

MATERIAALIPANKKI

**Toiminnallisia menetelmiä
pakolaistaustaisten lapsiperheiden
kanssa työskentelyyn**



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children

LUKIJALLE

Materiaalipankki on toiminnallisista menetelmistä ja teoreettisesta taustoituksesta koostuva helposti käyttöön otettava työväline lapsiperheiden kanssa tehtävään työhön. Materiaalipankin menetelmät soveltuvat erityisesti pakolaistaustaisten lapsiperheiden kanssa työskentelyyn. Menetelmät ovat toiminnallisia ja osaa menetelmistä on testattu pakolaistaustaisten lapsiperheiden kanssa kahdessa eri perhekerhossa syksyn 2022 aikana.

Materiaalipankki on toteutettu osana Pelastakaa Lapset ry:n Usra - Perheenä Suomessa -hanketta. Usra - Perheenä Suomessa -hankkeessa kehitetään toimintaa myönteisen vanhemmuuden ja perheen tukemiseen. Pakolaistaustaisten perheiden vanhemmat saavat toiminnan kautta tukea vanhemmuuteen, perheet oppivat uusia myönteisiä kasvatusten menetelmiä ja uudenlaista yhdessä toimimista.

Materiaalipankki koostuu kahdesta osuudesta: **tietopankista** ja **menetelmäpankista**. Tietopankki on teoreettinen kokonaisuus, josta löytyy tietoa esimerkiksi pakolaisten mielenterveydestä, kulttuurisensitiivisistä kohtaamisista, selkokielestä ja toiminnallisista menetelmistä. Menetelmäpankki sisältää ryhmäytymis- ja tutustumisleikkejä lapsiperheille ja toiminnallisia menetelmiä lapsiperheiden kanssa työskentelyyn.

Materiaalipankkia voi hyödyntää lasten ja perheiden parissa työskentelevät henkilöt. Selkeytensä ja visuaalisuutensa ansiosta materiaalipankki ei vaadi syvällistä perehtymistä. Materiaalipankki toimii ohjauksen tukena ja antaa ohjaajalle monipuolisesti vinkkejä, kuinka suunnitella ja toteuttaa toimintaa lapsiperheille.

Marraskuussa 2022

Jemina Lintinen & Vilma Myllymäki, sosionomiopiskelijat

DIAK, Diakonia-ammattikorkeakoulu



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children

SISÄLLYSLUETTELO

TIETOPANKKI.....	5
Käsitteitä.....	6
Kuka on pakolainen?.....	7
Pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden mielenterveys.....	8
Pakolaistaustaisten perheiden hyvinvoinnin tukeminen.....	10
Pakolaisuus ja sen haasteet.....	11
Haasteet pakolaistaustaisten vanhempien vanhemmuudessa.....	12
Myönteinen vanhemmuus.....	13
Kulttuurisensitiivinen kohtaaminen.....	14
Selkokieli - mitä se tarkoittaa?.....	15
Selkokielen käyttö ryhmäohjauksessa.....	16
Selkokielen muistilista.....	17
Luovat toiminnalliset menetelmät.....	18
Mitä huomioida toiminnallisia menetelmiä valittaessa?.....	19
MENETELMÄPANKKI.....	20
Menetelmäpankin ohjeet.....	21
Ryhmäohjauksen tueksi.....	22
Ryhmäytymis- ja tutustumisleikkejä lapsiperheille.....	23
Palloleikki.....	24
Hämähäkinverkko.....	25
Käsitorni.....	26
Etsi kivi.....	27
Huivipiilo.....	28
Korujen askartelu.....	29
Hedelmäsalaatti.....	30
Pesänryöstö.....	32
Toiminnallisia menetelmiä lapsiperheiden kanssa työskentelyyn.....	36
Perhepuu.....	37
Piirustus omasta perheestä.....	40

Perheen kädet.....	42
Eläin-/Satujooga.....	44
Satuhieronta.....	51
Nalleneuvola.....	53
Musiikkimaalaus.....	54
Päivärytmi.....	55
Unelmieni päivä.....	61
Minun käsi.....	63
Nallejumppa.....	64
Aartenetsintä.....	66
Tunnepurkit.....	68
Tunnemittari.....	71
Tunnekävely.....	73
Liikennevalo-leikki.....	76
LÄHTEET.....	77

TIETOPANKKI



KÄSITTEITÄ

Maahanmuuttaja: Maahanmuuttajalla tarkoitetaan henkilöä, joka on muuttanut maasta toiseen. Maahanmuuton perusteena voi olla esimerkiksi töihin, perheeseen tai pakolaisuuteen liittyvä syy. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)

Kiintiöpakolainen: Henkilö, jonka YK on määritellyt pakolaiseksi, tai muu suojelun tarpeessa oleva henkilö, joka tulee Suomeen uudelleen sijoitusta varten. Pakolaiskiintiö määritellään eduskunnan tekemän vuosittaisen talousarvion yhteydessä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)

Turvapaikanhakija: Henkilö, joka hakee vieraasta valtiosta oleskelulupaa kansainvälisen suojeluntarpeen perusteella (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021).

Oleskelulupa: Oleskelulupa on henkilökohtainen hakemus, jota täytyy anoa, mikäli aikoo matkustaa EU-maiden ulkopuolelta Suomeen yli 90 päiväksi. Myös työntekoa varten on haettava oleskelulupaa, vaikka viettäisi Suomessa alle 90 päivää. (Maahanmuuttovirasto, i.a.)

Paperiton: Paperiton tarkoittaa sellaista henkilöä, joka on tullut muualta kuin EU:n, Eta-valtiosta tai Sveitsistä. Hänen oleskelulupansa on umpeutunut, eikä maassa oleilu ole laillista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)

KUKA ON PAKOLAINEN?



Pakolaisten oikeusasemaa koskeva yleissopimus määrittelee pakolaisen henkilöksi, jolle on myönnetty kansainvälistä suojelua, jos hän tulee kotimaassaan vainotuksi joko rodun, kansallisuuden, uskonnon, tiettyyn yhteiskuntaluokkaan kuulumisen tai poliittisen mielipiteen vuoksi. Pakolaiset saapuvat maahan joko turvapaikanhakijoina tai kiintiöpakolaisina. (Hartonen & Rissanen, 2018, s. 25–26.)



Pakolaiset ja turvapaikanhakijat ovat kotimassaan tai pakomatalla saattaneet kokea traumaattisia kokemuksia, kidutusta, kidnappauksia, läheisten kuolemia ja seksuaalista hyväksikäyttöä (Hartonen & Rissanen, 2018, s. 26).

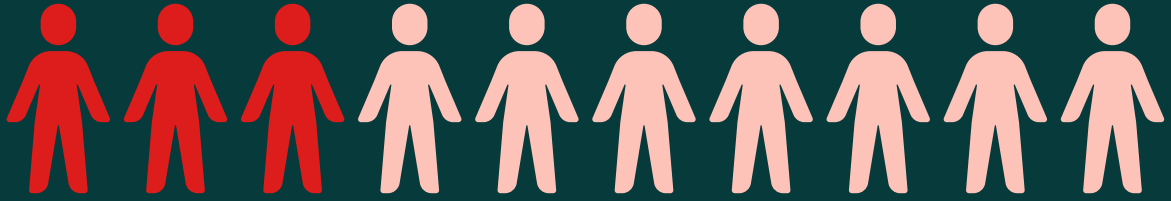
PAKOLAISTEN JA TURVAPAIKANHAKIJOIDEN MIELENTERVEYS

Turvapaikanhakijat kärsivät usein post-traumaattisesta stressistä, masennuksesta ja ahdistuksesta (Hartonen & Rissanen, 2018, s. 26).

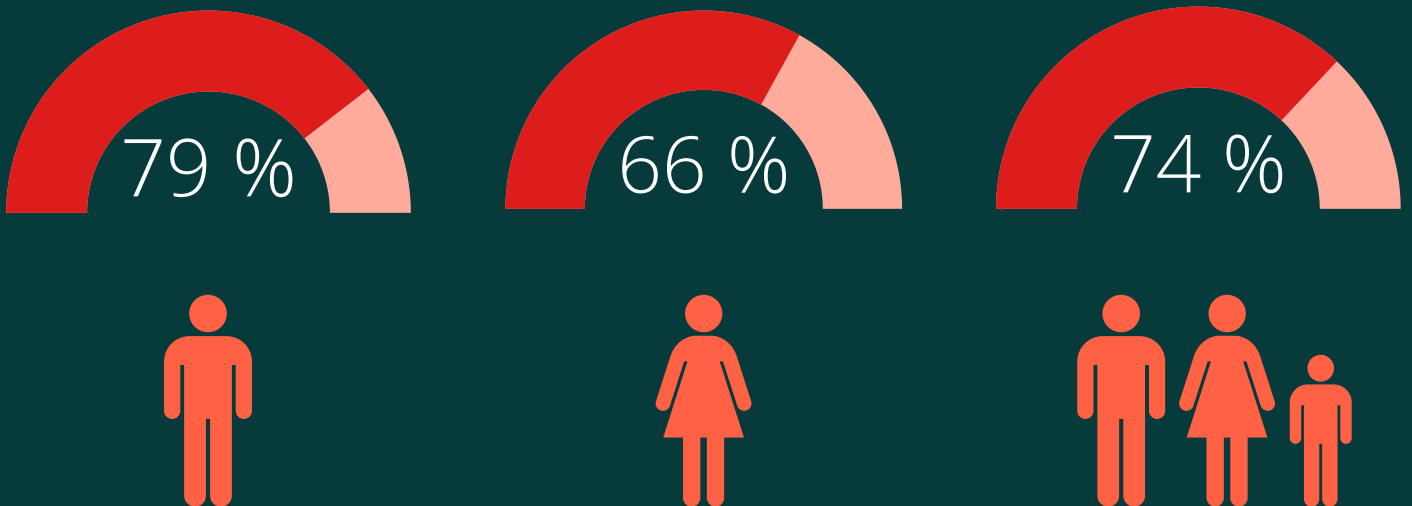


On tutkittu, kuinka turvapaikanhakijoiden psyykkiset oireet ovat yhteydessä muun muassa turvapaikkapäätösten viivästymisiin, yksinäisyyteen ja työllistymisvaikeuksiin (Hartonen & Rissanen, 2018, s. 26).





Turvapaikanhakijoista ja pakolaisista noin 15–25 % kärsii erilaisista mielenterveyshäiriöistä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, i.a).



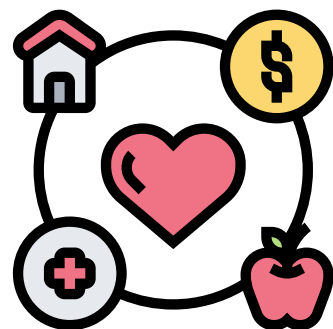
Monet pakolaiset ovat kokeneet järkyttäviä kokemuksia kotimaassaan (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, i.a).

PAKOLAISTAUSTAISTEN PERHEIDEN HYVINVOINNIN TUKEMINEN

Pakolaisuuteen liittyy erilaisia kriisejä ja riskitekijöitä, jotka vaikuttavat yksilön ja yhteisön hyvinvointiin. Suru, erilaiset menetykset, sosioekonominen tausta ja lähtömaan ja uuden maan väliset eroavaisuudet ovat usein ongelmallisia tekijöitä pakolaisuudessa. (Duodecim, i.a.)

Pakolaistaustaisten perheiden hyvinvointia voi tukea huomioimalla heidän...

- turvallisuuden tunteensa
 - kiinnostuksen kohteensa/harrastuksensa
 - koulutusmahdollisuudet
 - työllistymismahdollisuudet
- (Duodecim, i.a.)



PAKOLAISUUS JA SEN HAASTEET

Kotoa lähteminen on aina traumaattista sekä lapsille että aikuisille riippumatta siitä, pakenevatko he luonnonkatastrofeja, aseellista konfliktia, väkivaltaa, oikeuksien väärinkäyttöä vai etsivätkö he parempaa elämää (Mihajlović ym., 2021, s. 9).

Maahanmuutto-/pakolaisolosuhteet voivat vaarantaa turvallisuuden ja vaikuttaa lapsen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Monet lapset ovat kokeneet traumaattisia tilanteita, joutuneet jättämään tutun ympäristönsä ja menettäneet läheisensä. Nämä edellä mainitut asiat voivat aiheuttaa sen, että lapset joutuvat erotetuksi perheistään, he kärsivät fyysisestä ja henkisestä pahoinpitelystä ja laiminlyönnistä, he kokevat seksuaalista hyväksikäyttöä sekä muutoin arvotonta kohtelua. (Mihajlović ym., 2021, s. 9.)



HAASTEET PAKOLAISTAUSTAISTEN VANHEMPIEN VANHEMMUUDESSA

Jopa suotuisissa olosuhteissa vanhemmuus vaatii jatkuvaa sitoutumista, harkintaa, oppimista ja sopeutumista. Kun otetaan huomioon maahanmuuttoon liittyvät lukuisat epäsuotuisat olosuhteet, lapsen kasvattaminen liikkeellä ollessa on poikkeuksellisen vaativaa.

Siirtolaisperheillä on omat uskomuksensa, sääntönsä, rituaalinsa, vuorovaikutussuhteensa, haasteensa ja vahvuutensa, aivan kuten kaikilla muillakin perheillä. Heidän kohtaamansa haasteet ovat kuitenkin paljon monimutkaisempia ja vaikeampia: maastamuuttomaassa ja matkan aikana koetut traumat, eristyneisyys, huoli muista perheenjäsenistä ja ystäväistä, suru läheisten menettämisestä, köyhyys, puute ja mahdollisuus tehdä työtä ja huolehtia perheestään. (Mihajlović ym., 2021, s. 9–10.)

Siirtolaisperheet jättivät taakseen elämän, jonka olivat rakentaneet. He matkustavat ja elävät päivittäin, epävarmoina siitä, mitä tulevaisuus tuo tullessaan, tietämättä, miten he voivat vaikuttaa kohtaloonsa (Mihajlović ym., 2021, s. 10).



MYÖNTEINEN VANHEMMUUS

Myönteisen vuorovaikutuksen kehittyminen lapsen ja vanhemman välille edellyttää keskustelua ja kokemuksellista oppimista. Myönteiseen vuorovaikutukseen kuuluu myönteisen palautteen antaminen, hyvän huomaaminen, jakamattoman ja yksilöllisen huomion antaminen sekä leikkisyyden ja kohtaamisen hetkien lisääminen vanhemman ja lapsen arkeen. (Korhonen & Holopainen, 2015, s. 17.)

Lapsen vanhemmalta edellytetään erilaisia taitoja ja kykyjä joiden avulla lapsen myönteistä kehitystä voidaan tukea (Suomenmielenterveys Ry, 2022).

Vanhemmuuden taitoja

.....

Tunnetaidot ja vuorovaikutustaidot
Arjen taidot (käytännölliset taidot)
Stressin hallintataidot
Ongelmanratkaisutaidot

(Suomen mielenterveys ry, 2022)

Vanhemmuuden kykyjä

.....

Kyky kuunnella
Kyky asettua lapsen asemaan
Kyky ymmärtää lapsen tarpeita
Kyky olla läsnä

(Suomen mielenterveys ry, 2022)

KULTTUURISENSITIIVINEN KOHTAAMINEN

HUOMIOI NÄMÄ!

