

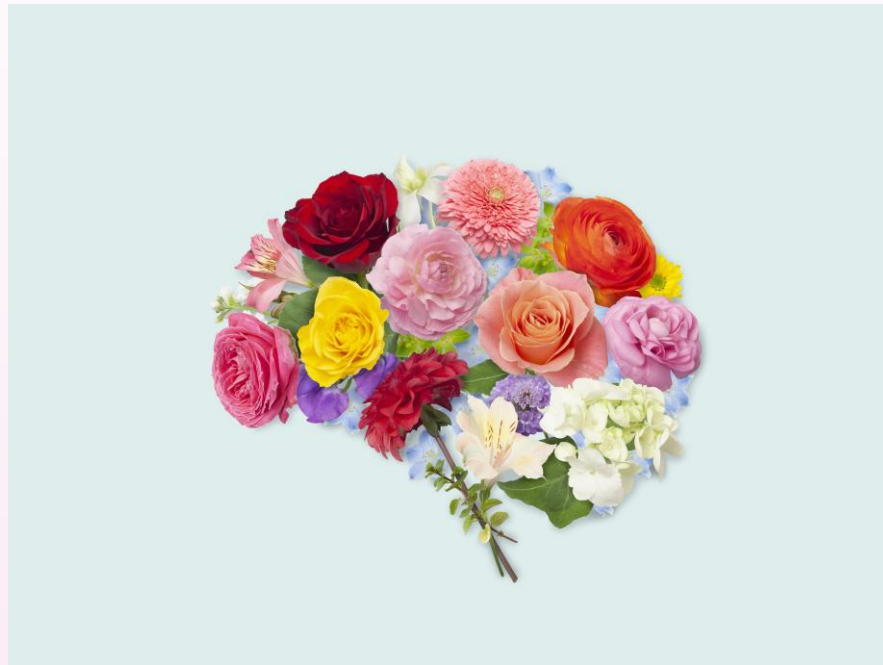


Co-funded by
the European Union

Neuroystävällinen opetus ja ohjaus

**Neurokirjon opiskelijan tunnistaminen, tukeminen
ja kohtaaminen opiskeluarjessa. Selkeyttä, kuorman
keventämistä ja toimivia rakenteita.**

Esitys on tuotettu osana WinNovan koordinoimaa Erasmus+-rahoitteista, eurooppalaista IPVET-hanketta. Esityksen työstämisessä on käytetty lähteinä Riikka Seppälän WinNovan henkilöstölle 2024–2025 vetämiä webinaareja (3 kpl) sekä Terhi Kivikosken 02/2026 WinNovalle vetämää nepsy-koulutusta.



"Euroopan unionin osarahoittama. Euroopan unioni tai Euroopan koulutuksen ja kulttuurin toimeenpanovirasto (EACEA) ei vastaa julkaisun sisällöstä"



Miksi neuromoninaisuus koskettaa ammatillisia opettajia ja ohjaajia Suomessa?



10–15 %

Suomen väestöstä on neurokirjolla.



12 %

ammatillisen koulutuksen opiskelijoista sai erityistä tukea v. 2025 (n. 39 500 opiskelijaa).



86 %

erityistä tukea saavista opiskeli tavallisessa ammatillisessa oppilaitoksessa v. 2025.



n. 10 %

ammatillista perustutkintoa opiskelevista keskeytti opintonsa 2023 - 2024.

Ilmiö kasvaa: Kelan tilastojen perusteella lasten ja varhaisnuorten kuntoutukseen hakeutumista ja ohjautumista selittävät ennen kaikkea neurokehitykselliset oireyhtymät.

Neurokirjo koskettaa monia suoraan tai välillisesti. Jokaisella on yksilölliset vahvuudet, haasteet ja tuen tarpeet.

Lähteet: Autismiliitto, ADHD-liitto, Tilastokeskus, Kela

Mitä neuroepätyypillinen (nepsy) tarkoittaa?



