

Nepsy-lapsen arjen tukeminen  
varhaiskasvatuksessa-  
Opas kasvattajille



Tehnyt: Riina Seppelvirta & Karoliina  
Seppelvirta

Neuropsykiatrisista häiriöistä tai ”Nepsyistä” puhutaan etenkin autismikirjon, ADHD:n, Touretten sekä oppimis- ja erityisvaikeuksien kohdalla.

Tukitoimia ja menetelmiä on tärkeä käyttää ja hyödyntää, vaikka lapsella ei olisikaan diagnoosia.

Oppaaseen olemme koonneet Nepsy-lasten oireiden kuvaukset ja kuinka tunnistaa niitä. Lisäksi tuomme oppaassa työvälineitä ja esimerkkejä arkeen.



# Autismikirjonhäiriö

Kuuluu: Lapsuusiän autismi, autismi, Aspergerin oireyhtymä, Rettin oireyhtymä, PDD-NOS, disintegratiivinen kehityshäiriö ja epätypillinen autismi. Autismikirjo on nimensä mukaan oirekvaltaan laaja ja se esiintyy kolmessa eri asteessa: vaikea, keskivaikea ja lievä.

Autismikirjo näkyy arjessa:

- Ihmissuhteiden ylläpito ja rakentaminen haastavaa. Päiväkodissa näkyy parhaiten leikkitaidoissa, erityisesti ”vapaassa leikissä”. Nepsykirjon lapsi tarvitsee paljon tukea vuorovaikutussuhteisiin.
- Kommunikaation haasteet. Puheen ja eleiden tunnistus haastavaa. Lapsi ei itse hae katsekontaktia ja voi vetäytyä ryhmätilanteissa.
- Rutiinit tärkeä osa arkea, kuten päiväjärjestyksen läpikäyminen aamutuokiolla. Rutiinittomuus aiheuttaa ahdistusta ja vaikeuttaa päivittäistä toimimista, ilmenee esimerkiksi jumiutumisenä.
- Kiinnostuksen kohteet voivat olla pakonomaisia, kuten vaikka virtaava vesi tai tietyt lastenroolihaamot.
- Aistin yli- ja aliherkkydet. Lapsi ei välttämättä halua pukea, koska vaate tuntuu ikävältä iholla tai syödä tiettyjä ruokia rakenteen vuoksi (yliherkkyydet).
- Motoriset vaikeudet, kuten kömpelyys tai tasapainovaikeudet

### Kuinka tukea ja toimia autismikirjon omaavan kanssa:

- Lähesty lasta rauhallisesti ja mene lapsen tasolle.
- Hyvä vuorovaikutus, luottamuksen luominen
- Vältä kosketusta, jos et tunne lasta entuudestaan
- Sanallisen kommunikoinnin olisi hyvä olla selkeää ja yksinkertaista
- Kuvat ja tukiviittomat ovat erittäin tärkeitä kommunikaation tukena.
- Selkeät päivärutiinit, jos päivärutiinit muuttuvat sanoita lapselle hyvissä ajoin tapahtuvaa muutosta. (Ennakointi)
- Lapsella vaikeutta tunnistaa muiden tunteita ja huumoria. Tunteiden nimeäminen ja ilmeet/eleet. Esimerkiksi ”Olen surullinen ja miltä minusta tuntuu, kun olen surullinen? Miksi olen surullinen?”

### Muita huomioita:

- Mikään menetelmä ei automaattisesti toimi kaikkiin autismikirjonlapsiin. Toimivat menetelmät löytyvät tutustumalla lapseen. Lapset ovat yksilöitä.
- Ryhmäkohtaisissa palavereissa tulisi jakaa toimivia menetelmiä muille kasvattajille.
- Tärkeää on lapsen tunteminen ja avoin, arvostava puhe sekä lapselle että lapsen huoltajille. Ongelmatilanteessa on hyvä keskustella myös huoltajien kanssa asiasta ja yhdessä pyrkiä löytämään ratkaisu, esimerkiksi lapsen ruokailuun liittyen.

## ADHD

Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö. Lapsen kehityksen kannalta todella tärkeää, että diagnosoidaan nopeasti, jotta ongelmat pystytään minimoimaan varhaisella tuella.

