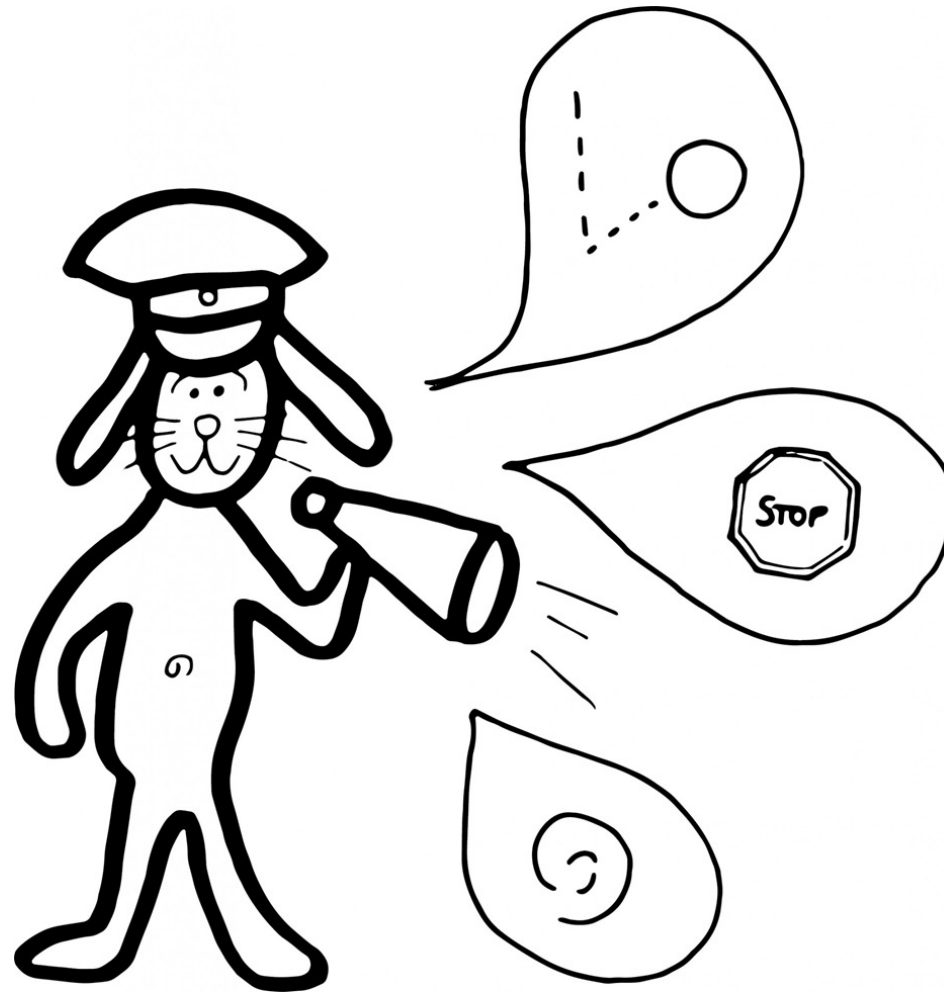




Itsesäätelytaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa leikin avulla

Liisa Klenberg
Päivi Moisio
Niina Posio
Sini Teivaanmäki

Kapteeni käskee



Ohjelma

- Toiminnanohjauksen ja itsesäätelyn käsitteet ja kehittyminen
- Parikeskustelu: toiminnanohjauksen vaikeudet varhaiskasvatuksen arjessa
- LeKe yhdessä –hankkeen esittely
- Tapaustyöskentely: Ville ja Miina

Mitä tarkoittaa itsesäätely? Entä sitten toiminnanohjaus?