Neuroepätyypillinen

- ✓ Kyse on aivotoiminnan toiminnallisesta ja rakenteellisesta erilaisuudesta, mikä heijastuu tapaan hahmottaa maailmaa ja toimia siinä.
- ✓ Opiskelija voi olla jossakin erityisen vahva ja toisaalla tarvita paljon tukea.
- ✓ Piirteet eivät näy samalla tavalla kaikissa ympäristöissä.
- ✓ Suomessa neurokirjo / neuromoninaisuus nähdään jatkumona, jolla kaikki ihmiset ovat. Usein puhutaan neurovähemmistöstä (neuroepätyypilliset, nepsyt) ja neuronormatiivisesta neuroenemmistöstä (neurotyypilliset, nentit).



Yleisimpiä diagnooseja / neuropsykiatrisia haasteita

- ADHD ja ADD, aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö
- Autismikirjo: vuorovaikutuksen erityispiirteet, aistisäätelyn pulmat, stressiherkkyys
- Lukemisen vaikeus ja kielellisen kehityksen vaikeudet
- Dyspraksia, motoristen toimintojen koordinoitihäiriö
- Dyskalkulia, laskemiskyvyn häiriö
- Touretten oireyhtymä ja tic-oireet

Neljä näkökulmaa neuroepätyypillisyyteen



Aistitiedon käsittely ja aistisäätely

Aistitiedon käsittely on yksilöllistä ja tavallisesta poikkeavaa, esimerkiksi aistien yli- tai aliherkkyyttä.



Toiminnanohjaus ja säätely

Haasteita oman toiminnan ohjaamisessa, itsesäätelyssä ja tunnesäätelyssä.



Sosiaalinen vuorovaikutus

Erilaisuutta sosiaalisessa kanssakäymisessä, vuorovaikutuksessa ja viestinnässä.



Hermoston kuormittuminen

Poikkeavan voimakas hermoston kuormittuminen ja alttius stressille.

Neljä osa-aluetta kietoutuvat toisiinsa: esimerkiksi aistikuormitus nostaa stressiä, mikä heikentää toiminnanohjausta ja vuorovaikutusta.

Vahvuuksia ja potentiaalia



Tiedon prosessointi esim. kyky poimia olennainen sisältö aineistosta



Oman energian käyttö esim. kyky multitaskata sopivasti ja pitää yllä hyvää energiatasoa



Näkökulman vaihto esim. kyky lähestyä työtä eri tulokulmista ja innovoida



Sitoutuminen mm. myönteinen suhtautuminen opiskeluun, työhön ja työpaikkaan, korkea työmoraali, sitoutuminen sääntöihin ja rutiineihin.



Luova ajattelu esim. kyky nähdä yhteyksiä näennäisesti irrallisten asioiden välillä, taito löytää epätavallisia ja uudenlaisia ratkaisuja ongelmiin ja haasteisiin.



Tuottavuus ja tarkkuus esim. kyky keskittyä ja pysyä työn raameissa



Tiimityö mm. kyky tuoda oma osaaminen tiimin käyttöön, sitoutuminen yhteiseen työskentelyyn.



Muista vahvuudet! Vahvuuksien huomaaminen ja sanoittaminen rakentaa pystyvyyden kokemusta.

Miten nepsy-piirteet näkyvät opiskeluarjessa?

Pinnan alla vaikuttavat



Toiminnanohjauksen haasteet



Tunne- ja itsesäätelyn haasteet



Aisti- ja kuormitusherkkyys



Sosiaaliset haasteet

Arjessa haasteet voivat näkyä esimerkiksi näillä alueilla:

Ohjeiden seuraaminen

Muutosten sietäminen

Vuorovaikutus

Itseohjautuvuus

Muisti

Avun pyytäminen

Osaamisen esilletuominen

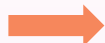
Ryhmässä toimiminen

Siirtymät

Ympäristön kuormittavuus

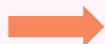
Katse pinnan alle: käytös on viesti

Myöhästely tunnilta



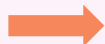
ajan hahmottamisen ja toiminnanohjauksen haasteet

Jatkuva kysely ja tarkentavat kysymykset



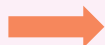
työmuistin kuormittuminen

Ei pysy mukana, vaikeus seurata ohjeita



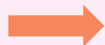
tarkkaavuuden säätelyn ja keskittymisen pulmat

Jatkuva liikehdintä



ylivireinen hermosto, keskittymisen säätely liikkeen ja aistien avulla

Ei-toivottu kielenkäyttö



impulsiivisuus ja tunnesäätelyn haasteet

Aistit ja kuormituksen säätely



Elämää aistimusten aallokossa

Herkät aistit: maku, kuulo, näkö, haju, kosketus, kehon asennot ja liike jne.

