

Vinkkejä siirtymätilanteisiin

Miten auttaa?

Toiminnanohjaus on usean eri ydintaidon yhteispeliä ja eri toimintojen tasapaino lapsen elämässä on tällöin erittäin tärkeää, jotta taidot olisivat optimaalisesti käytössä. Aluksi onkin tärkeää varmistaa, että lapsi tai nuori syö monipuolisesti, nukkuu riittävästi ja käyttää älylaitteita rajoitetusti. Näillä kaikilla tiedetään olevan vaikutusta myös toiminnanohjauksen onnistumiseen. Erilaiset tulevien tapahtumien ennakoinnin tavat sekä selkeä arjen struktuuri tukevat lasta tai nuorta, jolla on pulmia toiminnanohjauksessa. Struktuuria kannattaa myös konkretisoida esimerkiksi kuvin, vaikka lapsi tai nuori olisikin lukutaitoinen, sillä monen kanavan kautta tuleva informaatio tulee todennäköisimmin huomatuksi.

Vinkkejä siirtymätilanteisiin (liikkuminen, koulumatkat yms.)

- ennakoi edellisenä iltana seuraavan päivän tapahtumia. Pakkaa koulureppu valmiiksi ja ota esille vaatteet valmiiksi seuraavaa päivää varten
- käytä lukujärjestystä sekä kuvia tukena
- muistuta ajasta
- varaa tarpeeksi aikaa siirtymätilanteisiin, välttääksesi turhaa stressiä
- käytä apuvälineitä tarvittaessa, esim. time-timer-ajastinta/munakelloa ajan hahmottamiseksi
- pysy aikuisena rauhallisena, niin lapsikin pysyy
- rutiinit ovat tärkeitä lapsille. Pysy suunnitelmissa ja jos muutoksia tulee, kerro niistä (visuaalinen tuki kuvien/piirustusten muodossa)
- yritä pysyä positiivisena ja kannusta lasta, vaikka syntyisikin riitatilanteita
- hyödynnä leikkisyyttä siirtymätilanteissa
- muista kehua, kun lapsi onnistuu tai yrittää parhaansa

- Ohjetilanteissa ohjeista lasta toivotun käyttäytymismallin mukaisesti. Esimerkiksi: jos toiveena, että lapsi kävelee, eikä juokse, ohjeista sanomalla: “muista kävellä”. Jos ohje sisältää ei-toivotun käytösmallin, kuten esimerkiksi “älä juokse”, lapsi saattaa kuulla vain ohjeen lopun, tai se voi yllyttää toimimaan ei-toivotulla tavalla.

<https://www.familyboost.fi/miten-auttaa-lastasiirrymatilanteissa/> (Familyboost.fi)

<https://attention.se/npf/skolportal/att-vara-elev-med-npf/tips-och-strategier-fa-det-att-funka-i-skolan/motiga-mornar/> (Attention.se)