Itsesäätely

- Oman **käyttäytymisen**, ajattelun ja **tunteiden** säätelyä
- Automaattinen ja **tahdonalainen** säätely

- **Onnistunut itsesäätely käsittää**



1. **Suunnan:** normit, säännöt ja omat tavoitteet
2. **Motivaation:** halu toimia näiden suuntaisesti
3. **Kapasiteetin:** kyvyt/taidot itsesäätelyn toteuttamiseen

Toiminnanohjaus perustaidot

Inhibitio

- Toiminnan hillitseminen
- Ajatusten kontrolli
- Häiriötekijöiden poissulkeminen

Työmuisti

- Lyhytkestoiseen muistiin tallentaminen
- Tarkkaavuus: havaitsemisen kohdentaminen ja ylläpitäminen
- Jatkuva sisällön päivittäminen
- Muistissa olevan informaation prosessointi

Joustavuus

- Tarkkaavuuden siirtäminen kohteesta toiseen
- Toimintatavan vaihtaminen

Monimutkainen toiminnanohjaus

- Tulevaisuuteen suuntautunut, pitkäjänteinen toiminta
- Tavoitteellinen
- Monimutkaisten toiminta- tai ajatusketjujen ohjaaminen
 - Ennakointi, suunnittelu, organisointi
 - Toiminnan jäsentäminen ja yhdisteleminen
 - Joustava strategioiden käyttäminen

Tunteiden säätely

- Toiminnanohjauksen taidot ovat välineitä sekä ajattelun että tunteiden säätelyssä

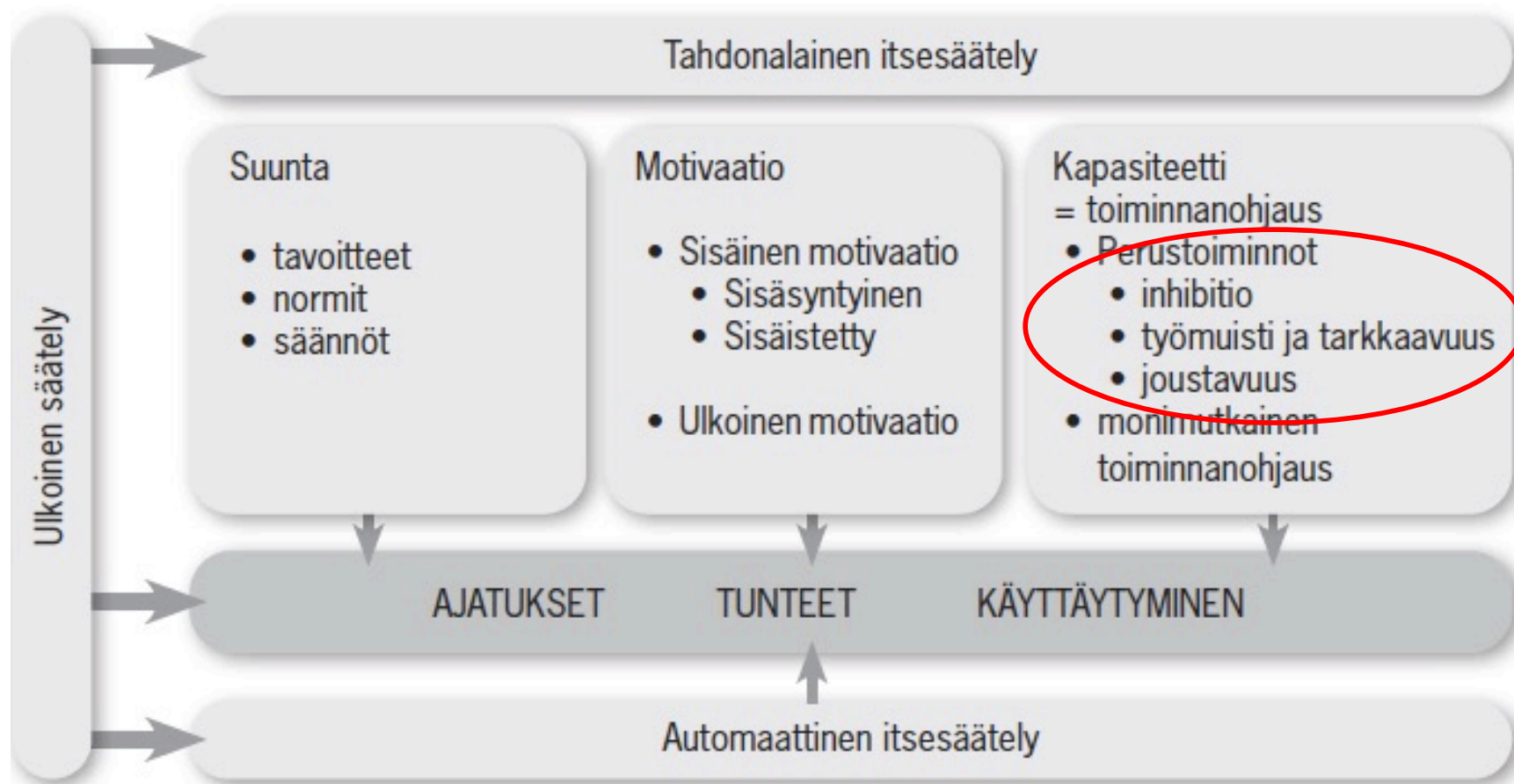
- tunnetilassa säätely on vaikeampaa verrattuna neutraaliin tilanteeseen