Tuntemukset: kipu, nälkä, jano, kylläisyys, lämpötila, sydämenlyönnit

Kuormitus kertyy huomaamatta koko päivän ajan.

Kuormituksen säätelyn tukena



Apuvälineet

esim. kuulosuojaimet, aktiivisyys, stressilelu



Hiljainen työskentely ja hiljaiset tilat

mahdollisuus vetäytyä rauhoittumaan



Ympäristön aistiärsykkeet minimiin

valot, äänet ja visuaalinen häly hallintaan.

Myös digitaalisten ympäristöjen visuaalinen "meteli" ja monimutkaiset verkkorakenteet.

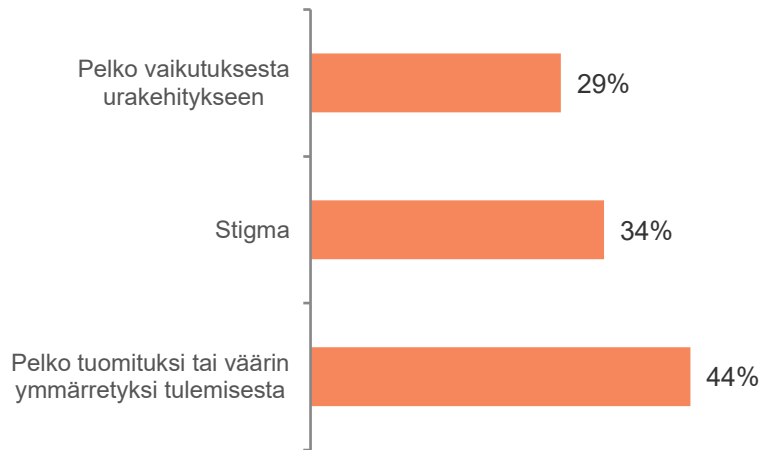


Mahdollisuus taukoihin ja liikkeeseen

vireystilan säätely liikkumalla

Stigma, leimautumisen pelko ja maskaus

3/10 ei ole kertonut diagnoosistaan – miksi?



Lähde: Neurodiversity Index 2024

Mikä vaikeuttaa tunnistamista?

Maskaus

Omien piirteiden peittäminen ja muiden mallin mukaan toimiminen, mikä johtuu vahvasta ryhmään kuulumisen tarpeesta ja tarpeesta olla erottumatta joukosta.

Epätasainen kykyprofiili

Erityisen vahva taitotaso joissakin asioissa, merkittäviä puutteita toisilla osa-alueilla

Ympäristön mukaan vaihtuva käytös

Piirteet eivät näy samoin kaikissa ympäristöissä

Heikkouksien kompensointi vahvuuksilla

Omia haasteita peitellään mm. suorittamisella

Rakenne luo turvaa ja ennakoitavuutta



Selkeä ja johdonmukainen järjestys

Kerro, mitä seuraavaksi tapahtuu ja mitä odotetaan. Tämä helpottaa opiskelijan keskittymistä.



Määrittele lopputulos ja prosessi tarkasti

Mitä odotetaan, miten toimitaan, miltä valmis tuotos näyttää? Yksiselitteiset ja selkeät ohjeet.



Ennakoitava rakenne

Koulupäivät, harjoittelut ja tapahtumat noudattavat tuttua, ennakoitavaa kaavaa.



Poista häiritsevät ärsykkeet, aistiystävälinen ympäristö

Oppituntien ja oppimisympäristöjen rauhallisuus tukee kaikkia oppijoita



Vaiheista, pilko ja visualisoi

Vaaditun toiminnan, ohjeiden yms. selkiyttäminen kuvien ja visuaalisten keinojen avulla.

