

# *Sujuvaa koulupäivää!*

NEUROPSYKIATRISESTI OIREILEVAN  
LAPSEN KOULUNKÄYNNIN  
TUKEMINEN

MATLEENA AULAKOSKI & TIINA ISOKOSKI  
CENTRIA AMK

1 ALUKSI

2 MYÖNTEINEN VUOROVAIKUTUS

3 OPPIMISYMPÄRISTÖ

4 AISTIERITYISYYKSIEN  
HUOMIOIMINEN

5 STRESSINSÄÄTELYN KEINOT

6 TOIMINNANOHJAUKSEN KEINOT

7 ITSETUNNON TUKEMINEN

8 LÄHTEET



# 1 Aluksi

TÄMÄ OPAS ON TEHTY SINULLE, JOKA TOIMIT NEUROPSYKIATRISESTI OIREILEVAN LAPSEN KANSSA KOULUTYÖSSÄ. OPPAASSA ON OTETTU HUOMIOON YLEISIMMÄT NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT: ADHD, ADD, TOURETTEN OIREYHTYMÄ JA AUTISMIKIRJON HÄIRIÖT. TÄMÄN OPPAAN AVULLA JAAMME KEINOJA JA TOIMINTAMALLEJA, KUINKA TUKEA NEUROPSYKIATRISESTI OIREILEVAA LASTA KOULUNKÄYNNISSÄ.

OPAS ON TOTEUTETTU OPINNÄYTETYÖNÄ RAUDASKOSKEN KOULULLE CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULUOPIKSELIJOIDEN TOIMESTA.



## 2 Myönteinen vuorovaikutus

- HYVÄKSY LAPSEN ERILAINEN TAPA TOIMIA AINA, KUN SE ON MAHDOLLISTA.
- KÄYTÄ HELPOSTI YMMÄRRETTÄVISSÄ OLEVIA SANOJA.
- PYSÄHDY KUUNTELEMAAN LASTA, LASKEUDU FYYSISESTI LAPSEN TASOLLE JA OLE LÄSNÄ.
- ANNA LAPSELLE VAIN YKSI TOIMINTAOHJE KERRALLAAN JA KÄYTÄ OHJEEN ANTAMISEEN MONENLAISTA TAPAA, KUTEN KUVAT, OSITTAMINEN, KIRJOITTAMINEN, MALLINTAMINEN.
- SUHTAUDU LEMPEÄSTI JA HYVÄKSYVÄSTI ERILAISUUTEEN.
- MUISTA KOSKETUS JA KATSEKONTAKTI.
- SUUNNITTELE JA STRUKTUROI TOIMINTA AINA, KUN SE ON MAHDOLLISTA.
- VAHVISTA OHJAAMISTA JA VÄHENNÄ VAATIMUKSIA, KUN HUOMAAT, ETTÄ LAPSI ON VÄSYNYT.



OLE AIDOSTI KIINNOSTUNUT  
LAPSEN TUNTEISTA JA AJATUKSISTA

# 3 Oppimisympäristö

- RAUHALLINEN, SIISTI JA SELKEÄ LUOKKATILA.
- KARSI YLIMÄÄRÄISET AISTIÄRSYKKEET.
- AIKUISEN LÄSNÄOLO JA SAAVUTETTAVUUS.
- LUOKAN VALAISTUKSEN JA LÄMPÖTILAN HUOMIOIMINEN.
- VAKIO ISTUMAPAIKKA LUOKASSA JA RUOKALASSA, MYÖS AIKUISELLE.
- LAPSEN PULPETIN YMPÄRILLE VOI RAJATA TEIPILLÄ OMAN REVIIRIN, JONKA SISÄLLÄ LAPSI VOI TUNTEA OLONSÄ TURVALLISEKSI.
- SOPIVA VIRIKE ISTUMAPAIKALLA: SINITARRA, KUMINAUHA TAI NYSTYRÄTYÖNY.
- SERMI/MAHDOLLISUUS OMAAN TILAAN.
- TAUOT JA OHEISTOIMINNAN SALLIMINEN.
- KAIKILLA TAVAROILLA ON NIMETTY/KUVALLINEN PAIKKA.
- ERILAISET AISTIVÄLINEET OVAT HELPOSTI SAATAVILLA.

