



## HYP (Huomioivaa Yhdessäoloa Päivittäin)

### Lyhyesti

HYP on tapa olla vuorovaikutuksessa kommunikoinnissaan tukea tarvitsevien ihmisten kanssa. Sen tarkoituksena on varmistaa, että päivittäin on riittävästi aikaa mukavalle, henkilön aloitteesta lähtevälle yhdessäololle. Pyrkimyksenä on vähentää yksinäisyyttä.

HYP on kehitetty Australiassa (HOP, Hanging Out Program – Interaction for People at Risk of Isolation). Toimintatavan kouluttamisesta ja kehittämisestä Suomessa vastaa Kehitysvammaliiton Tikoteekki. Tikoteekki tekee yhteistyötä menetelmän kehittäjän Sheridan Forsterin kanssa.

### Miksi HYP kehitettiin?

Hanging Out Program (HOP) sai alkunsa käytännön tarpeesta. Menetelmän kehittäjä, puheterapeutti ja tutkija Sheridan Forster huomasi työssään, että vaikka yhteisöjen työntekijöillä olikin taitoja kommunikoida paljon tukea tarvitsevien kehitysvammaisten henkilöiden kanssa, vuorovaikutusta ei pidetty organisaatioissa työn keskeisenä sisältönä eikä kehittämiskohteena. Työntekijät kokivat, että heillä ei ollut lupaa luoda läheisiä suhteita asiakkaisiinsa (Forster & Iacono 2008). Kommunikoinnin kuntoutuksen perinteiset työvälineet eivät myöskään soveltuneet vuorovaikutuksen vahvistamiseen, vaan tarvittiin lisää keinoja läheisten ja yhteisöjen ohjaamiseen (Forster 2020).

### Miksi yhteisön on tärkeää panostaa vuorovaikutuksen laatuun?

Varhaisten taitojen varassa eli pääsääntöisesti ilmeillään, eleillään ja toiminnallaan kommunikoidulla ihmisillä on tavallista korkeampi riski syrjäytyä yhteisöjensä sosiaalisesta vuorovaikutuksesta. He saavat arjessaan tyypillisesti vähemmän huomiota ja heidän kanssaan vietetään vähemmän aikaa kuin taitavammin kommunikoiden ihmisten kanssa (Iacono ym. 2019). Useat havainnointitutkimukset ovat lisäksi osoittaneet, että varsinkin laitospaikoissa ympäristöissä vuorovaikutusta on vähän eikä päivässä ole juuri muuta sisältöä kuin odottaminen (esim. Miettinen 2020; Pietilä ym. 2010; Vesala 2010). Kontaktit muihin ihmisiin ovat usein lyhyitä sekä luonteeltaan toteavia ja asioiden hoitamiseen liittyviä. Vuorovaikutus on jonkin toisen toiminnon, kuten syömisen, peseytymisen tai pukeutumisen sivutuote, ei tavoite itsessään. HYP-toimintamallissa pyritään murtamaan tämä kulttuuri ja lisäämään yhteisöissä sosiaalista vuorovaikutusta, jossa keskeistä on tavoitteeton yhdessäolo ja siitä nauttiminen.

### Mihin HYP:llä pyritään?

HYP-toiminnan lähtökohtana on näkemys, että jokainen ihminen tarvitsee päivittäin vuorovaikutusta, jossa keskitytään täysin vain häneen (Forster 2008; vrt. yhteenkuuluvuuden tarve, Maslow 1943 ja yhteisyyden kokemus, Nussbaum 2006, 76–77).

Myös kommunikoinnissaan paljon tukea tarvitsevalle ihmiselle on tärkeää, että hänen läheisensä luovat mahdollisuuksia ja antavat aikaa monimuotoiselle sosiaaliselle vuorovaikutukselle ja että organisaatioissa vuorovaikutus nähdään keskeiseksi kehittämisen kohteeksi (Miettinen 2020; Røgeskov 2019).

Vasta hiljattain on alettu ymmärtää, miten tärkeää leikillinen yhdessäolo on varhaisten taitojen varassa viestivien ihmisten hyvinvoinnille ja kehitykselle (Nind & Strnadová 2020). Osapuolet kohtaavat toisensa tasavertaisina, ja siksi leikillisyyden ajatellaan vahvistavan merkittävällä tavalla osallisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta myös yhteisöissä (Finlay ym. 2008). Varhaisten taitojen varassa viestivät ihmiset tarvitsevat ympärilleen osaavia kumppaneita, jotka tunnistavat heidän yksilöllisen tapansa olla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, näkevät erilaisten vuorovaikutuksen muotojen arvon ja ottavat tehtäväkseen olla kontaktissa heidän tarvitsemillaan tavoilla (Miettinen 2020). Hyvän hoivan lisäksi yhteisöihin tarvitaan lisää molemminpuolista mukavaa yhdessäoloa, läsnäoloa ja läheisyyttä, yhteistä iloa ja innostumista sekä tunteiden ja kokemusten jakamista (vrt. Johnson ym. 2012).

