkin päätöksentekoa helpottaa se, kun annamme vain kaksi vaihtoehtoa.”
- ohjaaja -



Ideoita

Pienempiä asioita ja toimintoja on helpompi ymmärtää ja hallita kuin isoja kokonaisuuksia.

Myös **päätöksentekotilanteen voi pilkkoa.**

Pilkkomista voi käyttää myös kun asiakas tekee valintoja:

”mitä haluan tehdä näistä vaihtoehdoista ensin – sitten – sen jälkeen”?

Vaihtoehdot voivat olla irrallisia kuvia, joista asiakas tekee valinnan.

Hän laittaa kuvat kuvapohjalle, jossa eriväriset ruudut kuvaavat:

ensin, sitten, sen jälkeen.

Mukavan tekemisen,

kuten pelien ja lorujen avulla voi tehdä erilaisia päätöksiä.

Herne pussilla voi pelata ”laiva on lastattu” -peliä.

Aiheina voi olla mistä pitää/mistä ei, tärkeät asiat, pelottavat tai ikävät asiat ja kuinka nämä asiat ovat läsnä omassa elämässä.

Toiminnan vastavuoroisuus tukee vuorovaikutusta ja antaa mahdollisuuden kokemusten jakamiseen.

Kannattaa hyödyntää olemassa olevaa materiaalia mahdollisimman paljon.

Papunetin Minua kiinnostaa ja Minun haaveeni -sivut ovat kiinnostavia ja helppoja käyttää.

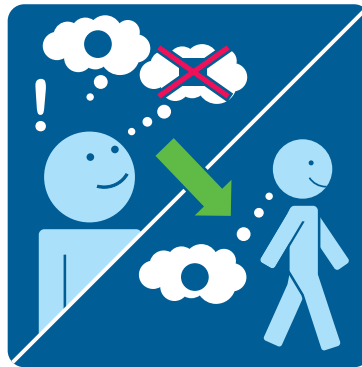
Niitä voi tehdä joko tietokoneella tai paperille tulostettuina.

Kyllä- ja ei-korttien lisäksi tulee olla myös vaihtoehto: ei kumpikaan, en osaa sanoa.

Silloin päämiehen ei tarvitse valita vaihtoehtoa, joka ei kerro hänen todellista mielipidettään.



Päämies voi tuntea olevansa ainutlaatuinen ihminen.



Hän saa tukea oman tahdon toteuttamiseen



ja pystyy vaikuttamaan omaan elämäänsä.



Päämies haluaa sinnikkäästi pyrkiä kohti unelmiaan.

5.4. Voimaantuminen ja oman näköinen elämä

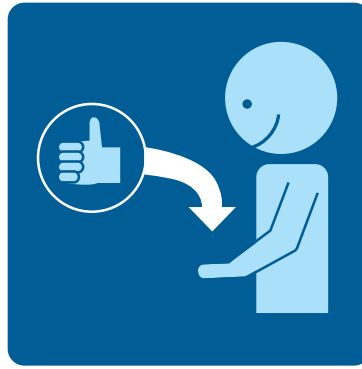
Tärkeää voimaantumisen tukemisessa

- Voimaantuminen tarkoittaa sitä, että päämies voi tuntea olevansa ainutlaatuinen ihminen. Hän tulee **kohdatuksi ja hyväksytyksi sellaisena kuin on**.
- Päämiehen **päätöksiä ja ajatuksia arvostetaan**. Hän saa tukea omien päätöksiensä toteuttamiseen. Hän kokee, että päätöksillä on **vaikutusta** omaan elämään. **Asiat eivät tapahdu itsekseen vaan oman toiminnan vaikutuksesta.**



”On vain tärkeää avata suunsa. Kaikki minun kaverit eivät ymmärrä, että jos kertoo omista asioistaan ja toiveistaan, voi tapahtua muutoksia.”

- Tätä kautta päämiehelle **syntyy usko omiin kykyihin**. Hän voi vaikuttaa omaan elämään ja lähiympäristön asioihin. Tämä lisää hänen **elämänlaatuaan**.
- Päämies tuntee itsensä ja omat mielenkiinnon kohteet. Hän haluaa sinnikkäästi **pyrkiä kohti unelmiaan**.



Läheisten ja ammattilaisten tulee antaa lupa itsenäistymiseen.



Tasavertaisuutta on tärkeä rooli omassa yhteisössä.



