

Mitä on PDA?

Opas autismikirjon PDA-piirteistöön,
PDA = patologinen vaatimusten välttely

Alkuperäisteos: What is PDA? , PDA Society

Sisällys

Mitä on PDA?	1
PDA-piirteistö.....	2
Miltä PDA tuntuu?	3
PDA-piirteisen vahvuudet	4
Autismin monet muodot.....	4
Mitä vaatimukset ovat?	5
Mitä on vaatimusten välttely?	6
Miten vaatimuksia vältellään?	7
PDA:n tunnistaminen	8
Tuen muotoja.....	9
Itseapu	11
PDA-piirteiden merkitys ihmisen elämässä.....	13
Hyödyt PDA-piirteistön ymmärtämisestä.....	14
Lisätietoa	15
PDA Society.....	15
Lisätietoa suomeksi.....	16

Mitä on PDA?

PDA (*Pathological Demand Avoidance*, patologinen vaatimusten välttely) on autismikirjon **alatyyppi**, joka ilmenee arkipäiväisten vaatimusten vastustamisena. Välttelystä hyödynnetään ”sosiaalisia” strategioita.

Autismi käsitteenä on jo yleisesti tunnettu ja tunnustettu, mutta sen koko laajuus ja moniulotteisuus ovat vasta hahmottumassa. Suomessa Autismiliiton

verkkosivuilla olevan määritelmän mukaan ”autismi on synnynnäinen ja koko elämän mittainen tila, joka ilmenee hyvin yksilöllisesti ja sen aiheuttamat **toimintarajoitteet** ovat yksilöllisiä ja vaihtelevia. Autismi ilmenee ihmisellä tavassa aistia ja kokea ympäröivä maailma sekä kommunikoida ja olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa.” Monet autismikirjon edustajat mieltävät sosiaalisten toimintarajoitteiden olevan ydinkysymyksiä ja toisaalta neurologiset eroavuudet nähdään osana luonnollista ihmisten välistä vaihtelua (**neurodiversiteetti**).

PDA-piirteistö

Autismi PDA-piirtein tarkoittaa, että henkilöllä on autismin piirteitä eli:

- pysyviä haasteita sosiaalisessa kanssakäymisessä ja vuorovaikutuksessa sekä rajoittuneita ja/tai toistavia käyttäytymismalleja, toimintoja tai kiinnostuksenkohteita
- sekä usein myös poikkeavia tapoja kokea näkö-, kuulo-, tunto-, haju- tai makuaistien tai sisäisen aistin (esim. nälkä, jano) tuottamaa tietoa.

Lisäksi henkilöllä on myös useita PDA-alatyyppin piirteitä:

- **vastustaa ja välttelee tavallisia, arkipäiväisiä vaatimuksia**
- **käyttää ”sosiaalisia” strategioita vaatimusten välttelyssä** (ks. Miten vaatimuksia vältellään? s.7)
- **vaikuttaa sosiaaliselta, mutta ymmärrystä puuttuu** – henkilö voi vaikuttaa sosiaalisesti kyvykkäältä esimerkiksi katsekontaktin tai keskustelutaitojen suhteen, mutta tämä voi olla vuorovaikutuksen ja kommunikaation vaikeuksien peittelyä (**masking**).
- **voimakkaat tunnetilat ja nopeat mielialan vaihtelut**
- **kiinnostus roolileikkeihin, teeskentelyyn ja fantasiaan** – joskus äärimmäisyyksiin asti.

- **keskittyy intensiivisesti, usein muihin ihmisiin** – ”toistavat ja rajoittuneet mielenkiinnonkohteet” ovat PDA:ssa usein luonteeltaan sosiaalisia ja ne voivat kohdistua joko todellisiin ihmisiin tai fiktiivisiin hahmoihin
- vaatimusten laukaiseman **ahdistuksen tai ”taistele/pakene” -reaktion** aiheuttama tarve kontrolloida muita ihmisiä ja ympäristöä
- **perinteisen kasvatuksen** sekä tavanomaisten opetus- ja tukimenetelmien **toimimattomuus**

Miltä PDA tuntuu?