Kulttuurisensitiivisyys tarkoittaa ammattilaisen ja asiakkaan välistä vuorovaikutuksellista ja arvostavaa kohtaamista niin, että kummallakin on oikeus kulttuurinsa ilmaisuun ja sen hyväksytyksi tulemiseen (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021).



01 — Tiedosta lähtökohtasi

Kulttuurisensitiiviseen kohtaamiseen kuuluu oman kulttuuritaustan ja mahdollisten ennakkoluulojen tiedostaminen. On tärkeää pyrkiä välttämään sellaista ajattelutapaa, jossa oma kulttuuri nähdään ainoastaan oikeana ja normaalina. (Tytöjen talo, i.a.)



02 — Kunnioita erilaisuutta

Kunnioita erilaisuutta ja huomioi asiakkaan vahvuudet. Pyri kohtaamaan asiakas yksilöllisesti, eikä pelkästään kulttuurinsa edustajana. Kulttuuristen yleistysten sijaan ole avoin ja kysy rohkeasti asiakkaan omista tavoista ja arvoistaan. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)



03 — Pyri yhteisymmärrykseen

Mikäli asiakas ei puhu samaa kieltä kanssasi, pyri yhteisymmärrykseen esimerkiksi puhumalla selkokieltä, hyödyntämällä kuvakortteja ja käyttämällä tulkkia. Ohjaa asiakas tarvittaessa muiden palveluiden pariin ottamalla yhteyttä palveluun ja kertomalla asiakkaan lisätiedot. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)

SELKOKIELI - MITÄ SE TARKOITTAÄ?

Hei! Osaatko kertoa minulle, mitä selkokieli oikein tarkoittaa?

?

Selkokieli on suomen kielen helpommin ymmärrettävä muoto. Selkokielessä kieltä muutetaan yksinkertaisemmaksi sisällöltään, sanastoltaan ja rakenteeltaan. Se on tarkoitettu ihmisille, joilla on vaikeuksia lukea tai ymmärtää yleiskieltä.

(Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2022.)



Lisätietoa selkokielestä sivulta:
<https://selkokeskus.fi/selkokieli/>



SELKOKIELEN KÄYTTÖ RYHMÄNOHJAUKSESSA

Selkokieli auttaa sitä tarvitsevia ihmisiä niin tiedon saamisessa, lukemisessa, ymmärtämisessä, omien ajatusten ja näkemysten ilmaisemisessa ja toimintaan osallistumisessa. Selkokieltä kutsutaankin saavutettavaksi kieleksi. (Kehitysvammaliitto, i.a.)

Selkokielen avulla edistetään palvelujen saavutettavuutta, sillä helpommin ymmärrettävä ja helppokäyttöinen palvelu on usein saavutettava (Kotoutuminen, i.a.).

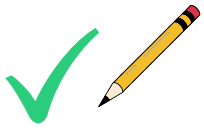
Miksi selkokielen käyttö voi olla tärkeää ryhmäohjauksessa?

Ryhmäohjauksessa on tärkeää huomioida, millainen kielitaito ryhmään osallistuvilla henkilöillä on. Jotta ryhmässä toteutettavaan toimintaan on mahdollista osallistua, tulee osallistujien ymmärtää joko kielen, mallin tai kuvatuken avulla, mikä ryhmäkerran tarkoitus on ja mitä ryhmässä ollaan tekemässä.

Ryhmän ohjaajan on hyvä perehtyä selkokielen käyttöön ennen ryhmäkertojen ohjaamista. Jos ryhmässä kielitaito on heikkoa, on ohjaajan olennaista käyttää esimerkiksi selkokieltä ja kuvatukea toiminnan ohjauksessa. Selkokielen avulla ohjaaja pystyy varmistamaan, että toiminta on ryhmään osallistuville henkilöille saavutettavaa ja mielekästä.



SELKOKIELEN MUISTILISTA



- Käytä puhuessasi yleistä ja tuttua sanastoa. Muista selittää vieraat sanat ja painota ydinsanoja.
- Käytä lyhyitä ilmauksia ja suosi rakenteita, jotka ovat puhekielenomaisia.
- Puhu yhdestä asiasta kerrallaan.
- Jos aihe on uusi tai abstrakti, anna asiasta/aiheesta konkreettisia esimerkkejä.
- Jos jokin kohta tuottaa vaikeuksia, tämä selviää usein helpommin keskustellen ja kysellen, eikä luennoimalla asiasta.
- Aloita keskustelu asiasta, jonka kuulija/keskustelija tietää entuudestaan. Tarkista henkilön taustatiedot, jos tämä on tarpeellista.
- Puhu rauhallisesti, mutta vältä kuitenkin puheen hidastamista luonnottomaksi. Muista tauottaa puhettasi.
- Jos jokin sana on tuottanut vaikeuksia, toista se uudelleen.
- Jos toisto ei auta, käytä kiertoilmauksia.
- Muokkaa kieltä keskustelukumppanin ikä- ja kehitystasoon sopivaksi.



LUOVAT TOIMINNALLISET MENETELMÄT

Luovat ja toiminnalliset menetelmät ovat yhteydessä osallisuuden ja hyvinvoinnin kokemukseen. Luova toiminta voi tuoda vahvan merkityksellisyyden ja yhteen kuulumisen tunteen, jotka ovat osallisuuden ja hyvinvoinnin kulmakiviä. (Karjalainen, 2019.)

Huhtinen-Hildénin ja Isolan (2018) mukaan luovuus tuottaa myös hyvinvointia esimerkiksi luottamuksen ja virkistävien tunnekokemusten osalta. Luovia menetelmiä voi toteuttaa yksilötasolla ja ryhmissä. (Karjalainen, 2019.)



MITÄ HUOMIOIDA TOIMINNALLISIA MENETELMIÄ VALITTAESSA?

Toiminnallisiin menetelmiin liittyy vahvasti luovuus. Toiminnallisissa menetelmissä voidaan hyödyntää niin liikuntaa, musiikkia, leikkiä, tarinallisuutta, piirtämistä ja maalaamista. (MLL, 2020.)

Toiminnallisia menetelmiä valittaessa tulisi ottaa huomioon:

Mihin tavoitteeseen valittu menetelmä vastaa?

- Toiminnalla on aina hyvä olla jokin tarkoitus ja tavoite. Tarkoitus ja tavoite on hyvä määritellä ennen toiminnallista menetelmää valittaessa.

Miten valittu menetelmä sopii kohderyhmälle?

- Ota huomioon, miten hyvin ryhmään osallistuvat henkilöt tuntevat toisensa ja onko ryhmässä turvallinen ilmapiiri. Arvioi, mikä toiminnallinen menetelmä sopii juuri kyseiselle ryhmälle parhaiten.

Miten kysyt palautetta toiminnalliseen menetelmään osallistuvilta henkilöiltä?

- Yhteisen tekemisen lopuksi on hyvä tiedustella, miltä menetelmä/tekeminen osallistujista tuntui.

(MLL, 2020)



MENETELMÄPANKKI



MENETELMÄPANKIN OHJEET

Menetelmäpankki on jaettu kahteen kokonaisuuteen

1. Ryhmäytymis- ja tutustumisleikkejä lapsiperheille
2. Toiminnallisia menetelmiä lapsiperheiden kanssa työskentelyyn

Menetelmiä varten oppaaseen on laadittu yksinkertaiset ja selkeät ohjeet, jotta ne olisivat mahdollisimman helposti käyttöönotettavat. Menetelmät on jaettu teemoittain ja jokaisen menetelmän kohdalla on kerrottu sen tarkoitus.

Menetelmiä toteutettaessa on ohjaajan tärkeää ottaa huomioon ryhmään osallistuvien henkilöiden kielitaito ja ikätaso. **Jos yhteistä kieltä ei ole tai osallistujien kielitaito on heikko, hyödynnä menetelmien toteutuksessa selkokieltä, kuvatukea ja mallin/esimerkin näyttämistä.** Esimerkiksi sääntöleikkeihin on helppo päästä mukaan ohjaajan näyttämän mallin avulla.

Menetelmäpankin symbolit



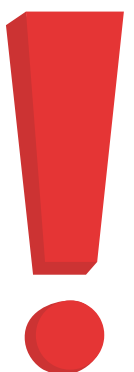
Vinkki/Huomio



Linkki



Voi toteuttaa kotona



RYHMÄNOHJAUKSEN TUEKSI

SELKOKIELI



KUVATUKI



MALLIN/ESIMERKIN NÄYTTÄMINEN



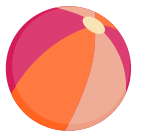
Papunetin kuvapankki:
<https://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>

RYHMÄYTYMIS- JA TUTUSTUMISLEIKKEJÄ LAPSIPERHEILLE





PALLOLEIKKI



Teema/Tarkoitus

Tutustuminen

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

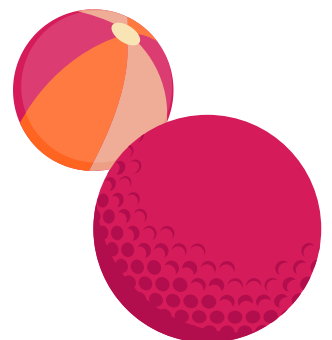
Palloleikkiä varten tarvitaan pehmeän pallon, jota voi joko kierittää lattialla tai heittää ryhmäläiseltä toiselle. Hyödynnä jumppamattoja tai alustoja piirin muodostamiseksi. Taustalle voit halutessasi laittaa rauhallista musiikkia.

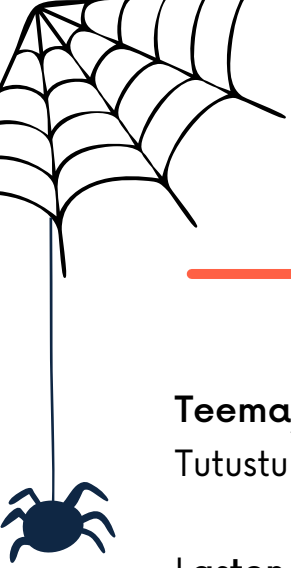
Kesto

Ryhmän koosta riippuen palloleikin kesto on noin 5-10 min.

Toteutus

Aloita palloleikki näyttämällä esimerkkiä. Anna pallo yhdelle ryhmäläisistä ja ohjeista häntä heittämään tai kierittämään pallo sinulle. Kun saat pallon kiinni voit sanoa oman nimesi tai tehdä jonkin hauskan liikkeen. Ohjeista muita toistamaan nimesi tai liikkeesi. Jatka pallon heittämistä/kierittämistä niin kauan, että kaikki ryhmäläiset ovat saaneet osallistua tutustumisleikkiin.





HÄMÄHÄKINVERKKO

Teema/Tarkoitus

Tutustuminen

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Hämähäkinverkkoleikkiä varten tarvitaan lankakerän paksusta langasta.

Kesto

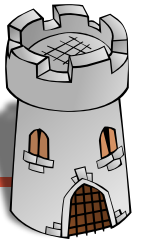
Ryhmän koosta riippuen leikin kesto on noin 5-10 min.

Toteutus

Asettukaa piiriin ja kerro osallistujille leikin säännöt. Aloita leikki pitämällä lankakerää heittokädessä ja ota langan vapaasta päästä kiinni toisella kädellä. Kerro nimesi, jonka jälkeen heitä kerä piirin vastakkaiselle puolelle pitäen kiinni toisessa kädessä olevasta langanpäädystä. Lankakerän kiinni saanut henkilö ottaa sen heittokäteensä ja pitää toisella kädellään langasta kiinni. Kiinniottaja kertoo nimensä, minkä jälkeen hän heittää kerän taas jollekin toiselle piirissä pitäen samalla langasta toisella kädellä kiinni. Näin jatketaan niin kauan, että lankakerä on käynyt kaikilla ja piirin keskelle muodostuu langasta hämähäkin verkon näköinen kuvio. Muistuta ryhmäläisiä siitä, että lankakerää ei saa heittää sellaiselle ihmiselle, jolle se on jo heitetty.

Kun lankakerä on heitetty jokaiselle osallistujalle ja jokainen on sanonut nimensä, tulee verkko purkaa. Jokaisen kuitenkin tulee muistaa keriä lankakerän ympärille, jotta verkko saadaan siististi purettua.

KÄSITORNI



Teema/Tarkoitus

Tutustuminen

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Kesto

Ryhmän koosta riippuen leikin kesto on noin 5-10 min.

Toteutus

Aloita tutustumisleikki näyttämällä mallia. Osallistujat asettavat kädet päällekkäin torniksi ja samalla sanotaan oma nimi. Usein on lapsen kannalta turvallisempaa, jos oma vanhempi sanoo myös lapsen nimen. Lopuksi päällekkäin laitettut kädet nostetaan ilmaan ja vilkutellaan vielä kaikki tervetulleeksi.

Leikin muunnelmia

- Pienille lapsille voi tuntua turvallisimmalta se, että rakennetaan torni oman vanhemman kanssa.
- Rakennetaan piiri jalkaterät yhteen laittaen ja kaadutaan lopuksi selälleen.





ETSI KIVI



Teema/Tarkoitus

Yhteinen leikki: reagointi- ja tarkkaavaisuus, kehonhahmotus ja kehonhallinta.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

"Kivet" eli esimerkiksi muotoalustat ja musiikkisoitin musiikkia varten. Jos muotoalustat ei ole saatavilla hyödynnä esimerkiksi vilttejä, väripaperia, tyynyjä, kartioita yms.

Kesto

Ryhmän koosta riippuen leikin kesto on noin 5-10 min.

Toteutus

Aloita leikki näyttämällä mallia leikin etenemisestä. Ohjeista, että kukin perhe/osallistuja valitsee oman kiven, eli esimerkiksi muotoalustan ja asettaa sen haluamaansa kohtaan lattialle. Ohjaaja soittaa musiikkia tietyn ajan, jolloin osallistujat liikkuvat tilassa vapaasti. Sitten kun musiikki loppuu, tulee osallistujien etsiä oma kivensä (alustansa). Kun musiikki jatkuu, osallistujat jatkavat liikkumista.

Leikin muunnelmia

- Kisa: Kun musiikki soi, kaikki liikkuvat salissa vapaasti. Sitten kun musiikki loppuu tulee jokaisen juosta lähimmän kiven eli alustan luokse. Se joka viimeisenä ehtii kivelle, tippuu pelistä pois.
- Sovitaan ennen musiikin soimista, mikä kehonosa koskettaa kiveä.



Musiikki innostaa monia osallistujia mukaan leikkiin!



HUIVI PIILO

Teema/Tarkoitus

Yhteinen leikki: reagointi ja aistimukset

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Sifonkihuvit tms. ja musiikkisoitin musiikkia varten. Jos sifonkihuveja ei ole saatavilla, voit hyödyntää muita kevyitä kankaita/liinoja.

Kesto

Ryhmän koosta riippuen leikin kesto on noin 5-10 min.

Toteutus

Aloita leikki näyttämällä mallia leikin etenemisestä. Kukin osallistuja tai vanhempi-lapsi -pari valitsee haluamansa sifonkihuvin. Musiikin soidessa liikutaan vapaasti tilassa ja heilutellaan huiveja. Musiikin loppuessa mennään huivin alle piiloon. Jatketaan liikehdintää tilassa, kun musiikki alkaa uudestaan soimaan.