## Mikä HYP:ssä on keskeistä?

HYP:n toimintaperiaate on yksinkertainen.

**Yhteisö asettaa vuorovaikutuksen etusijalle ja si-  
toutuu päivittäisiin 10 minuutin yhdessäolon het-  
kiin tukea tarvitsevan ihmisen kanssa. HYP-het-  
kien sisältöä ei suunnitella etukäteen. Lähtökohta-  
na on henkilöä kiinnostava tekeminen ja kumppa-  
nin täydellinen keskittyminen vuorovaikutukseen.**

Yhteisössä käynnistettävässä ja lähi-ihmisten toteuttamassa HYP-toiminnassa keskeistä ovat vuorovaikutuksellisuus (vrt. Intensive Interaction, Nind & Hewett 2005) ja kokemuksellisuus (learning by doing, vrt. Kolb 1984). Usein lähi-ihmisillä on jo paljon osaamista ja kokemusta. HYP:n ajatuksena on, että he lähtevät rohkeasti kokeilemaan uusia, erilaisia tapoja olla yhdessä tukea tarvitsevan ihmisen kanssa (Forster & Iacono 2008). Tarvitaan turval-

linen, salliva ja kannustava yhteisö, jotta tällainen myönteinen muutos lähtee liikkeelle. Vuorovaikutuskulttuuri muuttuu, kun vuorovaikutuksen kehittämiseksi on pitkäjänteinen avainhenkilöiden, kuten johdon tuki (Forster 2020; Koski ym. 2014).

## Kenelle HYP on tarkoitettu?

HYP on suunnattua kaikenikäisille oppimisessa, ymmärtämisessä ja kommunikoinnissa tukea tarvitseville, ihmisille, jotka ovat vaarassa jäädä yksin, koska he eivät osaa aloittaa vuorovaikutusta tai saa sitä jatkumaan.

**HYP sopii myös yhteisöihin, joissa puheen ja kommunikoinnin pulmat ovat lievempiä, mutta joissa halutaan lisätä mukavaa yhdessäoloa.**

HYP-toimintatapaa voidaan käyttää perheissä, päiväkodeissa, kouluissa sekä asumisessa ja päivätoiminnassa. HYP-toiminnan voi käynnistää ja HYP-hetkiä voi toteuttaa kuka tahansa asiasta kiinnostunut läheinen tai ammattilainen.

## Miten HYP-jakso etenee?

Suunnitelmallisesta, tietyn ajanjaksonaikatoteutet-  
tavasta toiminnasta käytetään nimitystä HYP-jakso.

HYP-jakson käynnistysvaiheen kokouksissa lähi-ihmiset perehtyvät HYP-mallin perusajatuksiin ja so-  
pivat, kenen tai keiden kanssa he alkavat toteuttaa päivittäisiä HYP-hetkiä. Lisäksi he suunnittelevat, mitä hetkissä tehdään ja miten ne saadaan sopimaan luontevaksi osaksi yhteisön päivittäistä toimintaa.

HYP-hetkiä toistetaan ennalta sovittu jakso, minkä jälkeen lähi-ihmiset kokoontuvat arvioimaan toiminnan toteutumista ja vaikutuksia. Yksi HYP-jakso tietyn henkilön kanssa voi kestää esimerkiksi 20 päivää, ja näitä jaksoja voidaan toistaa niin pitkään kuin on tarpeellista. Tavoitteena on, että HYP jää pysyväksi yhdessäolon tavaksi mahdollisimman monen henkilön kanssa ja että sen vaikutuksia arvioidaan määrääjain pidettävissä yhteenvetokokouksissa.

## Tutkimus

HYP-toimintatavan vaikutuksista ei vielä ole saatavilla julkaistuja, vertaisarvioituja tutkimuksia. Vaikutuksia on kuitenkin tarkasteltu mallin kehittäjän Sheridan Forsterin yhdessä julkaisemattomassa lähteessä (Forster & McDonald 2013). Siinä kuvataan A-B-A-monitapaustutkimusta, jossa HYP-toimintaa toteutettiin kahdeksan vaikeimmin kehitysvammaisen henkilön kuntoutuksessa. Vuorovaikutusta havainnoitiin kolmessa vaiheessa: ennen HYP-toiminnan aloitusta (A1), interventiovaiheessa (B) ja intervention päättymisen jälkeen (A2). Hetket videoitiin ja lisäksi haastateltiin toimintaa toteuttaneita kuutta työntekijää. Kuntoutusjaksolla HYP-hetkiä järjestettiin vähintään kerran viikossa, kahdeksan viikon ajan. Alustavien tulosten mukaan HYP:n arvioitiin vaikuttaneen positiivisesti kehitysvammaisten henkilöiden elämänlaatuun sekä työntekijöiden kykyyn kuvailla kumppaneidensa taitoja ja toiminnan tavoitteita. Muutos oli tilastollisesti merkitsevä kuitenkin ainoastaan yhdessä, kehitystä kuvaavassa elämänlaadun osa-alueessa (mittari: QOL-PMD, development domain). Vuorovaikutuksen muutosta ei pystytty osoittamaan käytetyillä mittareilla (tunteeseen soinnuttaminen, katsekontaktin suunta ja tunneilmaisun laatu). Haastateltavat suhtautuivat kuitenkin myönteisesti HYP-menetelmään.