”Kuvaisin vaatimuksia samanlaisena kuin klaustrofobiaa. Ahdistus nousee tasaisesti, kunnes siitä seuraa sietämätön, paniikinomainen tarve paeta vaatimuksen aiheuttaneesta ympäristöstä.” – Tony

”Se on kuin pelaamista peliohjaimella, jonka joku ottaa kädestä – menetät pelin hallinnan ja iskee paniikki.” – Mollie

”Vaatimusten välttely kuulostaa siltä, että välttelen asioita tahallani, mutta tosiasia minulla ei ole mitään valinnanvaraa. Siksi kutsun sitä mieluummin vaatimusahdistukseksi.” – Tally, *kirjasta Can You See Me? Julkaisija: Scholastic*

”Ahdistun eniten, kun minun edellytetään tekevän jotain, jota en koe pystyväni tekemään, mutta ihmiset ympärilläni eivät ymmärrä, mitä tarkoitan, kun sanon ”en pysty”. Tiedän, mitä pitää tehdä, ja pystyn toisinaan tekemään sen, mutta useimmiten en. Tilanne alkaa välttelynä, mutta jos joku vaatii, joudun paniikkiin. Päädyn melko OK olotilasta romahdukseen. On erittäin turhauttavaa, kun ymmärrän täysin mitä tapahtuu, mutta en kuitenkaan pysty toimimaan. Se on pahin itsensä tuhoamisen muoto.” – Isaac

”Vaatimusten välttely on kaikki kaikessa. Päivän mittaisen sosiaalisen vuorovaikutuksen jälkeen saatan tarvita viikon verran palautumiseen. ’Ahdistuskuppini’ ei tyhjene itsestään. En halua joutua pisteeseen, jossa se on täynnä, sillä silloin kognitiivinen kykyne heikkenee, enkä selviä.” – Julia

PDA-piirteisen vahvuudet

On tärkeää muistaa, että haasteiden ohella PDA tuo mukanaan myös paljon vahvuuksia ja positiivisia ominaisuuksia.

PDA-lasten vanhemmat kuvailevat lapsiaan mm. seuraavin sanoin:

Älykäs, luova, hauska, hurmaava, rakastava, huolehtiva, valoisa, lahjakas, terävä, kekseliäs, itsenäinen, intohimoinen, rohkea, päättäväinen, utelias, tiedonhaluinen, persoonallinen

PDA-aikuiset kuvaavat itseään mm. seuraavasti:

Empaattinen, päättäväinen, luova, kekseliäs, rehellinen, itsenäinen, sinnikäs, uskollinen, hauska, urhea, itsepäinen, oikeudentuntoinen, herkkä, karismaattinen

Autismin monet muodot

Autismi on moniulotteinen yhdistelmä vahvuuksia, poikkeavuuksia ja haasteita, jotka näyttäytyvät erilaisina eri yksilöissä. Ilmenemismuoto vaihtelee ihmisen elämän varrella myös iän, fyysisen ja psyykkisen terveydentilan, voimavarojen sekä fyysisen ja sosiaalisen ympäristön mukaan.

PDA voi olla luonteeltaan ”ekstroverttia”, jolloin vaatimusten välttely on avointa ja helposti havaittavaa, tai ”introverttia”, jolloin vaatimusten vastustaminen on epäsuorempaa ja henkilö peittelee vaikeuksiaan (**masking**).

PDA-autismi on monimuotoista ja yksilöllistä, joten myös tuen muodot on **räätälöitävä** jokaiselle henkilölle erikseen.

Mitä vaatimukset ovat?

Vaatimukset ovat moninaisia ja ne kumuloituvat.