Leikin muunnelmia

- Ohjaajan on tärkeää kannustaa vanhempia havainnoimaan, jännittääkö lasta huivin alle meno tai tuntuuko huivin materiaali lapsesta epämiellyttävältä. Vaihtoehtoisesti lapsi voi piilottaa esimerkiksi vanhemman pään huivin alle.
- Vaihtoehtoisesti musiikin loppuessa voidaan irrottaa huivit ilmaan ja annetaan niiden leijaila alas maahan.
- Sifonkihuvit voivat olla myös perhosia, joiden siipien alle piiloudutaan musiikin loppuessa.



KORUJEN ASKARTELU

Teema/Tarkoitus

Yhteinen tekeminen



Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Erilaisia koruhelmiä; puiset tai muoviset helmet, elastista korulankaa, sakset ja teippiä.

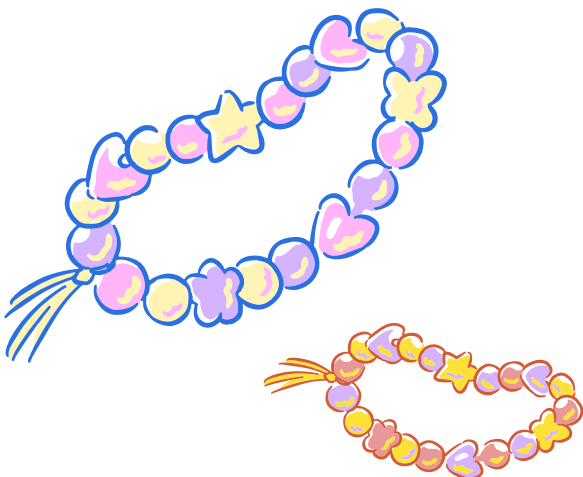
Kesto

Noin 15-30 min.

Toteutus

Jaa koruhelmet eri astioihin korupisteelle. Anna lapselle mahdollisuus valita haluaako hän tehdä esimerkiksi käsikorun, kaulakorun tai avaimenperän. Kannusta lasten vanhempia auttamaan lasta tarvittaessa!

Leikkaa sopivan kokoinen lanka korua varten. Muista leikata lanka niin, että langan päät pystyy solmimaan yhteen. Jotta helmet eivät tippuisi korua tehdessä langasta pois, voit teipata langan toisen pään kiinni pöytään. Jos lapsi tarvitsee helmien pujottamisessa ja korun sitomisessa apua, avusta tarvittaessa.



Korujen tekeminen on mukavaa yhteistä puuhaa lapselle ja vanhemmalle!

HEDELMÄSALAATTI

Teema/Tarkoitus

Yhteinen tekeminen



Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Tulosta hedelmäsalaatti-leikkiä varten hedelmäsalaatti-kortit sivulta 31. Tulosta kortit tuplana, sillä tarvitset itsellesi ohjaajan kortit. Voit hedelmäsalaatti-leikissä hyödyntää myös musiikkia. Leikkiä varten tarvitset muoto-/värialustat tai vaihtoehtoisesti värikartiot, joilla voit merkitä pelaajien paikat. Leikkiä voi myös toteuttaa tuolien kanssa.

Kesto

Noin 10-15 min.

Toteutus

Aloita leikki muodostamalla tuoleista tai muotoalustoista ringi ja jaa osallistujat pareiksi/ryhmiksi. Lapsi ja vanhempi voi pelata yhdessä, eli heille jaetaan yksi hedelmäkortti ja vanhempi voi pitää lasta kädestä kiinni. Jaa yksi pari esimerkiksi banaaneiksi, toinen pari omenoiksi ja kolmas pari rypäleiksi. Jaa pelaajille hedelmäkortit, mutta muistuta pelaajia siitä, että he pitävät korttinsa piilossa muilta.

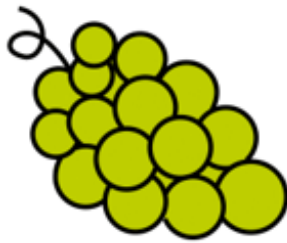
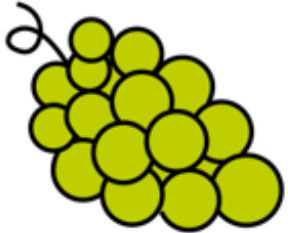
Pyydä pelaajia istumaan tuoleilla tai seisomaan merkityillä paikoilla. Mene ringin keskelle ja näytä leikistä esimerkkiä. Sinä toimit leikin ensimmäisenä huutajana ja kortin näyttäjänä. Jos huudat esimerkiksi "banaanit" ja näytät samalla banaani-korttia, niin vain banaanien tulee keskenään vaihtaa paikkaa ja yrität huutajana päästä heidän paikalleen. Se pelaaja, joka jää ilman paikkaa siirtyy keskelle huutajaksi ja kortin näyttäjäksi. Jos keskellä olija huutaa hedelmäsalaatti ja näyttää hedelmäkortin kuvaa, tulee kaikkien pelaajien vaihtaa paikkoja keskenään.



Hyödynnä leikin ohjeiden selittämisessä esimerkkiä/mallin näyttämistä! Kuvakortit helpottavat leikkiä niin, ettei leikissä välttämättä tarvitse käyttää kieltä.



HEDELMÄSALAATTI-KORTIT



PESÄNRYÖSTÖ



Teema/Tarkoitus

Yhteinen tekeminen: liikunnallisuus

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Pesänryöstö-leikkiä varten tarvitset suhteellisen ison tilan, esimerkiksi salin, jossa leikkiä voidaan toteuttaa. Tarvitset hernepusseja ja kolme hulavannetta tai korja, joihin mahtuu hernepusseja.

Kesto

Noin 10-15 min.

Toteutus

Jaa osallistujat kahteen joukkueeseen kummallekin puolelle salia. Joukkueiden tehtävänä on ryöstää pesästä, eli salin keskelle asetetusta hulavanteesta tai korista hernepusseja oman joukkueen hulavanteeseen tai koriin. Joukkueista vuorollaan yksi osallistuja käy hakemassa keskeltä hernepussin ja vie sen omalle joukkueelleen. Selitä ja havainnollista pelin kulkua näyttämällä esimerkkiä. Leikin voittaa se joukkue joka on saanut kerättyä enemmän hernepusseja.



Leikkiä voi halutessaan varioida esimerkiksi siten, että joukkueet varastavat toisiltaan hernepusseja. Näin leikistä saa pidemmän version, joka kestää kauemman aikaa!





Maa - meri - ilma -
leikki



Peili -leikki



Kuka pelkää
mustekalaa



Kirkonrotta



Polttopallo

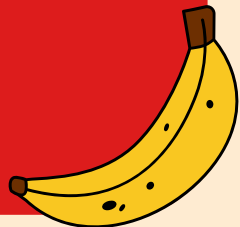


Karhu nukkuu -
leikki

!

Leikkipankista löydät ohjeet näihin leikkeihin:
<https://www.leikkipankki.fi/haku>

Banaanhippa



Eläintarha-leikki



Hedelmäsalaatti -
leikki



Kuvasuunnistus



Poliisi ja rosvo -leikki



Hattu kiertää -
leikki



Kosketa väreä -
leikki



Pesänyöstö



Leikkivarjoleikit



Tuolileikki

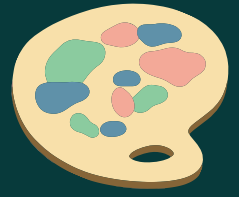
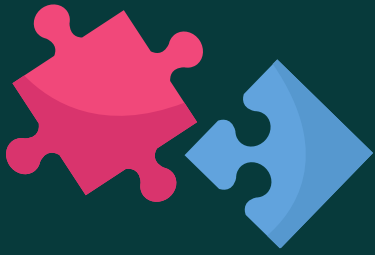


Kapteeni käskee -
leikki



Seuraa johtajaa -
leikki





TOIMINNALLISIA MENETELMIÄ LAPSIPERHEIDEN KANSSA TYÖSKENTELYYN



PERHEPUU

Teema

Perhe ja perhesuhteet

Tarkoitus

Perhepuun avulla voi helposti koota näkyväksi tietoa perheestä ja sen avulla voidaan hahmottaa perheen ja suvun kokonaisuutta. Perhepuu voi auttaa perheitä ja yksilöitä näkemään itsensä uudella tavalla osana omaa perhettä tai laajempaa sukua. Piirtäminen on tehokas keino asioiden ulkoistamisessa, joten perhepuun tekeminen voi helpottaa keskustelemista perheen ja sen jäsenten välisistä suhteista. (Rönkkö & Rytönen, 2010, s. 160.)

Perhepuu voi tuoda maahanmuuttaja- tai monikulttuuriperheille näkyväksi heidän perheensä ja sukunsa etnisen kartan. Perhepuu voi johdatella keskusteluun esimerkiksi siitä, milloin perhe muutti Suomeen, mitä kieltä perheessä puhutaan ja mitä kulttuuriperinteitä perheellä on. (Rönkkö & Rytönen, 2010, s. 163.)

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen. Pienemmät lapset voivat osallistua Perhepuun tekoon vanhemman/vanhempien avustuksella.

Esivalmistelut

Tulosta valmiita perhepuu-malleja sivulta 39, piirrä malleja perhepuusta tai perhepuun voi jokainen vanhempi ja lapsi halutessaan piirtää itse. Tarvitset perhepuun tekemiseen väripaperia, värikyniä, saksia, liimaa ja teippiä. Laadi etukäteen malli perhepuusta, jonka voit esitellä muille.

Kesto

Perhepuun ohjeistus ja perhepuun -mallin esittely noin 5 min.

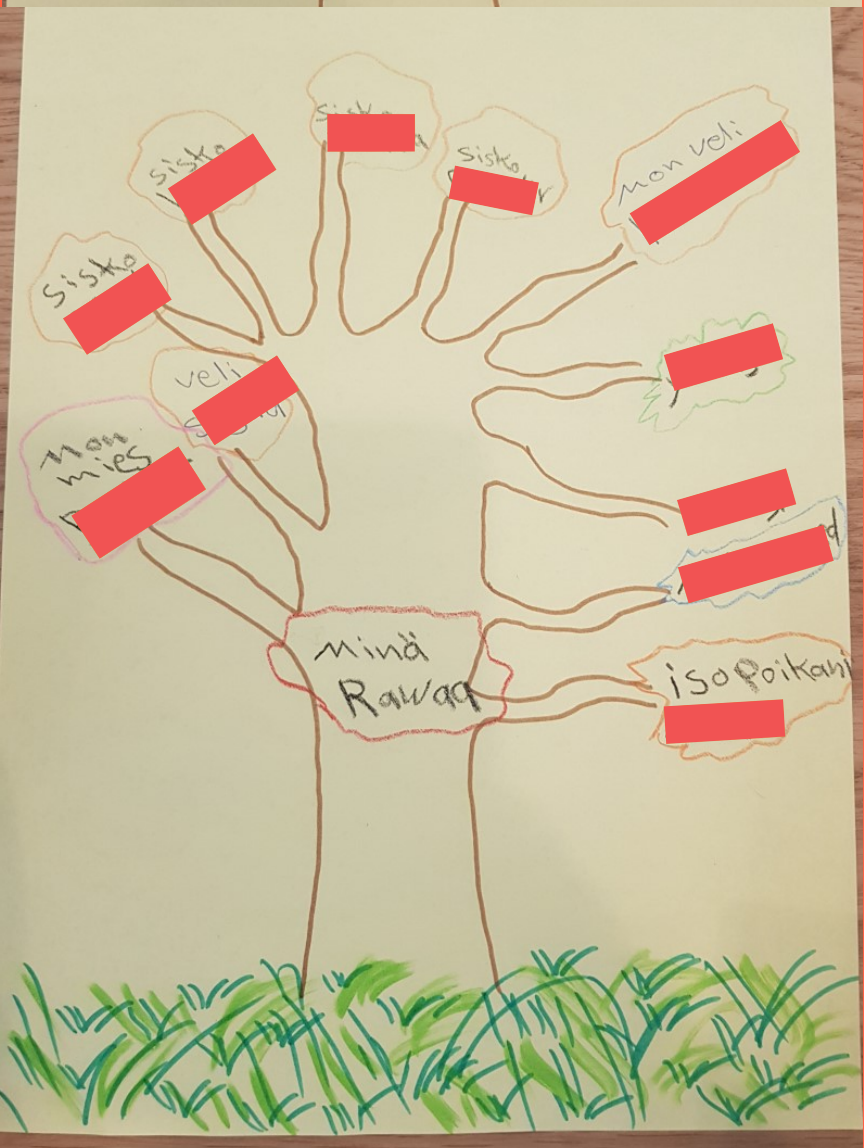
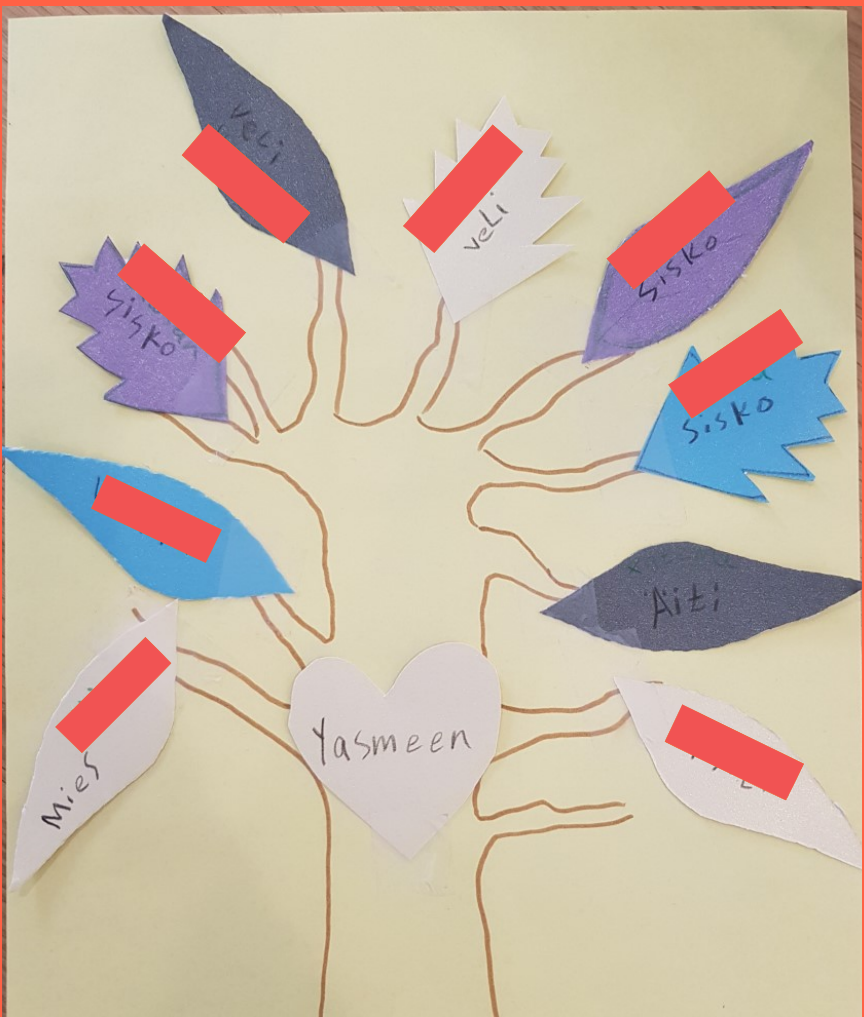
Perhepuun askarteleminen ja niiden esittely noin 10-20 min riippuen ryhmän koosta.