Päämiehet eivät ole enää hoidon kohteita vaan tasavertaisia toimijoita.



Päämies tarvitsee tukea oman näköisen elämän elämiseen.

- Päämies ei itsenäisty aina yhtä luontevasti kuin toiset. Päämiehet tarvitsevat paljon tukea läheisiltä ja ammattilaisilta. Läheisten ja ammattilaisten on tärkeää **antaa lupa itsenäistymiseen**.
- Päämiehelle tulee antaa mahdollisuus luoda itselleen **tärkeä rooli ja asema** omassa yhteisössä. Päämiehet eivät ole enää hoidon ja hoivan kohteita vaan **tasavertaisia toimijoita**.
- Päämies tarvitsee **tukea omannäköisen elämän elämiseen**. Voimaantumisesta huolimatta tuen tarve voi jatkua läpi elämän.



”Joskus voisin asua tukiasunnossa, mutta en ihan vielä. Ei se enää kaukana ole. Pitää vielä harjoitella eri asioita, että sitten pärjää.”



Kokemuksia

”Kysyttiin, että haluunko muuttaa siihen likelle asumaan. Tykkäsin siitä kodista, kun käytiin katsomassa. Sain miettiä asiaa. Juttelin äitille ja iskälle, että voisin muuttaa. He sanoivat että hyvä, jos sinusta tuntuu siltä niin siitä vaan. Ei pelottanut että en pärjäisi.”
- päämies -

”Hössötin ihan liikaa hänen asioistaan. Kerran hän vastasi minulle: Ei sinun tarvitse siihen puuttua. Minä olen sen jo ohjaajien kanssa sopinut. Minä itse tiedän omat asiat parhaiten ja ohjaajat osaa minua auttaa paremmin. Silloin tunsin itseni turhaksi. Ensin se vähän kirpaisi, mutta myöhemmin löysin siitä jotain hyvääkin.”
- läheinen -

”On tärkeää tarjota asiakkaalle mahdollisuus olla aktiivisen toimijan roolissa. Asiakas voi esim. olla pääsuunnittelija, kun suunnitellaan eväsretkeä. Hän voi valita kuvallisista vaihtoehdoista retken paikan, eväät, oheistoiminnan, mitä tarvikkeita mukaan, millä kuljetaan jne. Minä toimin kaiken tuon mahdollistajana.”
- tukihenkilö -

”Vaikeavammainen asiakas oli kiinnostunut eläimistä ja eläinrunoista. Hän oli päähenkilönä eläinrunoesityksessä, jossa tukihenkilö oli lukijan ja fyysisen avustajan roolissa. Asiakas osallistui tuottamalla esityksen ”avainhetket” eli ne huippukohdat, mitkä tekivät runosta oikean esityksen painamalla ääninapeista oikeassa kohdassa oikean eläimen äänen.”
- tukihenkilö -

