



# Tarkkaavuuden tukeminen

Erja Sandberg: ADHD ja oppimisen tuki



# Huomioi yksilöllisesti

- ADHD:n ilmiäsu ja mahdolliset liitännäisoireet
- Tukitoimien arviointi säännöllisesti oireisiin nähden (keskittyminen, tarkkaavuus, impulsiivisuus, toiminnanohjaus)
- Ympäristön vaikutus mahdollistajana ja rajoittajana
- Oikeatasoinen opetus ja materiaali
- Elämänmittainen jatkumo tukitoimille
- Poikkeuksellinen vahvuus (vahva itsetunto, myönteinen minäkäsitys)



# Vahvuuksien merkitys

- Vahvuudet ovat tiedollisia, taidollisia tai henkilön persoonan vahvoja puolia.
- Vahvuudet tulee tunnistaa ja sanoittaa henkilölle.
- Vahvuuksien huomiointi tasapainottaa yksilön oireita tai ominaisuuksia, joita pidetään heikkouksina.
- Vahvuudet ovat yksilön voimatyökaluja, ja niillä on merkittävä vaikutus yksilön psyykeen, itsetuntoon ja minäkuvaan.
- Vahvuudet voivat jäädä oireiston, kuten levottomuuden tai sähellyksen taakse, mikäli niihin ei erikseen kohdenneta huomiota.



# Oppilaan tukeminen koululuokassa

- 1. Strukturoitu opetus (huomioi 15 minuutin sääntö).
- 2. Vaihtelevat työskentelyasennot ja -paikat.
- 3. Oppimisympäristön muokkaaminen.
- 4. Vaiheittainen ohjeistus.
- 5. Ennakointi.
- 6. Opetuksen eriyttäminen ylös- ja alaspäin.
- 7. Asenne.
- 8. Vahvuudet voimavarana.
- 9. Toimijoiden johdonmukaisuus.
- 10. Sosiaaliset taidot ja tunnetaidot osaksi opetusta.



# Vinkit keskittymiseen ja vuorovaikutukseen

- Mahdollista liikkuminen sopivin väliajoin.
- Toiminnan tai tunnin strukturointi on tärkeää.
- Tue oppilaan toiminnanohjausta.
- Tarjoa tukea myös sosiaalisiin tilanteisiin ja kaverisuhteisiin.
- Tue oppilasta siirtymätilanteissa.
- Havainnoi oppilaan vireystilaa.
- Anna oppilaalle positiivista palautetta onnistumisista.



# Vinkit toimintaohjeiden antamiseen

- Anna ohjeistus oppilaalle edestäpäin.
- Ota oppilaaseen katsekontakti ohjeita antaessasi.
- Anna yksi toimintaohje kerrallaan.
- Toimintaohjeiden on oltava selkeitä ja lyhyitä.
- Varmista ohjeistuksen ymmärtäminen pyytämällä oppilasta toistamaan ohje.
- Hyödynnä monikanavaista ohjeistusta esim. näyttämällä, kuvilla tai kirjoittamalla.



# Vinkit vanhempien kanssa tehtävään yhteistyöhön

- Arvosta vanhempia.
- Vanhemmat tuntevat lapsensa parhaiten.
- Tee aidosti yhteistyötä vanhempien kanssa.
- Anna kotiin myös positiivista palautetta lapsesta.



# Vinkit ympäristön muokkaamiseen

- Huomio aistiärsykkeet: äänet, valaistus, akustiikka, kosketus, hajut ja maut.
- Rajoita visuaalisia ärsykeitä.
- Mahdollista oppilaalle myös rauhallinen tila.
- Jos mahdollista, pyydä aisteihin perehtynyttä toimintaterapeuttia konsultoimaan lapsiryhmää.





# Vinkit oppilaan myönteisen kehityksen tukemiseen

- Pyri muuttamaan ei-kieltä vahvuuskieleksi.
- Huomioi oppilaan vahvoja puolia ja sanoita niitä.
- Opetä oppilaalle vahvuuksia ja keskustele niistä hänen kanssaan.
- Tue oppilaan myönteistä minäkuvaa.