

Mukavaa matkaa Nepsypakan parissa!

Olen työskennellyt pitkään varhaiskasvatuksen erityisopettajana integroidussa erityisryhmässä, jossa neurokirjon haasteet ovat osa arkea. Olen kaivannut selkeää ja konkreettista apuvälinettä, jonka avulla aikuisen hyviä toimintatapoja olisi helpompi jakaa ja ottaa puheeksi niin omassa tiimissä kuin koko työyksikössä. Sellainen materiaali muistuttaisi arkisista itsestäänselvyyksistä, jotka helposti unohtuvat hektisen työn keskellä.

Neurokirjon haasteista on ilmestynyt paljon hyvää kirjallisuutta. Itse koin kuitenkin tarvetta yksinkertaisemmalle, huomioi tämä -tyyppiselle materiaalille, jonka hyödyntäminen arjessa olisi vaivatonta ja joka tavoittaisi myös ne kasvattajat, joilla ei ole aikaa tai mahdollisuutta teoreettisen kirjallisuuden lukemiseen. En löytänyt sopivaa matalan kynnyksen materiaalia, joten päädyin tekemään sen itse – aluksi vain oman työni tueksi mutta hyvien kokemusten rohkaisemana myös

muiden saataville. Vinkit on laadittu varhaiskasvatuksen toimintakulttuuria ajatellen, mutta samat peruseriaatteet toimivat myös muissa ympäristöissä, kuten kotona, harrastusryhmissä ja alakoulussa.

Nämä neurokirjon haasteet huomioivat vinkit syntyivät Valmennuskeskus Voimavaran ja Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimialan yhteistyössä tuottaman Ratkaisukeinen neuropsykiatrinen valmentaja -koulutuksen inspiroimina. Vinkit saivat muotonsa oman ammatillisen kokemukseni pohjalta, ja ne syntyivät huikeiden asiantuntijoiden puheenvuoroja kuunnelllessani, kirjallisuuteen perehtyessäni ja koulutuksen sisältöjä käytännön arkeen peilatellessani.

Tammikuussa 2026

Liisa Tella

Nepsypakka arjen työvälineenä

Kehitykselliset neuropsykiatriset (nepsy) häiriöt ilmenevät yleensä jo lapsuudessa. Kehityksellisiin neuropsykiatrisiin häiriöihin luetaan yleisesti kuuluvaksi autismitkirjon häiriö, ADHD ja Touretten syndrooma. Neuropsykiatriset häiriöt ovat aivojen ja hermoverkoston poikkeavan toiminnan aiheuttamia häi-

riöitä, jotka vaikuttavat muun muassa havainnointiin, ajatteluun, viestintään, toiminnanohjaukseen, sosiaalisiin taitoihin sekä tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn. Neurokirjon piirteitä voi esiintyä myös lapsella, jonka haasteita ei ole diagnostisesti määriteltä.

Nepsypakan vinkit on suunniteltu tueksi erityisesti neurokirjolla olevien lasten kanssa toimiville aikuisille, ja ne on laadittu positiivisen pedagogiikan hengessä. Lapsen haastavan käytöksen takana eivät aina ole neurokirjon haasteet, mutta silti samat hyviksi havaitut toimintatavat voivat helpottaa ja sujuvoittaa yhteistyötä lapsen ja aikuisen välillä. Näiden vinkkien hyödyntämisestä arjessa ei ole haittaa kenellekään. Päinvastoin vinkit sopivat yhtä lailla hyvän peruspedagogiikan vahvistamiseen kuin kasvattajan ja opettajan oman ammatillisen toiminnan reflektointiin.

Kasvatus- ja opetustyötä tehdään vahvasti omalla persoonalla henkilökohtaisia vahvuuksia hyödyntäen. Kaikki annetut vinkit eivät ehkä sovi kaikille. Omaa toimintaa on kuitenkin hyvä pysähtyä aina välillä miettimään, ja on tärkeää tarkastella omia toimintatapoja pedagogiselta kannalta. Miten toimintani lapsiryhmässä on pedagogisesti perusteltavissa?

Vinkit voivat olla hyödyksi oman ajattelun selkiyttäjinä silloin, kun tilanne lapsen tai lapsiryhmän kanssa tuntuu haastavalta. Vinkit muistuttavat lempeästi siitä, että aikuisen toimintaa muuttamalla on mahdollista saada aikaan suuria muutoksia lapsen käyttäytymisessä.