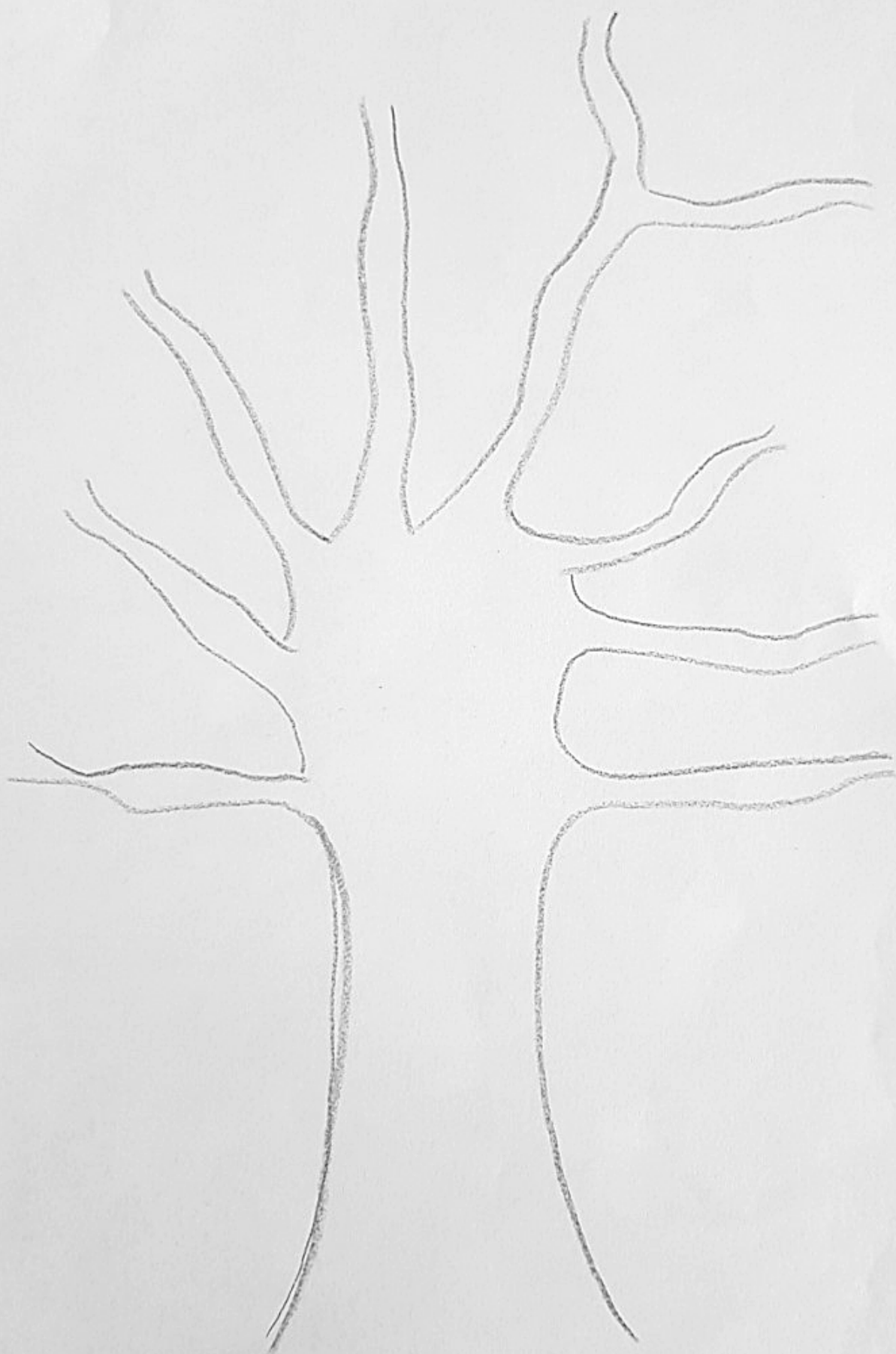
Toteutus

Esittele oma perhepuusi ryhmän vanhemmille ja lapsille. Kerro, keitä sinun perheeseesi kuuluu ja mitä perhe sinulle tarkoittaa. Kannusta vanhempia tekemään yhdessä lapsen/lasten kanssa yhteinen perhepuu. Muistuta jokaista, että he voivat askarrella perhepuusta sellaisen kuin itse haluavat. Askartelun lopuksi esitelkää ryhmässä tekemänne perhepuut. Muista ohjaajana varata tarpeeksi aikaa perhepuiden läpikäynnille ja huomioi, että jokaisella on tarpeeksi aikaa kertoa omasta perhepuustaan.



ESIMERKKEJÄ PERHEPUISTA





PIIRUSTUS OMASTA PERHEESTÄ

Teema

Perhe ja perhesuhteet



Tarkoitus

Oman perheen piirtämistä voidaan hyödyntää tutustumisessa ja perheen yhteisenä tekemisenä.

Lasten ikä

2 ikävuodesta alkaen. Vanhemmat voivat yhteisesti lasten kanssa piirtää kuvan perheestään.

Esivalmistelut

Piirrä etukäteen mallipiirustus omasta perheestäsi. Piirtämistä varten tarvitset värikyntiä, saksia, liimaa ja paperia.

Kesto

Piirtäminen noin 10-15 min.

Piirustuksien esittely noin 10-15 min.

Toteutus

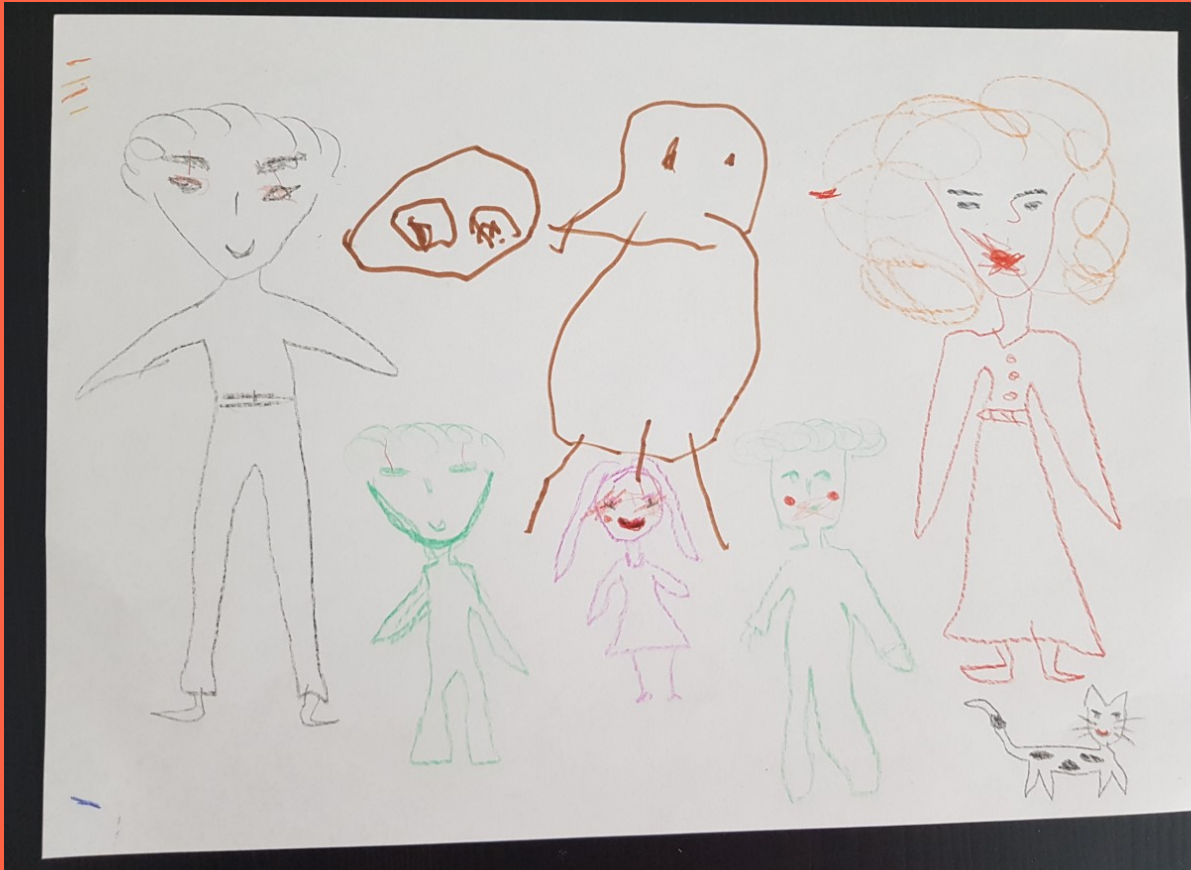
Esittele ryhmälle piirustuksesi omasta perheestä; esittele ketkä kaikki kuuluvat perheeseesi. Kerro ryhmäläisille, että haluaisit tietää, keitä kaikkia heidän perheisiinsä kuuluu.

Jaa ryhmäläisille paperia ja kyniä. Muistuta ryhmäläisiä siitä, että jokainen saa tehdä piirustuksesta sellaisen kuin haluaa. Kannusta vanhempia ottamaan lapset mukaan piirtämiseen. Vanhemmat voivat auttaa pienempiä lapsiaan piirtämisessä. Tärkeintä on yhdessä tekeminen ja yhteisen hetken jakaminen!

Lopuksi esitelkää piirustukset yhteisesti ryhmässä. Muistuta ryhmäläisiä kuitenkin siitä, että teoksien esittely on aina vapaaehtoista.



PIIRUSTUKSIA PERHEISTÄ





PERHEEN KÄDET



Teema

Perhe ja perhesuhteet

Tarkoitus

Perheen käsien piirtäminen yhteiselle paperille, perheen yhteinen tekeminen.

Lasten ikä

2 ikävuodesta alkaen vanhemman avustuksella.

Esivalmistelut

Tehtävää varten tarvitset värikyniä ja paperia. Laadi tehtävästä esimerkki piirtämällä oman käden ääri viivoja paperille.

Kesto

Noin 10 min.

Toteutus

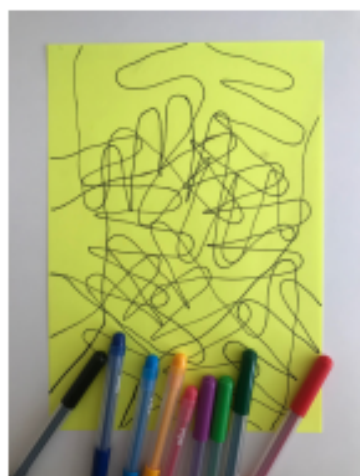
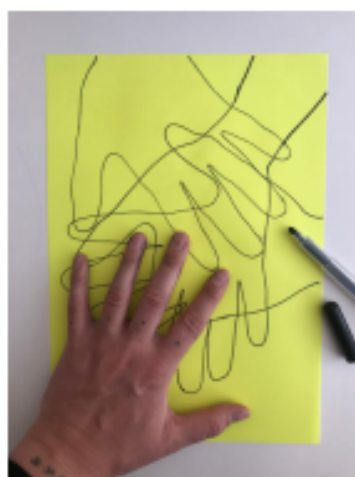
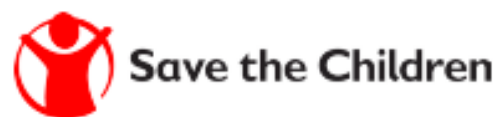
Aloita tehtävä esittelemällä oma perheen kädet -piirustus ryhmäläisille. Kerro, että piirustus tehdään perheen kanssa yhdessä siten, että piirretään käden ääri viivoja päällekkäin paperille. Jaa ryhmäläisille värikyniä ja paperia. Tehtävän lopuksi voitte esitellä teokset yhteisesti ryhmässä.



Perheet voivat myös halutessaan kirjoittaa käsien kohdille toistensa nimet tai toistensa vahvuuksia!



HANDZEICHNUNG / HAND DRAWING



ELÄIN-/SATUJOOGA

Teema

Hyvinvointi: oma keho



Tarkoitus

Eläin-/Satujoogan tarkoituksena on edistää yksilön hyvinvointia. Jooga auttaa ihmistä tulemaan tietoisemmaksi omasta kehostaan. Joogassa tehdyt liikkeet edistävät keskittymiskykyä. Joogaliikkeet edistävät rauhoittumisen taitoja ja myönteistä käsitystä itsestä. (Neuvokas perhe, i.a.)

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Tulosta joogaliikkeet ja joogaan liittyvä tarina sivuilta 45-46 ja eläinjooga-kortit sivuilta 47-50. Jos haluat yhdistää joogaan tarinan, perehdy siihen etukäteen. Joogaa varten tarvittavat jumppamatot tai pehmeät alustat. Etsi etukäteen esimerkiksi Youtube-sivustolta rauhallista taustamusiikkia, jota voi soittaa joogan aikana. Jotta lapset innostuvat joogasta, voit hankkia joogan aloitukseen eläinrekvisiittia (korvapannat/hännät) tai lapset voivat valita erilaisista pehmoleluista haluamansa lelun, jonka he voivat ottaa mukaan jumppamatolle.

Kesto

Eläin-/Satujoogan kesto noin 10-15 minuuttia.



Toteutus

Asettele tilan lattialle jumppamatot. Valitse taustamusiikiksi rauhallista musiikkia esimerkiksi lintujen laulua. Kerro joogaan osallistuville henkilöille, mitä joogassa tapahtuu. Näytä esimerkkikuvia tulostetuista joogaliikkeistä. Esittele tämän jälkeen eläinjooga-kortit. Voit hyödyntää eläinrekvisiittia tai pehmoleluja joogan aloituksessa, jotta saat lapset kiinnostumaan toiminnasta.

Jos joogassa on sinun lisäksi toinen ohjaaja, niin hän voi esimerkiksi toimia joogan ohjaajana ja sinä voit joogaliikkeiden aikana näyttää eläinjooga-kortteja sekä lukea liikkeisiin liittyvää tarinaa. Tarinan lukeminen on vapaaehtoista. Tarinan löydät sivuilta 45-46. Jos olet joogassa ainoa ohjaaja, näytä aluksi joogaliikkeeseen liittyvää eläinjooga-korttia ja vasta tämän jälkeen toista liike itse.

Muista suorittaa liikkeet rauhassa, kannusta ja kehu osallistujia joogan aikana. Muistuta osallistujia siitä, että jokainen tekee liikkeet omalla tavallaan ja tahdillaan. Viimeisen liikkeen loppuksi ohjeista osallistujia hengittämään 2-3 kertaa syvään sisään ja ulos sekä kiittämään yhteisestä hetkestä.

