HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Miten nepsypiirteistä lasta tai nuorta voi tukea kotona ja koulussa?

Nina Mouhu
Ammatillinen opettaja (AmO), ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti, VTM, sosionomi (AMK),
hallituksen pj, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry. puheenjohtaja

Ammatillinen opettaja (AmO), valtiotieteiden maisteri (VTM) ja sosionomi (AMK)

Pääaine: sosiaalityö

Sivuaineet: psykologia ja erityispedagogiikka

Lisäksi: yleisen kasvatustieteen perusopinnot ja esiopetuksen opettajien pätevöitymiskoulutus

Ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti

ADHD-strategiaohjaaja

Työkokemus: johtaminen, sosiaalityö (lastensuojelu), sosiaaliohjaus (asumispalvelut) ja varhaiskasvatus



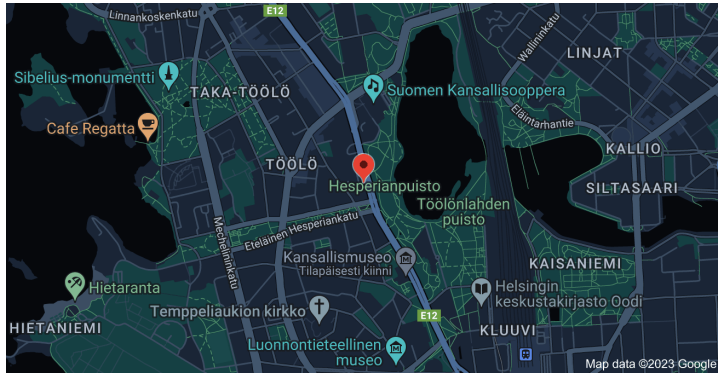
HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry



Johdanto

Oppimisen haasteet – Tunnistus ja tuki

Mitä nepsypiirteet tarkoittavat arjessa?

Nepsypiirteisen lapsen/ nuoren kohtaaminen

Miten ja missä tilanteissa tulee huomioida?

Kodin ja koulun välinen yhteistyö

Lopuksi

Mistä lisätietoa?

Lähteet

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Johdanto

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Miksi aihe on tärkeä?

- Nepsypiirteet ja oppimisen haasteet ovat yleisiä ja siksi tietoa niistä tulisi olla kaikilla lasten kanssa toimivilla aikuisilla.
- Varhainen tunnistaminen mahdollistaa oikea-aikaisen tuen.
- Oikea-aikaisella tuella on suuri merkitys kasvavan lapsen minäkuvalle olemassa olevan potentiaalin esiin tulemiselle.

Kun tavallinen arki ei olekaan tavallista, tulee aikuisen pysähtyä pohtimaan, **millainen ympäristö ja toimintatavat tukisi lapsen onnistumista.**

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Oppimisen haasteet – Tunnistus ja tuki

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Oppimisen haasteet – Tunnistus ja tuki

Oppimiseen liittyviä erityishaasteita ilmenee kaikissa yhteiskunta-, ikä-, lahjakkuus- ja ammattiryhmissä.

Synnynnäisiä, keskushermoston toiminnan poikkeavuudesta johtuvia.

Arviot erilaisten oppijoiden lukumäärästä vaihtelevat määritelmästä riippuen.

Joidenkin arvioiden mukaan oppimisvaikeudet koskettavat jopa 20 prosenttia väestöstä.

Suppein oppimisvaikeuksien määritelmä rajautuu lukemisen, kirjoittamisen ja matematiikan oppimisvaikeuksiin. **Väljästi määriteltynä oppimisvaikeuksiin luetaan myös motoriikkaan, muistiin, visuaalisen tiedon käsittelyyn ja sosiaalisten taitojen oppimiseen liittyvät kehitykselliset ongelmat sekä oman toiminnan ohjauksen ja tarkkaavuuden pulmat.**

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Oppimisen haasteet – Tunnistus ja tuki

Lukivaikeus noin 5–10%

Matematiikan erityisvaikeus noin 10–15%

Hahmottamisen vaikeus noin 4–5%

Tarkkaavuuden säätelyn haasteet noin 2–4%

Kielellinen erityisvaikeus noin 7%

Motorinen erityisvaikeus noin 5%

Päällekkäinen esiintyminen on yleistä.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Oppimisen haasteet – Tunnistus ja tuki

Oppimisen haasteet voivat näkyä mm.