RAUHOITTAVIA VÄREJÄ OVAT  
VAALEANSININEN JA -  
VIHREÄ.

RYHMÄYTYMINEN JA LUOKAN  
POSITIIVISEN ILMAPIIRIN TUKEE  
OPPIMISTA.

# 4 Aistierityisyyksien huomiominen

Aistisäätelyn vaikeus	Esimerkkejä tukikeinoista	Esimerkkejä, mitä tulisi välttää
Tuntoaistin yliherkkyys	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tasainen kosketus (kämmen)</li><li>• Painotuotteet</li><li>• Oma tila rauhoittumiseen (maja, turvapesä)</li><li>• Painavien tavaroiden kantaminen</li><li>• Jonossa ensimmäisenä tai viimeisenä</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hipsuttelu/kevyt kosketus.</li><li>• Liian stimuloivat tekemiset.</li><li>• Rauhoittaminen sylissä.</li><li>• Vaatteet, joissa on esim. pesulaput.</li><li>• Pakottaminen aistikokemuksiin, esim. ruokailu.</li></ul>
Näköaistin yliherkkyys	<ul style="list-style-type: none"><li>• Valojen himmentäminen.</li><li>• Aurinkolasit</li><li>• Sermi</li><li>• Istumapaikan valinta niin, ettei jatkuvaa ohikulkua tapahdu.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kovat ja kirkkaat valot.</li><li>• Liikaa kuvia seinillä tai liikkuvia ärsykeitä.</li><li>• Epäjärjestys</li></ul>
Kuuloaistin yliherkkyys	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kuulosuojaimet, korvatulpat</li><li>• Oma työskentelytila</li><li>• Ovien sulkeminen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• turhat ääniärsykkeet (kello, taustamusiikki..)</li></ul>
Aistiallergia ja aistimushakuisuus	<ul style="list-style-type: none"><li>• Veden juonti.</li><li>• Kasvojen pesu viileällä vedellä.</li><li>• Taustamusiikki</li><li>• Runsaasti kuvia seinillä.</li><li>• Mausteiset ruoat</li><li>• Terapiapallo, nystyrätyyny, sinitarra.</li><li>• Aktivointi kosketuksella tai puheella</li><li>• Kohdevalaistus</li><li>• Purukoru, purukumi tai pastilli.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Liian pelkistetty ympäristö</li><li>• Liian vähän taukoja</li></ul>

# 5 Stressinsäätelyn keinot

- VÄLITUNTI OMASSA RAUHASSA ESIM. LAPSI VIETTÄÄ VÄLITUNNIN SISÄLLÄ.
- AISTIÄRSYKKEIDEN HUOMIOIMINEN.
- TOIMINNAN TAVOITTEET JA VAATIMUKSET LAPSELLE SOPIVIA.
- HENGITYS- JA RENTOUTUSHARJOITUKSET.
- KOMMUNIKAATIOTAITOJEN OPETTELU ESIM. AVUN PYYTÄMINEN.
- ETUKÄTEEN SOVITUT KEINOT KUORMITUKSEN LASKEMISEEN, ESIM. NÄYTTÄMÄLLÄ AUTA KUVAA VOI LAPSI SIIRTYÄ SOVITTUUN PAIKKAAN.

LAPSI EI OMAKSU TOIMIVAA STRESSINSÄÄTELYKEINOAA, JOS HÄN KOKEE SEN RANGAISTUKSENA.