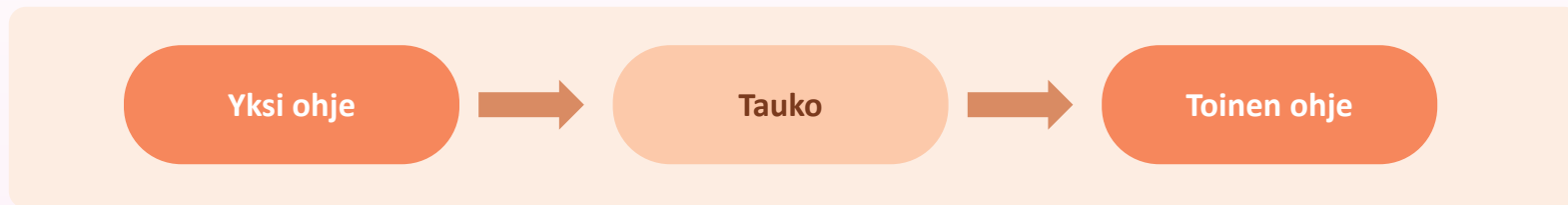


Rutiinit helpottavat

Muistisäännöt, ensin–sitten–seuraavaksi, listat, muistutukset, kategoriat

Rakenne ei kahlitse – se vapauttaa työmuistia itse oppimiseen.

Selkeät, vaiheistetut ohjeet ja tarkkaavuuden tuki



Enintään kaksi ohjetta kerrallaan! Anna ohjeet monikanavaisesti: puhuen, kirjoittaen ja kuvin.



Toisto, toisto ja toisto

Toisto vahvistaa toiminnanohjausta



Vaiheittainen ohjeistus

Tuntityöskentelyssä ja tehtävissä: yksi vaihe kerrallaan



Sopivan mittaiset tuokiot

Tarkkaavuutta ylläpitävä työskentely n. 10–15 min jaksoissa



Yksilölliset vuorovaikutustavat

Huomioi opiskelijan oma tapa ottaa vastaan ohjausta



Vaihtelevat asennot ja paikat

Työskentelyasennon ja -paikan vaihtelu tukee vireyttä

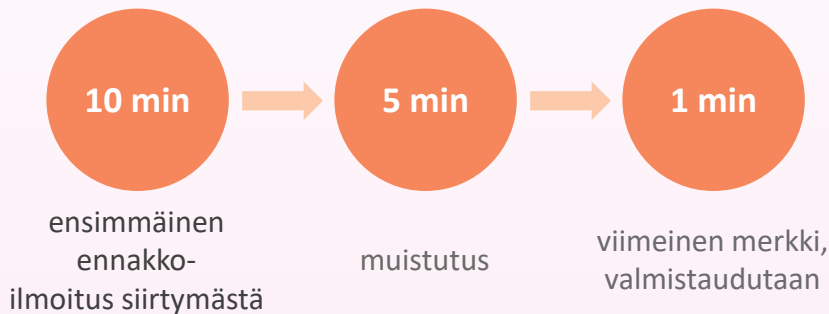


Myönteinen huomio ja palaute

Onnistumisten huomaaminen ohjaa enemmän kuin kiellot

Siirtymien ennakointi ja tukeminen

Ennakoi siirtymä ajoissa:



Apuvälineitä siirtymien hallintaan:

tiimalasi tai verkkoajastin (TimeTimer), tapahtumien läpikäynti etukäteen, ääneen ajattelu ja ihmettely yhdessä opiskelijan kanssa

Oppilaitosarjen siirtymätilanteita:

- oppituntien aloitus ja lopetus mm. välineiden esiin ottaminen ja tehtävien päättäminen & uuteen tehtävään siirtyminen
- siirtyminen luokkatilasta toiseen
- ruokailuun siirtyminen
- erityistapahtumat, kuten juhlat, vierailijat ja työpajat
- päivän lopetus ja kotiin lähtö

Työelämässä oppiminen ja koulun ulkopuoliset ympäristöt vaativat valmistautumista.

Pilko päivä ja tehtävät pienempiin osiin, vinkkejä

1

Visuaalinen päiväohjelma

Kuvat, värit ja symbolit auttavat hahmottamaan päivän kulun. Näytä vain yksi vaihe kerrallaan

2

Selkeästi määritellyt, vaiheistetut tehtävät

Esim. ”kirjoita vastaus” = 1) avaa Word
2) kirjoita otsikko, 3) kirjoita ensimmäinen virke

3

Ennakoivat ohjeet ennen siirtymiä

”Viiden minuutin kuluttua lähdemme ruokailuun. Laita kirjat pois.”