- **lukemisessa,**
- **kirjoittamisessa,**
- **laskemisessa,**
- puheen ymmärtämisessä ja tuottamisessa,
- vieraiden kielten oppimisessa,
- hahmottamisessa,
- tarkkaavaisuudessa,
- toiminnanohjauksessa ja
- työmuistissa.

Haasteiden vaikeusaste vaihtelee paljon eri yksilöiden välillä.

HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Mitä nepsypiirteet tarkoittavat arjessa?

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Mitä nepsypiirteet tarkoittavat arjessa?

Lasten neuropsykiatriset haasteet (esim. ADHD, autismin kirjo, Touretten oireyhtymä, kielelliset erityisvaikeudet) näkyvät ennen kaikkea

- toiminnanohjauksen,
- tarkkaavuuden säätelyn,
- aistitiedon käsittelyn,
- vuorovaikutuksen ja
- kuormituksen säätelyn vaikeuksina.

Haasteet ovat yksilöllisiä eivätkä ne ole itse aiheutettuja tai kasvatuksesta johtuvia.

Haasteet liittyvät aivojen tapaan käsitellä tietoa.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Mitä nepsypiirteet tarkoittavat arjessa?

Neuropsykiatriset haasteet tulkitaan joskus virheellisesti:

- laiskuudeksi,
- uhmakkuudeksi,
- motivaation puutteeksi ja/ tai
- huonoksi käytökseksi.

Todellisuudessa kyse on **tuentarpeesta.**

Tukemisen edellytyksenä on haasteiden tunnistaminen ja oikeanlainen nimeäminen.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Mitä nepsypiirteet tarkoittavat arjessa?

HUOM! Nepsypiirteet ja niihin liittyvät oppimisen haasteet eivät aina näy ulospäin. **Haasteet voivat näkyä ainoastaan valtavana työmääränä, jonka lapsi tekee suoriutuakseen toiminnoissaan siten kuin toiset.**

Kaksi saman diagnoosin saanutta lasta voi tarvita aivan erilaista tukea.

Vahvuudet ja tuen tarpeet voivat esiintyä samanaikaisesti.

Varhainen nepsypiirteiden tunnistaminen ehkäisee ongelmien kumuloitumista!

Hyvä tietää: Moni neurokirjon piirteitä omaava kokee huonommuutta ja erilaisuuden tunnetta suhteessa muihin.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Nepsypiirteisen Lapsen/ nuoren kohtaaminen

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Nepsypiirteisen lapsen kohtaaminen

Kuten edellä totesimme, nepsypiirteet näkyvät erityisesti:

- arjen sujumisessa,
- ohjeiden noudattamisessa,
- kuormituksen hallinnassa ja
- sosiaalisissa tilanteissa.

Näin ollen nepsypiirteinen lapsi hyötyy

- ennakoitavuudesta,
- konkreettisista ohjeista,
- joustavista toimintatavoista sekä
- aikuisen ymmärtävästä ja johdonmukaisesta tuesta.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Miten ja missä tilanteissa tulee huomioida?

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Miten ja missä tilanteissa tulee huomioida?

Toimintaympäristön suunnittelu

Muutostilanteet

Siirtymätilanteet

Ohjeiden laatiminen ja jakaminen

Päiväkodissa/ koulussa uusien ryhmien vastaanottaminen

”Ennakoi, ennakoi ja ennakoi!”

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Miten ja missä tilanteissa tulee huomioida?

Kuvan ja **erilaiset oppimisen apuvälineet** voivat olla oiva apu!

https://www.pirha.fi/web/nepsy-neuropsykiatriset-vaikeudet/vinkkeja-nepsy-arkeen/kuinka-ohjaan-nepsy-lasta-ja-nuorta

https://www.eoliitto.fi/tuki-ja-valineet/ ja
https://www.oppimisvaikeus.fi/vinkkeja/oppimisen-apuvalineet

Lasten on hyvä tietää, millaista apua he voivat aikuisilta saada oman toiminnan ohjaamiseen ja/ tai oppimiseensa.

”Kun jokin asia toimii, niin tee sitä lisää.
Jos jokin asia ei toimi, niin vähennä sitä.”

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Miten lasta tai nuorta voi tukea kotona?

