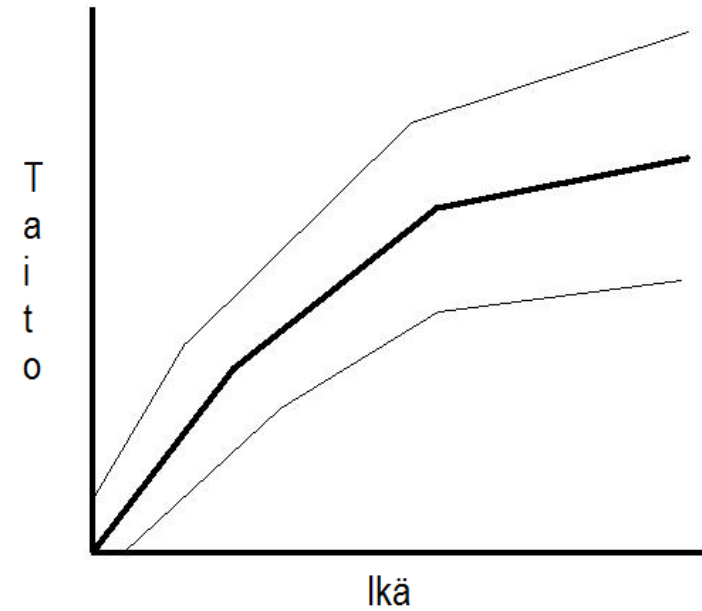
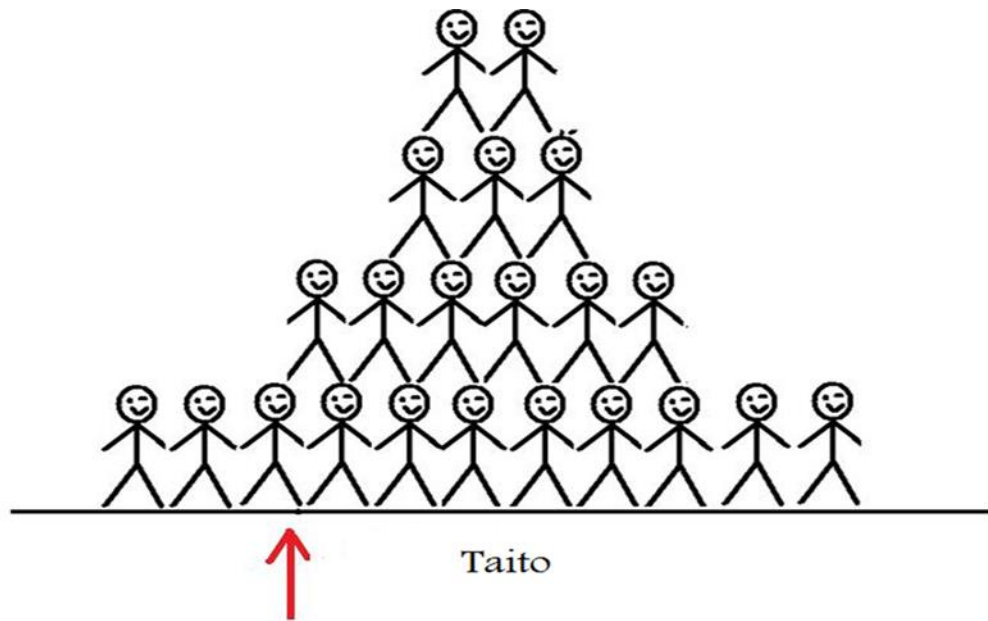


Lapsen ja nuoren terve kehitys ja kehitykselliset haasteet

Sisältö

- Psykologisten ilmiöiden luonteesta
- Itsesäätely
- Lapsen ja nuoren taitojen kehitys
- Kehitykselliset haasteet
- Yleiset tukemisen periaatteet

