

Koulutuskooste: Lukitaitojen ja toiminnanohjauksen tukeminen koulussa (2 op) 9.9.2020 ja 19.11.2020

Lukivaikkeudet ja tarkkaavuushäiriö

Lukivaikeus ja tarkkaavuushäiriö voivat ilmetä yhtä aikaa. Lukivaikkeudet ja tarkkaavuushäiriö esiintyvät yleensä päällekkäin erityisesti silloin, kun on kysymys tarkkaavuushäiriön tarkkaamattomasta alatyypistä (ADD). Tällöin ongelmat ovat usein astetta vaikeampia kuin yksittäisissä tarkkaavuushäiriö- tai lukivaikkeustapauksissa. Lapsella on vähemmän pulmien kompensointikeinoja, jolloin ongelmat kumuloituvat.

Tarkkaavuushäiriö esiintyy usein päällekkäin myös muiden pulmien kanssa. Tällaisia ovat mm. matematiikan oppimisvaikeus, käyttäytymishäiriö, masennus ja Touretten syndrooma. ADHD-diagnoosin saaneista 70-90%:lla on vähintään yksi päällekkäinen diagnoosi. ADHD:n keskeisiä piirteitä ovat tarkkaamattomuus, motorinen levottomuus ja impulsiivisuus, jotka voivat esiintyä yhdessä tai erikseen. Piirteet esiintyvät useissa eri elämäntilanteissa ja ympäristöissä sekä pitkällä aikavälillä. ADHD on vahvasti periytyvä. Taustalla on aivojen rakenteellisia ja toiminnallisia poikkeavuuksia.

Tarkkaavuushäiriötä voidaan selittää erilaisilla malleilla. Energeettiset mallit korostavat ponnistelua ja vireystilan merkitystä tarkkaavuudelle. Tämän mallin mukaan lapsi saa esimerkiksi käydä teroittamassa kynää kesken tunnin kohottaakseen vireystilaansa ja siten tarkkaavuuttaan. Myös toiminnan strukturoinnin idea kuuluu tähän malliin. Toiminnanohjausmallin mukaan lapsella, jolla on tarkkaavuushäiriö, on heikosti kykyä suunnitella, kontrolloida ja valvoa omaa toimintaansa. Lapsella on myös työmuistin ja inhibition ongelmia. Tämän mallin mukaan lähdetään lapsen toimintaa ohjaamaan ensin ulkoa päin pyrkien siihen, että ohjaus sisäistyy lapsen omaksi sisäiseksi puheeksi. Motivaatiomallin mukaan tarkkaavaisuushäiriöinen lapsi reagoi poikkeavasti käyttäytymisestä tulevaan palautteeseen. Lapsi tarvitsee siis paljon vahvempaa ja nopeampaa palkintoa ja palautetta toiminnastaan kuin lapset yleensä.

Toiminnanohjauksen pulmilla on suuri vaikutus oppimiseen. Tavoitteiden asettaminen, suunnittelu, muistaminen, joustava arviointi ja seuranta ovat kaikki toiminnanohjauksen osa-alueita, jotka vaikuttavat esimerkiksi matematiikan oppimiseen, kirjoitelmiin ja esseisiin, opiskelun suunnitteluun ja ryhmätehtävien tekemiseen. Tämän vuoksi toiminnanohjauksen pulmien huomioiminen on erittäin tärkeää oppimisvaikeuksia arvioitaessa.

Lukusujuvuuden ja tarkkaavuuden arviointi

Oppimisvaikeuksien riskit ovat usein näkyvissä jo ennen kouluikää, vaikka oppimisvaikeudet todetaan useimmiten vasta kouluikässä. Arviointia tulisi tehdä mahdollisimman varhaisella iällä, sillä varhainen tukeminen ehkäisee oppimisvaikeuksien kumulatiivisia vaikeuksia sekä sekundaarisia oppimisen pulmia. Arviointia tulisi tehdä niin laaja-alaisesti, että päällekkäiset pulmat tulevat huomioiduiksi. Laajalla arviolla tarkoitetaan matematiikan, lukemisen, kirjoittamisen sekä tarkkaavuuden taitojen yleistä arviointia. Yleisen arvioinnin jälkeen tarkempaa arviointia kohdennetaan alueisiin, joissa havaitaan pulmia.