Pienillä teoilla on suuri merkitys!

1 Ennakoi ja tee arjesta ennakoitavaa



- Säännölliset rutiinit
- Kuvallinen päiväohjelma
- Siirtymistä kertominen etukäteen
- Muutosten ennakointi



2 Tue toiminnanohjausta



- Pilko tehtävät pieniin osiin
- Anna yksi ohje kerrallaan
- Auta tehtävän aloituksessa
- Käytä muistutuksia ja näkyviä ohjeita

3 Tue tunnesäätelyä ja palautumista



- Auta tunnistamaan tunteita
- Salli rauhoittuminen
- Tarjoa turvallinen paikka
- Auta säätelyssä

4 Huomaa onnistumiset ja vahvuudet



- Anna positiivista palautetta
- Tunnista kiinnostuksen kohteet
- Rakenna onnistumisen kokemuksia
- Vältä vertailua

Muista!

Vanhemman ei tarvitse olla täydellinen – riittää, että yrität ymmärtää, ennakoida ja auttaa.

5 Huomioi aistiti ja ympäristö



- Vähennä hälyä ja ärsykkeitä
- Tarjoa mahdollisuus taukoihin
- Säädä valaistusta ja tilaa

6 Tue voimavaroja



- Riittävä uni
- Terveellinen ravinto
- Liikunta ja mielekkäät harrastukset

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Miten lasta tai nuorta voi tukea koulussa?

Ennakoivaa tukea, selkeitä ratkaisuja ja osallisuutta

1 Rakenna ennakoitava oppimisympäristö



- Selkeä päivä- ja tuntirakenne
- Näkyvät ohjeet ja tehtävien vaiheet
- Muutoksista kertominen ennakkoon
- Yhteiset toimintatavat



2 Tee oppimisesta saavutettavaa

- Pilko tehtävät pienempiin osiin
- Anna riittävästi aikaa
- Varmista, että ohje on ymmärretty
- Tarjoa vaihtoehtoisia tapoja osoittaa osaamista
- Hyödynnä vahvuuksia

3 Huomioi aistikuormitus ja vireystila



- Mahdollisuus liikkumiseen ja taukoihin
- Rauhallinen työskentelytila
- Tarvittaessa kuulosuojaimet tai muut aistikuormitusta vähentävät ratkaisut
- Mahdollisuus säädellä omaa työskentelyä

”Oppimisen vaikeus ei aina tarkoita osaamisen puutetta – joskus kyse on siitä, ettei oppimisympäristö mahdollista osaamisen esiin tulemista.

4 Tue sosiaalista osallisuutta



- Auta mukaan ryhmätilanteisiin
- Tee sosiaaliset tilanteet ja odotukset näkyviksi
- Ehkäise ulkopuolisuutta ja kiusaamista
- Älä tulkitse kaikkea vetäytymistä motivaation puutteeksi

Yhdessä voimme rakentaa koulupäivästä mahdollisimman sujuvan ja onnistumisen kokemuksia täynnä olevan.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Kodin ja koulun välinen yhteistyö

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Kodin ja koulun välinen yhteistyö

Miksi yhteistyö on niin tärkeää?

Lapsi voi käyttäytyä kotona ja koulussa eri tavoin.

Koulussa pärjäävä lapsi voi olla kotona täysin uupunut.

Kotona hyvin toimivat keinot eivät välttämättä sellaisenaan toimi koulussa.

Vanhemmilla ja ammattilaisilla on erilaista, mutta yhtä tärkeää tietoa lapsesta.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Kodin ja koulun välinen yhteistyö

Millaista yhteistyötä tarvitaan?

Yhteinen ymmärrys: Mitä lapsen käyttäytymisen ja kuormittumisen taustalla voi olla?