Alla muutamia erityyppisiä vaatimuksia:

- **Toisten esittämät suorat pyynnöt tai kysymykset** – ”laita kengät jalkaan”, ”istu tässä ja odota”, ”maksä tämä lasku” tai ”haluaisitko juotavaa?”
- **Epäsuorat vaatimukset – kehuminen** (odotukset tulevista suorituksista nousevat, mikä aiheuttaa ahdistusta), toisten ihmisten ”**energia**”, **aika** (lisävaatimus itse vaaditun suorituksen päälle), **epävarmuus** (Newcastle'n yliopiston tekemän tutkimuksen mukaan heikko epävarmuuden sieto oli merkittävä tekijä PDA:ssa, PDA-piirteiselle hallinnan tunne on tärkeää)
- **Sisäkkäiset vaatimukset** - pienet epäsuorat vaatimukset, jotka sisältyvät suurempiin vaatimukseen (esimerkiksi elokuvissa käynti edellyttää lipun ostamista, istumista hiljaa ja paikallaan vieraiden ihmisten lähellä jne.)
- **”Minun pitäisi” -tuntemukset päivittäisessä elämässä** – nouseminen ylös sängystä, peseytyminen, pukeutuminen, syöminen, oppiminen, nukkuminen jne.
- **Oman kehon sisäiset vaatimukset** – jano, nälkä, wc-käynti, ajatukset, toiveet
- **Mukavat tekemiset** – harrastukset, ystävien tapaaminen, erityistilanteet

Mitä on vaatimusten välttely?

Vaatimusten välttely on kyvyttömyyttä tehdä tiettyjä toimintoja tiettyyn aikaan joko itselle tai muille. Se viittaa lisäksi myös toimiin, joita teemme välttääksemme vaatimuksia. Se on ihmisen **luonnollinen piirre** – me kaikki välttelemme vaatimuksia jossain määrin ja erilaisista syistä.

Kun vaatimusten välttely on korostuneempaa, siihen voi olla monia eri syitä: se voi riippua tilanteesta, terveydentilasta tai kehityksellisestä tai persoonallisuuden tilasta. Välttelyn juurisyitä voi olla vaikea tunnistaa, mutta PDA-piirteistö ei aina välttämättä selitä sitä.

Patologinen vaatimusten välttely on kaikenkattavaa ja siinä on tiettyjä erityispiirteitä:

- Päivittäisiä vaatimuksia vältellään vain sen takia, että ne ovat vaatimuksia. Toisinaan kuvataan, että toisen ihmisen odotukset aiheuttavat hallinnan tunteen menettämisen, mikä lisää **ahdistusta** ja saattaa johtaa paniikkiin.
- Lisäksi välttely voi olla luonteeltaan ”**irrationaalista**”. Hyvin pieneen vaatimukseen reagoidaan dramaattisesti, näläntunne saattaa tuntua vaatimukselta, mikä estää syömisen.
- **Välttelyn taso voi vaihdella** riippuen yksilön voimavaroista, ahdistustasosta, terveydentilasta ja ympäristöstä kunakin ajanhetkenä.

PDA:ssa vaatimusten välttely **ei ole** yksilölle **valinta** vaan **elämänmittainen** ominaisuus, jota voidaan havaita niin vastasyntyneillä kuin ikäihmisillä.

