



# NÄIN AUTAN LASTA SIIRTYMÄTILANTEISSA:

## Strukturoi arkea

- 1. Pidä rutiinit ennakoitavana:** Lasta helpottaa, kun hän tietää etukäteen suurinpiirtein, mitä päivä tuo tullessaan.
- 2. Jäsennä arkisia toimintoja kuvien avulla:** Kuvat auttavat muistamaan, mitä toimintoja kuuluu iltarutiineihin tai mitkä vaatteet on puettava päälle pakkasaamuna ulos lähdettäessä. Piirtäkää kuvat itse tai tulostakaa täältä: [papunet.net/materiaalia/kuvapankki](http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki)

## Ennakoi siirtymiä

- 3. Käy läpi päivän kulku:** Ottakaa tavaksi käydä aamulla tai edellisenä iltana läpi päivän ohjelma. Kerro isommista tapahtumista paria päivää aikaisemmin. Mikäli lapsi jännittää uusia tilanteita, käykää tilanteet läpi etukäteen!
- 4. Tee lukujärjestys,** johon laitatte tekstinä tai symboleina aamutoimet, päiväkotiki/ koulupäivän, harrastukset, muut menot ja iltatoimet. Lukujärjestyksestä voit osoittaa lapselle, missä menette ja muistuttaa, mitä seuraavaksi on tulossa.
- 5. Muistuta siirtymistä etukäteen.** Ota lapsen katsekontakti ja kosketa häntä olkapäälle. Näin varmistat, että lapsi kuulee muistutuksesi kiinnostavasta tekemisestä huolimatta.
- 6. Käytä ajastinta,** josta lapsi itse huomaa ajan kulumisen. Tähän tarkoitukseen sopii perinteinen munakello tai puhelimeen/tabletille ladattava sovellus. Etsi sovelluskaupasta sovellusta ajastin tai timer -hakusanalla.

## Myönteinen asenne

- 7. Varaa siirtymiin riittävästi aikaa.** Vanhemman kiire ja stressi tarttuu herkästi lapseen. Mikä auttaisi sinua pysymään rauhallisena lapsen käyttäytyessä välillä raivostuttavalla tavalla? Muista, että siirtymät ovat monelle lapselle vaikeita!
- 8. Hyödynnä leikkisyys!** Kumpi teistä on nopeampi pukemaan, kumpi ehtii kerätä enemmän leluja lelukoriin?
- 9. Kehu onnistumisista:** Muista kehua lasta silloin, kun tilanteet sujuvat. Myönteinen palaute ja kannustus on tehokkaampi tapa vaikuttaa lapsen käytökseen kuin moitteet ja rankaiseminen.

WWW.THEFAMILYBOOST.COM

The FamilyBoost Oy  
[facebook.com/thefamilyboost](https://facebook.com/thefamilyboost)