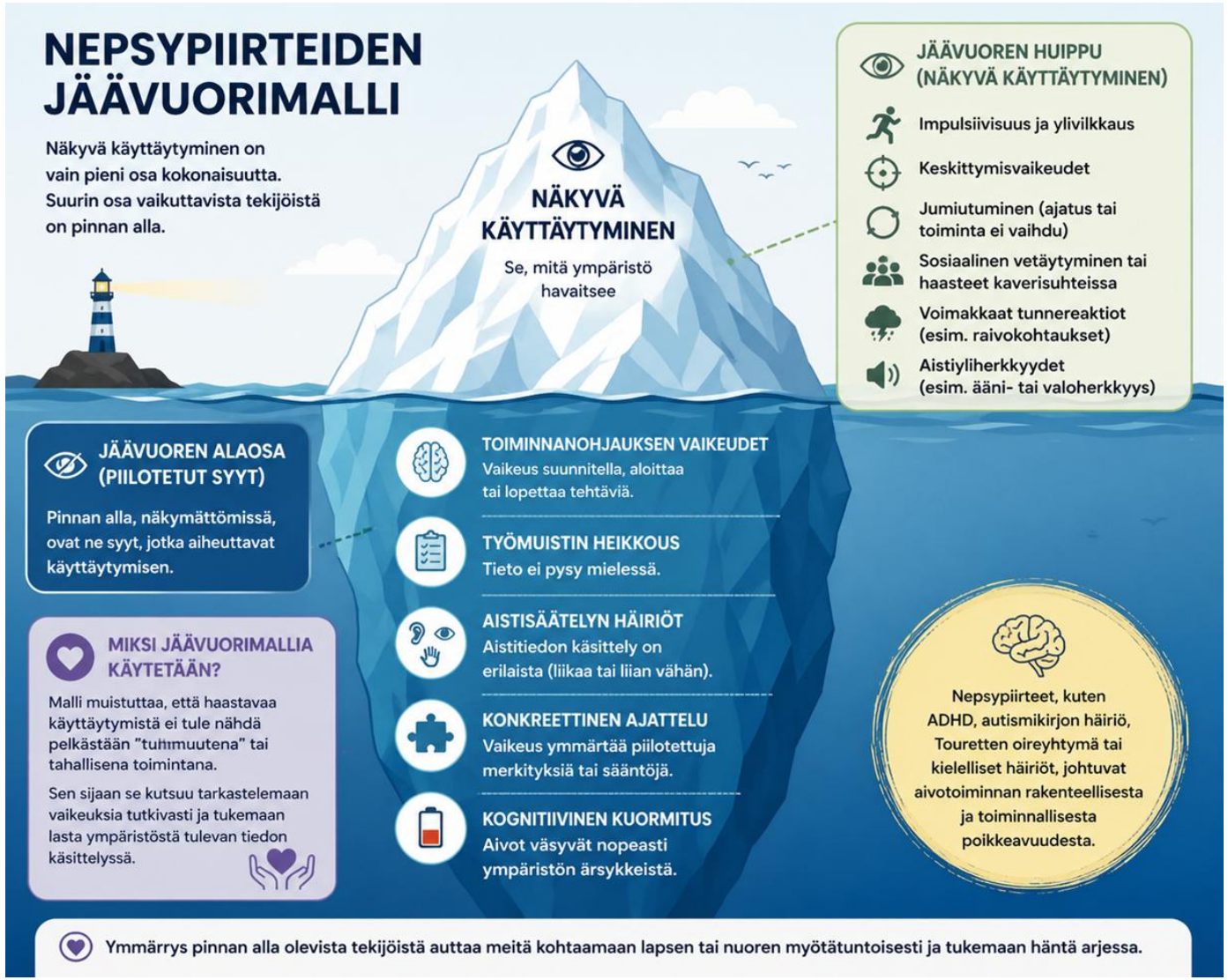
Yhteiset tavoitteet: Mitä haluamme lapsen arjessa helpottaa?

Tiedon jakaminen: Mikä toimii, mikä ei toimi ja milloin vaikeudet lisääntyvät?

Johdonmukaisuus: Lapselle tarjotaan ennakoitavia toimintatapoja eri ympäristöissä.

Vastuun jakaminen: Vanhempien ei pidä joutua yksin vastaamaan lapsen tuen tarpeisiin.

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Tekoälyavusteinen

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Lopuksi

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Pienillä muutoksilla voi olla suuri merkitys

Nepsypiirteinen lapsi tai nuori ei tarvitse ympärilleen täydellisiä aikuisia. Hän tarvitsee aikuisia, jotka ovat kiinnostuneita ymmärtämään häntä, uskaltavat kokeilla erilaisia toimintatapoja ja ovat valmiita muuttamaan myös omaa toimintaansa.