ELÄIN-/SATUJOOGAN LIIKKEET JA TARINA



1. Kallion kolossa, valtavan suuren kuusen suojassa nukkui karhuemo kahden pentunsa kanssa.

2. Karhujen oli aika herätä talviuniltaan. Emokarhu liikutteli tassujaan ja nousi hitaasti ylös.



3. Emokarhu herätti myös pentunsa ja ryhtyi opettamaan niille karhuvenytyksiä.



4. Lopulta oli aika lähteä ulos haistelemaan kevättä.



alkoi viettää alaspäin ja Ursula ja Untamo
apainonsa. Ne kierivät rinnettä alas hurjaa

hti pysähtyi, ja karhunpennut jäivät
paikoilleen makaamaan.

mukkolio-makkolios

ilmanpoistoasento
pavanmuktanasana

Kiedo kädet polvien ali ja keinu
edestakaisin istuma-asennosta
selälleen ja takaisin. Toista useita
kertoja.



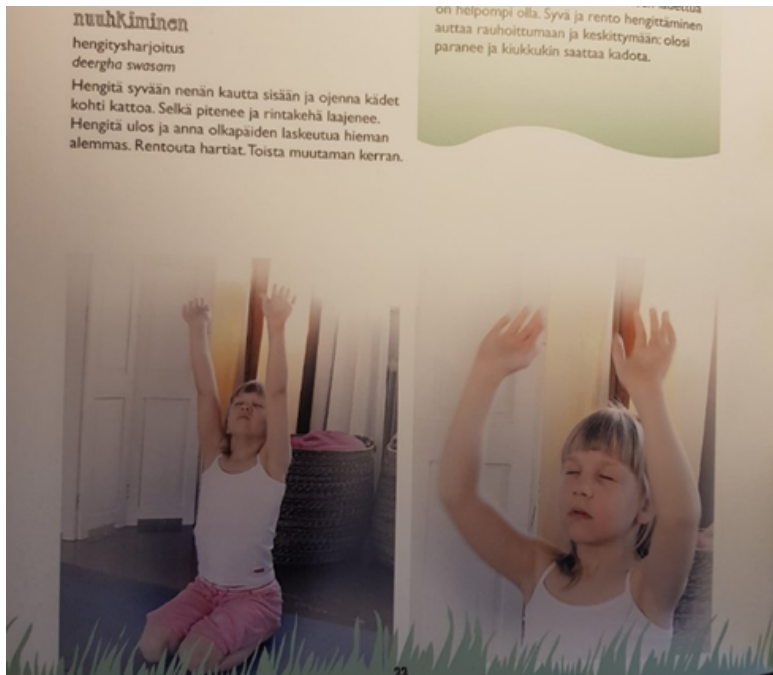
huokaisu

lepoasento selälleen
savasana

Lopeta keinuminen ja jää
makaamaan selälleen. Sulje
silmät, hengitä voimakkaasti
sisään ja huokaise kuuluvasti.
Toista kolme kertaa.

5. Pennut tallustelivat unenpöpperöisinä
emonsa perässä, mutta yhtäkkiä he
menettivät tasapainonsa ja kaatuivat.

6. Karhunpennut jäivät paikoilleen
makaamaan.

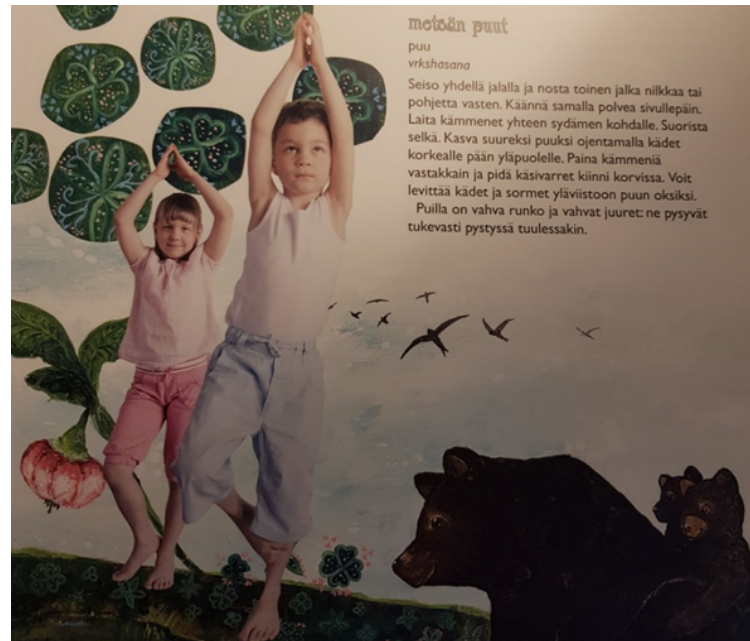


nuuhkiminen

hengitysharjoitus
deergha swasam

Hengitä syvään nenän kautta sisään ja ojenna kädet
kohti kattoa. Selkä pitenee ja rintakehä laajenee.
Hengitä ulos ja anna olkapäiden laskeutua hieman
allemmas. Rentouta hartiat. Toista muutaman kerran.

on neilpompri oilla. Syvä ja rento hengittäminen
auttaa rauhoittumaan ja keskittymään: olosi
paranee ja kiukkukin saattaa kadota.



metään puut

puu
vrkshasana

Seiso yhdellä jalalla ja nosta toinen jalka nilkkaa tai
pohjetta vasten. Käännä samalla polvea sivullepäin.
Laita kämmenet yhteen sydämen kohdalle. Suorista
selkä. Kasva suureksi puuksi ojentamalla kädet
korkealle pään yläpuolelle. Paina kämmeniä
vastakkain ja pidä käsivarret kiinni korvissa. Voit
levittää kädet ja sormet yläviistoon puun oksiksi.
Puulla on vahva runko ja vahvat juuret: ne pysyvät
tukevasti pystyssä tulessakin.

7. Sitten pennut nousivat hitaasti jaloilleen ja
alkoivat nuuhkia kevättilmaa.

8. Metsä, jonne karhut olivat tulleet, oli upea
paikka. Vanhat, suuret lehtipuut kurottelivat
komeasti kohti taivasta.

Satujoogan tarina ja kuvat ovat "Satujoogaa: joogaharjoituksia ja tarinoita lapsille" -kirjasta, jonka
ovat kirjoittaneet Kiuru ja Tiilikainen (2010).

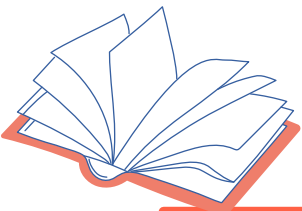
ELÄINJOOGA/SATUJOOGA - KORTIT











SATUHIERONTA



Teema

Hyvinvointi

Tarkoitus

Vanhemman antama hieronta lapselle. Tarkoituksena on vahvistaa lapsen ja vanhemman välistä yhteyttä.

Lasten ikä

1 ikävuodesta alkaen vanhemman kanssa.

Esivalmistelut

Tutustu ja harjoittele satuhieronnan aikana luettavaa satuun. Pohdi, miten eläydyt satuun ja miten rytmität satua siten, että sadun aikana voidaan toteuttaa mahdollisimman mielekkäästi hierontaa. Sadun voi tarvittaessa kääntää suomen kielestä toiselle kielelle. Voit hyödyntää satuhieronnassa sivulta 52 löytyvää tarinaa.

Kesto

Noin 10-20 min. riippuen sadun kestosta.

Toteutus

Kerro ryhmäläisille satuhieronnasta ja siitä, kuinka hierontaa toteutetaan lukemasi sadun aikana. Muista lukea satua hitaasti siten, että liikkeet saadaan toteutettua mahdollisimman rennosti. Satuhierontaa voi toteuttaa käsien lisäksi myös esimerkiksi siveltimien avulla.

Satuhierontaa kannattaa toteuttaa lapsilähtöisesti siten, että koristelee tilan esimerkiksi valoilla, pehmoleluilla ja peitoilla. Tilanteen ja toiminnan rauhoittamiseksi lapsille voi kertoa, että pehmolelut ovat nukkumassa tilassa, eikä leluja saa herättää. Lelut voivat tarvittaessa "herättää" satuhierontaa toteutettaessa.

Korosta ryhmäläisille sitä, että satuhieronta tulee perustua aina vapaaehtoisuuteen. Ennen satuhieronnan aloittamista tulee satuhierontaa vastaanottavalta henkilöltä kysyä lupa kosketukseen. Hieronta tulee tuntua turvalliselta ja osallistujat voivat lopettaa toiminnan välittömästi, mikäli siltä tuntuu.



Mikäli ryhmään osallistujilla on heikko kielitaito satuhieronnan voi toteuttaa myös musiikkierontana!

! Löydät satuhieronnan ohjeita ja tarinoita osoitteesta: <https://satuhieronta.fi/satuhieronta-rentouttaa-ja-vahvistaa-turvallisuuden-kokemusta/>

SATUHIERONTA: "SAARI KESKELLÄ MERTA"

Saari keskellä merta - Satuhieronta

(Lasketaan kädet selän päälle aloituksen merkiksi). **Suuren meren keskellä** (liikutellaan käsiä selkää pitkin) **on vuoristoinen saari** (tehdään kummallakin kädellä ympyrää selkään).

Valkoiset talot kiertävät pitkin rantaa (piirretään sormilla muutamia neliöitä). **Saaren rannat ovat kallioisia** (kuljetetaan käsiä alaselästä yläselkään hitaasti).

Kun aallot osuvat rantaan, vesi heiluu korkealle (liutetaan käsiä alhaalta ylös ja naputellaan sormenpäillä takaisin alas tullessa kuin aaltojen liike, toista aaltoja useampi kerta).

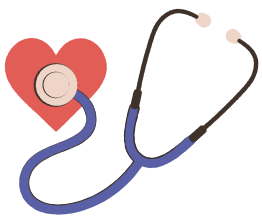
Ravut nousevat rantakiville (tehdään sormilla ravun kulkua selkään), **ne nauttivat auringon lämmöstä** (pyörittävä lämmittävä liike).

Delfiinin varjo näkyy meren pinnan alla (viedään kättä mutkitellen alaselästä ylöspäin). **Sitten se nousee hetkeksi pinnalle ja sukeltaa uudelleen** (kuljetetaan käsiä selän päällä, nostaen kädet hetkeksi ilmaan laskien sormet ensin selkää koskettaen, kuin hyppivä delfiini).

Aurinko loistaa veden pinnalla (naputellaan sormenpäillä selkää) **Saaressa on paljon elämää** (tehdään käsillä ympyrää ja lasketaan kädet hetkeksi selän päälle lopetuksen merkiksi).



Satuhieronta tarina löytyy Satuhieronta.fi sivuilta ja tarina on pelkistetty versio "Saari keskellä merta" -tarinasta (2022, i.a.).



NALLENEUVOLA



Teema

Hyvinvointi

Tarkoitus

Nalleneuvolan tarkoituksena on tutustua neuvolaan leikin avulla. Nalleneuvolan tarkoituksena on lievittää lääkäri- ja sairaalapelkoa. Nalleneuvola on hauska yhteinen leikki lapselle ja vanhemmalle.

Lasten ikä

2-10-vuotiaille.

Esivalmistelut

Nalleneuvola varten tarvitset leikkilääkärivälineitä, kuten esimerkiksi mittanauhan, stetoskoopin, korvasuppilon ja kuumemittarin.

Kesto

Noin 10-20 min, riippuen osallistujien määrästä.

Toteutus

Leikissä valitaan yksi henkilö terveydenhoitajaksi tai lääkäriksi, jolla on käytössään leikkilääkärivälineet. Osallistujat tuovat vuorollaan nalleneuvolaan näytille heidän oman pehmolelunsa, jotka pääsevät lääkärin tarkastukseen. Pehmoleluja voi tarvittaessa esimerkiksi mitata mittanauhalla, kuunnella sydänääniä stetoskoopilla, tarkastaa korvia korvasuppilon avulla ja mitata kuumetta kuumemittarilla. Leikissä tärkeintä on leikkiin eläytyminen ja heittäytyminen. Nalleneuvola toimii erinomaisena yhteisenä lapsen ja vanhemman välisenä leikkinä.



Lisätietoa ja yhteystiedot nallesairaalaista
<https://fimsic.fi/nallesairaala/>

Pelastakaa Lapset ovat tehneet yhteistyötä
Fimsic:in nallesairaalatoiminnan kanssa.



Voit toteuttaa nalleneuvola
helposti myös kotona!



Voit halutessasi käyttää
mielikuvitusta ja
askarrella omia
lääkärivälineitä!

MUSIIKKIMAALAUUS



Teema

Hyvinvointi: luova heittäytyminen, itseilmaisu ja tunnetilojen käsittely.

Tarkoitus

Musiikkimaalauksen avulla voi heittäytyä luovasti toimintaan, se auttaa itseilmaisussa, keskittymiskyvyn vahvistamisessa ja tunnetilojen käsittelyssä.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Valitse musiikkimaalausta varten 1-2 musiikkikappaletta esimerkiksi klassista musiikkia. Musiikkia varten tarvitset musiikkisoittimen. Maalausta varten tarvitset paperia, vesivärejä, siveltimiä ja alustoja. Voit myös toteuttaa musiikkimaalausta pienillä maalausseinillä ja akryylimaalauksella. Musiikkimaalausta voi toteuttaa myös sormimaalauksena.

Kesto

Musiikkimaalauksen kesto riippuu siitä, kuinka monta eri kappaletta valitset musiikkimaalaukselle. Kesto on noin 10-15 min.

Toteutus

Aloita musiikkimaalaustuokio kertomalla ryhmälle musiikkimaalaukseen liittyvät ohjeet. Muistuta osallistujia siitä, että musiikkimaalauksen aikana tulisi välttää keskustelua. Näytä esimerkkiä, miten sinä toteutat musiikkimaalausta. Muistuta osallistujia siitä, että ei ole oikeaa tai väärää tapaa toteuttaa musiikkimaalausta. Musiikkimaalauksessa tärkeintä on osallistuminen ja heittäytyminen tekemiseen.

Aloita musiikkimaalaus soittamalla musiikkikappale kertaalleen, jonka aikana osallistujat saavat maalata paperille haluamallaan väreillä, joita musiikin tunnelma tuo heidän mieleensä.

Lopuksi osallistujat voivat halutessaan esitellä taideteoksensa muille ryhmäläisille. Oman teoksen esittely on kuitenkin vapaaehtoista.

Ota ryhmäläisten ikä huomioon musiikkimaalauksessa! Musiikkimaalausta voi lapsi ja vanhempi toteuttaa yhteisesti samalle paperille.



PÄIVÄRYTMI



Teema

Päivärytmi ja -rutiinit

Tarkoitus

Oman päivärytmin ja arkirutiinien hahmottaminen.

Lasten ikä

4 ikävuodesta alkaen vanhemman avustuksella. Vanhemmat voivat piirtää lapsen kanssa yhteisen aikajanan päivärytmistään tai he voivat halutessaan askarrella omat päivärytminsä.

Esivalmistelut

Piirrä aikajana tai kellotaulu omasta päivärytmistäsi. Voit myös tulostaa sivulta 57 olevan päivärytmiin liittyvän aikajanan. Voit hyödyntää esimerkiksi Papunetistä tulostettavia kuvia, joiden avulla pystyt havainnollistamaan erilaisia toimintoja (esimerkiksi hampaiden harjaus, ruokailu, ulkoileminen). Askartelua varten tarvitset värikyniä, sakset, liimaa, paperia ja kartonkia.