Arviointia tehdään normitetuilla välineillä sekä laadullisesti arvioiden, kuten havainnoiden arjessa lapsen motivaatiota, käyttäytymistä ja ryhmätaitoja. Arkihavainnot lapsesta ohjaavat arvioimaan tiettyjä asioita normitetuilla välineillä. Laadullinen arviointikin on tärkeää; sillä saadaan tietoa toimintakyvystä arjen tilanteissa. Arviointi on psykologin, opettajien ja kodin välistä yhteistyötä. Arvioinnilla pyritään vastaamaan kysymyksiin: Mistä on kysymys? Miten lasta tuetaan? Samalla pyritään huomioimaan myös mahdolliset päällekkäistyneet ongelmat, kuten esimerkiksi käytöshäiriöt, autismikirjon häiriöt, unihäiriöt, mielialahäiriö ja kehitysvamma. Päällekkäistyneiden ongelmien tunnistaminen auttaa kohdentamaan apua oikein ja ennaltaehkäisemään kasautuvia ongelmia.

Miten tuetaan lapsia, joilla oppimisen pulmat päällekkäistyvät

Oppimisvaikeus on asia, jonka lapsi kohtaa jokapäiväisessä arjessaan. Vaikeuden taustalla olevat syyt on arvioitava huolellisesti ja mahdollisimman laajasti. Kun tuetaan lasta, tulee myös miettiä, miten lapsi ja hänen toimintaympäristönsä kokevat vaikeuden. Tuen suunnittelussa on otettava huomioon myös lapsen sekä hänen ympäristönsä voimavarat.

Lukemisen sujuvuuden harjoittelun ytimessä on harjoittelun tekeminen mahdollisimman kiinnostavaksi lapselle. Harjoittelun tehokkuuteen vaikuttavat esimerkiksi harjoittelun määrä ja tiheys, toistojen määrä, sopiva eli riittävän helppo vaikeustaso, välitön palaute ja motivaation tuki. Luetun ymmärtäminen on tärkeää pitää mukana harjoittelussa. Toistava lukeminen on eniten käytetty ja paljon tutkittu lukemisen sujuvuuden harjaannuttamismenetelmä. Siinä luetaan useaan kertaan peräkkäin sama teksti, sanat tai tavut. Ideana on toistojen taitoa automatisoiva vaikutus. Yleensä käytetään tavukortteja, sanalistoja ja tekstejä ja suoritusta voidaan kellottaa. Ajan ottaminen voi lisätä harjoittelumotivaatiota, kun lapsi konkreettisesti huomaa edistyvänsä sujuvuudessa.

Toiminnanohjauksen harjoittelussa tärkeää on huomioida harjoittelun rakenne ja struktuuri. Kun lapsi voi ennakoida harjoittelun kulkua, vapautuu voimavaroja itse harjoitteluun eli struktuuri tukee tarkkaavuutta ja toiminnanohjausta. Keinoja ovat kuvastruktuurin käyttö, tiettyjen toimintojen toistuvuus ja rutiinit sekä oppilaan opettaminen ohjaamaan itse omaa toimintaansa toiminnanohjauksen vaiheiden mukaisesti. Lapsilla, joilla on toiminnanohjauksen vaikeuksia, on usein vaikeuksia soveltaa opittua uusissa tilanteissa.

Taitojen yleistymiseen on siis kiinnitettävä erityistä huomiota. On tärkeää, että arjen aikuiset ottavat samat keinot käyttöön lapsen ohjaamisessa. Myös harjoittelulle annettulla ajalla on merkitystä; mitä paremmin opittu ja ymmärretty asia, sen helpommin se yleistyy. Harjoittelua tulisi tehdä ohjatusti myös erilaisissa ympäristöissä ja tilanteissa.