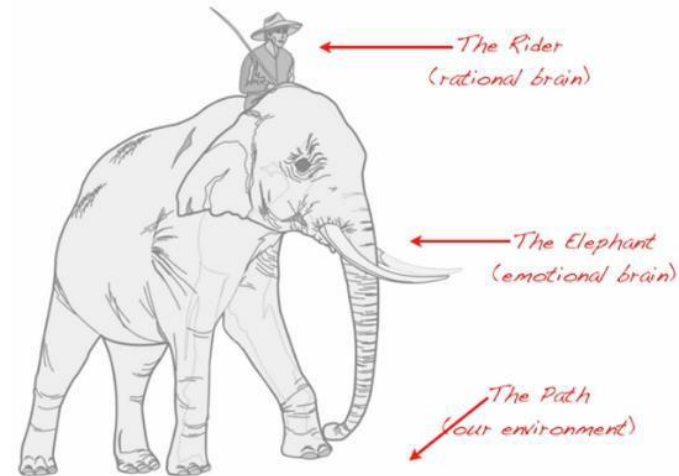
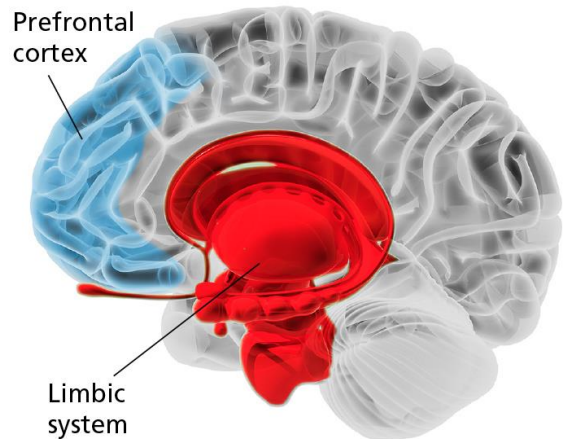
Psykologisten ilmiöiden luonne



Mitä on itsesäätely? Kuka säätelee ja ketä?

Itsesäätely

- Omien ajatusten, **käyttäytymisen** ja tunteiden muokkaamista, jotta saavutetaan pidemmän ajan päämäärä ([video](#))
- Itseen suuntautunutta mielen toimintaa



Itsesäätelyn kehitys

- Itsesäätely kehittyy voimakkaasti 3 - 7 -vuoden iässä ja kehitys jatkuu n. 20-30 -ikävuoteen asti
- Murrosiässä emotionaalisessa itsesäätelyssä voi tapahtua hetkellinen taantuminen
- Kehityksen myötä muuttuu se mikä ohjaa käyttäytymistä
 - Välitön ulkoinen ympäristö → omat päämäärät
 - Tämä hetki → ennakoitu tulevaisuus
 - Välitön palkkio → viivästetty palkkio



VALTERI

Tyypillisesti kehittyneen 5-6 -vuotiaan taidot

- Kieli ja kognitio
 - Kerronta kieliopillisesti oikeata
 - Kielellinen tietoisuus herännyt
 - Ymmärtää ajan lineaarisuuden
 - Esineiden lukumäärän laskeminen, arjen +/- laskut
- Itsesäätely kehittyy nopeasti 3-6-v
 - Kognitiivinen säätely: työmuistin kapasiteetti, joustavuus, inhibition
 - Tunnesäätely: tyydytyksen lykkääminen, käyttäytymisen säätely