4

Lyhyet tauot ja palkkiot

Suunnitellut hengähdys hetket ja kiitokset ylläpitävät motivaatiota

5

Tarkistuslistat

Selkeät tehtävät esim. päivän lopun järjestelyille: sulje kirjat, pakkaa reppu, tarkista tavarat.

6

Rauhalliset muistutukset ja selkeä kieli

Lyhyet, konkreettiset lauseet: ”Nyt laitamme kirjat pois.”

Lisävinkki: Sosiaaliset tarinat auttavat harjoittelemaan uusia tilanteita etukäteen esim. ensimmäinen päivä työpaikalla vaihe vaiheelta.



Co-funded by
the European Union

Motivaation ja toiminnanohjauksen tukeminen

Tuen kohde	Keinoja opetus- ja ohjaustyöhön
Aloitekyky	Pilko tehtävät osiin ja rakenna sisäistä motivaatiota tekemiselle.
Ajanhallinta	Osoita ajankulku: hyödynnä esim. hälytyksiä, muistutuksia ja tehtävälistoja sekä apuvälineitä (ajastin, TimeTimer, tiimalasi jne.)
Materiaalit	Visuaalisuus ja selkeys materiaaleissa, asiat ja ohjeet helppo löytää ja hahmottaa materiaaleista.
Priorisointi	Helpota tärkeimmän ja kiireellisimmän asian hahmottamista esim. päälista ja pienempiin osiin pilkotut listat
Keskittyminen	Minimoi häiriötekijät ja ohjaa työskentelemään lyhyemmissä pätkissä. Rohkaise taukoliikuntaan.
Itsereflektio	Kysy avoimia kysymyksiä ja rohkaise löytämään oma paras tapa toimia.

Ympäristö vaikuttaa haasteiden esiintymiseen



Haasteita lisäävät

- Ympäristön häiriötekijät ja monta yhtäaikaista asiaa
- Suuri ryhmäkoko
- Vapaamuotoinen, ennakoimaton tilanne
- Monimutkaiset, pitkät ja koko ryhmälle annetut ohjeet
- Pitkäkestoinen, ponnistelua vaativa työskentely
- Palaute vasta tekemisen päätyttyä
- Odotus paikallaan pysymisestä



Haasteita lievittävät

- Rauhallinen ympäristö ja sopiva ärsyketaso
- Pieni ryhmä tai kahdenkeskisyys
- Strukturoitu, ennakoitu tilanne ja aikuinen saatavilla
- Lyhyet, yksi vaihe kerrallaan annetut yksilölliset ohjeet
- Työskentely vaiheittain lyhyissä jaksoissa
- Välitön, oikein ajoitettu kannustava palaute
- Vireystilan säätelyä helpottavat keinot, kuten esim. liike, aktiivisyys, stressilelu

Taustalla vaikuttavat perustarpeet: väsymys, nälkä ja jännitys lisäävät haasteita

Kannustava palaute ohjauksen työkaluna



Välitön ja konkreettinen huomaaminen

Aito, nopea palaute ohjeiden mukaisesta toiminnasta, kuten peukku, hymy, pienikin huomaaminen



Korosta vahvuuksia

"Hieno onnistuminen! Mitä vahvuuksia käytit? Mikä sai tämän onnistumaan?"



Vältä ei- ja älä-viestintää

Ne aktivoivat taistele-pakene-reaktiota ja voivat ajaa puolustusasemiin



Pyri välttämään negatiivisia huomioita

Ohjaa kannustavan palautteen avulla



Voimaantumisen sanoja

"Kiitos kun sanoit."

"Sinä pystyt tähän."

"Miten saisit tehtävän seuravan vaiheen kirjoitettua?"

"Mitä ajattelet tästä?"

"Huomaatko, miten hyvin kaikki meni? Hienosti tehty."

Kohtaaminen, kanssasäätely ja dialogi



Kanssasäätely

Rauhallisuudella, lujalla lempeydellä ja hyväksynnällä aikuinen vaikuttaa opiskelijaan niin, että tämä saa uuden kokemuksen nähdä tulleisesta kaikkien tunteidensa kanssa ja oppimiselle tulee tilaa.