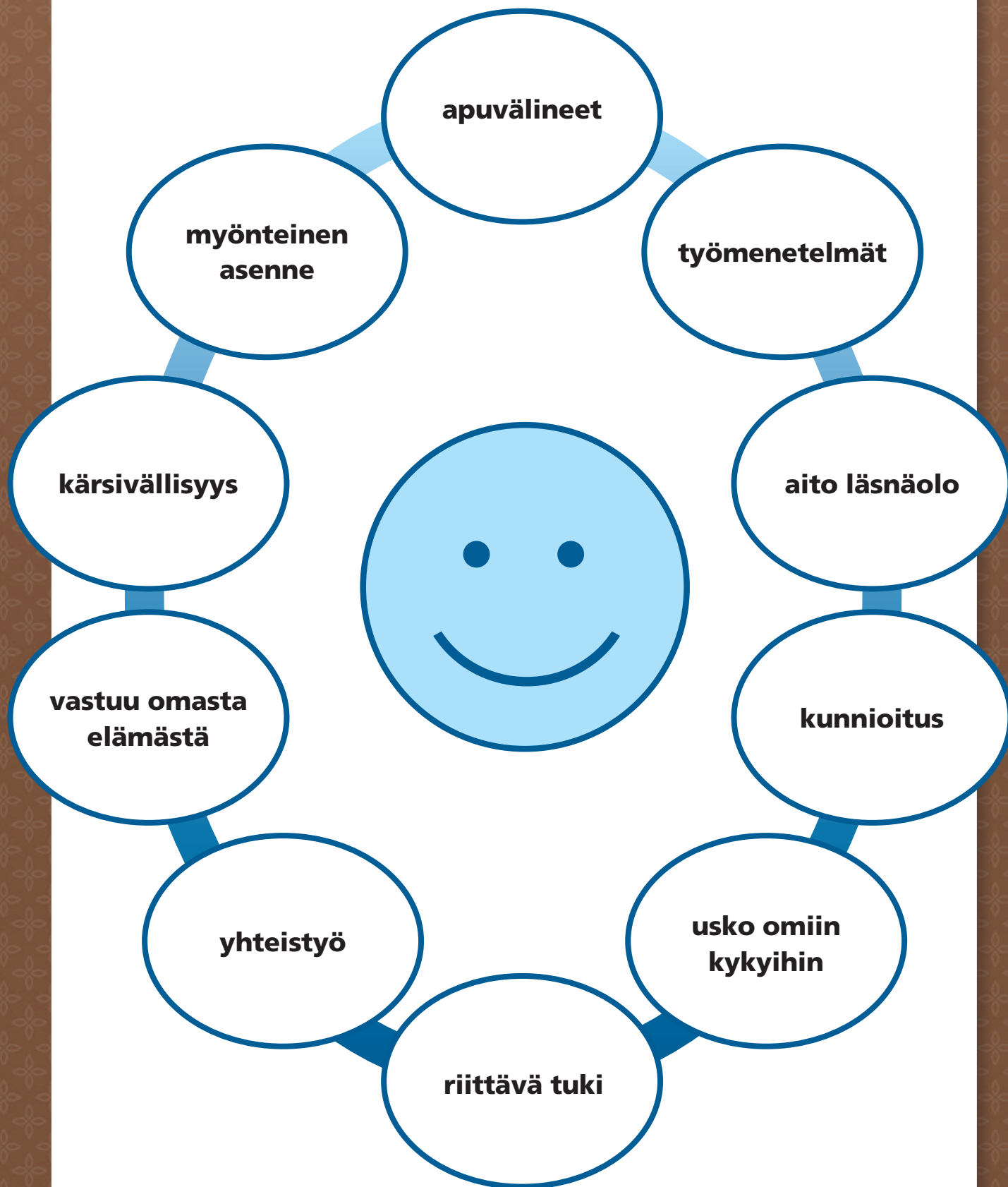


Ideoita

Asukasraati on päämiehille järjestetty yhteinen tapaaminen, jossa jutellaan osallistujien esille tuomista tärkeistä aiheista. Siellä on mahdollisuus keskustella omasta elämästä ja oman kodin asioista: mitkä asiat ovat hyvin ja mitä pitäisi muuttaa. Raadin tavoitteena on kertoa oma mielipide, vaikuttaa omiin asioihin ja kehittää huonosti toimivia asioita parempaan suuntaan.

Oma mielipide voi olla helpompi ja hauskempi kertoa jonkin välineen avulla tai **äänestämällä eri vaihtoehtoista** itselle mieluisin. Äänen voi antaa kyllä- ja ei-korteilla, tietyllä värillä, esineellä tai menemällä itse sopivan vaihtoehdon viereen. Äänestyksen tulos on helppo esittää havaintomateriaalin avulla.

Me Itse ry on kehitysvammaisten oma yhdistys. Yhdistyksellä on puhujapankki, josta voi palkata **päämiehen kokemuspuhujaksi** erilaisiin tilaisuuksiin. Puhujana voi toimia myös joku muu asiasta kiinnostunut päämies. Puhumisen kautta voi edistää suvaitsevaisuutta ja tasa-arvoa sekä vaikuttaa ihmisten asenteisiin. Kokemuspuhujat voivat kannustaa muita päämiehiä itsenäiseen elämään. Vertaisen puhujan kokemuksia ja vinkkejä on aina mukava kuulla. Tunne yhteenkuulumisesta voimaannuttaa ja päämiehille avautuu lisää vaikutusmahdollisuuksia.



6. Näin onnistut!

Tähän kappaleeseen on koottu tärkeimmät ohjeet onnistumiseen. Ohjeet on tarkoitettu päämiehille ja päätöksenteossa tukijoille.