Näkyä arjessa:

- Yliaktiivisuutena ja impulsiivisuutena. Lapsi käy ylikierroksilla, eikä kykene rauhoittumaan itsenäisesti.
- Keskittymisen ja tarkkaavaisuuden vaikeutena tai kokonaan puuttumisena.
- Toimintakyvyn säätelyn haastavuutena. Tehtävien ja toimintojen aloittaminen hidasta.
- Järjestelmällisyyden puutteita. Lapsi ei osaa pukeutua järjestelmällisesti, saattaa pukea ensin toisen sukan ja sen jälkeen lähtee hakemaan kauluria. Vaatteet saattavat riisuttaessa jäädä lattialle tai tavarat eivät löydä omille paikoilleen.
- Lapsi ei malta odottaa vuoroaan.
- Ohjeiden kuuntelu ja ymmärtäminen haastavaa. Kiinnittää huomion ohjeidenanto hetkellä muualle. Ohjeet oltava konkreettisia ja yksi ohje kerrallaan.

Esim. ”Pue sukka”. Vasta kun sukka on puettu, annetaan uusi ohje ”Pue housut”.

- Äkillinen tunteiden vaihtelevuus. Iloinen lapsi saattaa muuttua äkisti aggressiiviseksi ongelman ilmetessä.
- Toisten päälle puhuminen ja keskeyttäminen.
- Paikallaan pysyminen haastavaa.
- Hypersosiaalisuus ja heittäytymiskyky.
- Valtava mielikuvitus, hyvin luovia ja kekseliäitä.
- Hyvä palautumiskyky negatiivisista asioista tai epäonnistumisista.
- Hallitsematon uteliaisuus. Lapsi saattaa kokeilla esim. patteria tai hellaa tunnustellakseen sen kuumuusastetta. Holtittomuus ja varomattomuus.

## Kuinka tukea ja toimia ADHD lapsen kanssa

- Ohjeistus yksinkertaista ja lyhyttä.
- Positiivinen ohjaaminen toivottuun tekemiseen.
- Rauhoittuminen ja päiväunet/päivälepo tärkeitä.
- Aamupiireille avuksi käsille tekemistä.  
Esim. Fidget spinner, Popit tai jokin muu stressilelu.
- Rauhallisen ympäristön takaaminen. Pienryhmä toiminta.
- Katsekontakti lapseen keskustellessa.
- Tue, kiitä ja kannusta.
- Anna lapselle aikaa tehdä asiat.
- Aikuinen joustaa, lapsi ei.
- Valitse taistelusi.
- Leikkimielisyys ja kannustaminen,
- Selkeä ohjeistus ja rauhallisuus lapsen turhautuessa.
- Rentoutushetkillä apuna painopeitto
- Vie huomiota pois negatiivisesta käytöksestä lapsen mielenkiinnon kohteella ja motivoi sillä lasta toimimaan. Esim. jos lapsi tykkää jalkapallosta, pyydä lasta piirtämään aiheeseen

liittyen tai hyvästä pukeutumissuorituksesta saa jalkapallotarran.



# Nykimishäiriöt

Nykimishäiriöihin kuuluu tic-oireet ja Touretten oireyhtymä

- Oireet alkavat noin 4–6 ikävuoden iässä.
- Nykimishäiriöt ovat toistuvia, epätarkoituksenmukaisia ja tahdotonta lihasten liikettä
- Esiintyy motorisina ja äänellisinä
- Motorisia oireita voivat olla silmien räpyttely, nenän nyrpistely, kulmakarvojen kohottaminen, suupielien nykiminen, irvistäminen, huulien nuoleskelu, olkapäiden kohottaminen ja raajojen koukistelu.
  - Monimuotoisia motorisia oireita ovat esim. hyppely ja tanssiminen.
- Äänioireita ovat huokailu, haukottelu, yskiminen, niiskutus, tuhahtelu ja viheltely.
  - Monimuotoisia äänioireita ovat kaikupuhe, omien ja toisten sanojen toistaminen ja tahaton kiroilu/säädyn puhe.
- Stressi ja jännittävät tilanteet voivat pahentaa oireita
- Varhaiskasvatuksessa tärkeä muistaa, että lapsi ei voi vaikuttaa oireisiin ja lasta ei saa myöskään rangaista esimerkiksi kiroilun vuoksi.

## Oppimisvaikeudet

Oppimisvaikeuksia on monia ja useat niistä näkyvät vasta kouluiässä.

Esikouluikäisellä voi tunnistaa jo dyskalkuliaa, joka viittaa matemaattisiin vaikeuksiin. Lapsi ei tunnista numeroita, eikä osaa luetella sujuvasti lukuja eteen- ja taaksepäin, esim. 1 2 3 4 5 ja 5 4 3 2 1.

