



Niilo Mäki
INSTITUUTTI

Toiminnanohjaus, itsesäätely ja oppimisen vaikeudet – Miten auttaa?
Mika Paananen, PsT, neuropsykologian erikoispsykologi, Yliopistonlehtori
Jyväskylän yliopisto, Niilo Mäki Instituutti



Niilo Mäki
INSTITUUTTI



Sisällöt

- Toivotun käyttäytymisen tukeminen
- Itsesäätely ja toiminnanohjaus
- Itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen vaikeudet
- Tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen tukeminen – viisi lähestymiskulmaa



Toivotun käyttäytymisen tukeminen

- Millaista lasten luokkahuone- ja sosiaalista käyttäytymistä koulussanne/varhaiskasvatusyksikössänne arvostetaan?
- Miten se näkyy oppilaiden/lasten käyttäytymisessä?
- Kuinka tuota arvostettua ja toivottua käyttäytymistä ja siihen liittyviä taitoja opetetaan?
- Millaiset käytänteet (rutiinit, toistuvat toimintamallit) tukevat ryhmän ja yksittäisen lapsen/oppilaan hyvää työrauhaa?



Itsesäätely ja toiminnanohjaus

1. Automaattinen/implisiittinen itsesäätely

- Sisäisen tilan tasapaino (tunteet ja ajattelu)
- Tarkkaavuuden kohdentaminen ja adaptiivinen käytös/toiminta Kehon säätelytoiminnot ja keskushermoston säätely
- Osittain automaattista, mutta voidaan käyttää tietoista säätelyä
- tarpeenmukaisesti
- Ulkoiset vihjeet ohjaavat

Implisiittinen säätely jättää tietoisuudelle/ajattelulle/suunnittelulle resursseja toimia

2. Sisäinen itsensä ohjaus ja oman toiminnan ja tilan säätely

- Sisäinen säätely 'top down'
- Sisäiset representaatiot (säännöt, mallit) tai tavoitteet ohjaavat ajattelua, tunteita ja käytöstä

Pois ulkoisten ärsykkeiden "armoilta"

Itsesäätely ja toiminnanohjaus

3. Toiminnanohjaus: “ylhäältä alas (top-down) ohjaus

- Kognitiivisia toimintoja joiden avulla voidaan tietoisesti ohjata omaa toimintaa, vaikuttaa tilannetekijöihin ja ohjata ajattelua.

Mahdollistaa tavoitesuuntautuneen käyttäytymisen ja tehokkaamman itsesäätelyn.

4. “Itseohjautuva oppiminen (Self-regulated learning)”

- Oppilas/opiskelija toimii tavoitesuuntautuneesti, mukauttaa oppimisprosesseja tarpeen mukaisesti, seuraa, kontrolloi ja säätelee ajattelua
- Oppilas käyttää oppimisstrategioita (metakognitio), säätelee omaan motivatiota ja käyttäytymistä oppimistilanteissa (Minnaert and Vermunt, 2010).

Itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen kehitys

- Lapsella synnynnäinen tarve itsesäätelyyn, jota kognitiivinen kehitys tukee
 - Pyrkimys kasvavaan itsesäätelyyn sisäsyntyistä
 - Ympäristön johdonmukaisuus ja ennakoitavuus tukevat myönteistä kehitystä
- Millaista itseohjautuvuutta voimme odottaa lapselta eri ikävaiheissa?
 - Tarkkaavuuden säätely kehittyy varhain 12 kk -> mahdollistaa jaetun tarkkaavuuden
 - Setin vaihdot (toiminnon kohteen/tehtävän vaihdot) onnistuvat 7-vuotiaalta
 - Inhibitio (häiriintyvyyden estyminen) kehitys jatkuu tyypillisesti 12 ikävuoteen
 - Impulssikontrolli (reaktio) 10 vuoden iässä pitkälle kehittynyt
 - Suunnittelutaidot kehittyvät voimakkaasti 7 – 11 vuoden välillä (Andersson, 2001; Jurado & Rosselli, 2007)
- Toiminnanohjauksen ja itsesäätelyn kehitys jatkuu aikuisuuteen
 - Etuaivolohkon kypsyminen viimeisenä -> itsehillintä (impulsiivisuus) ja sosiaalisen käyttäytymisen hallinta, aloitteisuus ja motivaatio, organisointi ja suunnittelu

Itsesäätelyn ja
toiminnanohjauksen
vaikeudet ja niiden
tukeminen



Itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen vaikeudet

- Jatkumo: ihmisten erilaiset piirteiden määrällinen ilmeneminen muodostaa aina normaalijakauman -> ei tarkkaa raja-arvoa milloin häiriö
- Itsesäätelyyn liittyvät diagnoosit perustuvat käyttäytymisen arvioon:
 - ADHD; aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö (tarkkaamattomuus, ylivilkkaus ja impulsiivisuus, myös hyperaktiivisuus häiriöherkkyys ja vireyden vaihtelu)
 - Käytöshäiriö (Conduct disorder ja Defiant oppositional disorder)
 - Autismikirjon häiriö
- Mitä käyttäytymistason diagnoosi tekee? Ei yksin mitään.
 - Voi ohjata toimenpiteitä
 - Ei ole oppimisen este