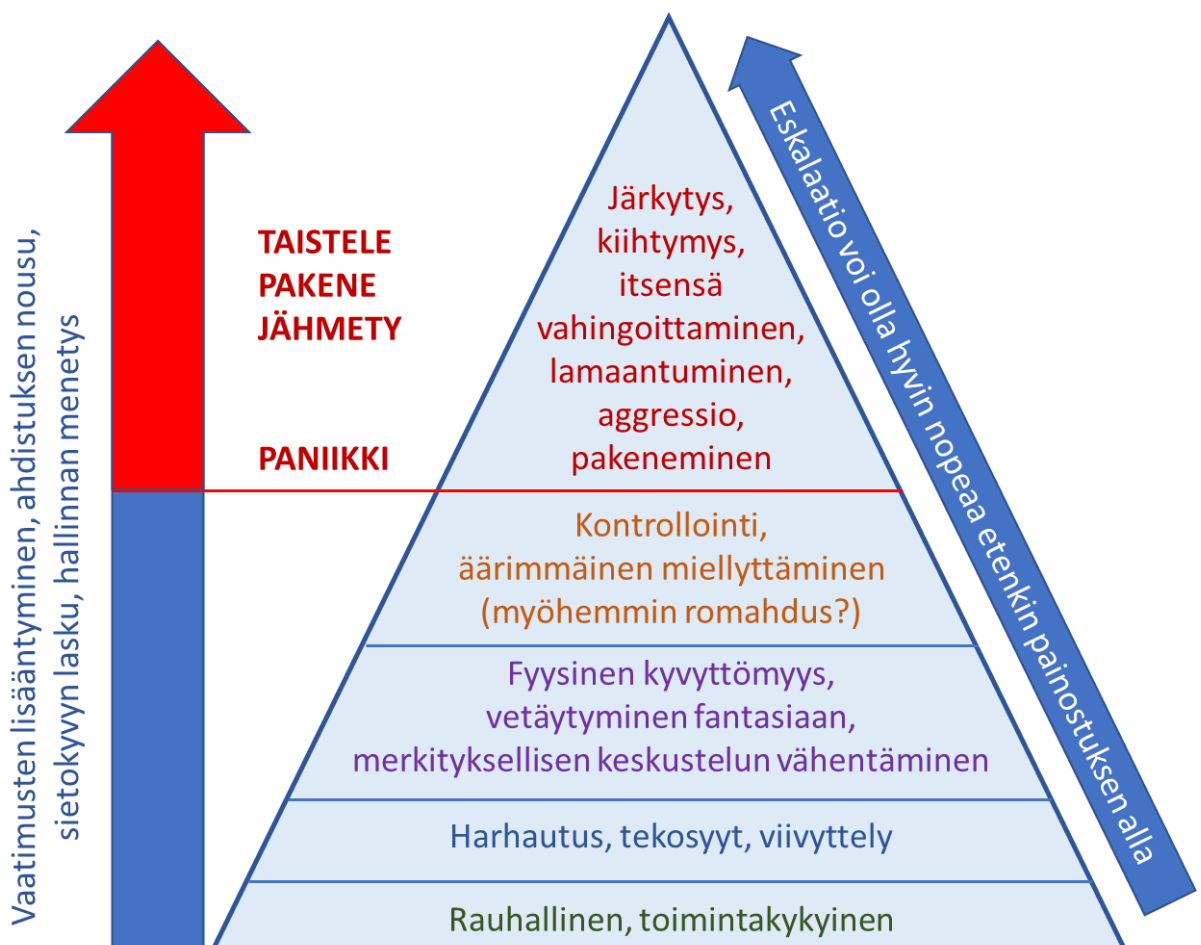
Ymmärryksellä, tukitoimilla (s.9) sekä itseavun ja erilaisten selviytymiskeinojen (s.11) avulla PDA-piirteinen saa vaatimusten välttelyn helpommin hallittavaksi.

Miten vaatimuksia vältellään?

PDA-piirteinen voi kieltäytyä, vetäytyä, sulkeutua tai paeta välttääkseen asioita, mutta monesti ensin tulevat ”sosiaaliset” keinot. Newcastle’n yliopiston tutkimuksessa havaittiin, että **välttelykeinoilla** on yleensä tietty **hierarkia**, joskin eskalaatio voi olla hyvin nopeaa erityisesti, jos tilanteeseen liittyy painostusta.

Välttelykeinoja voivat olla **harhauttaminen** (keskustelun aiheen vaihtaminen), **viivyttely**, **tekosyiden keksiminen** (selitykset, miksi pyyntöä ei voi toteuttaa), **vetoaminen fyysiseen kyvyttömyyteen** (”jalkani eivät toimi”, ”se pahentaisi niveltulehdustani”), **vetäytyminen roolileikkeihin tai fantasiamaailmaan** tai **merkityksellisen keskustelun vähentäminen**.