Kesto

Aikajanan piirtäminen noin 15 min.

Aikajanan esittely noin 5-10 min.

Toteutus

Aloita toiminta esittelemällä oma aikajanasasi. Kerro mitä kaikkea sinun päivääsi kuuluu ja missä järjestyksessä päivän aikana teet eri asiat (esimerkiksi: pukeudun, harjaan hampaat ja sen jälkeen syön aamupalan). Painota, että tämä on sinun päivärytmiisi ja jokaisen päivärytmi on erilainen. Osallistujien askartelemat päivärytmit tulevat siis näyttämään hieman erilaisilta.

Jaa perheille askartelutarvikkeet. Kerro vanhemmille ja lapsille, että he voivat tehdä oman tai yhteisen aikajanan. Kerro, että Papunet-kuvamateriaalia voi hyödyntää aikajanan tekemisessä, mutta aikajanallesi voi myös piirtää ja värittää itse kuvia.

Lopuksi voitte yhteisesti ryhmässä esitellä aikajananne. Muistuta ryhmäläisiä siitä, että tämä on vapaaehtoista ja ketään ei tule pakottaa esittelemään omaa työtänsä.

PÄIVÄRYTMIN SOVELTAMINEN

Päivärytmi-menetelmää hyödynnettäessä on erityisen tärkeää kiinnittää huomiota tehtävän perusteelliseen alustamiseen. Päivärytmin laatiminen saattaa herättää monenlaisia ajatuksia ja tunteita, jonka takia tehtävä **ei sovellu kaikille kotoutumisen alkuvaiheessa oleville henkilöille.**

Päivärytmi-menetelmää voidaan soveltaa asiakasryhmän elämäntilanteet huomioiden. **Muistathan painottaa menetelmää toteuttaessasi, että jokaisen ihmisen päivärytmi on erilainen!**

Pakolaistaustaisten henkilöiden elämä ja arki on pakolaisuuden takia muuttunut hyvinkin paljon. Heillä on ennen saattanut olla tietynlainen päivä-/arkirytmä, mutta suuren elämänmuutoksen takia, päivärytmiä ei ole ollut mahdollista ylläpitää. **Päivärytmistä keskustelu on kuitenkin erityisen tärkeää, koska päivärytmi tukee yksilön hyvinvointia ja terveyttä!**

Tehtävän voi toteuttaa esimerkiksi siten, että osallistujat miettivät **yleisellä tasolla mitkä asiat ja toiminnot ovat tärkeitä päivärytmin kannalta.** Tällä tavoin käsiteltävä teema saadaan ulkoistettua yksilön henkilökohtaisen kokemuksen ulkopuolelle. **Päivärytmi-tehtävää voit toteuttaa sivulta 57 löytyvän mallin avulla.**



Voit toteuttaa menetelmää yksilöohjauksena! Aihe voi olla sensitiivinen, joten tehtävän toteutus voisi soveltua paremmin yksin tehtäväksi.

PÄIVÄRYTMI



KUVIA PÄIVÄRYTMI-TEHTÄVÄÄN

! Lisää kuvia löydät Papunetistä!



Herätä



Mennä nukkumaan



Pukeutua



Liikunta



Välipala



Päivällinen



Iltapala



Tehdä ruokaa



Aamupala



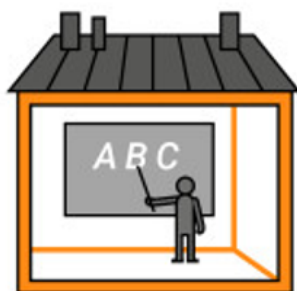
Harjata hampaat



Suihku



Leikkiä



Koulu



Työ

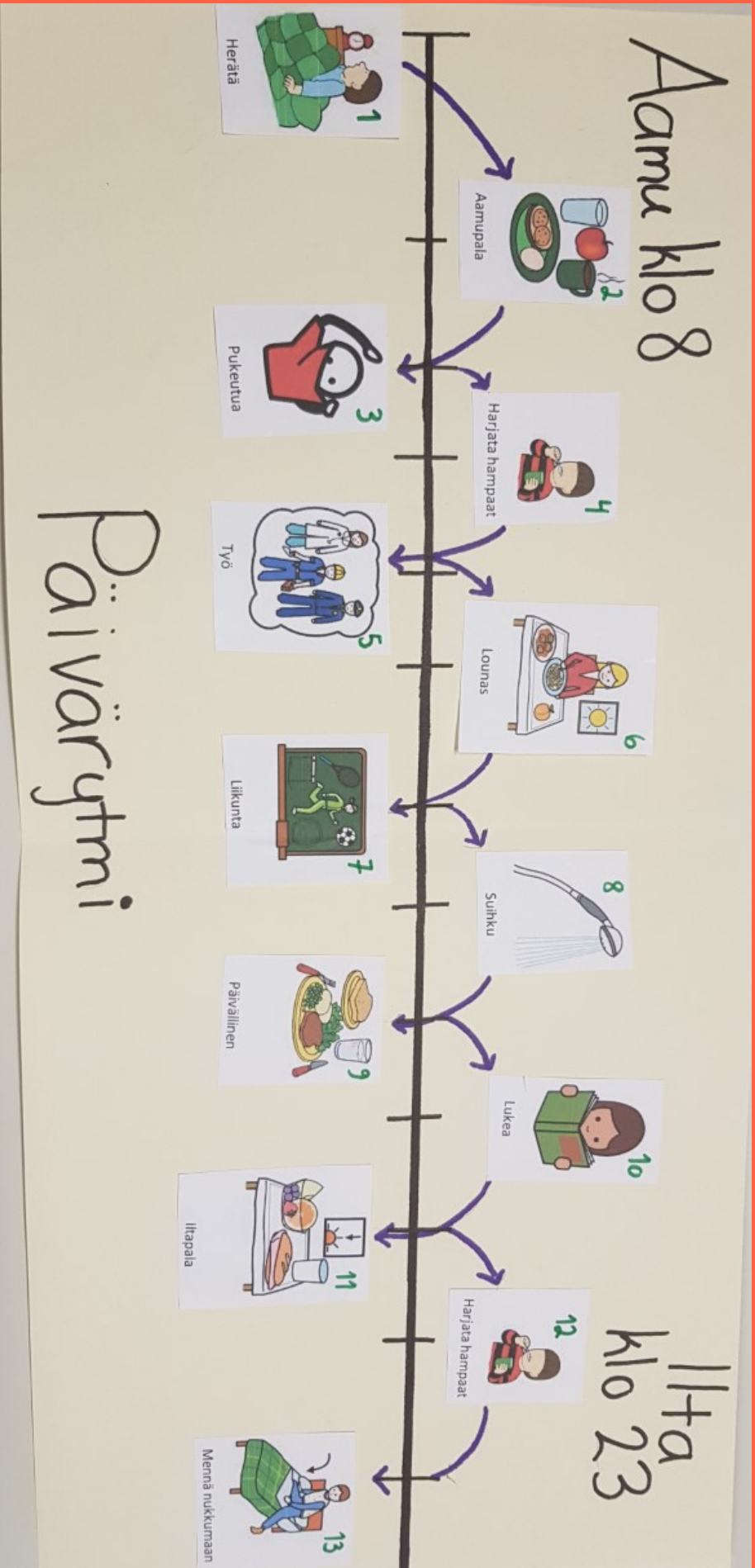


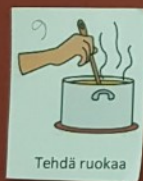
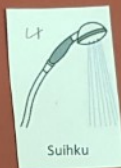
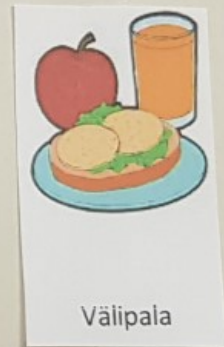
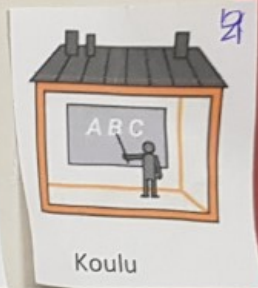
Harrastus



Siivota

ESIMERKKEJÄ PÄIVÄRYTMEISTÄ





UNELMIENI PÄIVÄ



Teema

Vapaa-aika

Tarkoitus

Omien toiveiden ja tärkeiden asioiden tunnistaminen omassa arjessa.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Laadi esimerkki omasta unelmien päivästäsi. Tehtävää varten tarvitset sanoma- ja aikakausilehtiä, joista voi leikellä erilaisia kuvia. Tarvitset tämän lisäksi värikyniä, liimaa, saksia ja kartonkipohjia. Tehtävässä voit hyödyntää myös Papunetin Kuvapankkia, josta voit tulostaa kuvia.

Kesto

Noin 10-20 min.

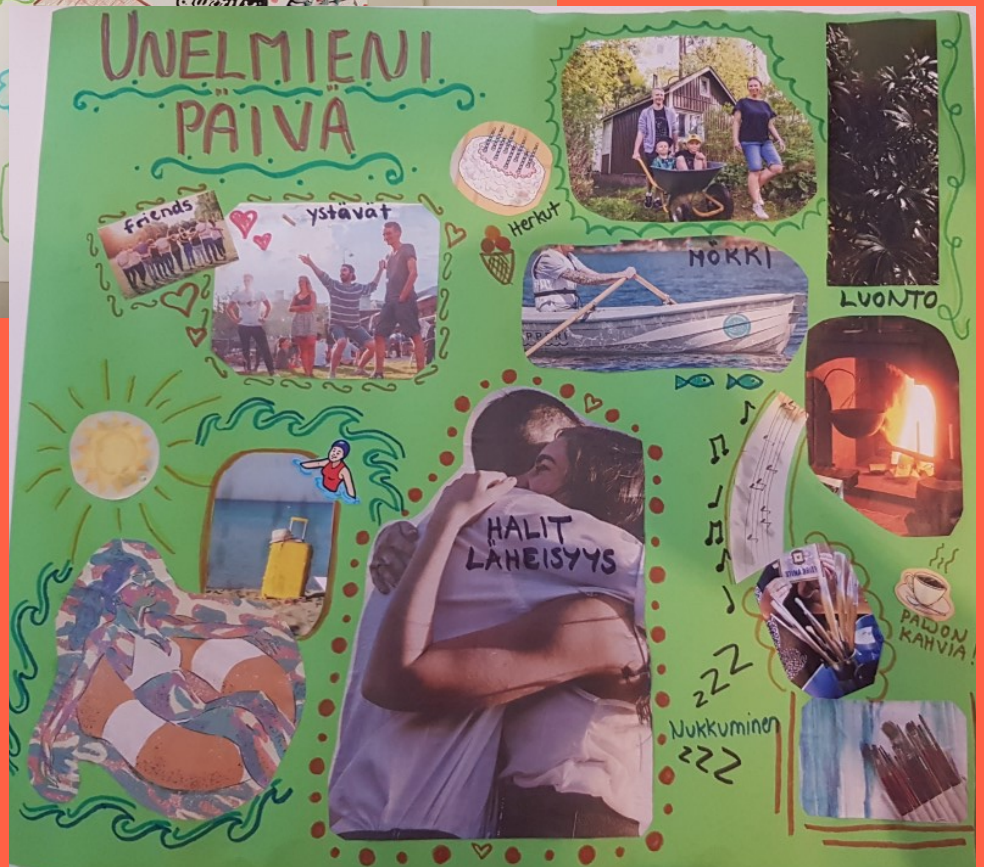
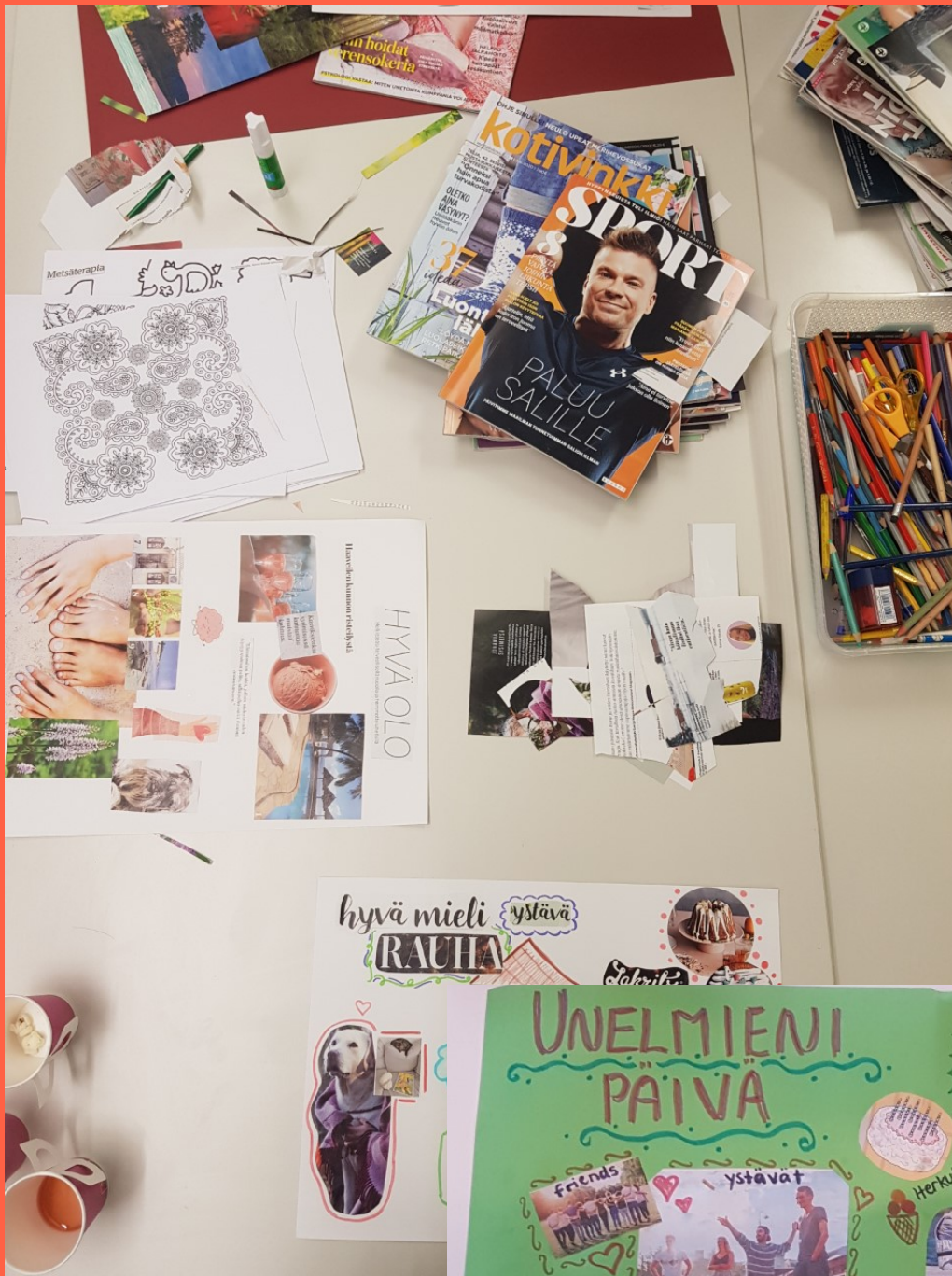
Toteutus

Aloita tehtävä esittelemällä oma unelmiesi päivä ryhmälle. Kerro, mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä ja mistä haaveilet. Jaa ryhmäläisille sanoma- ja aikakausilehtiä sekä liimat, sakset ja kynät. Ohjeista, että omaan tauluun voi jokainen halutessaan joko piirtää, kirjoittaa tai leikata kuvia lehdistä. Tarkoituksena on löytää lehdistä asioita, jotka kuuluvat omaan unelmien päivään.