- negatiivinen tunnetila
- voimakas myönteinen tunnetila

-> tärkeää harjoitella toiminnanohjausta myös tilanteissa, joihin liittyy voimakkaita tunteita

- häviölle joutuminen
- epäonnistuminen
- jännittävät tilanteet
- innostavat tilanteet

Kuvio 1. Itsesäätelyn osa-alueet



Kuva teoksesta: Klenberg ym. 2020 Kummi 19. Itsesäätely ja toiminnanohjaus. Suunnan, motivaation ja kapasiteetin tukeminen koulussa. Niilo Mäki Instituutti.

Itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen kehittyminen



- Suunta & motivaatio
 - Lähiympäristön mallit
 - Kielellinen kehitys
 - Ulkoapäin tulevien sääntöjen ja normien sisäistyminen
 - Kasvava kyky ymmärtää tilanteita ja perusteita erilaiseen käyttäytymiseen
- Kapasiteetti
 - Toiminnanohjauksen taitojen kehittyminen

Toiminnanohjauksen taitojen kehittyminen

- Perimä, temperamentti
- Alle 1 v.: toiminnanohjauksen alkeita
- Ennen kouluikää (n. 3-5 v.) erityisen nopea kehityksen vaihe
 - Voi kuvastaa ennen kaikkea kykyä käyttää monia eri taitoja integroiden
- Taitojen eriytyminen iän myötä
- Normaalivaihtelu: suuret yksilölliset erot!



LeKe yhdessä -toiminnan taustaa

Aiempi hanke *LeKe* 2017-2019

- Uudesta-Seelannista tuotu toimintamalli, jolle jo tutkimusnäyttöä
- Perheille, joissa lapsella ylivilkkautta, tarkkaamattomuutta + vanhemmalla huoli tästä
- Strukturoitu ohjausryhmä vanhemmille 5 + 1 kertaa
- Strukturoitu leikkiryhmä lapsille 5 + 1 kertaa
- **Vanhemman ohjaama leikki 30 min/ pv**

→ tuloksia

- Vanhempien arvioissa intervention vaikutus näkyi
- Varhaiskasvatuksen arvioissa lapsesta ei havaittu muutosta
- Vanhemmat arvioivat intervention erittäin hyväksyttäväksi
- Interventio toteutui kiitettävän hyvin suunnitellun mukaisena (fideliteetti)