Kehityksellinen kielihäiriö, motoriset vaikeudet ja hahmottamisen haasteet näkyvät jo varhaiskasvatusikäisellä.

Oppimisvaikeuksiin kuuluvat aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden vaikeus, joka on sama kuin ADHD.



Kehityksellinen kielihäiriö:

- Kielenkehityksen poikkeavuus ja viivästyminen.
- Tulee esiin vuorovaikutustilanteissa
- Sanavarasto kehittyy myöhään tai jo opitut sanat jäävät pois käytöstä. Luotettavimmin diagnosoitavissa 4 vuoden iässä. Kiinnitä erityistä huomiota, mikäli jo opitut sanat jäävät pois.
- Sanojen muodostaminen lauseeksi haastavaa ja kieliopin oppiminen hidasta
- Kuullun ymmärtämisen vaikeudet. Tulee esiin, kun pitää noudattaa pidempiä ohjeita lapsiryhmässä.
- Apuna kuvat ja tukiviittomat, jotka ovat kaikkien lasten kielenkehitystä tukevia apukeinoja.
- Saattaa ilmetä myös motorista kömpelyyttä, tarkkaavaisuuden häiriötä ja aistisäätelyn vaikeuksia.



### Motoriset vaikeudet:

- Tasapainon vaikeudet ja kömpelyys sekä motoristen taitojen viivästyminen
- Ryhmän kanssa monipuolisia liikuntamuotoja eri alustoilla kävely tukee motorisia taitoja. Esim. metsäretket tai tasapainoiluradat jumppasalissa.
- Kynäotteessa ja kirjoittamisessa voi olla hankaluuksia. Sorminäppäryyden kehittäminen askartelemalla. Kolmion muotoisten kynien käyttö auttavat kynäotteen harjoittelemisessa.



### Hahmottamisen haasteet:

- Vaikeus tunnistaa suuntia. Oikean ja vasemman tunnistaminen haastavaa. Lapsi ei esim. ymmärrä onko hän tuolin edessä vai takana.
- Haasteita avaruudellisessa hahmottamisessa. Näkyy mm. muotojen opettelussa ja legopalikoilla mallintaminen ikätasoisesti vaikeaa.
- Etäisyyksien ja nopeuksien arvioiminen haastavaa. Tulee ilmi mm. pallopeleissä.
- Esineiden tunnistamisen ja löytämisen haasteet. Tulee usein ilmi kim-leikissä ja halinalle-kerhon käytössä. Ne ovat myös hyviä tapoja kehittää taitoa.
- Kokonaisuuksien ja yksityiskohtien hahmottamisen vaikeus.
- Varhaiskasvatuksessa havainnointikykyä voi testata ja kehittää Beebotilla.
- Kehon hahmottamisen haasteet: Ruokailu, yhteisleikit eivät suju ja vaikeuksia pukemisessa. Lapsi ei osaa nimetä kehonosia. Oman itsensä hahmottaminen ympäröivässä tilassa on vaikeaa.
- Hienomotoriset taidot kuten saksilla leikkaaminen haastavaa.

## Aistiherkkydet

Aistien yli- ja aliherkkydet kuuluvat jokaisen Nepsy-häiriön oirekuvaan. Aistiherkkydet ovat myös niitä oireita, joista kasvattaja ei osaa ajatella, kuinka paljon ne haittaavat lapsen arkea ja jotka ajatellaan usein lapsen vastusteluna ja uhmana. Lapsi saattaa kokea tavalliset aistimukset sietämättömiksi, mikä voi johtaa kaoottiseen ja aggressiiviseen käyttäytymiseen ja tuntua jopa kipuna kehossa.

- Näköaistin yliherkkyys aiheuttaa usein valoarkuutta. Lapsi pitää silmiä kiinni tai yrittää peittää niitä. Lapselle voi tarjota hämärään tilaan menemistä tai ulkona aurinkolaseja, jos valoärsyke haittaa lapsen toimintaa liiallisesti. Näköaistin aliherkkydessä lapsi tuijottaa kirkkaita valoja kohti ja räpsyttelee valoja. Lapselle voi tällöin antaa kirkkaita värejä katseltaviksi esim. lelujen tai muiden tavaroiden muodossa.
- Kuuloaistin yliherkkydessä lapsella melu sattuu korviin ja liika hälinä alkaa ahdistaa. Tällöin lapsi peittää korvansa ja yrittää poistua tilasta. Lapselle voi ottaa käyttöön kuulosuojaimet tai tarjota omaa hiljaista tilaa, johon mennä. Kuuloaistin aliherkkydessä lapsi yrittää tuottaa

mahdollisimman paljon melua esim. paukuttamalla esineitä.