Tehtävän lopuksi voitte halutessanne esitellä teokset koko ryhmälle.



ESIMERKKEJÄ UNELMIENI PÄIVÄ - TEHTÄVÄSTÄ



MINUN KÄSI

Teema

Minä ja vahvuuteni

Tarkoitus

Oman käden askartelu/maalaaminen, omat vahvuudet/mielenkiinnonkohteet.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Minun käsi -tehtävää tarvitset värikartonkeja, sormimaaleja, saksia, liimaa, kyniä ja alustoja. Tee etukäteen malli, jonka voit esitellä ryhmässä.

Kesto

Askartelun ohjeistus noin 5 min.

Askartelu noin 15-20 min.

Toteutus

Aloita askartelun ohjeistus näyttämällä omaa esimerkkiäsi minun käsi -tehtävästä. Jaa ryhmäläisille värikartongit, sakset, liimat ja sormivärit. Suojaa pöytä alustoilla.

Kerro, että käden sisälle voi halutessaan kirjoittaa tai piirtää asioita, joissa on hyvä tai mistä tykkää. Lapsen vanhempi voi auttaa lapsen käden piirtämisessä ja leikkaamisessa. Kun käsi on leikattu värikartongista irti, käsi liimataan paperille/kartongille. Tämän jälkeen tehdään sormiväreillä "lehtiä" oman käden ympärille.

Voit toteuttaa askartelun eri pisteillä: yksi piste on käden piirtämiseen ja leikkaamiseen ja toinen piste maalaamiseen!



LÄHDE: Askartelijan ideaalari - Blogspot (2022, i.a).

NALLEJUMPPA



Teema

Minä ja vahvuuteni, vuorovaikutustaidot

Tarkoitus

Nallejumppa kehittää fyysisten ja motoristen taitojen lisäksi myös ryhmässä toimimisen taitoja. Näiden lisäksi nallejumppa kehittää lapsen itsetuntoa ja minäpystyvyyttä.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Tutustu nallejumpan liikkeisiin esimerkiksi

- Ylen sivuilla: <https://areena.yle.fi/1-4288263>
- Nallepainin sivuilla: <https://nallepaini.fi/>

Nallejumppaa varten tarvitset jumppamatot.

Kesto

Nallejumpan kesto on noin 10-20 min riippuen liikkeiden määrästä.

Toteutus

Valitse liikkeiksi mahdollisimman yksinkertaisia liikkeitä, näitä ovat esimerkiksi kottikärryt, siltakaato, ylihyppy ja parrunpätkä. Aloita nallejumppa alustamalla, mitä nallejumppa tarkoittaa. Näytä liikkeistä esimerkkejä, jotta ryhmäläiset saavat kuvan siitä, miten liikkeet toteutetaan. Jos nallejumppaa on ohjaamassa kaksi henkilöä, voitte näyttää yhdessä esimerkkiä, mutta jos olet ainoa ohjaaja, voit ryhmästä valita vapaaehtoisen, joka auttaa sinua esimerkkien näyttämisessä. Voit halutessasi myös näyttää liikkeistä esimerkkivideot sivulta <https://areena.yle.fi/1-4288263>.

Ohjeista ryhmäläisiä jakautumaan pareiksi/ryhmiksi esimerkiksi lapsi + vanhempi parit. Osa liikkeistä tehdään ryhmässä ja osa parin kanssa. Liikkeet tulee tehdä rauhassa, satuttamatta toista. Nallejumppasta saa aina kieltäytyä ja kaikkia liikkeitä ei tarvitse tehdä. Muista kannustaa ryhmäläisiä osallistumaan!



Nallejumpan tunnetumpi termi on nallepaini. Paini voi kuitenkin sanana herättää osallistujissa hämmennystä ja jännitystä. Tämän takia käytämme materiaalipankissa käsitettä "nallejumppa". Muista kertoa tai näyttää esimerkin avulla, että kyse ei suoranaisesti ole painista vaan erilaisten hauskojen liikkeiden harjoittelemisesta yhdessä lapsen ja vanhemman välillä!

ESIMERKKEJÄ NALLEJUMPASTA



Kuvat on otettu Yle Areenan
Nallepaini -videoista osoitteesta
<https://areena.yle.fi/1-4288263>



AARTEENETSINTÄ



Teema

Vuorovaikutustaidot

Tarkoitus

Vuorovaikutustaidot toiminnallisen leikin avulla.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Piirrä tai tulosta kuvakortit aarteenetsintää varten. Valmistele jotkin pienet palkinnot osallistujille esimerkiksi tikkarit. Katso esimerkki aarteenetsinnästä sivulta 67.

Kesto

Noin 5-10 min.

Toteutus

Kerro osallistujille kuvakorteissa olevan kuva tai jokin muu vihje siitä paikasta tai esineestä, jonka luo osallistujan tulee löytää. Paikalle löydettyään hänen tulee löytää toinen kuvakortti, jonka mukaan osallistujan tulee etsiä seuraava kohde. Tätä jatkuu niin kauan, kunnes osallistujat löytävät viimeisen kohteen, jossa odottaa pieni palkinto osallistujille.



Hyödynnä
aarteenetsintä-
monisteiden teossa
Papunetin
kuvapankkia!

ESIMERKKI AARTEENETSINNÄSTÄ

AARTEENETSINTÄ

Aloita aarteensintä kohdasta 1. ja etene numerojärjestyksessä. Löydät pisteeltä seuraavan kuvavihjeen. Onnea etsintään!

Aloita tästä:

1.



Tuoli

TUNNEPURKIT

Teema

Tunnetaidot

Tarkoitus

Omien tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen vanhemman avustuksella.



Esivalmistelut

Tarvitset tehtävää varten pestyjä kirkkaita lasipurkkeja, värikyniä, väripaperia/värikkäitä kuulia tai puuhelmiä ja tulostetut tunnepurkki-monisteet sivulta 69.

Tee valmiiksi omat esimerkit tunnepurkki-monisteesta ja tunnepurkista.

Kesto

Tunnepurkki-monisteen ohjeet ja teko noin 10 min.

Tunnepurkin täyttäminen omilla tunteilla noin 5-10 min.

Toteutus

Esittele ryhmälle laatimasi tunnepurkki-moniste ja tunnepurkki. Kerro, että tunnepurkissasi on monta erilaista tunnetta. Kerro, mitä tunnetta värit symboloivat: tähän voit hyödyntää tunnepurkki-monisteen tunnekuvia ja niihin liittyviä värejä.

Aloita tehtävä jakamalla osallistujille omat tunnetaito-monisteet. Kerro, että tunnepurkki väritetään niillä väreillä (tunteilla), jotka kuvaavat päivän tunteita. Tämän jälkeen jaa jokaiselle tunnepurkit, jonka he saavat täyttää monisteeseen väritettyjen värien mukaisesti. Tunnepurkit voidaan täyttää esimerkiksi väripapereista rypistetyillä papereilla tai värikkäillä kuulilla/puuhelmillä. Kannusta ryhmäläisiä viemään tunnepurkit kotiin ja ottamaan tunnepurkki arjessa käyttöön.

Tehtävän lopuksi jokainen voi halutessaan kertoa omasta tunnepurkistaan. Tärkeintä tehtävässä kuitenkin on, että esimerkiksi lapsi ja vanhempi pystyvät tunnepurkin avulla konkretisoimaan ja keskustelemaan tunteista yhdessä.



Tunnepurkki on hyvä
ottaa kotona käyttöön!

TUNNEPURKKI

Väritä tunnepurkki niillä väreillä, miltä sinusta tuntuu tänään. Yksi väri kuvastaa yhtä tunnetta.

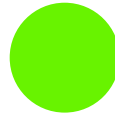
Tunnepurkki voi olla monivärinen, sillä voit tuntea monenlaisia tunteita päivän aikana!



Viha



Suru



Hämmennys



Ilo



Pelko



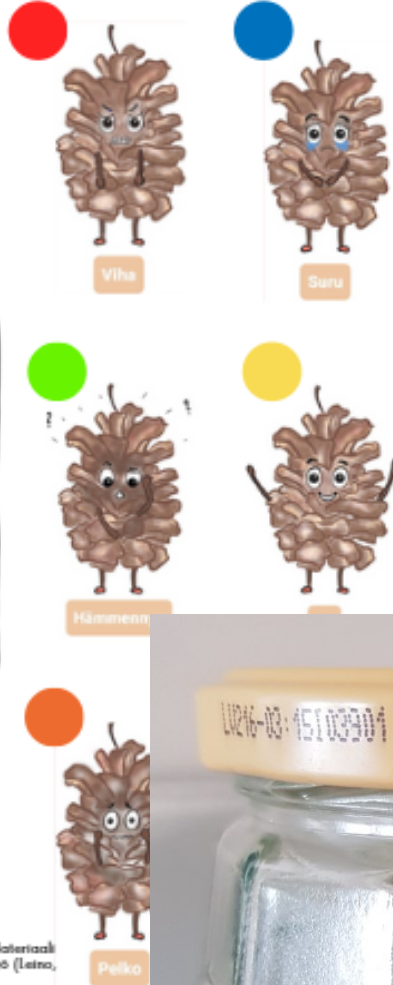
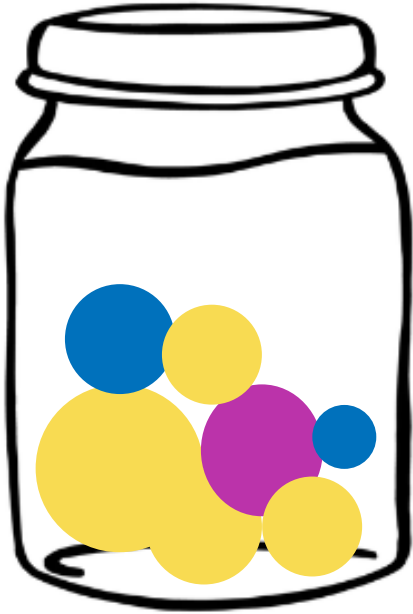
Hermostunut

ESIMERKKI TUNNEPURKKI -TEHTÄVÄSTÄ

TUNNEPURKKI

Väritä tunnepurkki niillä väreillä, milta sinusta tuntuu tänään. Yksi väri kuvastaa yhtä tunnetta.

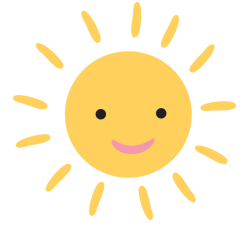
Tunnepurkki voi olla monivärinen, sillä voit tuntea monenlaisia tunteita päivän aikana!



Tunnekuvien alkuperä:
Tunnetaitokasvatusta luonnossa Käpykannan kanssa - Materiaali
varhaiskasvatustieteen laulun tunnetaitokasvatukseen -opinnäytetyö (Lieto,
Lintinen & Myllymäki, 2022)



TUNNEMITTARI



Teema

Tunnetaidot

Tarkoitus

Tunteiden tunnistaminen ja ilmaisu.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen aikuisen avustuksella.

Esivalmistelut

Askartele tai tulosta sivulta 72 löytyvä malli tunnemittarista. Askartelua varten tarvitset paperia, sakset, värikyniä, narua ja helmen. Piirrä tunnemittarin poikki pitkä viiva ja sen poikki lyhyitä viivoja vaakatasossa. Piirrä ja kirjoita vaakatasossa olevien viivojen yhteyteen esimerkiksi hymiö joka kuvastaa tunnetilaa ja kyseisen tunnetilan nimi.

Leikkaa narusta tarpeeksi pitkä pätkä ja pujota siihen helmi. Leikkaa kaksi reikää tunnemittarin kumpaankin päähän ja pujota naru rei'istä läpi.

Kesto

Noin 10-15 min.

Toteutus

Esittele ryhmälle tekemäsi tunnemittari. Kerro tunnetaitojen tärkeydestä ja siitä, miten tunnemittari toimii ja kuinka tunteita voidaan havainnollistaa sen avulla. Ryhmäläiset voivat askarrella tunnemittarin itse tai voit myös tulostaa valmiita tunnemittaripohjia sivulta 72. Huomioithan, että tulostettuihin tunnemittareihin on hyvä lisätä naru ja helmi - yhdistelmä, jotta koettua tunnetilaa on helpompi havainnollistaa.

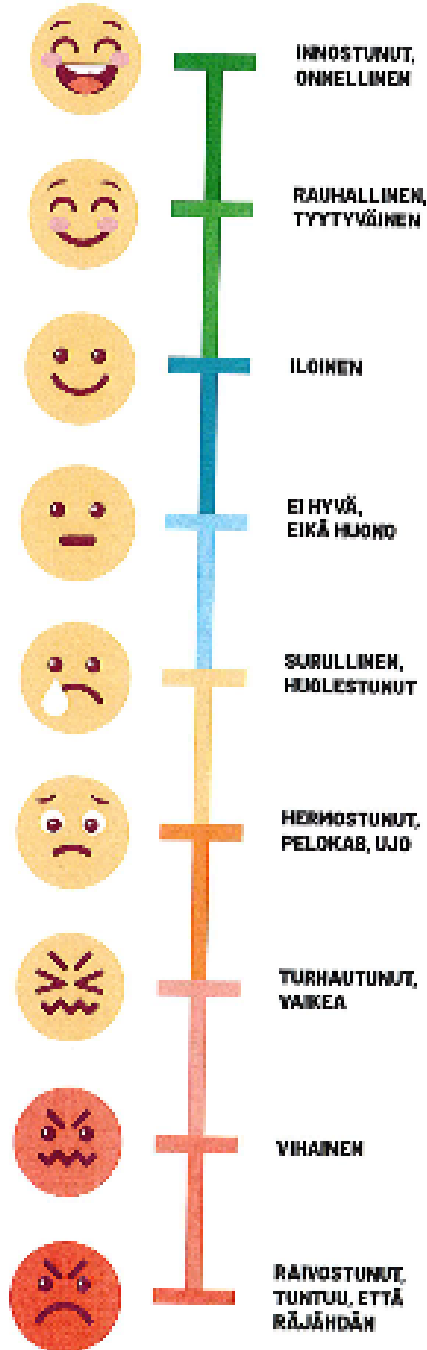
Tunnemittarin avulla voi havainnollistaa omaa sen hetkistä tunnetilaa liikuttamalla tunnemittarin helmeä koetun tunnetilan kohdalle. Tunnemittari on hyödyllinen apuväline esimerkiksi arjessa lapsen ja aikuisen välillä tapahtuvan kommunikoinnin helpottamiseksi. Tunnemittarin avulla lapsi oppii tunnistamaan ja ilmaisemaan tunteitaan.