→ kokemukset, palaute

→ **VAKA MUKAAN!**

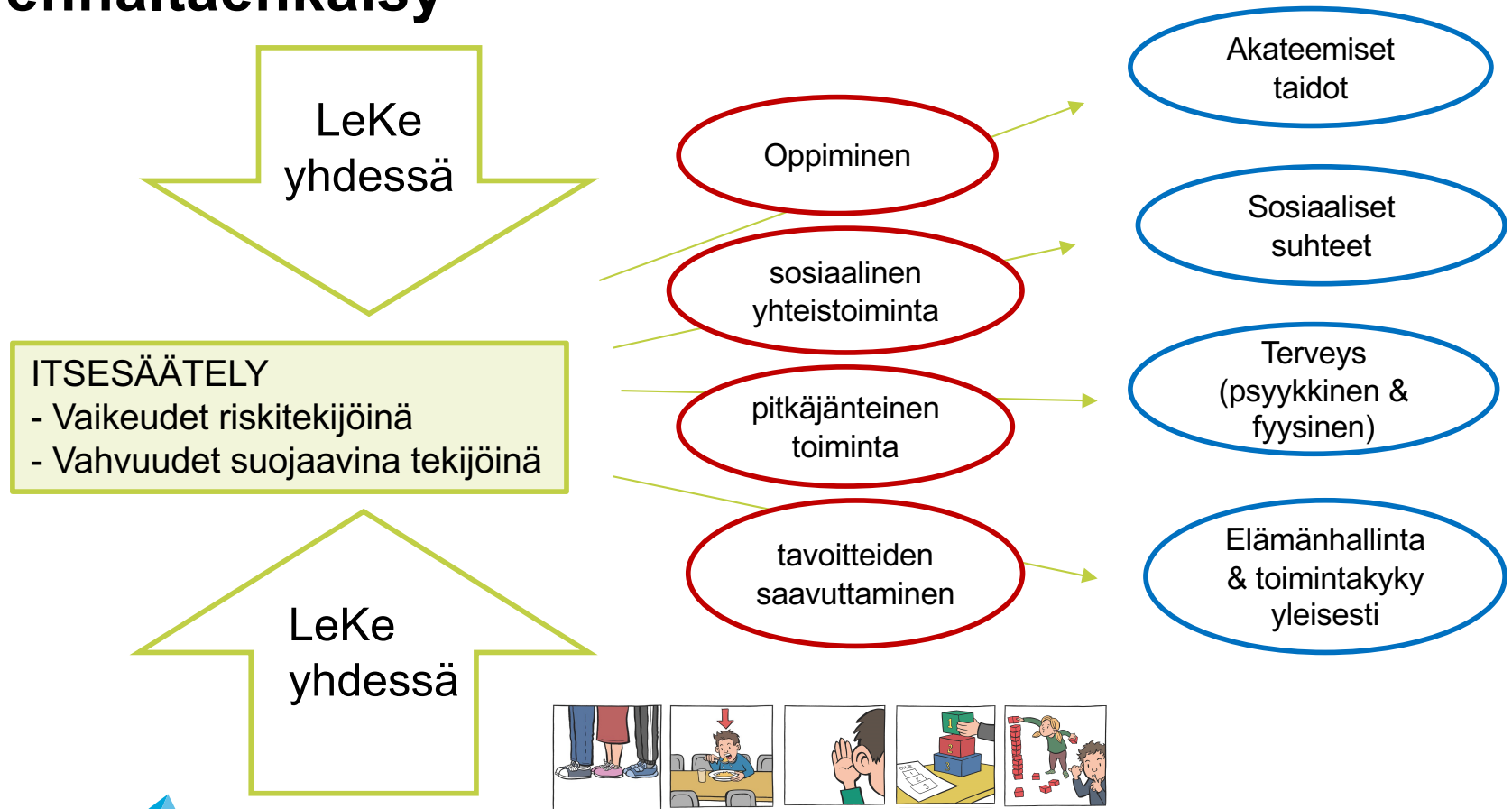


Miksi LeKe yhdessä?

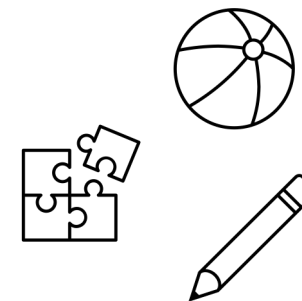
- Kokemukset LeKen toimivuudesta + tulokset vaikuttavuudesta
→ **vaikuttavuuden laajentaminen myös varhaiskasvatuksen arkeen**
- Tavoitteena osallistumiskynnyksen madaltaminen
→ **perheitä laajemmalti mukaan** (myös haastavissa elämäntilanteissa elävät perheet)
- Varhaiskasvatus luonnollinen ympäristö itsesäätelyn tukemiseen
→ **Kaikki lapset** saadaan mukaan, myös ne lapset, joiden vanhemmat eivät lähde vanhempainryhmään

LeKe yhdessä – tavoitteena:

- **Itsesäätelyn ja TO-taitojen tukeminen**
- itsesäätelyn haasteista johtuvien **ongelmien ennaltaehkäisy**



Leikitään ja keskitytään yhdessä



KOKO RYHMÄN TOIMINTA:

1) Leikkihetket

- päivittäiset n. 15 min leikkihetket kaikille ryhmän lapsille
- kesto: 6 viikkoa