Tyypillisesti kehittyneen 5-6 -vuotiaan taitoja

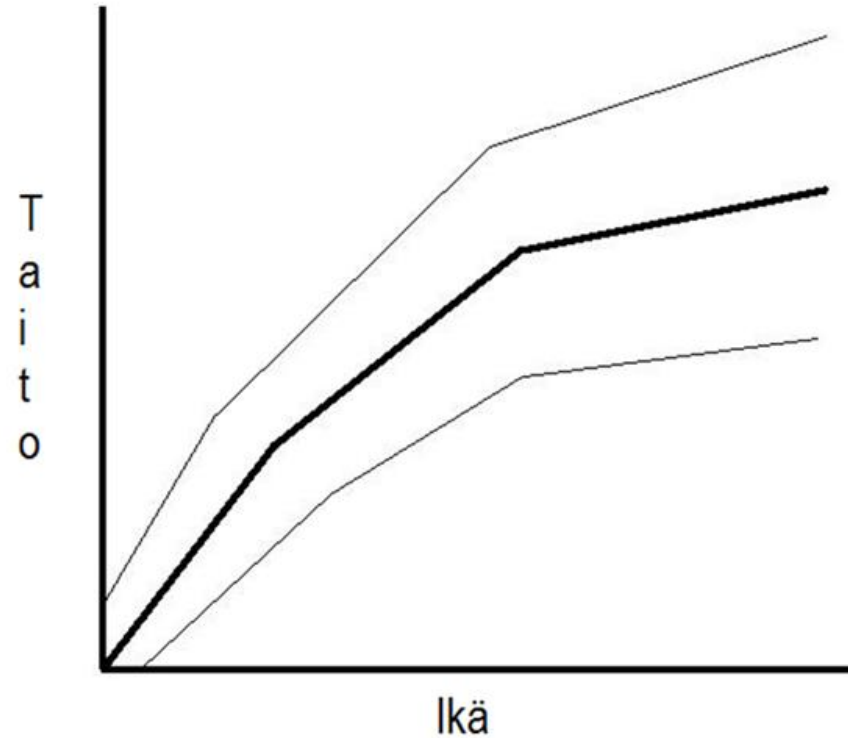
- **Leikki:**
 - Pitkäkestoisia mielikuvituksellisia roolileikkejä ja sääntöleikkejä
- **Sosiaaliset**
 - Mielen teoria (3-5-v)
 - pysyviä ystävyysuhteita
 - kykyä neuvotella
 - kavereiden mielipiteet vaikuttavat



VALTERI

7 - 12 -vuotiaan lapsen kehitys

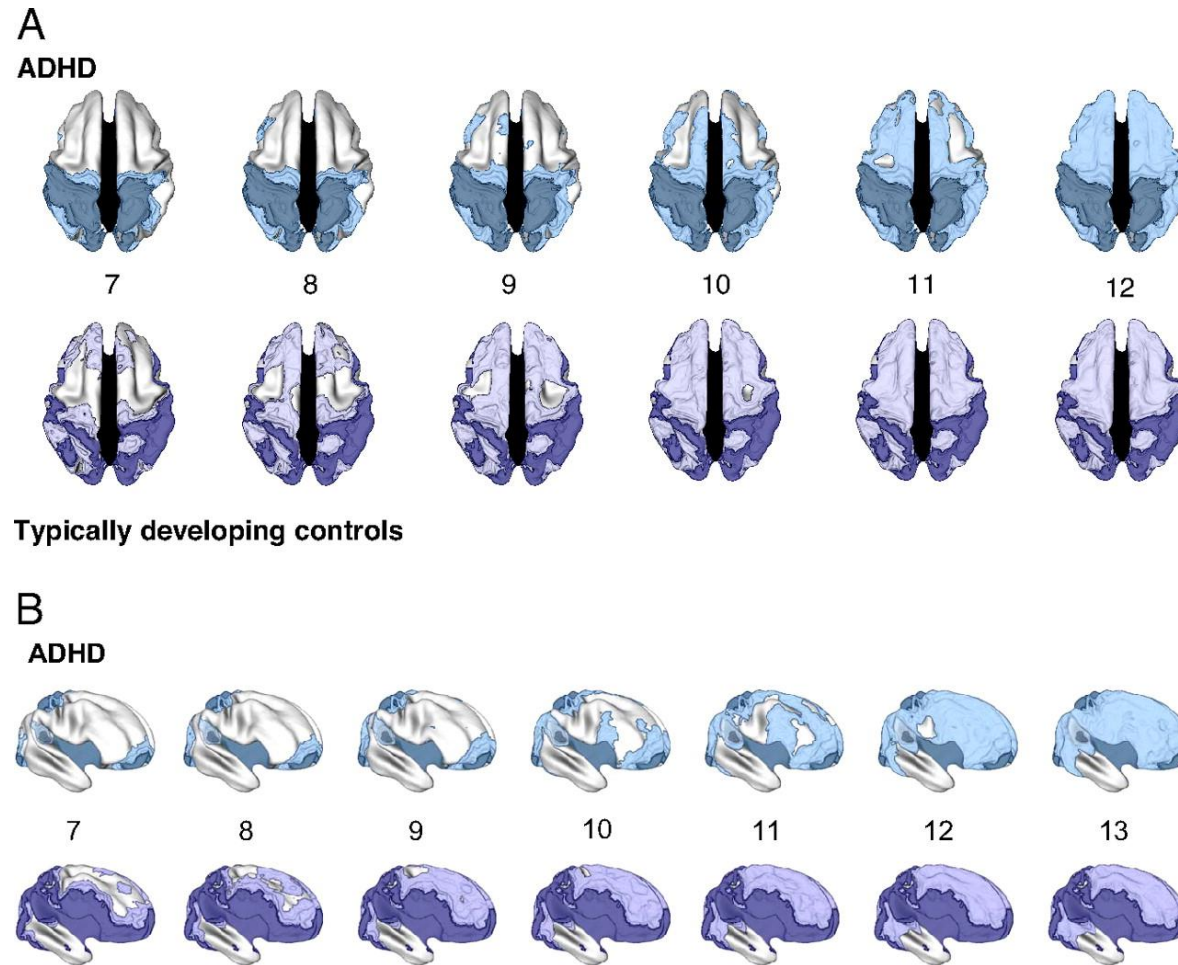
- Tasaista kehitystä
 - Kielellisissä taidoissa
 - Kognitiivisissa taidoissa
 - Itsesäätelytaidoissa
 - Sosiaalisissa taidoissa



