

Nepsy-nurkka

VIHTAVUOREN KOULUN VANHEMPAINILTA

ke 23.8.2023

Arja Mäkelä

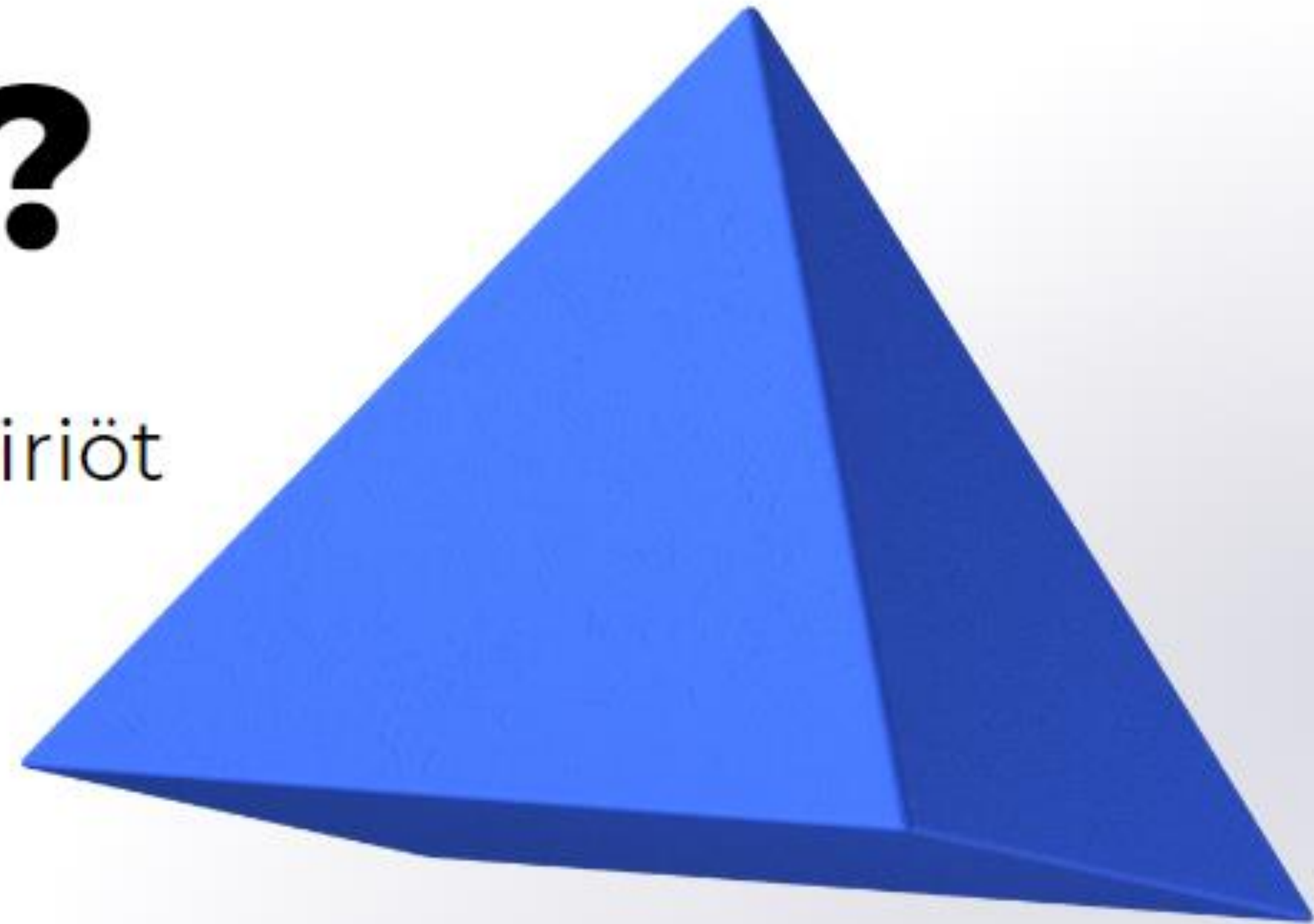




Mikä nepsy?