Toiminnanohjauksen tukemista tehdään vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. Vuorovaikutuksen tarkoituksena on lapsen sisäisen puheen vahvistuminen, mikä on toiminnanohjauksen kulmakiviä. Jo pienestä pitäen aikuinen yrittää saada lapsen huomion tehtävään ja pilkkoo puheellaan tehtävää hallittavammaksi. Kun aikuinen mallittaa toimintaa ja kielellistää omat toimintatapansa, vahvistetaan lapsen sisäisen puheen kehittymistä. Ryhmässä oppiminen ja muiden esimerkki on myös oiva keino saada keinoja tehdä tehtävää sekä tapoja ajatella. Keskustelu auttaa vertailemaan eri ratkaisutapoja muiden kanssa.

Lapselle opetetaan myös toiminnanohjauksen neljä vaihetta eli ”työkalua”. Vaiheet eli työkalut ovat: 1) mieti toiminnan päämäärää 2) tee toimintasuunnitelma 3) suorita tehtävä 4) arvioi toimintaa. Lapsen käyttäessä itse näitä työkaluja muuttuu hän avun passiivisesta vastaanottajasta aktiiviseksi toimijaksi. Lasta myös kannustetaan ja opetetaan pyytämään apua oikea-aikaisesti. Harjoittelua vahvistaa hyvä motivaatio, jota voidaan tukea esimerkiksi huolehtimalla onnistumisen kokemusten saamisesta, perustelemalla harjoittelun hyötyjä ja käyttämällä välittömiä ja viivästettyjä palkkioita.

Lukemisen sujuvoitumisen ja toiminnanohjauksen tukeminen LuTo-ryhmässä

LuTo-kuntoutusryhmän tavoitteena on lukemisen sujuvoituminen ja toiminnanohjauksen tukeminen. Tarkoituksena on myös herättää lapsessa lukuinnostusta ja vahvistaa itsetuntoa ja itseluottamusta. Tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen tukeminen on ryhmän yleinen kehys, jota harjoitellaan koko ajan ja läpi kaikkien tehtävien. Ryhmälle räätälöidään kuitenkin aina ohjelma ryhmäläisten tarpeiden mukaan ja tavoitteet voivat elää ryhmän kuluessa. Ryhmään valitaan lapsia, joilla on samankaltaisia pulmia; näin lapsille voi syntyä kokemus, että he eivät ole yksin ja samankaltaisia asioita harjoittelevat kaikki.

LuTo-ryhmän kohderyhmään sopivat lapset, jotka osaavat kokoavan lukutaidon, mutta joiden lukeminen on hidasta. Lukivaikeuksien taustalla tulisi olla nimeämisen pulmaa ja toiminnanohjauksessa haastetta. Ryhmään soveltuvat koululaiset neljännessä luokasta alkaen. Ryhmässä on hyvä olla maksimissaan 6 lasta ja heille 2 ohjaajaa. Lukutaidon tason tulisi olla lähes samanlainen ja lasten tulisi olla lähes saman ikäisiä. LuTo-ryhmä kokoontuu 20 kertaa 75-90 minuuttia kerrallaan. Ennen ryhmää ja sen kuluessa sekä ryhmän jälkeen vetäjät ovat yhteydessä puhelimitse ja tapaamisin opettajiin ja vanhempiin. Tämä on tärkeää paitsi siirtovaikutuksen vahvistamisen kannalta myös siksi, että suuri osa harjoittelusta tapahtuu kotona.

Ryhmäkertojen sisältöä voidaan muokata sen mukaan, mikä on ryhmän kulloinenkin tarve. Myös lasten motivoituminen ryhmäkertojen tehtäviin on otettava huomioon; tällä on vaikutusta oppimiseen. Jokainen ryhmäkerta alkaa kuulumisten vaihdolla. Sitten käydään lävitse kotitehtävät ja palkitaan niistä. Sujuvaa lukemista harjoitellaan ennen taukoa ja toiminnanohjausta tauon jälkeen. Lopuksi tehdään jotakin mukavaa yhdessä, kuten pelataan. Sujuvan lukemisen harjoituksia ovat esimerkiksi tavujen tunnistaminen ja nimeäminen, epäsanojen lukeminen ja tekstin sekä virheellisen tekstin lukeminen. Toiminnanohjauksen harjoituksissa painottuu toiminnanohjauksen työkalujen käytön opettelu yksi kerrallaan. Lopuksi työkaluja osataan käyttää yhtä aikaa. Tavoitteena on vaiheittainen, tietoisempi tehtävien tekeminen. Lasta opetetaan ajattelemaan tekemistään, ei tekemään tehtävää nopeasti valmiiksi. Toiminnanohjauksen harjoittelussa voidaan käyttää esimerkiksi matematiikan sanallisia tehtäviä, tavuista muodostettavia tarinoita, yhteisesti kirjoitettavia tarinoita, piirtämistehtäviä ja Cloze-aukkotäydennystehtäviä.