7 - 12 -vuotiaiden tunteiden säätelyn kehitty

- Tunnistaa, nimetä ja säädellä tunnereaktioita
- Sosiaalisesti sovelias tunneilmaisu
- Ymmärrys, että aina negatiivisen tunteen aiheuttavaa tilannetta ei voi muuttaa, mutta sen tulkintaan voi vaikuttaa
- Ymmärrys, että lyhyen aikavälin negatiivista kokemuksista voi seurata pitkällä juoksulla positiivisia asioita
- Erot kehityksessä ovat lasten välillä suuria...

The age of attaining peak cortical thickness in children with ADHD compared with typically developing children.



Typically developing controls
P. Shaw et al. PNAS 2007;104:49:19649-19654

PNAS

Murrosikä ja nuoruus

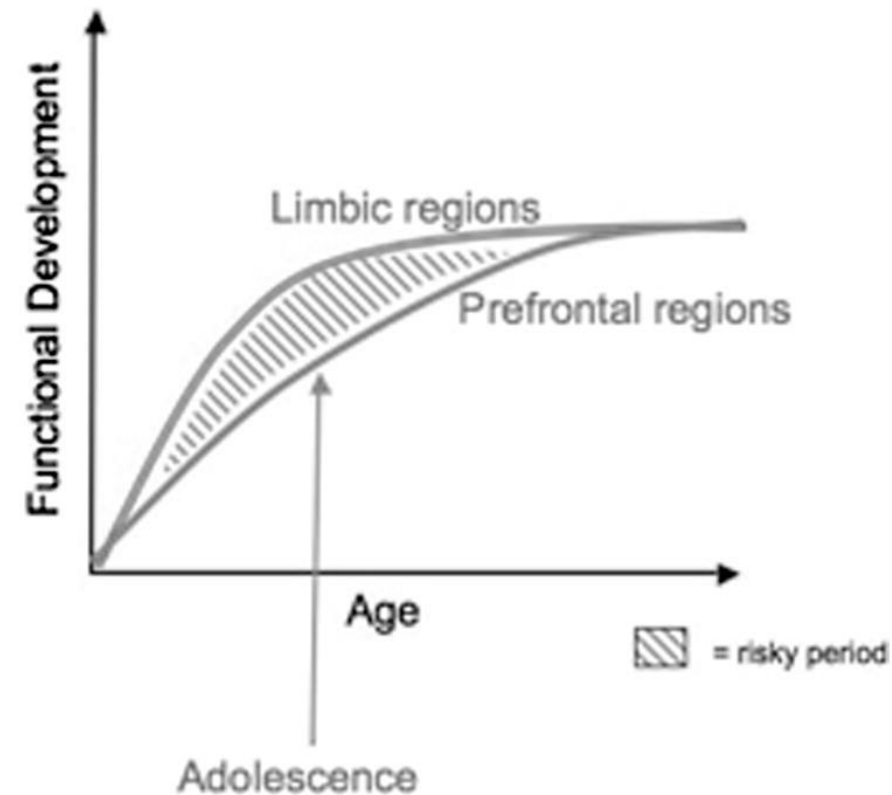
- Kehityksen päämääränä on autonomia vanhemmista ja oma identiteetti
- Varhaisnuoruus
 - Tarve irrottautua vanhemmista, suhde vaihtelee aaltomaisesti: lapsenomaisuus - korostunut itsenäisyys
 - Seksuaalisuuden herääminen