Neuropsykiatriset vaikeudet ja häiriöt

- ADHD (ADD)
- Autismin kirjo
- Tourette
- Aistiherkkyys



Aisteja ovat ääni-, näkö-, haju- ja makuaisti sekä tuntoaisti.

Sisäisiä tuntoaistimuksia

- **keholliset aistimukset** (lihakset, nivelet (proprioseptiivinen aistijärjestelmä) &
- **liikkeet ja painovoima** (vestibulaarinen) &
- **sisäelinaistimukset** (viskeraalinen).

Herkkä reagoiminen tai heikosti reagoiminen.

<https://www.nepsyarki.com/aistiyliherkkyys/>

Mitä on "haastavan käytöksen" taustalla?



Toimintakyvyn tukeminen keskeistä

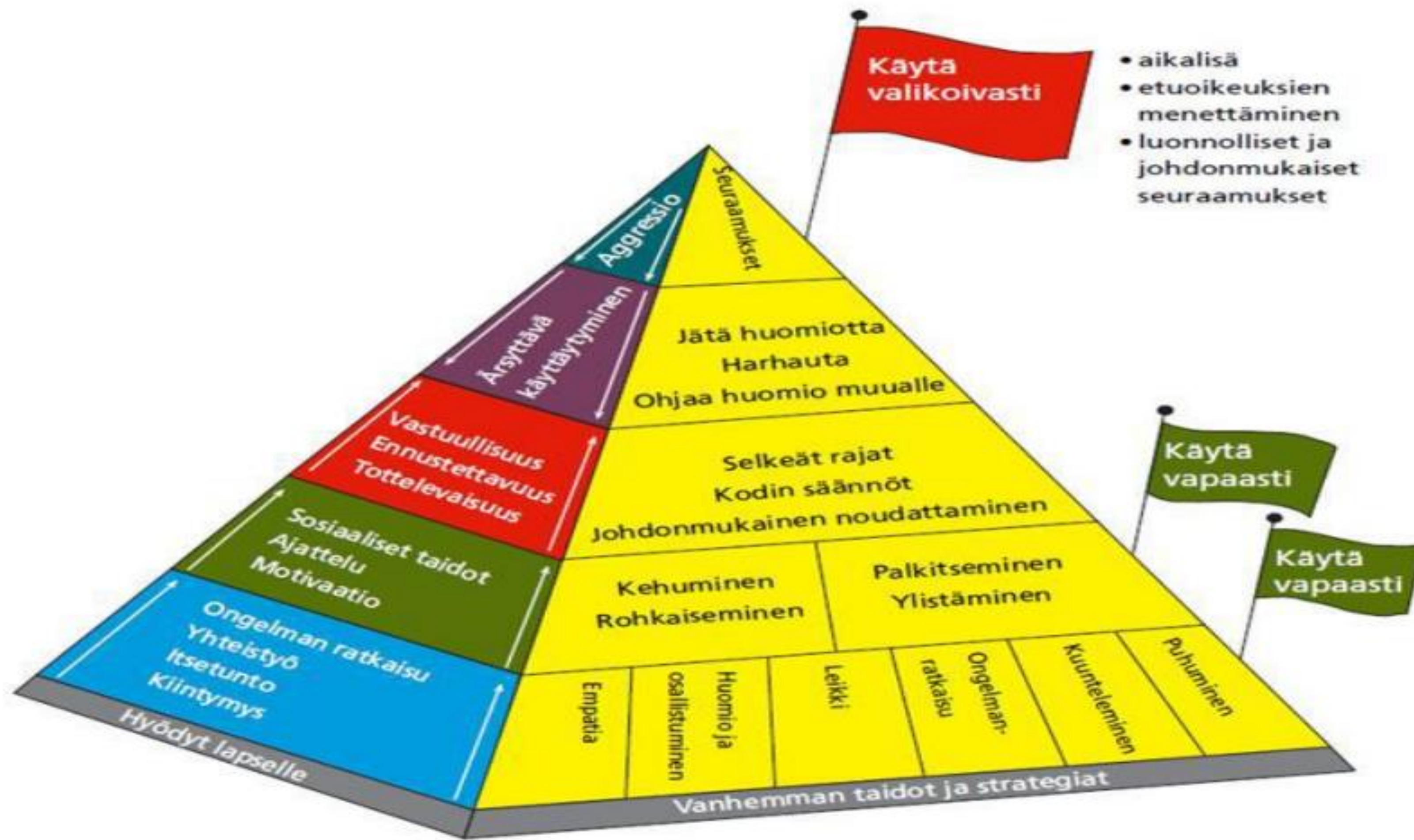
- Lasten ja nuorten hoidossa on tärkeää ohjata aikuisia käyttämään **lapsen toimintakykyä** tukevia menetelmiä kotona, varhaiskasvatuksessa ja koulussa (Käypä hoito-suositus <https://www.kaypahoito.fi/kht00070>)



