



SISÄLLYS

Esipuhe	10
Johdanto	16
Mikä on ADHD?	17
Kategorisointi erilaisten tukijärjestelmien taustalla	22
ADHD on yksilön vahvuus oikein kanavoituna	24
Mitä tarkoitetaan positiivisella psykologialla ja pedagogiikalla?	26
Miten ADHD ja vahvuudet liittyvät yhteen?	28



OSA 1

ADHD JA VARHAISKASVATUS



Kehityksen ja oppimisen tuki varhaiskasvatuksessa	34
Miten voit tukea ADHD-oireista lasta varhaiskasvatuksessa?	36
Tarjoa mielekästä toimintaa	37
Huomioi sosiaaliset tilanteet ja kaverisuhteet	38
Harjoituta itsesäätelytaitoja	39
Selkeytä päivärytmi	40

Tarkkaile toiminnanohjauksen pulmia.	42
Ota huomioon tarkkaavuuden ongelmat	43
Tee yhteistyötä huoltajien kanssa	46
Tiedosta ympäristökijät	47
Tunnista ja sanoita vahvuudet	49
Tehokkaiden pedagogisten tukitoimien varmistaminen	54
Tapaus 1: Onnistunut tuki varhaiskasvatuksessa	55
Tapaus 2: Epäonnistunut tuki varhaiskasvatuksessa	61
Tukitoimien riittävyden varmistaminen	65



OSA 2

ADHD JA PERUSOPETUS



Kohti peruskoulua	72
Entä siirtyminen alakoulusta yläkouluun?.	80
Oppimisen ja koulunkäynnin tuki perusopetuksessa	83
Miten voit tukea ADHD-oireista oppilasta peruskoulussa?.	93
Suunnittele oppitunnin rakenne ja toimintatavat vaihteleviksi	99
Kiinnitä huomiota työskentelyasentoihin ja -paikkoihin.	103
Muokkaa oppimisympäristö tukemaan keskittymistä	106
Suunnittele vaihteittainen ohjeistus oppilaan tueksi.	109
Ennakointi helpottaa muutoksia ja siirtymistilanteita	113
Eriytä opetustasi niin alaspäin kuin ylöspäinkin.	116
Asenne ratkaisee	120
Oppilaan eteenpäin vievänä voimana ovat vahvuudet!	123

Toimijoiden johdonmukaisuus	128
Sosiaaliset taidot ja tunnetaidot osaksi opetusta ja kasvatusta	130
Yhteenveto tukemisen mahdollisuuksista peruskoulussa	135



OSA 3

ADHD JA TOISEN ASTEEN KOULUTUS



Tukitoimien lakisääteinen perusta toisella asteella	142
Tärkeä nivelvaihe perusasteelta toiselle asteelle.	147
Valmentava VALMA-opetus.	155
Miten voit tukea ADHD-oireista nuorta toisella asteella?	157
Itsetunnon vahvistaminen ja vahvuuksien tunnistaminen	157
Samanaikaisopetuksen hyödyt	160
Pienryhmästä isoon ryhmään.	162
Elämänhallinnan taitoihin huomiota ja tukea	163
Perusopetuksen pohjatiedot kuntoon toisen asteen opintoja varten.	165
Ensisijaisena muotona ovat ennalta ehkäisevät tukitoimet	168
Erytyspiirteitä ammatillisessa koulutuksessa	170
Erytyspiirteitä lukiokoulutuksessa	173
Yhteenveto toisen asteen tukitoimista	179



OSA 4

KOHTI KORKEA-ASTEEN OPINTOJA JA TYÖELÄMÄÄ



Tukitoimien tarve korkea-asteen opinnoissa	187
Huomioi opiskelun tuen tarve myös oppilaitoksen ulkopuolella.	188
Ohjaa henkilön toimintaa kohti hänen tavoitteitaan	190
Hyödynnä kiinnostus alaan ja kognitiivinen osaaminen motivaattoreina	192
Mahdollista eri keinoja tukemaan keskittymistä opinnoissa . . .	193
Huomioi aistien kuormittuminen massaluennoilla	196
Tarjoa joustavia ratkaisuja suoritusmahdollisuuksiin	197
Yhteenvedo korkea-asteen tukitoimista.	198
Suuntana työelämä	200
Minkälaista tukea työelämään hakeutuvat nuoret aikuiset tarvitsevat?.	201
Entä jos ADHD-oireinen henkilö ei saa riittäviä tukitoimia? . . .	205
Kumman vaihtoehdon valitset?	207
Lopuksi	210
Lähteet	211