Me emme aina voi poistaa lapsen/ nuoren kohtaamia vaikeuksia, mutta voimme vaikuttaa siihen, kuinka paljon vaikeudet kuormittavat hänen arkeaan.

Ja ennen kaikkea: lapsen/ nuoren ei pitäisi joutua käyttämään kaikkea energiaansa selviytymiseen. Hänelle pitäisi jäädä energiaa myös oppimiseen, kavereihin, harrastuksiin, iloon ja kasvamiseen."

HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

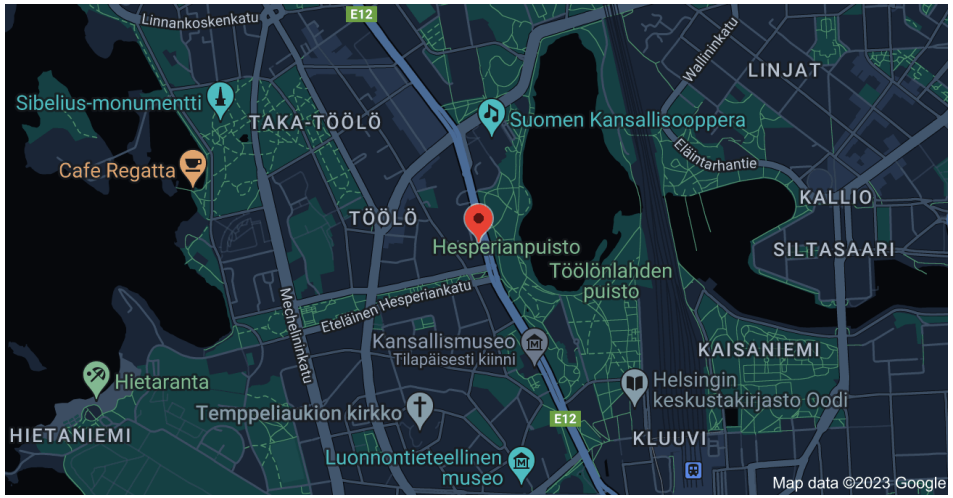


Mistä lisätietoa?

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry



LISÄTIETOA

ADHD-liitto
www.adhd-liitto.fi

Autismiliitto
www.autismiliitto.fi

Hahmotushäiriöiden tietopalvelu
https://www.hahku.fi/

Kuntoutussäätiö
https://oppimisvaikeus.fi/

Niilo Mäki Instituutti
https://www.nmi.fi/
https://www.hahku.fi/

Erilaisten oppijoiden liitto ja alajärjestöt
https://www.eoliitto.fi/
https://www.eoliitto.fi/jasenyhdistykset/

Papunet
https://papunet.net/

Pirkanmaan hyvinvointialue
https://www.pirha.fi/web/nepsy-neuropsykiatriset-vaikeudet/nepsy-materiaalit/nepsy-apuvalineet

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)



Lähteet

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Lähteet

ADHD-liitto (2026) www.adhd-liitto.fi/(viittauspäivä 7.4.2026).

Autismiliitto (2026) www.autismiliitto.fi (viittauspäivä 7.4.2026).

Erilaisten oppijoiden liitto (2026) www.eoliitto.fi (viittauspäivä 7.4.2026).

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry. (2026) www.lukihero.fi (viittauspäivä 7.4.2026).

Holmberg, Hanna (2021): Kuinka oppimisvaikeudet näkyvät nuorisotyössä : Kuinka hyvin nämä tunnistetaan ja miten nuoria pystytään tukemaan. Luettavissa: https://www.theseus.fi/handle/10024/499861.

Koli. Katri (2022) Mikä vaikuttaa oppimiseen? Luettavissa: https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022091659314.

Mouhu, Nina (2016) Nuorten erilaisten oppijoiden arkielämän haasteet ja sosiaalinen kuntoutus.

Oppiko Oy (2026) www.oppiko.fi (viittauspäivä 20.1.2026).

Pirkanmaan hyvinvointialue (2026) www.pirha.fi (viittauspäivä 7.4.2026).

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos (2026) www.thl.fi (viittauspäivä 20.1.2026).

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos (2026) www.thl.fi (viittauspäivä 20.1.2026).

www.hahku.fi (viittauspäivä 7.4.2026).

www.oppimisvaikeus.fi (viittauspäivä 7.4.2026).

www.papunet.net (viittauspäivä 7.4.2026).