**YMPÄRISTÖ
VAIKUTTAA
KÄYTTÄYTYMISEEN.**

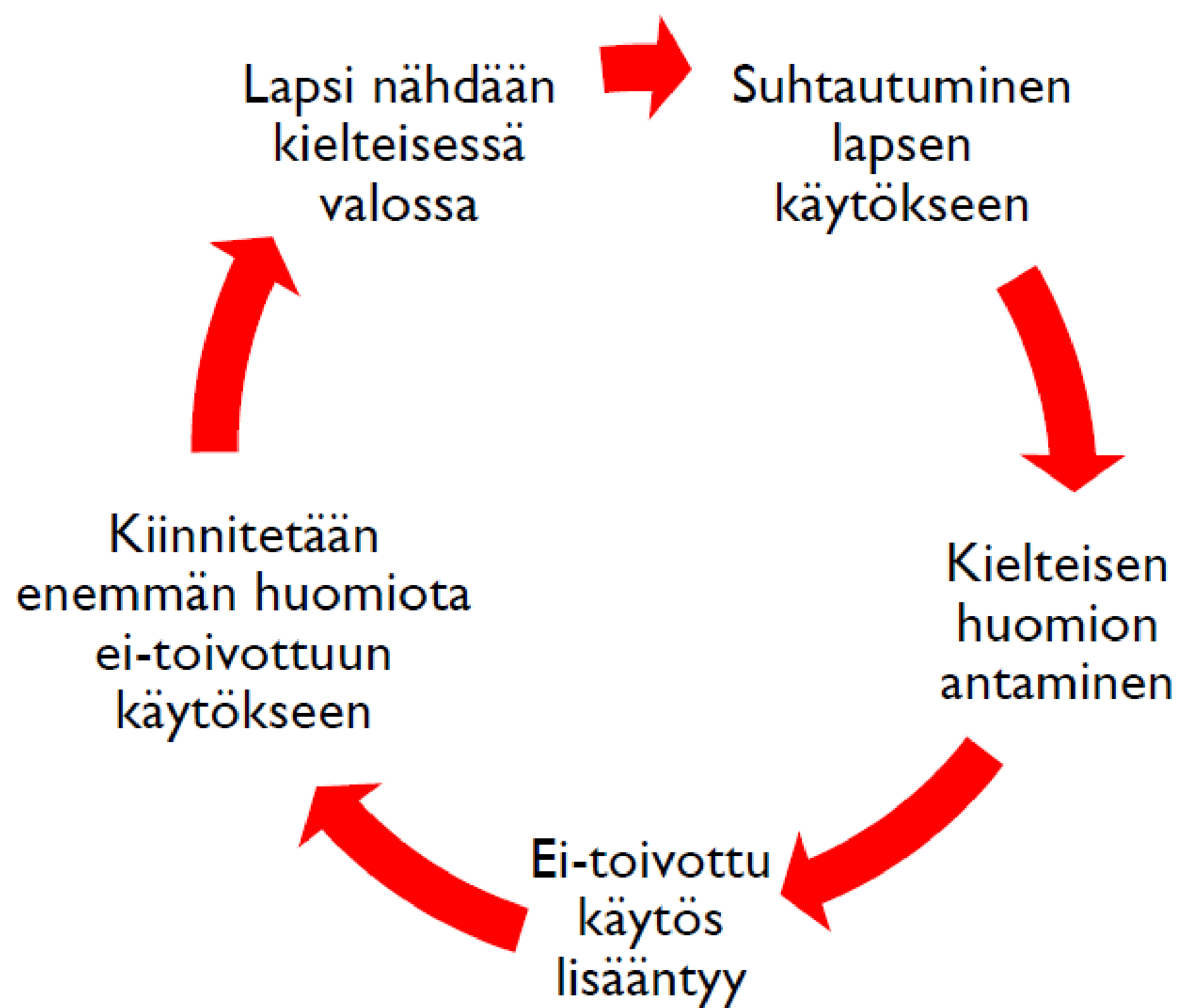
**MUUTOS LÄHTEE
YMPÄRISTÖSTÄ.**



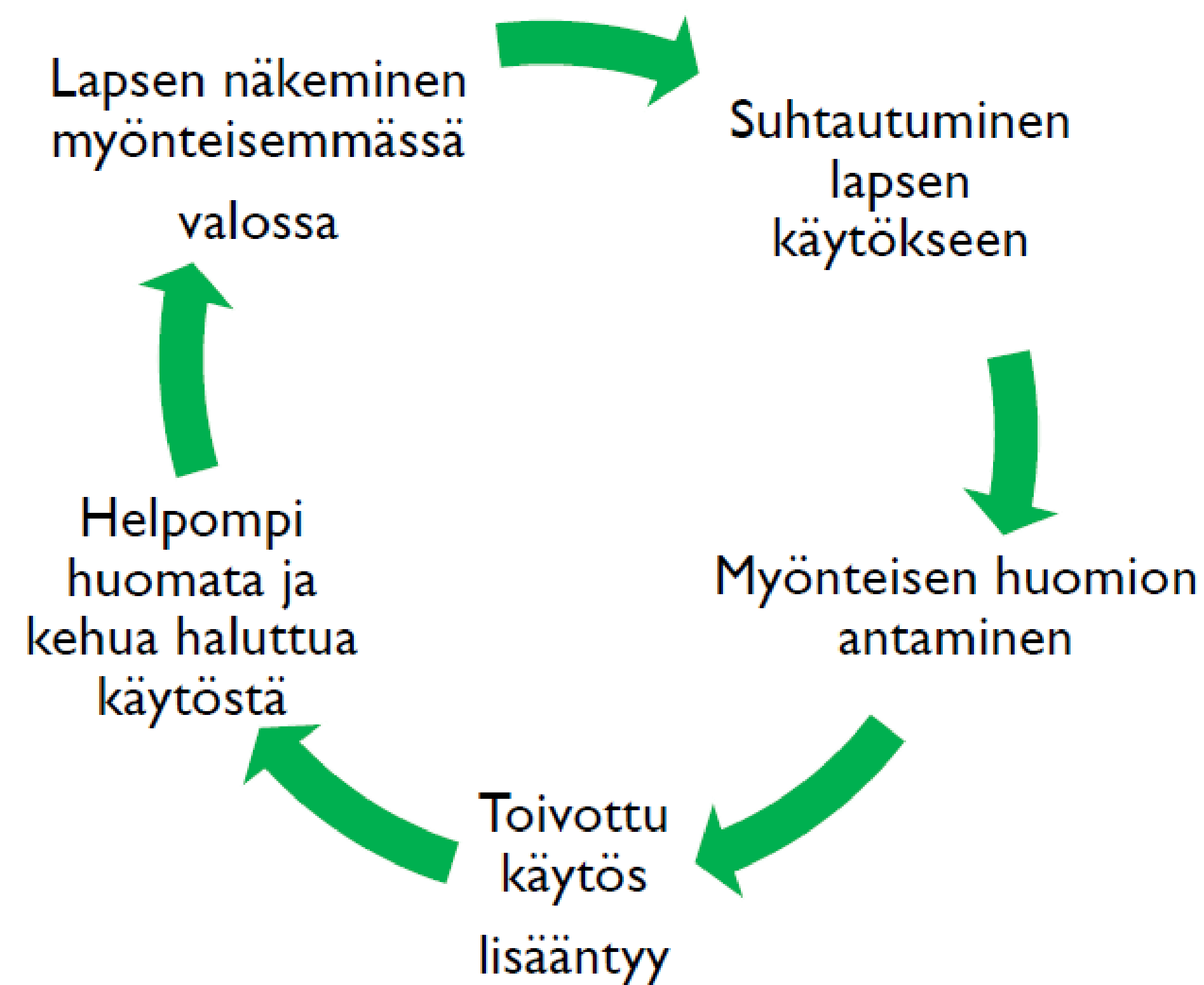


Vanhemmuuspyramidi

Kielteisen huomion kehä



Myönteisen huomion kehä





Strukturointi
Visualisointi
Ennakointi
Positiivinen palaute

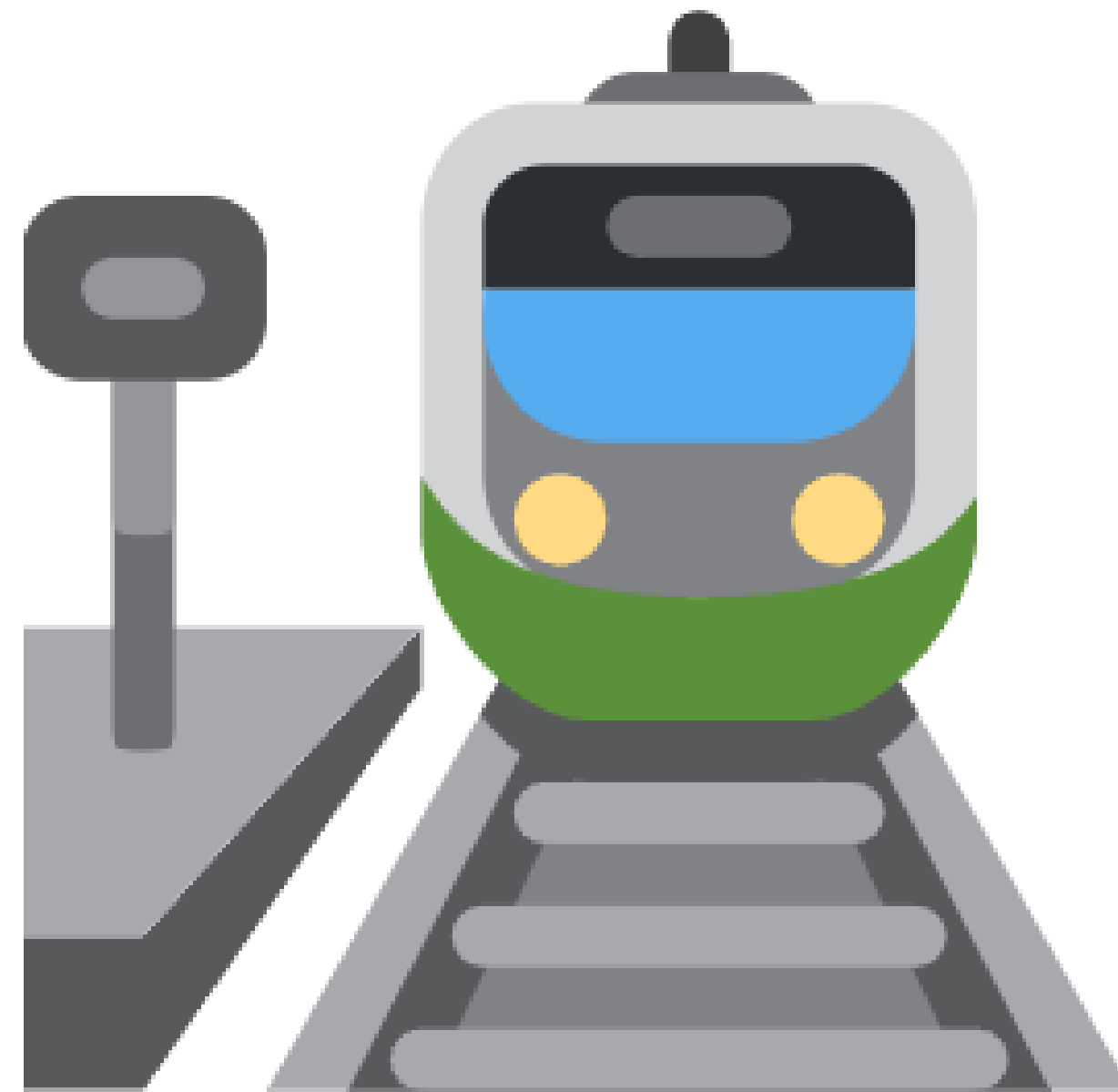


Säännöllisyys
Johdonmukaisuus
Välittömyys



NEPSY-PYSÄKKI HYPESSÄ

tiistaina 15.8.23 klo 11.15-14.00