Suomessa HYP-toimintapaa on tutkittu opinnäytetöiden tasolla. HYP:stä on tehty kolme opinnäytetutkimusta (Rohiola 2015; Lindholm 2018; Lahti 2020). Niistä ensimmäinen (Rohiola 2015) toteutettiin kyselytutkimuksena HYP-toiminnan pilotointivaiheeseen (2013-2014) osallistuneiden kolmen yhteisön työntekijöille (n=48). Tulosten perusteella työntekijät kokivat toimintatavan hyödylliseksi, ja he kuvailivat oppineensa sen avulla tuntemaan asiakastaan paremmin. Tuoreessa Lahden (2020) tutkimuksessa puolestaan toteutettiin teemahaastattelu olemuskielellä kommunikoivien henkilöiden kanssa HYP-hetkiä toteuttaneille vapaaehtoisille. Haastateltavat kertoivat löytäneensä HYP-menetelmän avulla yhteyden heille ennalta tuntemattomiin ihmisiin. HYP-hetkissä haastateltavat oppivat mm. tunnistamaan paremmin kumppaneidensa vuorovaikutusaloitteita ja -keinoja, minkä seurauksensa he kokivat vuorovaikutuksen vastavuoroisuuden vahvistuneen. Lind-

holmin (2018) tutkimuksessa havainnoitiin kolmen varhaisten taitojen varassa kommunikoivan henkilön vuorovaikutustaidoissa tapahtuneita muutoksia HYP-jakson aikana (4 viikkoa, 20 HYP-hetkeä). Tulosten mukaan erityisesti tutkittavien katsekontaktin käyttö ja kumppaniin suuntautuminen vahvistuivat.

Tähän mennessä HYP-toiminnasta tehtyjen tutkimusten perusteella vaikuttaa siis siltä, että kestoltaan lyhyillä, arkiympäristössä päivittäin toteutetuilla, myönteisillä vuorovaikutushetkillä voi olla positiivisia vaikutuksia paljon tukea tarvitsevien ihmisten ja heidän kumppaneidensa väliseen vuorovaikutukseen. Myös muista samankaltaisista sosiaalista vuorovaikutusta ja vuorovaikutussuhteen laatua vahvistavista toimintavoista tehdyissä tutkimuksissa on saatu samansuuntaisia tuloksia (esim. Voimauttava vuorovaikutus, Nind & Hewett 2005; Having Fun and Hanging Out, Johnson ym. 2012). Voimauttavasta vuorovaikutuksesta tehdyissä systemaattisissa kirjallisuuskatsauksissa todetaan, että tutkimuksissa on saatu toistuvasti tuloksia, joiden mukaan toimintatapa parantaa syvästi tai vaikeasti kehitysvammaisten tai autismikirjon henkilöiden kykyä sosiaalisuuteen ja kommunikaatioon (Hutchinson & Bodicoat 2015; Weedle 2016). Johnsonin ym. (2016) mukaan vaikeimmin kehitysvammaisten ihmisten yhteisöissä toteutettu, mukavaan yhdessä-oloon tähtäävä henkilökunnan täydennyskoulutus lisäsi yhteisen vuorovaikutuksen määrää. Työntekijät kokivat löytäneensä uusia tapoja ottaa yhteyttä ja olla yhdessä vaikeimmin kehitysvammaisten asiakkaidensa kanssa. Koska myös HYP-toimintamallissa vaikutetaan vuorovaikutuksen laatuun, on mahdollista, että tällä toimintamallilla on vastaavanlaisia positiivisia vaikutuksia kehitysvammaisten ihmisten sosiaalisiin suhteisiin. HYP-toimintamallin vaikutuksista tarvittaisiin kuitenkin lisää juuri kyseiseen vuorovaikutusmalliin kohdistuvaa tutkimusta.