Jos nämä keinot eivät auta vaatimuksen välttämiseen – tai ympäristö ei huomaa niitä tai ei reagoi niihin – voi syntyä nopea eskalaatio, kun vaihtoehdot hupenevat ja PDA-piirteinen joutuu paniikkiin. Tämä ei ole tahallinen teko vaan



vaistonvarainen taistele/pakene/jähmety/miellytä -reaktio. Reaktion aiheuttama, mahdollisesti väkivaltainen, *meltdown*-tila on PDA-piirteisellä ymmärrettävä paniikkikohtauksena.

Välttelykeinojen hierarkian ymmärtäminen on avain tehokkaiden tukimuotojen suunnitteluun.

PDA:n tunnistaminen

PDA:n tunnistaminen voi olla vaikeaa ja silloin on mahdollista, että:

- **PDA jää tunnistamatta** – koska henkilössä ei tunnisteta autismikirjon piirteitä, hän ei sovi autismin “tavanomaisiin” ilmenemismuotoihin tai hän on taitava peittelemään haasteitaan (**maskingilla** tarkoitetaan omien erityispiirteiden/toimintarajoitteiden tietoista tai tiedostamatonta peittelemistä ja piilottelua tietyissä ympäristöissä tai tiettyjen ihmisten seurassa)
- **Piirteet ymmärretään väärin** – keskitytään tarkastelemaan käyttäytymistä eikä sen juurisyitä tai tulkitaan muiden syiden aiheuttavan käytöspulmat (vanhempien syyllistäminen lasten käytöshaasteista on valitettavan yleinen ongelma). On kuitenkin hyvä muistaa, että PDA ei ole ainoa mahdollinen selitys korostuneelle vaatimusten välttelylle.
- **Asetetaan väärä diagnoosi** – PDA:ssa on samoja piirteitä kuin eräissä häiriöissä, kuten uhmakkuushäiriö, käytöshäiriö, kiintymyssuhdehäiriö, persoonallisuushäiriöt tai kehityksellinen trauma. Judy Eatonin ja Kaylee Weaverin tutkimuksessa tunnistettiin lapsen kehityshistoriasta piirteitä, joiden avulla voidaan erottaa PDA eräistä mainituista häiriöistä.

PDA:sta on useita näkemyksiä niin akateemisesti kuin kliinisen työn osaltakin, mutta kentän päätoimijat Isossa-Britanniassa ovat yhtä mieltä siitä, että PDA-piirteet muodostavat tunnistettavan joukon oireita, joiden perusteella tukimuotoja voidaan suunnitella. **Arvioinnissa tulisi aina kartoittaa huolellisesti yksilön vahvuudet ja heikkoudet. Autismikirjon diagnoosin täsmennykseksi**

kattava viittaus PDA-piirteisiin on hyödyllinen, sillä se luo ymmärrystä ja selkeyttä ja tuo esiin tarpeen räätälöidyille tukitoimille.

Tuen muotoja

Perinteiset kasvatustimet, kuten tiukka rajojen asettaminen, palkitseminen, syy-seuraussuhteiden korostaminen ja positiivinen palaute tai autisteille suositellut lähestymistavat, kuten tarkat rutiinit, struktuuri ja ennustettavuus, ovat usein tehottomia tai jopa haitallisia PDA-piirteisille.

Alhaisen kuormittumisen menetelmät (*Low Arousal Approaches*), jotka pitävät ahdistustason mahdollisimman matalana ja tarjoavat hallinnan tunnetta, ovat hyviä lähtökohtia PDA-piirteisen kanssa työskentelyyn. Parhaiten toimii kumppanuus, joka perustuu luottamukseen, joustavuuteen, yhteistyöhön, huolelliseen kielelliseen ilmaisuun ja vaatimusten mitoittamiseen suhteessa henkilön kulloiseenkin kuormitustasoon.