Tulevat nepsy-pysäkit
ti 29.8.23 klo 8.30-10.45,
ti 19.9.23 klo 12-14.30 ja
ti 3.10.23 klo 8.30-11.

Takkuaako arki? Haastavatko suuret tunteet?

**Jumittavatko lähtötilanteet?
Ovatko muutokset hankalia?**

Tule keskustelemaan nepsy-pysäkille, kun lapsiperheen jäsenen keskittyminen, tarkkaavuus, toiminnanohjaus tai aistisäätelyn haasteet mietityttävät arjessa.

**Varaa keskusteluaika
perhekeskuskoordinaattori Hanna-Mari
Mäkelä p. 0405366391 tai HyPen
hanketyöntekijä Arja Mäkelä 050 366 4707.**

**Nepsy-pysäkki on maksuton ja tarkoitettu laukaalaisille lapsiperheille.
Lisätietoja HyPen nettisivulta www.hype.laukaa.fi.**



Mikä ihmeen nepsy?

Tule kuulolle ja keskustelemaan tai ihmettelemään,
mistä on kyse.

HYPEN NEPSY-KAHVILAT Teamsissa syksyllä 23

ma 21.8.23 klo 17-18.30

to 14.9.23 klo 17-18.30

ti 26.9.23 klo 17-18.30

ti 10.10.23 klo 17-18.30

Tarjolla alustuksia, kokemustoimijoita ja vertaistukea.

Ilmoittaudu <https://forms.office.com/e/FnMDkEKwHH>

Saat osallistumislinkin.

Järjestäjä Laukaan HyPe <https://hype.laukaa.fi/>

Lisätietoja arja.makela@laukaa.fi, p. 050 366 4707 tai hannamari.makela@hyvaks.fi, p. 040 536 6391.

HYPEN NEPSY-KAHVILAT Teamsissa syksyllä 23

ma 21.8.23 klo 17-18.30

to 14.9.23 klo 17-18.30

ti 26.9.23 klo 17-18.30

ti 10.10.23 klo 17-18.30

Tarjolla alustuksia, kokemustoimijoita ja vertaistukea.