- **Usko omaan kykyihin**, niin päätöksentekijänä kuin tukijana.
- **Myönteinen asenne** levittää ympärilleen iloa. Myönteinen ajattelu luo päätöksenteolle hyvän ja luotettavan ilmapiirin.
- **Ole aidosti läsnä.**
- **Ole kärsivällinen** päätöksenteon harjoittelussa. Harjoittelu etenee usein pienin askelin. Askeleita on itse vaikea nähdä.
- **Päätöksenteon apuvälineet ja työmenetelmät, sekä riittävä tuki** päätöksentekoon edistävät itsemääräämisoikeuden toteutumista.
- **Vastuun ottaminen omasta elämästä.** Itsemääräämisoikeus tarkoittaa myös oikeutta ottaa vastuuta omista asioista. Vastuun kantaminen vaatii myös harjoittelua.
- **Toisen ihmisen kunnioitus.** Jokaisen ihmisen omat valinnat ja päätökset ovat hänelle itselleen tärkeitä.
- **Päätöksenteon tukeminen on yhteistyötä.** Läheiset ja ammattilaiset tukevat yhdessä päämiestä.



Tietoa, jota on käytetty tämän oppaan teossa ja lukuvinkkejä:

Asiakaslaki.

Osoitteesta: <http://www.verneri.net>

Hameennappi ja haalari.

Vesala, H. T. (2009).

Tutkimus puhumattoman, vaikeasti kehitysvammaisen naisen itsemääräämisestä ja valinnanmahdollisuuksista.

Teoksessa: Pois laitoksista. Vammaiset ja hoivan politiikka.

A.Teittinen (toim.), 2009, Helsinki: Gaudeamus.

IPA-kyselylomake valinnoista ja osallistumisesta jokapäiväisessä elämässä.

Toimintakyvyn itsearviointimenetelmä aikuisille, joilla on fyysisiä toimintarajoitteita.

Kanelisto, K; Salminen, A-L, Kela 2011.

Osoitteesta:

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/27476/_Selosteita76.pdf?sequence=14

Kansalaisen vaikuttamisopas.

Kehitysvammaisten Tukiliitto Ry 2012.

Osoitteesta:

http://www.kvtl.fi/media/Julkaisut/Oppaat/kansalaisen_vaikuttamisopas.pdf

Kehitysvammaisen henkilön toimijuus.

Tutkimus Satakunnan alueella asuvien kehitysvammaisten henkilöiden toimijuudesta ja itsemääräämisoikeudesta tulevaisuuden asumispalveluita suunniteltaessa, sosiaalityön pro gradu -tutkielma.

Minna Heinonen, 10/2010, Tampereen Yliopisto.

Kommunikaation kolmio ja kulmakivet.

Emilia Nivarpää-Hukki, Hannele Tanskanen ja Sanna Tarpila, 2012, Erweko Oy Helsinki.

Kuvat käyttöön, visualisointi kommunikoinnin ja käyttäytymisen tukena.

Sari Hepola, Tiina Vaaraniemi 2013,
Puheterapeuttien kustannus Oy Porvoo.

Map – Minun asumisen polkuni -toimintamalli ja lopputuotteet.

Ritva Hämäläinen, 2014.

Materiaalia kommunikoinnin tukemiseen ja tietoa puhevammaisuudesta.

Papunet selkeää ja saavutettavaa viestintää.

Osoitteesta:

<http://www.papunet.net/materiaalia> ja www.papunet.net/tietoa

Minun asumisen polkuni -projekti 2010–2014.

Tiedonkeruun kokonaiskooste; läheisiltä kerättävän tiedon kooste.

Ritva Hämäläinen, 2012.

Minun suunnitelmani – yksilökeskeisen elämänsuunnittelun kansio.

Kehitysvammaliitto 2011.

Osoitteesta: <http://www.papunet.net/materiaalia/minun-suunnitelmani>

Oikeus itsemääräämiseen.

Juhani Pietarinen, Veikko Launis, Juha Räikkä, Eerik Lagerspetz, Marjo Rauhala ja Markku Oksanen, 1998, Edita Kirjapaino.

Oma suunta – yksilökeskeisen elämänsuunnittelun kansio.

Kehitysvammaisten palvelusäätö.

Osoitteesta:

<http://www.kvps.fi/images/tiedostot/Julkaisut-Raportit/oma-suunta-kansio.pdf>

Sarjakuvitettu keskustelu.

Birgitta Andersson, 2006, Haukkarannan koulu.

Sosiaalialan selkokielen sanasto.

Vammaisten maahanmuuttajien tukikeskus Hilma.

Ulkoasu ja taitto Väinö Heinonen, Bookwell Oy, Jyväskylä.