 - Tunnekuohuja ja epävarmuutta itsestä
 - Ikätovereiden merkitys kasvaa suhteessa perheeseen

Murrosikä ja nuoruus

- Varsinainen nuoruus ja myöhäisnuoruus
 - Sopeutuu muuttuneeseen ruumiinkuvaan
 - Oman identiteetin rakentaminen
 - Autonomia vahvistuu
 - Seksuaalinen identiteetti ja kuva itsestä vahvistuvat

Itsesäätely ja murrosikä

- Limbiset alueet kehittyvät voimakkaasti
 - Korostunut herkkyys (sosiaalisille) emotionaalisille vihjeille
- Etuotsalohkot kehittyvät hitaasti
- Em. takia itsesäätelyn puutteita emotionaalisissa tilanteissa



Kuva: Casey, Jones & Hare, 2008

**Kehityksellisissä haasteissa on usein
kyse lapsen ominaisuuksien ja
ympäristön vaatimusten välisestä
epäsuhdasta?**

Suojaavia ja riskiä tuottavia tekijöitä

- Suojaavia tekijöitä

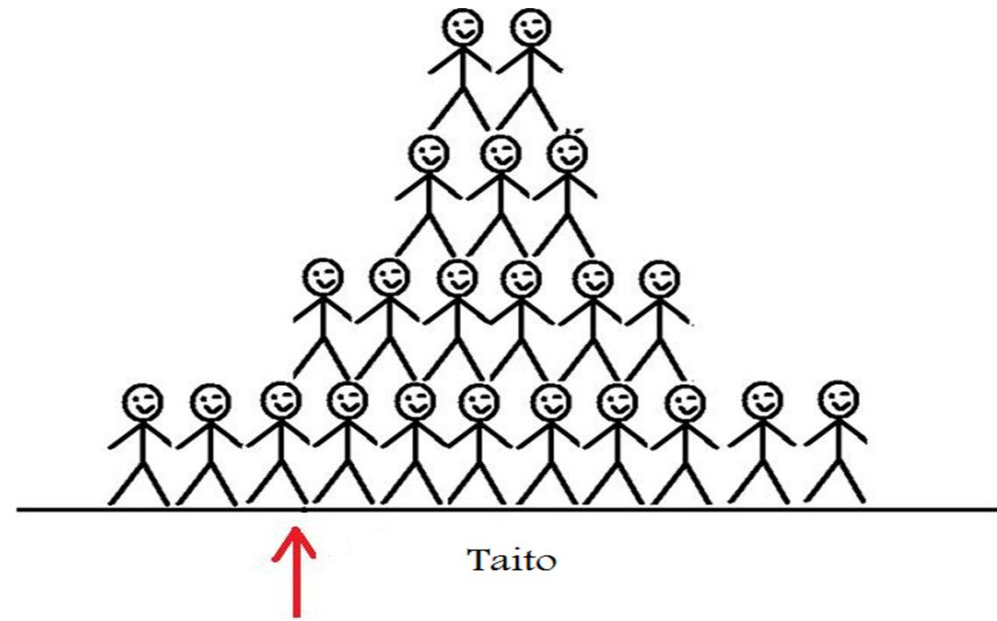
- Suojaava temperamentti
- Lahjakkuustaso
- Kokemus pärjäämisestä
- Vanhempien/aikuisten tuki
- Sisarus/ystävyyssuhteet