Strategia-kurssi

4–12-vuotiaiden adhd-diagnoosin saaneiden lasten vanhemmille

Vanhemmilla, joiden lapsella on adhd, riittää pohdittavaa.

Kysymykset, kuten "Mitä diagnoosin saaminen merkitsee? Miltä näyttää lapseni tulevaisuus? Miten voin parhaalla mahdollisella tavalla tukea lastani? Millaisia tukitoimia koulusta voisi saada? Aloittaako lääkitys vai ei?"

askarruttavat ja niistä olisi kiva jutella muidenkin adhd-diagnoosin saaneiden lasten vanhempien kanssa.



Tämä kurssi on tarkoitettu Sinulle, jonka 7–12-vuotiaalla lapsella on diagnosoitu adhd. Kurssilla saat tietoa adhd:stä, sen syistä ja seurauksista. Saat tietoa myös siitä, kuinka adhd vaikuttaa lapsen toimintakykyyn ja koko perheeseen. Käytännönläheisten strategioiden avulla saat keinoja, joilla helpottaa arkea ja vähentää ristiriitoja. Saat tietoa myös koulun ja muun yhteiskunnan tukimuodoista.

Kurssi koostuu viidestä kokoontumiskerrasta, jotka rakentuvat luennoista ja yhteisistä keskusteluista.

Aika: to 21.9., to 28.9., to 5.10., to 12.10. ja ti 24.10.2023 klo 17.00-20.00

Paikka: Vihtavuoren koulu, Haavistontie 11, 41330 Vihtavuori

Kurssiohjaajat: Arja Mäkelä arja.makela@laukaa.fi, 050 366 4707 ja Hanna-Mari Mäkelä hanna-mari.makela@hyvaks.fi, 040 536 6391

Ilmoittautuminen viimeistään: pe 15.9.2023 jommalle kummalle ohjaajalle.



Strategia-kurssi Adhd-diagnoosin saaneiden lasten vanhemmille klo 17-20

To 21.9.

To 28.9.

To 5.10.

To 12.10.

Ti 24.10.

Nepsy-tsempparitoimintaa Laukaassa vuodesta 21 lähtien



**Nepsy-tsemppari –
yleisen tuen toimi
varhaiskasvatuksessa sekä esi-
ja perusopetuksessa**

Lähteet

- ADHD-liitto. Strategia-ryhmä. Viitattu 30.8.2023 [/https://adhd-liitto.fi/tukea/strategia-menetelma](https://adhd-liitto.fi/tukea/strategia-menetelma).
- Aistivat-diat. Pikkulapsiperheiden psykologit. Keski-Suomen Hyvinvointialue. Viitattu 23.8.2023. <https://hyvaks.fi/palvelumme/aistivat-etaryhma>.
- Karjalainen, P., Pihlaja, P., Koskenalho, N., Palosaari, O. & Kouvonen, P. 2022. Tukea arkeen! Keinoja lasten ja nuorten emotionaalisten, sosiaalisten ja käyttäytymisen taitojen tukemiseksi. Opetushallitus: Oppaat ja käsikirjat 2022: 4. Viitattu 3.3.2023. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Tukea_arkeen.pdf.
- Kultti-Lavikainen, N. 2023. Nepsy-tsempparityön diaesitys STM:ssä 21.4.23.
- Pixabay.
- Puustjärvi, A. 2022. Lievästi neuropsykiatrisesti oirehtivat lapset ja nuoret – mitä teen? <https://skooppi.fi/wp-content/uploads/Anita-Puustjarvi-Lievasti-neuropsykiatrisesti-oirehtivat-lapset-ja-nuoret.pdf>.
- Sosiaalialan digikeskus. Viitattu 30.8.2023. <https://www.facebook.com/110488177245840/photos/a.143321007295890/170670554560935/?type=3>.



Mukavaa loppukesää ja alkavaa syyskautta