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaan itsemääräämisoikeustyöryhmä.

Sosiaali- ja terveysministeriö.

Osoitteesta:

<http://www.stm.fi/vireilla/tyoryhmat/itsemaaramisoikeus>

Sosiaaliset kuvatarinat.

Ulla Heikura-Pulkkinen, 2006, Haukkarannan koulu.

Suomen Vammaispoliittinen ohjelma.

Vammaispalvelujen käsikirja, Sosiaaliportti.

Osoitteesta:

<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/hallinto-politiikka/suomen-vammaispoliittinen-ohjelma-vampo/>

Kehitysvammaisen henkilön tuettu päätöksenteko.

Osoitteesta:

<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/tyovalineita/tyomenetelmia/kehitysvammaisen-henkilon-tuettu-paatöksenteko/>

Tietoa kaikille.

Helppolukuinen ja ymmärrettävä teksti – eurooppalainen selkokielistandardi.

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2010.

Osoitteesta: <http://www.selko-e.fi>

Toimiva arki visuaalisin keinoin -opas.

Suvi Lehtisare.

Osoitteesta:

http://www.tampere.fi/material/attachments/t/6C7luInOe/Toimiva_arki_visuaalisin_keinoin.pdf

Tuettu päätöksenteko.

Susanna Hintsala, 2010.

Eitys Henkilökohtaisen avun päivillä 21.9.2010.

Osoitteesta:

<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/tyovalineita/tyomenetelmia/kehitysvammaisen-henkilon-tuettu-paatokseteko/>

Tuetusti päätöksentekoon -projektin toteuttaman laajan kyselyn kooste 2011.

Osoitteesta: <http://www.savas.fi/materiaalit/>

Tuetusti päätöksentekoon -projektin levittämistyöstä kerättyä tietoa 2011–2014.

Vammaisten asumisen ihmisoikeuskäsikirja.

Osoitteesta: <http://www.vike.fi/via/>

Vuorovaikutuksen havainnoiminen

Oiva-työskentelymallin avulla.

Osoitteesta: <http://www.papunet.net/tietoa/oiva>

Yksilöllisen tuen laatukriteerit.

Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta 2011.

Osoitteesta: <http://www.verneri.net> ja <http://www.kvank.fi>

Yhdistyneiden Kansakuntien vammaisten henkilöiden oikeuksia koskeva yleissopimus.

Osoitteesta: <http://www.verneri.net>

Työvälineiden lähteet:

Työväline 4

Osoitteesta:

<http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/neptunus/oppaatjakuvat.html>

Työväline 5 Mietittävää ennen päätöksentekoa

Osoitteista:

<http://in-control.org.uk/>

<http://www.support-my-decision.org.au/support-for-decision-making>

<http://www.nidus.ca/>

**Tämä opas on tehty Savon Vammaisasuntosäätiön
Tuetusti päätöksentekoon -projektissa (2011–2015).**

Projektin rahoittajana on toiminut Raha-automaattiyhdistys.

Projektissa on levitetty ja juurrutettu

tietoa tuetusta päätöksenteosta Savon alueella.

Levittämistyötä on tehty yhdessä päämiesten, heidän läheisten
sekä heidän kanssaan työskentelevien ammattilaisten kanssa.

Opas on projektin lopputuotos.

Oppaasta voi lukea

- tietoa tuetusta päätöksenteosta
- ideoita ja lukuvinkkejä
- projektin toimintaan osallistuneiden ihmisten kokemuksia.

**Tuettu päätöksenteko -opas ©
Savon Vammaisasuntosäätiö 2014**

Oppaan kirjoittajat ovat Maarit Mykkänen ja Virpi Puikkonen.

Oppaan kuvat: Papunetin kuvapankki sclera-kuvat

ja Map-kuvapankki, www.papunet.net

Osa oppaan kuvista on kokonaan uusia muokattuja kuvia.

Muokattujen kuvien lähteenä on käytetty sclera-kuvia.

Kuvien muokkaus: Maarit Mykkänen, Virpi Puikkonen

ja Mainostoimisto Ad Kiivi Oy.

Selkokielisyyden oikolukemisessa ovat toimineet apuna:

Hanna Hölttä, Miia Korhonen, Seppo Nypelö ja Teuvo Tullinen.

Savon Vammaisasuntosäätiö

Vuorikatu 26 A, 2. krs

70100 Kuopio

puh. 017 266 3200

www.savas.fi