- Riskitekijöitä

- Krooninen stressi
- Traumaattiset kokemukset (esim. kiusaaminen)
- Kehitykselliset pulmat
- Sairaudet
- Perheen kuormitustekijät
- Perheväkivalta ja ankarat kasvatusasenteet

Oppimisvaikeudet

- Tiedonkäsittelyn heikkouksien takia henkilö ei pysty oppimaan normaalissa aikataulussa ikäodotuksen mukaisia tietoja ja taitoja
- Taustalla aivotoimintojen rakenteellinen tai toiminnallinen poikkeavuus(?)
- Keskeisimmät syyt: perimä ja varhaiset aivojen kehitykseen vaikuttavat tekijät
- Esiintyvyys 10-20%(?)



Neuropsykiatriset häiriöt

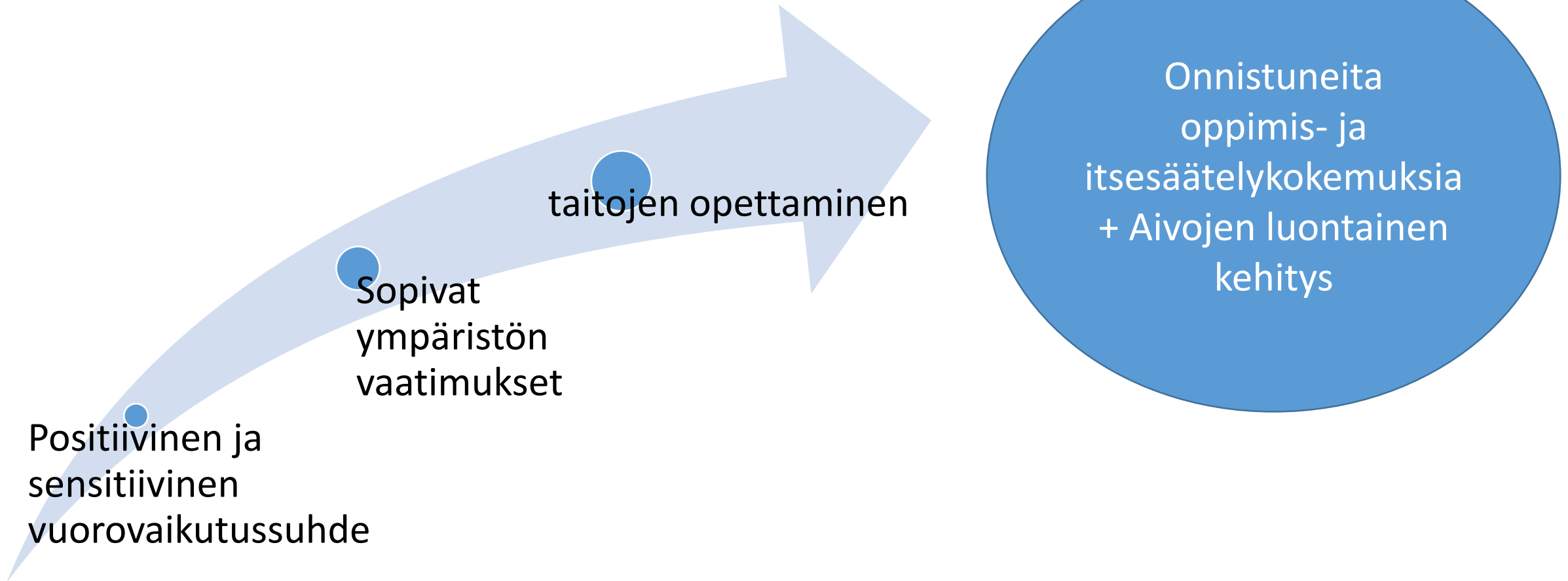
- “Psykiatrisia häiriöitä, joiden taustalla on keskeisesti neurobiologisia tekijöitä”
 - Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöt
 - Autismikirjon häiriö
 - Touretten oireyhtymä
 - Tai rinnastettava häiriö
- Keskenään suuri komorbiditeetti
- Usein tunne-elämän ja käyttäytymisen pulmia