2) Vanhempainilta

- leikkiohjelman käynnistyttyä LeKe-hankkeen järjestämä vanhempainilta, jossa tietoa itsesäätelyn kehityksestä ja tukemisesta sekä toiminnallisena osuutena tutustuminen LeKe-leikkeihin

Leikitään ja keskitytään yhdessä

PIENRYHMÄTOIMINTA

3) Leikkiminen pienryhmässä

- lapsille, jotka tarvitsevat ja hyötyvät leikkimisestä pienessä, samanlaisena kokoontuvassa ryhmässä
- vahvempi henkilökohtainen ohjaus ja tuki leikkimiseen, kannustus ja positiivinen palaute
- leikkihetkiä kolmesti viikossa, 30-45 minuuttia kerralla
- kesto: 8 viikkoa

4) Vanhempainryhmä

- tehostetun tuen leikkiryhmässä mukana olevien lasten vanhemmille suunnattu ryhmä
- vetäjinä: sote-puolen ammattilaiset, rinnalla yhteistyötä varhaiskasvatuksen työntekijöiden kanssa
- paikka: päiväkot
- Kesto: 8 viikkoa (6x1,5 h tapaaminen ja kaksi puhelinsoittoa kotiin)

LeKe yhdessä: WWW ja some

NETTISIVUT: keskitytaan.fi



[lekeyhdessa](#)



[leikitaanjakeskitytaan](#)



Minkälaisista yhteisleikeistä Miina ja Ville hyötyisi



Miina on rauhallinen yksisarvisia rakastava lapsi. Miina reagoi viiveellä aikuisen pyyntöihin ja kehotuksiin. Miina seuraa ympäristön tapahtumia, jolloin oma toiminta unohtuu. Miina aloittaa leikit toisten lasten kanssa, mutta aika pian vetäytyy leikkimään rinnan muiden kanssa tai yksin. Tästä asiasta Miina on puhunut kotona vanhemmille. Miina kokee, että muut lapset eivät leiki hänen kanssaan. Päiväkodissa Miina on usein viimeinen tilanteissa, joka saa hänet välillä surulliseksi.

Vanhemmat kuvaavat Miinaa: ”Herkkä, suuri ajattelija, joka elää omalla aikavyöhykkeellä”



Ville on puhelias lapsi, joka kertoo koko ajan, mitä ajattelee. Ville näyttää (kaikki) tunteensa voimakkaasti. Ville viihtyy päiväkodissa ja rakastaa rutiineja.

Ville on päiväkodissa suosittu leikkikaveri. Leikit on usein toiminnallisia. Niissä on paljon ääntä ja vauhtia. Päiväkodin kasvattajat ovat aina leikkitilanteissa läsnä, koska leikit useasti päättyvät sekasortoon ja riitoihin. Pelaamista Ville inhoaa! Hän pelkää häviämistä.

Vanhemmat kuvaavat Villeä:

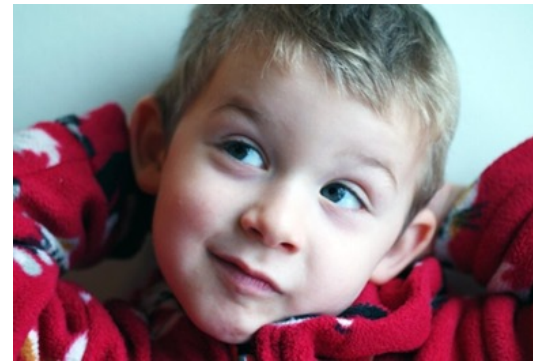
”Ihastuttava rämäpää, joka on aina keskellä kaaosta ja hiljaa vain sukeltaessaan.”