Hyvän yhteyden pohjaksi tarvitaan:

- Ymmärrys, että opiskelija ei tahallaan toimi väärin vaan kyse on aivojen hälytystilasta ja suojastrategioista.
- Kyky olla ärsyntyneenä: opiskelijan käytös ei ole kritiikkiä opettajaa tai ohjaajaa kohtaan.
- Taito kulkea omien tunteiden läpi niitä ohittamatta.



Yhteys rakentuu dialogissa

- ✓ Kuuntele niin, että toisen tekee mieli puhua ja ilmaista itseään.
- ✓ Vastaa niin, että toisen ymmärrys edistyy.
- ✓ Rakentakaa ymmärrystä yhdessä yhteiseksi.
- ✓ Pohdi ja reflektoi, mitä toisen puhe herättää itsessäsi.



”Paras tuki on ymmärrys erilaisuutta kohtaan sekä aito halu etsiä keinoja, joilla voidaan auttaa. Tämä ei tarkoita, että opiskelija saisi käyttäytyä miten tahansa. Opettajan ja ohjaajan tulee olla lujasti lempeä.”



Empatia häpeän vastalääkkeenä

Empatia on

- ✓ toisen asemaan asettumista
- ✓ erilaisuuden hyväksymistä
- ✓ tuomitsemattomuutta
- ✓ tunteiden sanoittamista
- ✓ itsemyötätuntoa.

“ Empaattisen kohtaamisen sanoja

”Hyvä kun otit puheeksi, kiitos kun kerroit.”

”Kuulinkohan oikein, ymmärsin, että...”

”Haluaisitko kertoa lisää? Haluaisin ymmärtää paremmin.”

”Kuulostaa todella hurjalta.”

”Mitä toivoisit minulta? Miten voisin parhaiten olla apunasi?”

Opettajan itsemyötätunto ja jaksaminen



Tunnista omat reaktiosi

Omien reaktioiden taustalla voivat vaikuttaa uskomukset ja odotukset, ennakkoluulot, turhautuminen, riittämättömyyden kokemukset sekä oma jaksaminen ja elämäntilanne.

Itsereflektion kysymyksiä:

- *"Miksi opiskelijan käytös ärsyttää minua?"*
- *"Millainen on hyvä opettaja?"*



Itsemyötätunto kannattelee

- Vahvistaa resilienssiä ja kykyä kohdata vaikeuksia
- Vähentää stressiä ja suojaa uupumukselta
- Auttaa rajojen asettamisessa ja välittyä myönteisesti vuorovaikutukseen

Muistilista: seitsemän periaatetta opetus- ja ohjaustyöhön

1 Yksilölliset tarpeet

Opi tuntemaan kunkin opiskelijan vahvuudet, haasteet ja oppimistavat.

2 Aistiesteetön ympäristö

Rauhallinen ja selkeä tila, valot ja äänet hallinnassa, selkeät säännöt ja rutiinit.

3 Strukturoitu opetus

Selkeät aikataulut, vaiheittaiset ohjeet ja apuvälineet

4 Joustavuus ja mukauttaminen

Lisääikaa, vaihtoehtoisia tapoja osoittaa osaamista ja erilaisia materiaaleja.

5 Positiivinen vahvistaminen

Keskity vahvuuksiin ja onnistumisiin. Se on korvaamattoman arvokasta

6 Yhteistyö ja tuki

Tee yhteistyötä kollegojen, erityisopettajien, opiskeluhoillon ja huoltajien kanssa.

7 Empatia ja kärsivällisyys

Ymmärrä opiskelijan näkökulmaa ja tarjoa tukea rakentavalla tavalla. Muista itsemyötätunto.

KIITOS PEREHTYMISESTÄ!

“Jokainen kohtaaminen on mahdollisuus luoda opiskelijalle voimavaroja vahvistavia kokemuksia.”

Lähteet: Riikka Seppälä, Neurokirjon osaamista ammatilliseen opetukseen -webinaarit, WinNova, osat 1–3 (2024–2025) · Tilastokeskus · Kela Neurodiversity Index 2024 · Terhi Kivikoski, Nepsyt luokassa – Selkeyttä, kuorman keventämistä ja selkeitä rakenteita WinNovan henkilöstölle 02/26 järjestetty koulutus.

"Euroopan unionin rahoittama. Euroopan unioni tai Euroopan koulutuksen ja kulttuurin toimeenpanovirasto (EACEA) ei vastaa julkaisun sisällöstä"