Esityksen kuvat:

OpenAI. (2026). Tekstien pohjalta. [ChatGPT:lla generoidut kuvat]. Haettu osoitteesta https://chatgpt.com/

Tekoälyavusteinen

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

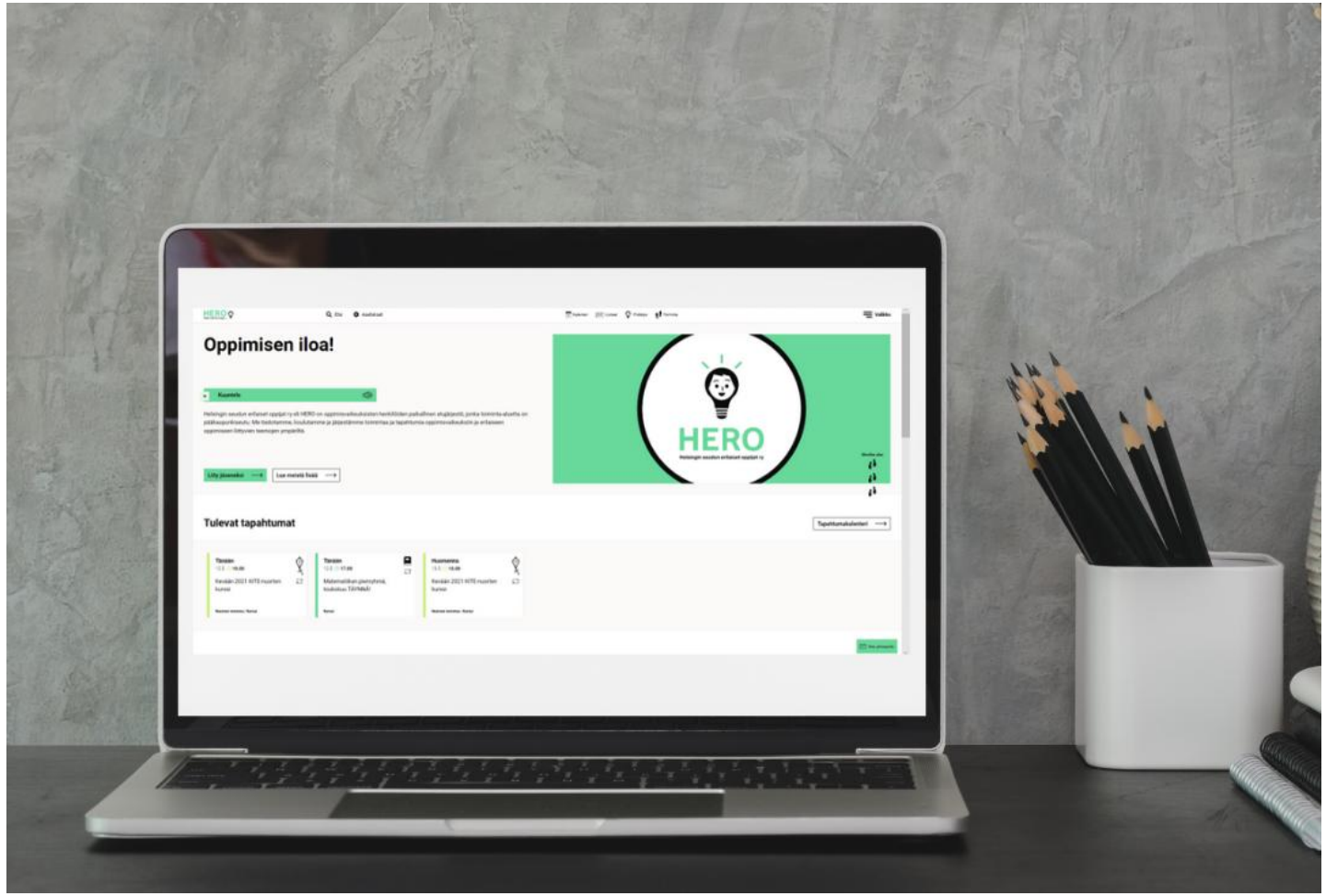
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Kysymyksiä ja kommentteja

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tutustu toimintaamme www.lukihero.fi ja tule mukaan!



© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Kiitos!

© HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)