



FamilyBoost vinkkaa:

NÄIN TUET YLIVILKASTA LASTA

Vaali yhteistyötä

Ylivilkasta lasta autetaan parhaiten ympäristöön vaikuttamalla, ei niinkään suoranaisesti lasta opastamalla. Pohtikaa yhdessä päiväkodin/koulun kanssa, mitkä ovat hankalimpia tilanteita ja mikä niissä tekee lapsen levottomaksi, millaisissa tilanteissa lapsi on riittävän rauhallinen ja miksi, miten ympäristö (esimerkiksi ihmisten määrä, meteli, visuaaliset ärsykkeet) vaikuttaa lapseen ja millaista palautetta lapsi toiminnastaan saa.

Muista perusasiat

Kun lapsen elämässä vallitsee riittävä tasapaino levon, ravinnon ja liikunnan välillä, on helpompi keskittyä. Auta lasta ohjautumaan myös rauhoittavaan tekemiseen, kuten hieronta- tai lukuhetkeen vanhemman kanssa.

Muista selkeys

Auta lasta ohjaamaan omaa toimintaansa: Anna yksinkertaisia ohjeita, joita lapsen on helppo noudattaa: sen sijaan, että sanot ”älä hyöri ja keiku siinä tuolilla” voit sanoa ”pidä peppu tuolissa, kun syöt”. Pilko ohjeet osiin, pidä kiinni rutiineista ja käytä kuvia toiminnan tukena.

Myönteinen asenne

Levoton lapsi saa hyvin herkästi ympäristöstä kielteistä palautetta, mikä voi johtaa siihen, että lapsi alkaa nähdä itsensä kielteisessä valossa. Lapsen ympärillä olevien ihmisten tärkein tehtävä on uskoa lapseen, auttaa lasta näkemään onnistumiset ja tsempata yrittämään! Anna lapselle välitöntä myönteistä palautetta onnistumisista ja nosta puheessa esille lapsen vahvuuksia.

Hae apua tarvittaessa

Lapsi ansaitsee saada tarvitsemansa tuen esimerkiksi koulunkäynnin ja kaverisuhteiden onnistumiseksi! Levottomuutta aiheuttaa varsinaisten keskittymispulmien lisäksi erilaiset elämänmuutokset ja stressi.