Viisi näkökulmaa tukemiseen

1. Käyttäytymispsykologinen – ns. ulkoiset ja edeltävät tekijät sekä seuraukset ja palaute
 - Hyvä palaute/palautejärjestelmä edistää motivaatiota ja taitojen sisäistymisprosessia
 - Käyttäytymistä tukevat edeltävät/tilannetekijät: struktuuri, selkeät käyttäytymisodotukset, tilanteen ennustettavuus, selkeät ohjeet, sopiva vaikeustaso
 - Keskeiset ohjauksen elementit: tehokkaat käskyt, myönteinen huomio ja palaute, huomiotta jättäminen, mallittaminen
2. Taidot, kognitio - sisäiset tekijät
 - Tietoisuus siitä, ”kuinka on hyvä toimia” ja muutos toimintatavoissa: tarkkaavuuden kohdentaminen ja ylläpito, impulssikontrolli (syrjäytymisen estäminen), ponnistelu, tehtävän suoritusstruktuurin oppiminen
 - Kieli toiminnanohjauksen ja ajattelun välineenä
3. Kompensaatio: toiminnanohjauksen kehikko / strategia ja prosessiosaaminen
 - Esimerkiksi: 1. Mikä on tehtäväni? 2. Suunnittelen 3. Teenkö suunnitelman mukaan? 4. Tarkistan
4. Motivaatio ja tunnekokemus
5. Vuorovaikutus – miten suhtaudun lapseen / oppilaaseen

Arviointi ja tietoon perustuva päätöksen teko

- Tukivastemalli: ”[t]unnistetaan tukea tarvitseva oppija, mietitään mihin osataitoon, kehitysvaiheeseen tai tarpeeseen tuki kohdennetaan, mietitään tuen konkreettiset välitavoitteet, suunnitellaan perustellut keinot osaamistavoitteisiin pääsemiseksi, toteutetaan tuki, ja tuen aikana arvioidaan systemaattisesti sen vaikutusta” (Aro, 2019, Lukiloki koulutusmateriaali)
- Alkutilanteen arviointi, seuranta ja tiedon kerääminen sekä vertailu (analyysi)
- Käyttäytymistä ylläpitävien tekijöiden tietoinen muokkaaminen ja siihen liittyvien muutosten seuranta
- Suunnitelman laatiminen ja TOTEUTTAMINEN suunnitellusti.
 - Interventiot toimivat vain silloin, kun ne toteutetaan
- Lisäksi täytyy olla valmius seurata toteutusta ja tehdä tarvittaessa muutoksia tukitoimiin

Osallistujien kokeiluista nostettuja kuvauksia tehokkaiksi havaituista tukimenetelmistä

- Selkeästi määritellyt käyttäytymisodotukset -> tavoite (myös aikuisille)
 - Tällöin tavoitteen jatkuva seuranta ja osuva palaute mahdollista
 - Palaute työhön sitoutumisesta, edistymisestä ja suorituksista sekä yrittämisestä
- Tavoite ja tarkoitus tukitoimilla on opettaa lapselle taitoja ja tilanteisiin sopivia käyttäytymismalleja, jotka korvaavat ei-toivottavan käyttäytymisen.
 - Kartoitetaan mikä voisi ylläpitää ei-toivottua ja toivottua käyttäytymistä ja vaikutetaan näihin
 - Myönteisen käyttäytymisen, käyttäytymisodotusten mukaisen käyttäytymisen vahvistaminen
- Johdonmukaisuus ja ennakoitavuus avainroolissa
 - Ohjeiden selkeys ja yksiselitteisyys, “kuinka edetään ja mistä aloitat”, kuvatuki
 - Fyysisen ympäristön muokkaus opetuksen tavoitteita tukeväksi
- Ohjattujen ryhmätilanteiden lisäksi on pyrittävä vaikuttamaan ongelmatilanteisiin ja -käyttäytymiseen ei-ohjatuissa tai vapaissa tilanteissa -> sosiaalinen liittyminen ja rutiinien oppiminen vähentää kitkaa
- Mielikuvat/sisäistetyt kuvat lapsesta aktivoituvat päivittäisessä vuorovaikutuksessa – tietoisuus omasta ajatuspositiosta

Innostuitko?
Tulevat koulutuksemme löydät osoitteesta

koju.nmi.fi/koulutukset/

The bottom of the slide features a solid blue horizontal band. Below this band, there are several overlapping, semi-transparent blue geometric shapes, primarily triangles and polygons, that create a layered, abstract design on the right side of the page.