

Mitä tehdä, kun huoli lapsesta herää?

Usein vanhemmat miettivät, miksi jotkin asiat ovat lapselle niin vaikeita ja työläitä tuottaa, esimerkiksi ruokailu-, pukeutumis- ja/tai siirtymätilanteet tai tilanteet ikätovereiden kanssa. Moni pohtii, miten pärjää vanhempana ja miten perheen tilanne vaikuttaa parisuhteeseen, omaan jaksamiseen sekä lapsen sisarus- ja kaverisuhteisiin. Arki voi tuntua raskaalta ristiriitilanteiden vuoksi. Myös opettajat, lastentarhanopettajat ja muut ammattilaiset pohtivat, kuinka hyvin oma osaaminen ja jaksaminen riittää.

Ethän jää yksin miettimään ja pohtimaan arjen sujuvuutta ja mahdollisia haasteita. Älä pelkää ottaa puheeksi huoliasi tai muita mieltäsi askarruttavia asioita, vaan tuo ne rohkeasti esille.

- Ota huoli puheeksi päiväkodissa tai koulussa opettajan kanssa. Onko huolta mahdollisesti myös päiväkodissa tai koulussa vai ainoastaan kotona?
- Mieti yhdessä päiväkodin tai koulun ammattilaisten kanssa konkreettisia keinoja lapsen tukemiseksi.
- Kokeile ja arvioi tehtyjä tukitoimia päivittäisessä toiminnassa riittävän pitkään. Lisää sellaista tukea, minkä toteat toimivan.

Lähde: <https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/nepsy/arjessa.html>

Miten auttaa?

Koska toiminnanohjaus on usean eri ydintaidon yhteispeliä, kuten yllä kuvattiin, on eri toimintojen tasapaino lapsen elämässä 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 strukturi tukevat lasta tai nuorta, jolla on pulmia toiminnanohjauksessa. Strukturia kannattaa myös konkretisoida esimerkiksi kuvin, vaikka lapsi tai nuori olisikin lukutaitoinen, sillä monen kanavan kautta tuleva informaatio tulee todennäköisimmin huomatuksi.

Valmista kuvamateriaalia löytyy alla olevista linkeistä:

<https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/ennakointi.html>

https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/pkortit_koulu.html

You can find ready-made picture materials in the links below:

<https://www.tampere.fi/ekstrat/nepsy/engplkortit.html>

<https://do2learn.com/>