Tärkeää ryhmätoiminnassa on myönteisten kokemusten saaminen ja motivaation sekä itsetunnon vahvistuminen. Näissä auttaa myös vertaisryhmä, jonka kanssa toimiminen kannustaa jatkamaan ja kokeilemaan vaikeitakin tehtäviä. Tärkeää on myös vanhempien sitouttaminen ryhmään ja lapsen kotiharjoitteluun, koska suuri osa harjoittelusta tapahtuu kotona.

Lähde: Leppänen, U. & Heikkilä, R. 2020. Luentomateriaali.

Kooste etätehtävistä

Koulutuksen etätehtävässä oli tarkoituksena toteuttaa ja kokeilla kurssin ensimmäisellä jaksolla opittuja asioita käytännössä valitun oppilaan kanssa ja koostaa harjoittelusta 2-3 sivun mittainen raportti.

Etätehtävissä mainituista tuettavista oppilaista puolet oli 3.-luokkalaisia. Nuorin oppilas oli ekaluokkalainen, vanhin 8.-luokkalainen. Suurin osa oppilaiden haasteista keskittyi koulutuksen teeman mukaisesti lukemisen ja kirjoittamisen vaikeuksiin. Lukeminen oli hidasta, luetun ymmärtäminen haasteellista. Kirjoittaminen oli usein myös hidasta ja virheistä. Raportoitiin myös kuullun ymmärtämisen pulmista, mitkä johtivat ohjeiden ymmärtämisen vaikeuksiin. Paljon arjen pulmia oli keskittymisen ja toiminnanohjauksen puolella; opetukseen suuntautuminen ja sen seuraaminen oli vaikeaa. Tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen haasteet näkyivät myös esimerkiksi haasteina siirtymätilanteissa, työskentelyn aloittamisen vaikeutena, hitaana työskentelynä ja läksyjen teon vaikeutena. Motorinen levottomuus häiritsi tuntityöskentelyä. Myös oppilaiden uhmakkuudesta ja omaehtoisuudesta raportointiin jonkin verran.

Suurelle osalle oppilaista työskentelyn tavoitteeksi asetettiin lukusujuvuudessa kehittyminen. Myös luetun ymmärtämisen vahvistuminen ja strategioiden käyttämisen oppiminen oli useammassa tapauksessa tavoitteena. Lukumotivaation lisääminen ja itsetunnon vahvistaminen lukijana koettiin myös tärkeiksi tavoitteiksi. Lisäksi tehtävissä mainittiin tavutuksen ja oikeinkirjoituksen vahvistuminen sekä toiminnanohjauksen taitojen tukeminen siten, että oppilaan luokkatyöskentely paranisi. Yhdessä tehtävässä oppilaan tavoitteeksi asetettiin stressinhallinnan vahvistaminen.

Lukusujuvuusharjoittelussa hyödynnettiin paljon toistavan lukemisen harjoituksia ja vuorolukuharjoituksia. Myös erilaiset tavutusharjoitteet olivat käytössä, kuten sanojen pystyviivoin tavuttaminen, tavujen merkkkaus eri värein ja leikilliset ja pelilliset tavuharjoitteet. Luetun ymmärtämistä harjoiteltiin esimerkiksi aukkotehtävien sekä luetusta keskustelemisen avulla. Osa harjoittelusta toteutui yksilöharjoitteluna opettajan kanssa esimerkiksi päivittäin 15 minuutin ajan, osa harjoittelusta kytkettiin pariharjoitteluksi tai muodostettiin isompia ryhmiä, joissa harjoiteltiin yhdessä samaa asiaa, useimmiten lukusujuvuutta. Harjoittelu tapahtui joko osana tuntityöskentelyä tai erillisenä yksilö- ja ryhmätapaamisena. Jotkut olivat huomioineet harjoittelun monikanavaisuuden tärkeyden; esimerkiksi luki-harjoituksissa oppilas sekä luki että kirjoitti tavut.