Tuen eri muodot on koottu PANDA-malliksi. Kirjaimet P A N D A muodostavat lyhenteen toimivan tuen eri ulottuvuuksista:

P = *pick your battles*, valitse taistelusi

A = *anxiety management*, ahdistuksen hallinta

N = *negotiation & collaboration*, neuvottelu ja yhteistyö

D = *disguise & manage demands*, naamioi ja hallitse vaatimuksia

A = *adaptation*, sopeutuminen

P	<p>VALITSE TAISTELUSI</p> <ul style="list-style-type: none"> • karsi säännöt minimiin • tarjoa valinnanmahdollisuuksia ja hallinnantunnetta • kerro toiminnan syyt • hyväksy, että kaikki asiat eivät aina onnistu
A	<p>AHDISTUKSEN HALLINTA</p> <ul style="list-style-type: none"> • alhaisen kuormittumisen menetelmä (<i>low arousal approach</i>) • vähennä epävarmuutta • tunnista piilevä ahdistus ja sosiaaliset sekä aistipulmat • ennakoi ja suunnittele • suhtaudu raivokohtauksiin (<i>meltdown</i>) <p>paniikkikohtauksina: tue kohtauksen yli ja siirry eteenpäin</p>
N	<p>NEUVOTTELU & YHTEISTYÖ</p> <ul style="list-style-type: none"> • pysy rauhallisena • kuuntele, tee yhteistyötä ja neuvottele aidosti ongelmien ratkaisemiseksi • muista tasapuolisuus ja luottamus
D	<p>NAAMIOI & HALLITSE VAATIMUKSIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • sanoita vaatimukset epäsuorasti • havainnoi jatkuvasti kuormitustasoa ja mitoita vaatimukset sen mukaan • yhdessä tekeminen
A	<p>SOPEUTUMINEN</p> <ul style="list-style-type: none"> • käytä huumoria, harhautusta, vaihtelua ja roolileikkejä • ole joustava • mieti aina myös vaihtoehtoinen suunnitelma • varaa ja salli tilanteisiin paljon aikaa • tasapainota vaatimuksia auttamalla

PDA Societyn verkkosivuilta löytyy paljon yksityiskohtaista lisätietoa yllä listatuista toimintatavoista englannin kielellä.

Itseapu

Mikäli koet PDA-piirteistön kuvaavan itseäsi, alla olevat ehdotukset itseavuksi, selviytymiskeinoiksi ja terapioiksi voivat olla hyödyllisiä. Listan ovat laatineet PDA-piirteiset aikuiset.

- Vaatimusten ja niiden välttelykeinojen tunnistaminen, omien ahdistusta aiheuttavien tekijöiden (*triggers*) tiedostaminen
- Itsensä hyväksyminen – **masking**-taipumuksen tunnistaminen ja itselle sopivan ympäristön ja vertaisryhmien löytäminen
- Selviytymiskeinojen löytäminen, vaatimusten naamiointi ja vähentäminen – riittävän ajan varaaminen vaatimuksista palautumiseen
- Työ-, opiskelu- ja vapaa-ajan ympäristön informointi asiassa ja mukautus- ja tukitoimien pyytäminen – erilaisten työtapojen kokeilu
- Henkilökeskeinen terapia, mindfulness ja meditaatio

Edellä kuvattujen tukitoimien ydin on, että lähestymistavassa ei pyritä kaikkien vaatimusten poistamiseen, vaan sen sijaan vaatimusten muokkaamiseen ja sopeuttamiseen mahdollisimman hallittavaan muotoon.

“Uravalintani on aika erikoinen... *niche*-ympäristössä toimiminen merkitsee, ettei minulla ole tavanomaisia tulospaineita tai aikataulurajoitteita. Koska työnantajani eetos on henkilökeskeinen, minulle annetaan tilaa ajatella ja mahdollisuus prosessoida tietoa omassa tahdissani. Tukitoimien lisäksi olen vuosien varrella kehittänyt monia selviytymiskeinoja elämän haasteisiin. Katson olevani yksi onnekaista.” – Tim

“Joka asia, jonka teen, vaatii taistelua vaatimusten välttelyn kanssa ...tietoisuus rajoitteistani on antanut minulle viisautta ja itseluottamusta itselleni sopivien tavoitteiden asettamiseen ja niistä kiinnipitämiseen.” – Sally*