Vinkit on jaettu viiteen teemaan: auta minua onnistumaan, turvaa oloni, kannattele minua vuorovaikutuksella, näe minussa hyvää ja rauhoita minua rutiinien avulla. Mikäli haluat hyödyntää vinkkejä korttimuodossa, leikkaa sivut katkoviivaa pitkin ja tarvittaessa laminoi tai muovita ne. Uuden teeman alussa on teeman ilmaiseva välilehti. Myös niitä voi irrotettuina hyödyntää esimerkiksi huoneentauluina. Voit irrottaa myös seuraavat kaksi lehteä, jotka sisältävät vinkkien otsikot, ja laittaa ne vaikkapa muistutukseksi seinälle.

Kirjavinkkejä

- Tuula Savikuja ja Anita Puustjärvi (toim.): Nepsy-opas. Tukea neurokehityksellisiin haasteisiin. Santalahti 2025.
- Maria Matilainen ja Salla Hewitt: Neurokirjon lapsi varhaiskasvatuksessa. Santalahti 2024.
- Maria Matilainen: Neurokirjon oppilas. Opettajan ja ohjaajan työkalupakki. Santalahti 2023.
- Tuula Niskanen ja Virpi Jussila: Nepsy-materiaalipakki ammattilaiselle. Santalahti 2024.
- Taina Sainio, Riikka Pajulahti ja Nina Sajaniemi: Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus 2021.
- Eliisa Leskisenoja: Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Toteuta käytännössä. PS-kustannus 2019.



AUTA MINUA ONNISTUMAAN

Käännä näkökulma

Muuta kiellot toimintaohjeiksi

Ohjaa valitsemaan oikea toimintatapa

Auta alkuun

Lopeta huipulla

Vähennä turhaa odottelua

Keskity avainsanoihin

Käytä kuvia

Tue keskittymistä keskittymällä

Käytä tarvittaessa ei-sanaa



TURVAA OLONI

Mieti omaa äänenkäyttöäsi

Rauhoita ensin itsesi

Puhu vähemmän

Hillitse negatiiviset tunteesi

Mahdollista lapselle jotakin omaa

Älä jätä satuttamista huomiotta

Salli tunteet

Muista johdonmukaisuus



KANNATTELE MINUA VUOROVAIKUTUKSELLA

Älä välitä ristiriitaisia viestejä

Avaa yhteys

Tee enemmän sitä, mikä toimii

Anna yksi ohje kerrallaan

Turvaa myönteinen ilmapiiri

Ole samalla puolella lapsen kanssa

Sano, mitä tarkoitat

Kohtaa, älä ainoastaan ohjaa

Muista yhteinen ilo



NÄE MINUSSA HYVÄÄ

Huomioi myös yrittäminen

Muista merkityksesi

Puhu arvostavasti

Luo positiivisia muistijälkiä

Muuta haaste tavoitteeksi

Ilahdu lapsesta

Anna lapsen auttaa



RAUHOITA MINUA RUTIINIEN AVULLA

Käytä ennakoivia toimintaohjeita

Älä korjaa sitä, mikä ei ole rikki

Pidä kiinni rutiineista

Anna aikaa

Tunnista lapsen tapa rauhoittaa itseään

Hyödynnä apuvälineitä

Anna ohje rauhoittumisen avuksi

Älä altista epäonnistumiselle

AUTA MINUA ONNISTUMAAN



KÄÄNNÄ NÄKÖKULMA



Jos lapsi käyttäytyy arjessa haastavasti, hän saa paljon negatiivista palautetta ja samalla kokemuksia epäonnistumisesta. Negatiivinen kierre ruokkii itseään, ja lapsi käyttäytyy negatiivisten odotusten mukaisesti.

Muuta tietoisesti omaa näkökulmaasi ja laita päähäsi vaaleanpunaiset lasit. Huomaa ja sanoita runsain määrin lapsen onnistumisia, positiivisia piirteitä ja vahvuuksia. Katso lasta ystävällisesti ja kehu häntä aina, kun aidosti voit, ihan pienimmästäkin syystä. Myös positiivinen kehä ruokkii itseään, ja lapsen käytös todennäköisesti muuttuu toivottuun suuntaan.

MUUTA KIELLOT TOIMINTAOHJEIKSI



Kun tarkoitat *älä juokse*, sano *kävele*. Kun tarkoitat *älä pyöri tuolilla*, sano *käy istumaan*.

Konkreettista toimintaohjetta on helpompi noudattaa. Ohje ei ole kiellon tapaan negatiivisesti väritynyt. Lapsi kokee onnistumista, kun hän pystyy toimimaan ohjeen mukaisesti.