KUINKA TUET LASTANI MYÖNTEISESTI ?

ADHD-piirteet lapsen vahvuuksina



"Lapsen minäkuva rakentuu niistä sanoista joilla vanhemmat ja opettajat kuvailevat häntä."

ADHD-piirteet lapsen vahvuuksina

"ADHD-oireisen ihmisen aivot toimivat epälineaarisesti - hänellä on lateraalinen ajattelukyky, joka mahdollistaa mullistavat ideat." - Dale Arhcer-

Positiivisia ominaisuuksia:
kekseliäisyys, aikaansaavuus ja tehokkuus, energisyys, luovuus ja kyky ajatella "laatikon ulkopuolelta", rohkeus ja heittäytymiskyky, uteliaisuus, joustavuus, täydellinen keskittymiskyky, sinnikkyys, intuitiivisuus, kyky kyseenalaistaa ja löytää uusia näkökulmia asioihin sekä kyky unohtaa vastoinkäymiset.

Lapsen hyviä ominaisuuksia:

"Mielikuvitus on tärkeämpää kuin tieto"
-Einstein-



Viiden sormen muistisääntö

Kokeile ratkaisukeskeistä lähestymistapaa viiden vaiheen avulla.
Vaiheet helpottavat lapsen myönteistä ohjaamista.



VAIHE 1, KONTAKTISORMI:
Luodaan puheyhteys lapseen. Ota lapseen katsekontakti ja puhuttele lasta nimeltä ja lempeästi varmistaen että hän kuuntelee.

VAIHE 2, TOIVESORMI:
Ilmaise lapselle selkeästi ja konkreettisesti, miten toivot hänen toimivan. Vältä kielto-ja käskymuotoja.

VAIHE 3, HYÖTYSORMI:
Kerro lapselle mitä hyötyä on toimimisesta halutulla tavalla.

VAIHE 4, USKOSORMI:
Kannusta lasta ja kerro miksi uskot hänen pystyvän toteuttamaan halutun asian.

VAIHE 5, SOPIMUSSORMI:
Tehkää yhteinen sopimus ja kerro että autat jos lapsi tarvitsee apua.

Lapsen myönteinen tukeminen - vinkkejä ja keinoja arkeen

- Tee lapselle selväksi, että virheet kuuluvat elämään ja niiden kautta voi oppia.
- Toruessasi lasta käytä ystävällistä äänensävyä.
- Varmista, että lapsi osaa tehdä sen mitä halutaan ja hän on ymmärtänyt ohjeet.
- Hyväksy lapsen tunteet ja osoita ymmärrystä.

- Mene lapsen lähelle ja katso tätä silmiin, niin puhe tehoaa paremmin.
- Pilko ohjeet pienemmiksi.
- Huumori ja hassuttelu keventävät arkea.

- Vahvista lapsen edistymistä positiivisella palautteella: huomaa lapsen pienetkin edistyaskeleet.
- Keskity siihen mikä toimii!
- Kehu lasta myös yrittämisestä.
- Kiitä lasta kun tämä toimii toivotulla tavalla.
- Joka kerta kun kehut lasta, kasvatat näitä piirteitä hänen sisällään.

Kannustusta lapselle:

"*Hyvä! Sinnikkyydelläsi sait tehtävän suoritettua!*"

"*Huomasitko miten rohkeasti lähdit yrittämään.*"

"*Hienoa! Olen ylpeä sinusta!*"



Monella menestyneellä ihmisellä on todettu ADHD:
Uimari ja olympiavoittaja Michael Phelps, laulaja Justin Timberlake, Bill Gates, Matti Nykänen, voimistelija Simone Biles. Muita kuuluisuuksia joilla oli ADHD-piirteitä: Mozart, Einstein, Thomas Edison, Salvador Dali, J.F. Kennedy.

Lähteet ja lukusuositukset:

Ben Furman. 2018. Ratkaisukeskeisen kasvatuksen käsikirja. Bookwell Oy, Porvoo.

Anders Hansen. 2018. ADHD voimavarana. Missä kohtaa kirjoa olet? Atena Kustannus Oy, Latvia.

Mervi Juusola. 2012. Levottomat aivot. ADHD ja Asperger vahvuuksina. Otava, Keuruu.

Käypähoito.fi. 2016. Varhaiskasvatuksessa ja koulussa toteutettavat ADHD-oireisten lasten ja nuorten tukitoimet.

Jonna Oksanen ja Reetta Sollasvaara (toim.). 2019. Esteille hyvästit! Opas autisminkirjon sekä adhd- ja Tourette-oireisten lasten kasvattajille. Into Kustannus Oy, Helsinki.



– ADHD ei ole seurausta huonosta kasvatuksesta tai epäterveellisestä ruoasta. Kuitenkin ympäristötekijät voivat vahvistaa tai heikentää oireilua. –

Tekijät:
Kaija Päätalo ja Auli Sormunen
Kuvat: Auli Sormunen

Lapsi haluaa (lapsen näkökulma):

Lapsi hyötyy (tukikeinot, havainnot):

Muut huomiot:

Kirjeen tai osia siitä voi halutessaan tulostaa ja täyttää.