“On helpompi saada jokin asia tehtyä, kun voimme nauraa sille, joten teemme tehtävästä leikin, jos vain mahdollista. Jos voin harhauttaa itseni keskusteluihin, musiikilla tai omilla lauluilla tai riimittelyllä, kykenen tekemään työtehtävän ‘automaattiohjauksella’.” – Becca B*

“Olen huomannut, että kun annan itselleni ‘poispääsyn’ tilanteesta, on paljon helpompi kohdata vaatimus, koska tiedän, että saan muuttaa mieltäni koska tahansa.” – Riko*

“Saan kiittää puolisoani tästä lauseesta: “jaettu vaatimus on puolitettu vaatimus”. Hän ottaa minut mukaan ruoanlaittoon, tiskaamiseen, siivoamiseen... mikä tekee näistä askareista hänelle hallittavampia. Joten jaa vaatimus, niin siitä tulee pienempi!” – Paul, PDA-aikuisen puoliso

*kirjasta *PDA by PDAers*, Julkaisija: Jessica Kingsley Publishers

PDA-piirteiden merkitys ihmisen elämässä

Tutkimus osoittaa, että varhainen tunnistaminen, ymmärrys vahvuuksista ja tarpeista sekä sopivat tuen muodot ovat avain hyviin tuloksiin pitkällä aikavälillä. Osa PDA-aikuisista menestyy työelämässä hyvin, etenkin jos heillä on itsenäinen työtehtävä sekä syvä mielenkiinto omaan työhönsä. Toiset vaihtavat säännöllisesti työtehtävästä toiseen, joko omasta tahdosta tai pakon edessä, tai kokevat itsensä työllistämisen hedelmällisempänä, kun taas toiset eivät koe pystyvänsä lainkaan toimimaan työympäristössä. Osa tarvitsee huomattavan paljon tukea läheisiltään ja/tai julkiselta palvelujärjestelmältä, osa taasen ei lainkaan.

Lapsilla ja nuorilla voi esiintyä haasteita kouluympäristössä ja koulunkäynnin välttely onkin yleistä PDA-piirteisillä. Toisinaan koulujen tukitoimet ovat riittäviä ja osalle perheistä taas paras ratkaisu voi olla esimerkiksi kotikoulu. Joissain tapauksissa nuoret kykenevät peittelemään haasteitaan (masking) koulupäivän ajan, mutta tarvitsevat paljon palautumisaikaa ja -tilaa kertyneen kuormituksen ja ahdistuksen purkamiseen kotona koulupäivän jälkeen sekä loma-aikoina.

Useimmat vanhemmat kokevat, että he joutuvat sopeuttamaan kasvatustyyliään huomattavan paljon PDA-lapsen tarpeiden täyttämiseksi.

PDA Societyn vuonna 2018 Isossa-Britanniassa laatiman kyselyn mukaan PDA-piirteistö johtaa usein siihen, että perheitä ja PDA-piirteisiä henkilöitä ymmärretään palvelujärjestelmässä väärin. Ymmärryksen lisääminen ja tiedon levittäminen toimivista tukimuodoista onkin siksi hyvin tärkeää.

Hyödyt PDA-piirteistön ymmärtämisestä

“PDA-piirteistöön tutustuminen oli valtavan kokoinen valaistumisen hetki! Tämä kokemus syveni, kun aloimme soveltaa ehdotettuja tukitoimia...se muutti koko elämämme: päädyimme 6-7 riitatilanteesta päivässä 6-7 hankalaan hetkeen viikossa.” – Zaran äiti

“Ennen PDA-piirteistön toteamista Johnin diagnoosissa emme saaneet mitään tukea: viisi koulusta erottamista ja hyvin karsittu lukujärjestys. Myöhemmin tehtiin pedagoginen selvitys ja sovittiin oikeanlaisista tukitoimista – vain tapa kommunikoida muuttui. Uskon vakaasti, että ilman PDA-piirteiden tunnistamista diagnoosissa, John olisi nyt menetetty tapaus.” – Johnin isä