Miina



- Vahtikoira, vahtikoira, missä kellosi/luusi on?
- Musiikkipatsas
- Kurki ja sammakot
- Valokuvaaja
- Pallohieronta, satuhieronta
- Hedelmätarha, Timanttiponit
- Hillopurkit
- Maa, meri, laiva
- Kahdenkeskisiä tehtäviä nopan kanssa
- Miinan vireystilan boostaaminen ennen kuin lähdetään tekemään yhdessä / leikkimään
- Peili (toisen matkiminen)
- Pallotanssi
- Sopivan liikunnalliset leikit, jotka auttavat vireystilan nostamisessa
- Vuorovaikutusleikit

Ville

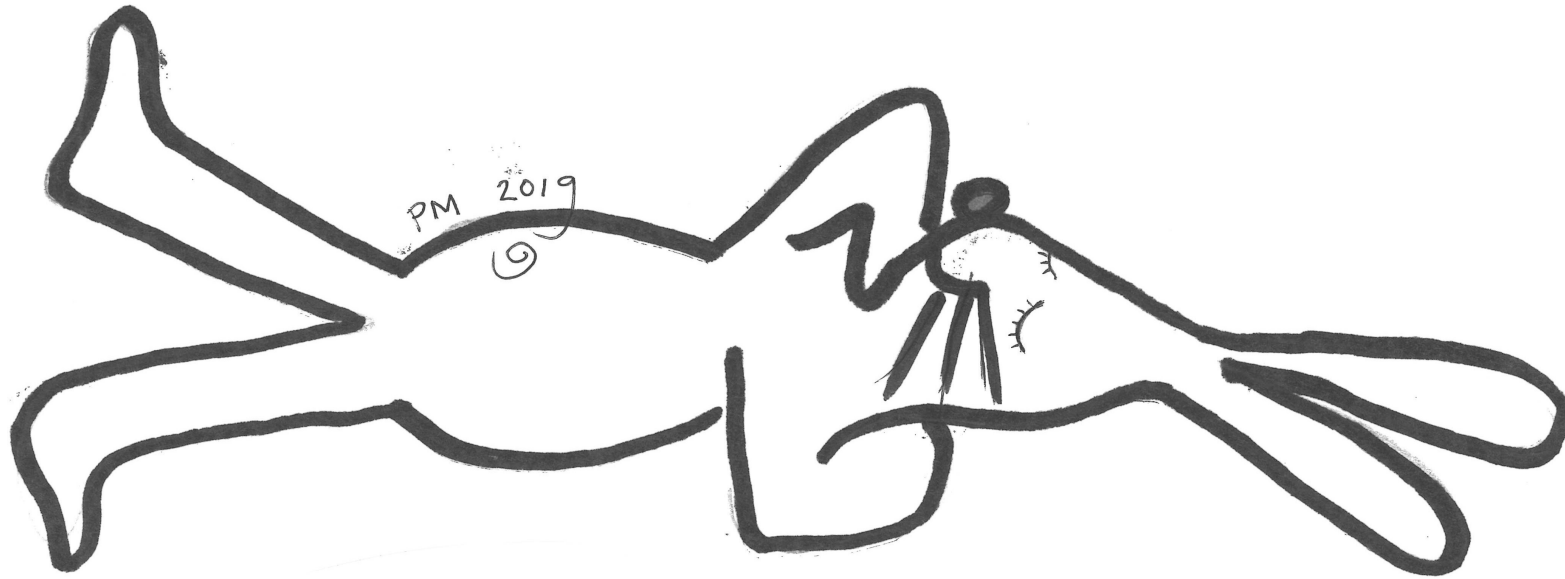


- Riehumisleikit
- Työntämisleikit
- Kauppaleikki
- Temppuradat
- Monet Miinan leikit
- Punainen valo vilahti
- Suolapatsas
- Pelit pihalla
- Kurki ja sammakko
- Liikuntaleikit joukkueena
- Painojen avulla rentoutuminen
- Time timer avuksi ajan hahmottamiseen
- Hedelmätarha
- Autopesula
- Kommervenkkaa, vemmerkonkkaa

- systemaattinen & strukturoitu menetelmä toiminnanohjauksen ja itsesäätelyn tukemiseen
 - kesto n. 4kk
 - käsikirja, leikkikuvat ja lomakkeet suunnittelua varten
- integroituu sujuvasti varhaiskasvatuksen arkeen
 - tukee itsesäätelyn, mutta myös esim. sosiaalisten taitojen kehitystä
 - leikkimisen kohdentaminen
 - ryhmäytymisen väline
 - joustava toteutus
- koulutukset alkavat näillä näkymin vuonna 2023



Rentoutuminen



Kiitos!

www.keskitytaan.fi



lekeyhdessa



leikitaanjakeskitytaan