## Mistä löytyy lisätietoa HYP:stä?

HOP on osoittautunut helposti käyttöön otettavaksi menetelmäksi ja sen käyttö on levinnyt Australiasta Uuteen-Seelantiin, Iso-Britanniaan ja Eurooppaan (Forster 2020). Tikoteekki käynnisti menetelmän

suomalaisen kokeilun kolmessa puhevammaisille ihmisille palveluja tarjoavassa yhteisössä vuosina 2013–2014. HYP on yksi Kehitysvammaliiton Tikoteekin Apuvälineenä ihminen -toimintamalleista ja osa yksikön pysyvää toimintaa. HYP-materiaalit löytyvät sekä suomeksi että ruotsiksi Papunet-sivustolta. Tikoteekki järjestää myös HYP-aiheisia koulutuksia. Ajantasaista tietoa koulutuksista, koulutuksen sisällöstä ja hinnasta löytyy Tikoteekin verkkosivuilta. Verkkosivulla on myös HYP-esittelyvideoita.

## Lähteet

- Finlay, W.M.L, Antaki, C., Walton, C. & Stribling, P. (2008). The dilemma for staff in 'playing a game' with a person with profound intellectual disabilities: empowerment, inclusion and competence in interactional practice. *Sociology of Health & Illness*, 30(4), 531–549.
- Forster, S. (2020). Approaching a person with profound intellectual and multiple disabilities. What do you think, what do you do? M. Nind & I. Strnadová, I. (toim.) *Belonging for people with profound intellectual and multiple disabilities. Pushing the boundaries of inclusion*. Oxon: Routledge, 133-158.
- Forster, S. & Iacono, T. (2008). 'Disability support workers' experience of interaction with a person with profound intellectual disability', *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 33, 137–147.
- Forster, S. (2008). *HOP: Hanging Out Program: Interaction for people at risk of isolation*. Oakleigh, Victoria, Australia.
- Forster, S. & McDonald, R. (2013). *Hanging Out Program: Evaluation of impact on interaction in an adult day service*. Esitys AGOSCI-konferenssissa, Sydney, Australia.
- Hutchinson, N. & Bodicoat, A. (2015). The effectiveness of Intensive Interaction. A systematic literature review. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities* 28, 437 –454.
- Iacono, T., Bould, E., Beadle-Brown, J. & Bigby, C. (2019). An exploration of communication within active support for adults with high and low support needs. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 32, 61-70.
- Johnson, H., Douglas, J., Bigby, C. & Iacono, T. (2012). Social Interaction with Adults with Severe Intellectual Disability: Having Fun and Hanging Out. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 25 (4), 329 – 341.
- Johnson, H., Bigby, C., Iacono, T., Douglas, J., Katthagen, S. & Bould, E. (2016). Increasing day service staff capacity to facilitate positive relationships with people with severe intellectual disability: Evaluation of a new intervention using multiple baseline design. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 42 (4), 391-402.
- Kolb, D. A. 1984. *Experiential learning: Experience as a source of learning and development*. Engelwood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Koski, K., Martikainen, K., Burakoff, K., Vesala, H. & Launonen, K. (2014). Evaluation of the impact of supervisory support on staff experiences of training. *Tizard Learning Disability Review* 19(2), 77–84.
- Lahti, S. (2020). *Olemuskielellä osalliseksi. Vapaaehtoisten kokemuksia huomioivan yhdessäolon toimintamalli (HYP) käytöstä vuorovaikutuksen tukena*. Opinnäytetyö, Diakonia-ammattikorkeakoulu, sairaanhoidon ja sosiaalialan ylempi koulutusohjelma.
- Lindholm, R. (2018). *Assessing the effect of a HOP therapy period of preverbal communication skills in adults with profound intellectual disabilities. A multiple single subject study*. Master's Thesis in Logopedics, Åbo Akademi University, Faculty of Arts, Psychology and Theology.
- Maslow, A.H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50 (4), 370-396.

Nind, M. & Strnadová, I. (2020). (toim.) *Belonging for people with profound intellectual and multiple disabilities*. Pushing the boundaries of inclusion. Oxon: Routledge.

Nind, M. & Hewett, D. (2005). *Access to Communication. Developing basic communication with people who have severe learning difficulties*. 2. painos. London: David Fulton Publishers.

Nussbaum, M. (2006). *Frontiers of justice: Disability, nationality, species membership*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Rohiola, A. (2015). "Kymmeneksi minuutiksi ehtii kyllä pysähtymään". *Vuorovaikutuksen voimavarana HYP-malli*. Pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto, käyttäytymistieteiden laitos.

Røgeskov, M. (2019). Exploring Shared Excitement: A Case Study of Participation in Interaction Between Staff and Residents with Intellectual Disabilities. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 21(1), 111–119.

Weedle, S. (2016). The use of intensive interaction with people with severe-profound intellectual disability. *Learning Disability Practice*, 19(9), 27–34.