- Tuntoaistin yliherkkyys tuntuu kipuna iholla. Lapsi välttää kosketusta. Vaatteet tuntuvat ikävältä eikä lapsi välttämättä sen takia tahdo pukea. Jos mahdollista anna lapsen valita itse vaatteet. Vältä myös koskemasta lapseen. Tuntoaistin aliherkkydessä lapsi saattaa lyödä tai purra itseään. Lapsi ei välttämättä havaitse kastunutta sukkaa, kun taas yliherkkydessä se voi pilata lapsen päivän. Aliherkkydessä voi käyttää apuna painopeittoja tai hierontapalloja, sekä purukoruja.
- Hajuaistin yliherkkydessä lapsi kokee hajut vahvempana kuin muut ja ne voivat aiheuttaa päänsärkyä ja huonoa oloa. Lapsella voi olla kotoa

tuotu kangas tai pehmolelu, jossa on tuttu haju, jota haistella ja joka auttaa ulkopuolisiin ärsykkeisiin. Otathan töihin saapessa huomioon lasten mahdolliset yliherkkyydet etkä käytä voimakkaita hajusteita. Hajuaistin aliherkkyydessä lapsi hakeutuu voimakkaasti tuoksuvien asioiden ääreen. Lapsi saattaa esim. haistella roskiksia, muovailuvahoja ja maaleja. Jos ryhmäsi lapsella havaitaan tällaista toimintaa, anna hänelle haisteltavaksi esim. tuoksukortteja.

- Makuaistin yliherkkyydessä lapsi kokee ruuan maun ja rakenteen epäsopivaksi, joka saattaa laukaista oksennusrefleksin. Pyydä lasta maistamaan ruokaa, mutta älä pakota syömään, jos lapsi ei halua. Jos huomaat, että lapsella tulee oksennusrefleksi, on suurella todennäköisyydellä kyse yliherkkyydestä, joten älä pakota maistamaan uusiksi ruokaa, joka on kerran refleksin aiheuttanut, sillä se aiheuttaa sen uudestaan. Makuaistin aliherkkyydessä lapsesta tuntuu, että ruoka on mautonta ja hajutonta. Aliherkkä syö suurella todennäköisyydellä mitä vain.



## Yleisiä huomioita Nepsy-lapsen kanssa toimimiseen

- Jokainen päivä aloitetaan sanomalla ”Hyvää huomenta”, eikä jäädä edellispäivään kiinni.
- Nepsy-lasten kanssa työskentely on myös palkitsevaa.
- Tee työtä omalla persoonallasi. Lapsi aistii epäaitouden.
- Kiinnitä huomiota lapsen vahvuuksiin, ei pelkästään lapsen tuen tarpeisiin.
- Vaikean tilanteen osuessa kohdalle et ole epäonnistunut kasvattajana. Pyydä apua! Tilanne voi raueta sillä, että kasvattaja vaihtuu tilanteessa.
- Kaikki menetelmät eivät toimi kaikilla Nepsy-lapsilla. On myös tärkeää vaihdella menetelmiä ja löytää henkilökohtaisesti lapsille sopivat menetelmät. Mikä toimii tänään, ei välttämättä toimi enää huomenna.
- Kannusta, kiitä ja kehu lasta kaikesta mahdollisesta, mutta aidosti.
- Työ Nepsy-lasten kanssa saattaa välillä käydä raskaaksi. Muista keskustella tuntemuksistasi myös muiden kasvattajien kanssa.
- Rutiinit, ennakointi ja läsnäolo.
- Keskustele lapsen kehitykseen liittyvistä huolista lapsen huoltajien ja varhaiskasvatuksen erityisopettajan kanssa. Näin mahdollistat, että lapsen kasvu ja kehitys eivät vaarannu. Tuo myös lapsen kehityksessä tapahtuvia myönteisiä asioita esille.
- Nepsy-lasten kanssa aikuinen on se, joka joustaa ei lapsi. Esim. lapsi jumiutuu pukemistilanteessa, aikuinen tekee siitä kilpailun tai hauskan tilanteen.
- Aikuinen antaa lapselle turvallisia vaihtoehtoja (kaksi), joilla pääsee tilanteesta eteenpäin.
- Tekemällä työsi laadukkaasti tuet Nepsy-lapsen kasvua ja tulevaisuuden onnistumisia.