

Miksi pienillä asioilla on merkitystä?

Nepsy-lapsen arki hahmottuu hänelle hyvin kaoottisena. Lapsen hermosto on rakentunut sellaiseksi, että hän ei pysty sulkemaan ylimääräisiä äsykkeitä pois. Siinä missä neurotyypillisen ihmisen hermosto sulkee automaattisesti pois ilmaston hurinan ja kellon tikityksen, nepsy-lapsen hermosto ei pysty erottelemaan niistä ärsyкkeitä, jotka ovat käsillä olevan tehtävän kannalta olennaisia, ts. lapsen aistitietoa vastaanottava termostaatti ei toimi. Siksi hän joutuu käsittelemään ja arvioimaan erikseen jokaisen ympäristöstä tulevan tiedon.

Jotta tätä tietoa olisi mahdollista arvioida, huomio on kiinnitettävä siihen erikseen. Aikuisista tämä vaikuttaa poukkoilevalta ajatukselta ja keskittymiskyvyn puutteelta, mikä voi haastaa myös aikuisia. Kärjitetysti nepsy-lapsi saattaa saada runsaasti negatiivista palautetta itselleen tyyppillisestä tavasta, jolla hän arvioi ympäristön ärsyкkeitä.

Toinen haaste on vireystilan säätelyn pulma. Lapsi saattaa käyttäytyä tilanteeseen liittyen liian levottomasti. Se johtuu hänen hermostonsa vireystilan säätelyn tarpeesta. Tavallisesti levottomasti liikehtivät tai äänekkäät lapset pyrkivät toiminnallaan nostattamaan hermostonsa vireystilaa pois alivireydestä. Liikehtiminen saattaa auttaa heitä suoriutumaan käsillä olevasta tehtävästä, vaikka tilanne näyttäisi aikuisesta juuri päinvastaiselta.



Tarkkaamattomuus ja vireyden tilan säätelyn pulmat voivat aiheuttaa vuorovaikutuspulmia. Pitkittynyt negatiivinen palaute vaikuttaa lapsen minäkuvaan, varsinkin kun hän kamppailee jo muutenkin maailman äsyкkeiden suodattamisen ja keskittymisen kanssa. Lasta olisi hyvä tukea kiinnittämällä huomiota hänen mitättömältikin tuntuviin onnistumisiinsa sekä varsinkin yriyksiin. Tehtävät olisi hyvä pilkkoa aikuisen päässä pieniksi osasiksi, joista kustakin voi kiittää ja kehua, jos koko suuren homman onnistuminen on haasteellista.

Toinen näkökulma on jättää epäonnistumiset huomiotta. Lapsilla on melko selkeä kuva siitä, milloin hommat eivät ihan onnistu, joten asioista huomauttaminen voi rapauttaa suhdetta lapsen ja aikuisen välillä. Myös huomauttamisen tavalla on merkitystä, ohjeistamalla ja perustelemalla pääsee usein parempaan lopputulokseen kuin pelkästään kieltämällä.

**Pieneksi pilkottuja asioita, joista
kiitin/kehuin**

**Pieniä epäkohtia, joita katsoin
läpi sormien**

Pilko kiitoksen aiheet pienemmiksi ja mieti sen jälkeen,
voisiko niitä pilkkoa vielä vähän, ehkä homman
yrittämiseen saakka?

 Honkalampi

Perpe-keskus