Tunne-elämän ja käyttäytymisen pulmat

- Tapa reagoida stressiin
 - Ulkoistetut oireet
 - Häiriökäyttäytyminen
 - Uhmakkuus
 - Aggressio
 - Sisäistetyt oireet
 - Ahdistuneisuus
 - Masennus
 - Somatisaatio

Ensisijaisesti oppilaiden tukemisessa on kyse syrjäytymisen ja tunne-elämän vaikeuksien ehkäisystä?

Mikä tukee lasta ja nuorta?



Positiivista vuorovaikutussuhdetta edesauttaa

- Mukavien vuorovaikutushetkien rakentaminen arkeen (pelit, leikit yms.)
- Mahdollisuus aikuisille reflektoida omia tunteita ja ajatuksia --> työnohjaus
- Henkilökunnan kierrättäminen
- Luottamuksellisen ilmapiirin rakentaminen työntekijöiden kesken
- Suunnitelmallisuus lisää hallinnan tunnetta -> auttaa jaksamisessa

Sensitiivinen vuorovaikutussuhde

- Oppilaan tunnetilojen aistiminen ja niihin asianmukaisesti reagoiminen, eli million:
 - Vaatia ja järkeillä seurauksilla?
 - Sanoittaa oppilaan tunnereaktioita?
 - Siirtää oppilaan ajatuksia ja toimintaa muualle?
 - Jättää oppilaan toiminta huomioimatta?

Ympäristön vaatimusten muokkaaminen

- Lähtötilanteeksi on **tunnustettava** oppilaan nykyiset taidot/käyttäytyminen
- Tästä lähtötilanteesta edettävä systemaattisesti
 1. Nykyisen käyttäytymisen/taitojen määrittely ja arviointi
 2. Ympäristön ja vaatimusten muokkaaminen sellaiseksi, että lapsi tai nuori voi onnistua
 3. Tilanteen seuranta ja uudelleen arviointi → tarvittavien muutosten tekeminen

Taitojen opettaminen ja suora harjoittelu

- Oppimisvaikeuksien osalta on ensiksi oltava mahdollisimman tarkka kuvaus siitä mitä osaa ja mitä ei
 - Tämän pohjalta systemaattista ja tarpeeksi tiivistä harjoittelua ”lähikehityksen vyöhykkeellä”
- Sosiaalisten taitojen harjoittelu (esim. SOTOKU)
- Itsesäätelyn harjoittelu
 - Arjessa tapahtuva tunnepuhe ja pulmatilanteiden pohdinta jälkikäteen
 - Rentoutumisen oppiminen (esim. Rennoksi koulussa, 2016)
 - Tunnetaitojen harjoittelu (esim. Tuliko tunne, 2016)
 - Oman toiminnanohjauksen harjoittelu (Esim. Maltti -materiaali / Totaku)

Pohdinta

- Minkälainen suhtautuminen tukea tarvitseviin oppilaisiin auttaa heitä pitkällä juoksulla?