“Oletimme, että Zoe saattaisi olla autistinen, mutta hänen tarpeensa erosivat selvästi muista autistisista oppilaista, joita olimme opettaneet aikaisemmin, eikä mikään meidän tavanomaisista tukimuodoistamme auttanut häntä. Etsiessämme ratkaisuja törmäsimme PDA:han. Zoen toiminnan tarkastelu tästä näkökulmasta auttoi meitä aidosti ymmärtämään häntä ja mukauttamaan työskentelyämme rakentamalla luottamusta ja käyttöönottamalla joustavia ja yhteistyöhön pohjaavia toimintatapoja.” – Zoen opettaja

Kun olin tutustunut PDA:han, kykenin paremmin sanallistamaan kokemuksiani psykiatrilleni ja hallitsemaan kohtaamiani päivittäisiä vaatimuksia ennakoivasti. Aiemmin olin ajanut itseni monesti henkiseen, taloudelliseen ja fyysiseen umpikujaan, koska ajattelin, että minun pitäisi kyetä samoihin asioihin kuin kaikki muut.” – Tony

“Olimme hyvin hämmentyneitä erään asiakkaamme monimutkaisista haasteista ja tiimimme kyvyttömyydestä vastata hänen tarpeisiinsa monista yrityksistä huolimatta. Vaikka Sarah’illa ei ole virallista diagnoosia, saamamme PDA-koulutuksen seurauksena pystyimme kehittämään räätälöityjä lähestymistapoja, jotka ovat olleet erittäin tehokkaita. Näitä toimintatapoja hyödyntämällä Sarah voi nyt elää omassa kodissaan vartioidun sairaalan sijaan.” – Sarah’in sosiaalityöntekijä

“Työskentely PDA-piirteisen kanssa on täysin erilainen olemisen tapa sekä asiakkaalle että minulle, mutta se toimii. Suurin haasteeni ja turhautumisen lähteeni on ollut ympäröivän palvelujärjestelmän ajattelumalli, jossa meidän tulisi olla jämäköitä, jättää pois neuvottelu ja vaihtoehtojen tarjoaminen, olla tunnistamatta PDA:ta. Tämä on toisinaan sydäntäsärkevää sekä yksilölle että hänen tukijoukoilleen.” – Benin psykologi

Lisätietoa

PDA Societyn verkkosivuilla on laajasti englanninkielistä lisätietoa PDA:sta:

- Yleistietoa PDA-piirteisille, heidän perheilleen sekä ammattilaisille
- Tietoa tukimuodoista, ladattavia materiaaleja
- Tutkimustietoa, tapaus-kuvauksia
- Ohjeistus diagnosointiin (*Practice Guidance*)
- Webinaareja ja videota, tulevia tapahtumia ja koulutuksia

PDA Society on myös sosiaalisessa mediassa: Facebook, Instagram, Twitter ja LinkedIn. PDA Society tarjoaa lisäksi koulutusvaihtoehtoja yksityisille sekä organisaatioille, kuten kouluille, lastensuojelulaitoksille, viranomaisille, järjestöille ja tukiryhmille.

www.pdasociety.org.uk

info@pdasociety.org.uk

Charity Number: 1165038

PDA Society

PDA Society tarjoaa tietoa, tukea ja koulutusta PDA:sta yksilöille, heidän perheilleen sekä ammattilaisille. Se pyrkii kasvattamaan hyväksyntää ja ymmärrystä PDA:sta osana autismikirjon monimuotoisuutta ja parantamaan PDA-piirteisten elämänlaatua keskittymällä ratkaisuihin. PDA Societyä vetää

pieni, pääasiassa vapaaehtoisten ryhmä, jonka kaikilla jäsenillä on suora kytkös PDA:han.

Lisätietoa suomeksi

Facebook-ryhmä: PDA Suomi (Pathological Demand Avoidance)

YouTube-tili: Nepsyniksejä

Tietoa yleisesti autismista: www.autismiliitto.fi

Vihkon suomennos: Katja Korja, 16.3.2022