# 6 Toiminnanohjauksen keinot

- STRUKTUURI KAIKESSA TOIMINNASSA ESIM. KUVALLINEN PÄIVÄJÄRJESTYS JA TIME TIMER.
- ENSIN, SITTEEN, LOPUKSI TOIMINTAJÄRJESTYS.
- TAVOITTEIDEN TIETOINEN ASETTAMINEN JA NIIDEN PORRASTAMINEN.
- ALOITTAMISRUTIINIEN LUOMINEN.
- MOTIVAATION HERÄTTÄMINEN.
- SUUNNITTELU JA HYVÄ ENNAKOINTI.
- SELKEÄT, PILKOTUT JA LYHYET OHJEET.
- TUKEMINEN SIIRTYMÄ JA MUUTOSTILANTEISSA.
- KANNUSTA JA KEHU YMMÄRRETTÄVÄLLÄ TAVALLA.
- PALKITSEMISJÄRJESTELMÄ ESIM. PALKINTOTUNNIT, HELMIEN KERÄYS TAI TARRAVIIHKO.
- KONTROLLIMENETELMIEN HARJOITTELU (PYSÄHDY, MIETI, TOIMI).

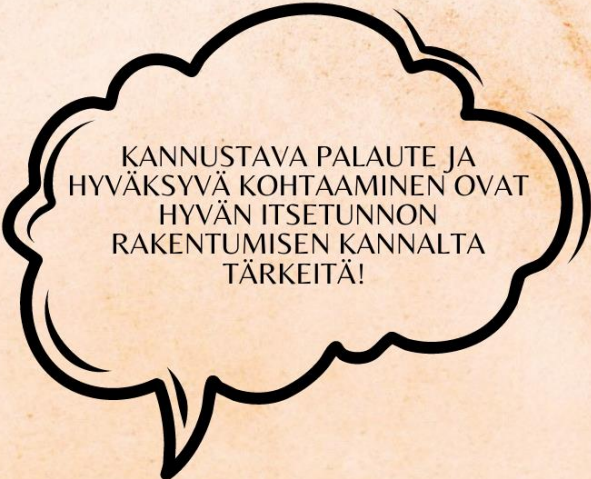




# 7 Itsetunnon tukeminen



TUNNE RYHMÄÄN  
KUULUMISESTA  
TUKEE ITSETUNTOA.



KANNUSTAVA PALAUTE JA  
HYVÄKSYVÄ KOHTAAMINEN OVAT  
HYVÄN ITSETUNNON  
RAKENTUMISEN KANNALTA  
TÄRKEITÄ!

- LUO LUOKKAAN KANNUSTAVA JA POSITIIVISUUTTA VAHVISTAVA ILMAPIIRI.
- ÄLÄ VERTAILE LAPSIA KESKENÄÄN.
- ANNA KANNUSTAVAA JA VÄLITÖNTÄ PALAUTETTA.
- KANNUSTAVA PALAUTE VOI OLLA MYÖS NONVERBAALISTA ESIM. PEUKKU TAI KANNUSTAVA HYMY.
- KERRO LAPSELLE HÄNEN VAHVUUKSISTA JA OSAAMISESTA.
- EPÄONNISTUESSA KANNUSTA LASTA YRITTÄMÄÄN UUELLEEN.
- HUOMIOI JO YRITTÄMINEN.
- MADALLA TAVOITTEET, JOTTA LAPSI SUORIUTUU NIISTÄ VARMASTI.
- MUISTUTA ONNISTUMISISTA.
- ANNA MAHDOLLISUUS TEHDÄ MIELUISIA ASIOITA.

# 8 Lähteet

HALONEN-MALLIARAKIS, N. PARIKKA, J. & PUUSTJÄRVI, A. VAIKEUDESTA VOIMAKSI. NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT JA NIIDEN HUOMIOIMINEN KOULUSSA. 2017. HELSINKI. OY FINN LECTURA AB.

OKSANEN, J. & SOLLASVAARA, R. ESTEILLE HYVÄSTIT. OPAS AUTISMIKIRJON SEKÄ ADHD- JA TOURETTE-OIREISTEN LASTEN KASVATTAJILLE. 2017.2019. HELSINKI. INTO KUSATANNUS OY.