Itsetuntoa ja oppijaminäkuvaa tuettiin esimerkiksi ryhmäkuntoutuksen keinoin; ryhmässä saa vertaiskokemuksia ja positiivista palautetta vertaisilta, mikä on lapselle tärkeää. Oppilaita myös yhdisteltiin pareiksi tietyin kriteerein, jotta tehtävien tekeminen onnistuisi parhaiten. Opetusmateriaalia muokattiin oppilaan mielenkiinnon mukaiseksi. Onnistumista tuettiin myös

erilaisilla palkkiojärjestelmillä, jossa oppilas sai välittömän tai viivästetyn palkkion. Harjoitteita muokattiin leikinomaisiksi ja toiminnallisiksi, mikä motivoi oppilaita osallistumaan.

Toiminnanohjausta tuettiin strukturoimalla opiskelua ja harjoittelutuokioita vahvemmin sekä lisäämällä taukoja opiskeluun. Oppilaille opetettiin myös toiminnanohjauksen eri vaiheet. Stressiä pyrittiin hallitsemaan esimerkiksi opettamalla oppilaille rentoutumista. Toistava lukeminen ja ajanotto lukemisessa motivoi oppilaita vahvasti – tällöin oli mahdollista nähdä konkreettisesti oma edistyminen lukusujuvuudessa.

Harjoittelu toteutettiin sekä yksilö- että ryhmäkuntoutuksena. Tuen toteuttajina olivat opettajat ja erityisopettajat. Osa toteutti tukea koko luokan viikoittaisen luki-tunnin muodossa, myös tavukoulua toteutettiin. Tavujahti- ja Lukimat-materiaalia hyödynnettiin myös koko luokalle opettajan johdolla. Tukea annettiin lisäksi pienryhmissä, jotka olivat joko osa erityisopetusta tai oman luokanopettajan kanssa toteutettuja. Yksilöharjoittelua toteutettiin päivittäin 5-15 minuutin lukusujuvuusharjoitteluin sekä kokonaisena oppituntina, ns. luki-tuntina. Kotiharjoittelu katsottiin myös tärkeäksi harjoittelun muodoksi, ja kotiin annettiin lähinnä minuuttilukuläksyjä.

Tehtävissä arvioitiin oppilaiden taitojen edistyneen pääosin hieman harjoittelun kuluessa. Harjoittelulla oli ollut vaikutusta erityisesti lukusujuvuuteen, mutta myös lukuinnon vahvistumiseen. Harjoittelun tuloksellisuuteen arvioitiin vaikuttaneen harjoittelun toistuvuuden riittävä tiheys – esimerkiksi kertaviikkoisen harjoittelun ei todettu olevan riittävän tehokasta, oppilaan taidot kehittyivät vain hieman. Päivittäin harjoittelua saaneen oppilaan taidot puolestaan kehittyivät paljon. Suuri osa käytti lukusujuvuuden harjoittelussa ja arvioinnissa minuuttisanalukua, joka kellotettiin. Kotiharjoittelu ja kodin ja koulun yhteistyö luki-taitojen harjoittelussa nostettiin esille tärkeänä seikkana. Harjoittelua vaikeuttivat useimmiten resurssien puute – olisi kaivattu oppilaalle henkilökohtaista ohjaajaa tai toista opettajaa kaveriksi toteuttamaan interventiota. Joissakin vastauksissa nousi esille tarve moniammatillisen työryhmän tukeen sekä pienluokkamutoisen opetuksen lisäämiseen oppilaan haasteiden ratkaisemiseksi.