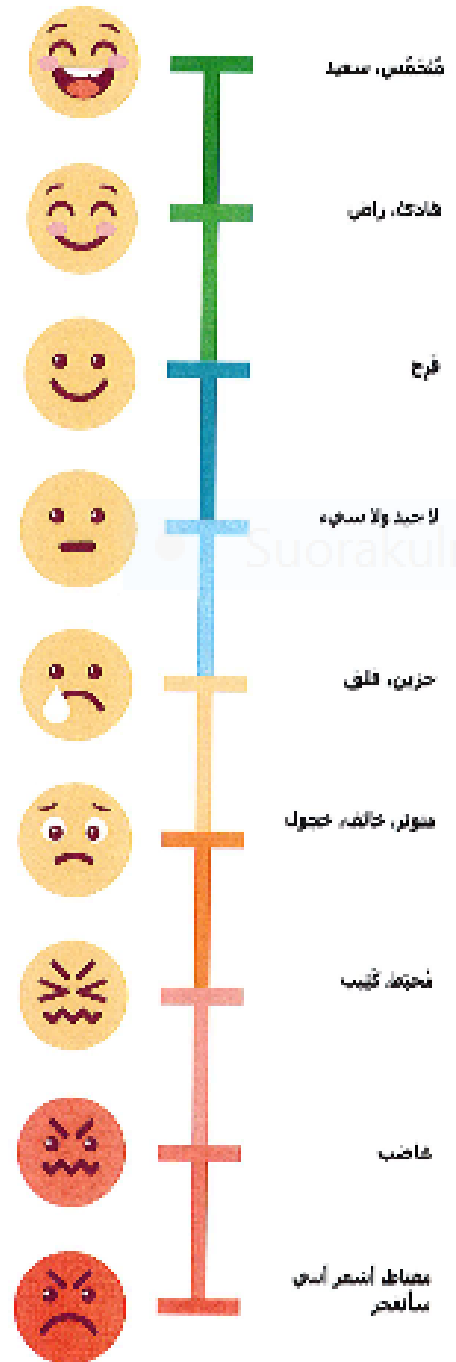
Voit hyödyntää
tunnemittaria kotona!



TUNNEMITTARI



مقياس المشاعر



TUNNEKÄVELY

Teema

Tunnetaidot

Tarkoitus

Tunteiden tunnistaminen ja ilmaisu

Lasten ikä

3-vuotiaasta ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

Valitse tehtävää varten tunnetaitokortit, joita hyödynnät tunnekävelyssä. Voit valita perustunteiden (ilo, suru, viha, pelko, hämmennys ja hermostuneisuus) lisäksi myös muita tunnetaitokortteja joita hyödyntää tunnekävelyssä. Tunnetaitokortit voit tulostaa sivuilta 74-75.

Kesto

Noin 5-10 min riippuen tunnetaitokorttien määrästä.

Toteutus

Aloita toiminta esittelemällä tunnetaitokortit. Kerro, että valitset yhden tunteen kerrallaan, jonka mukaan liikutaan tilassa. Esimerkiksi pelko-tunnetaitokortin kohdalla osallistujat liikkuvat pelokkaasti ja ilo-kortin kohdalla he liikkuvat iloisesti. Näytä ensin itse esimerkkiä osallistujille, jonka jälkeen voitte liikkua yhdessä.

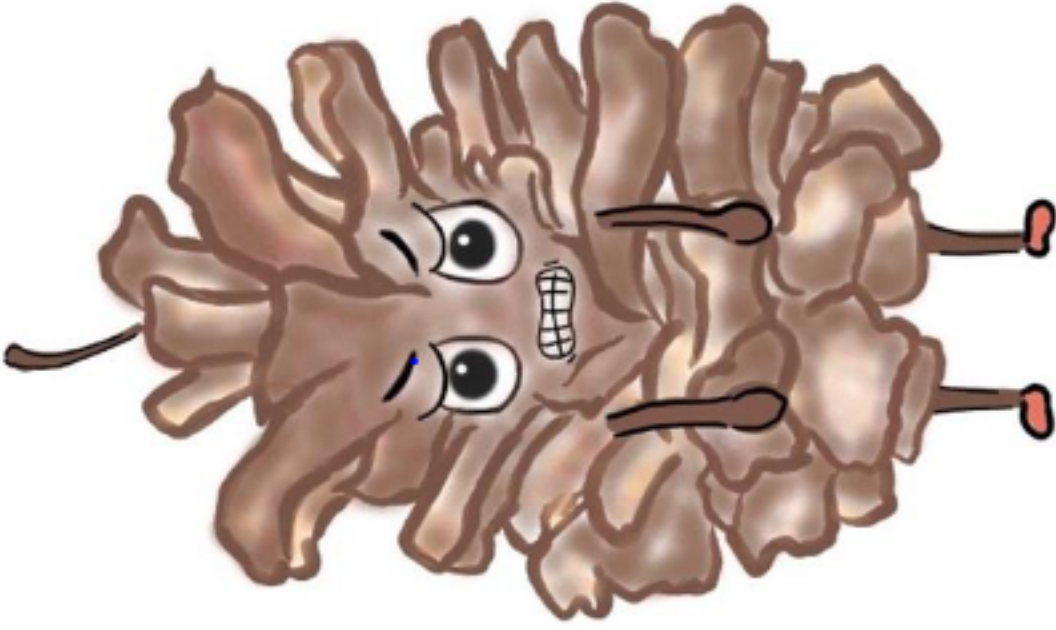
Voit hyödyntää toiminnassa liitteenä olevia Käpykamun tunnetaitokortteja tai muita internetistä löytyviä tunnetaitokortteja.



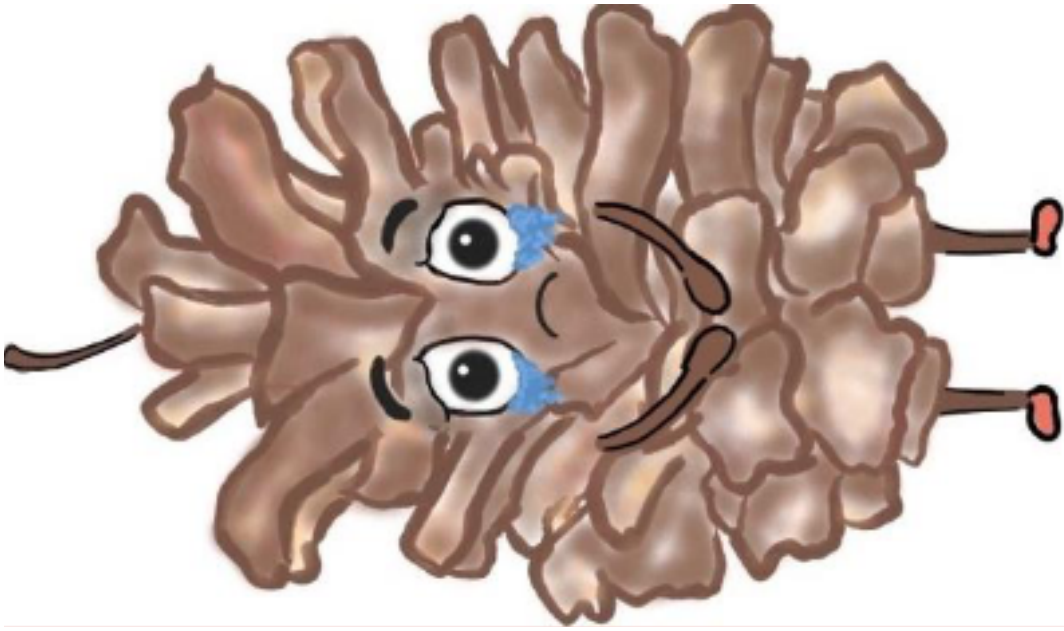
Linkki tunnetaitokortteihin:

<https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>

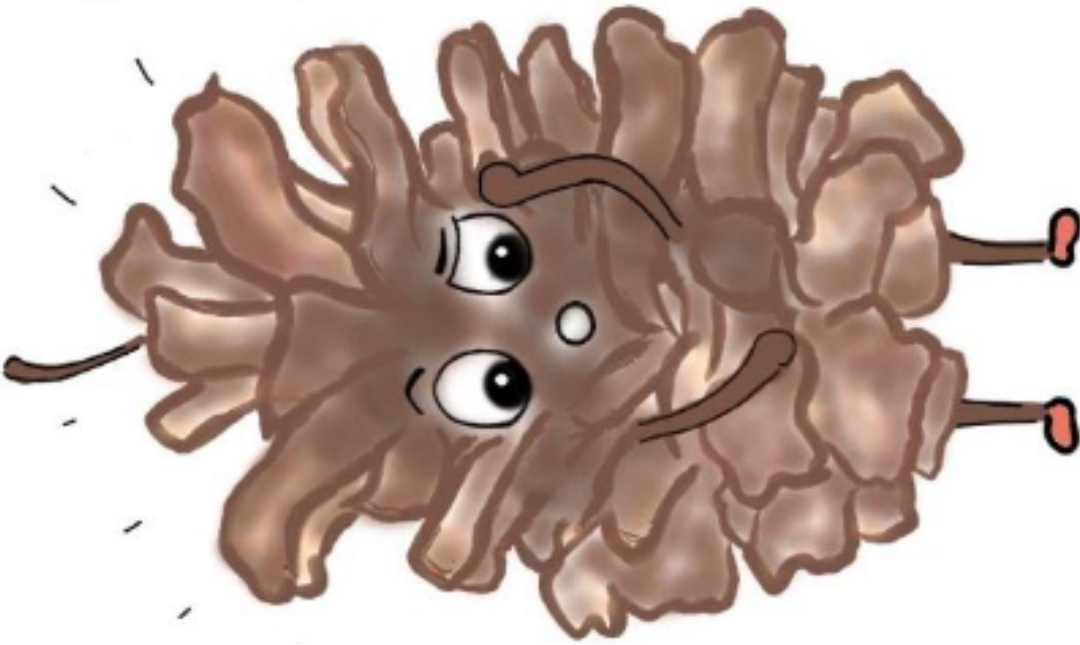
TUNNEKORTIT TUNNEKÄVELYYN



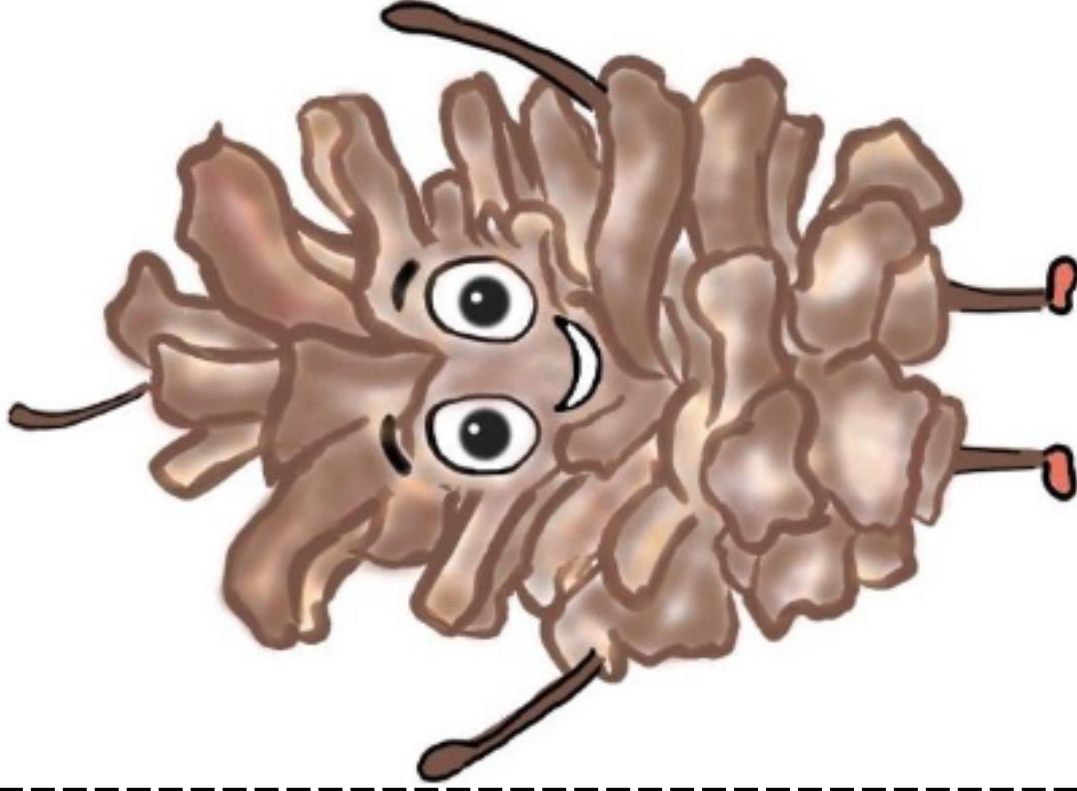
Viha



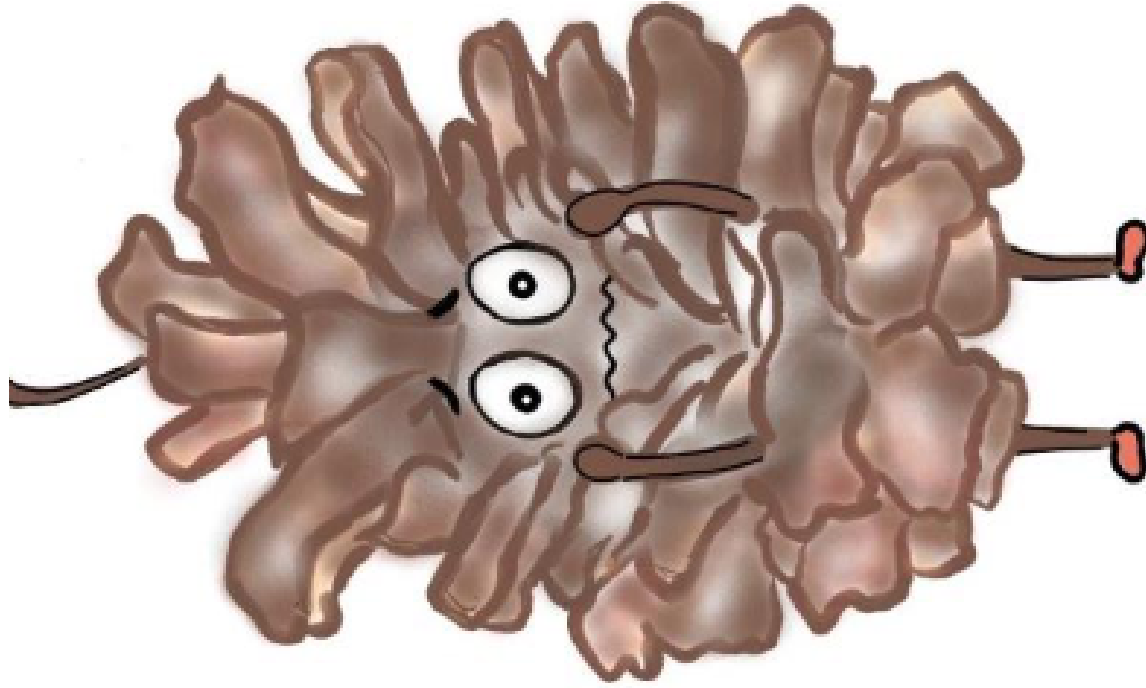
Suru



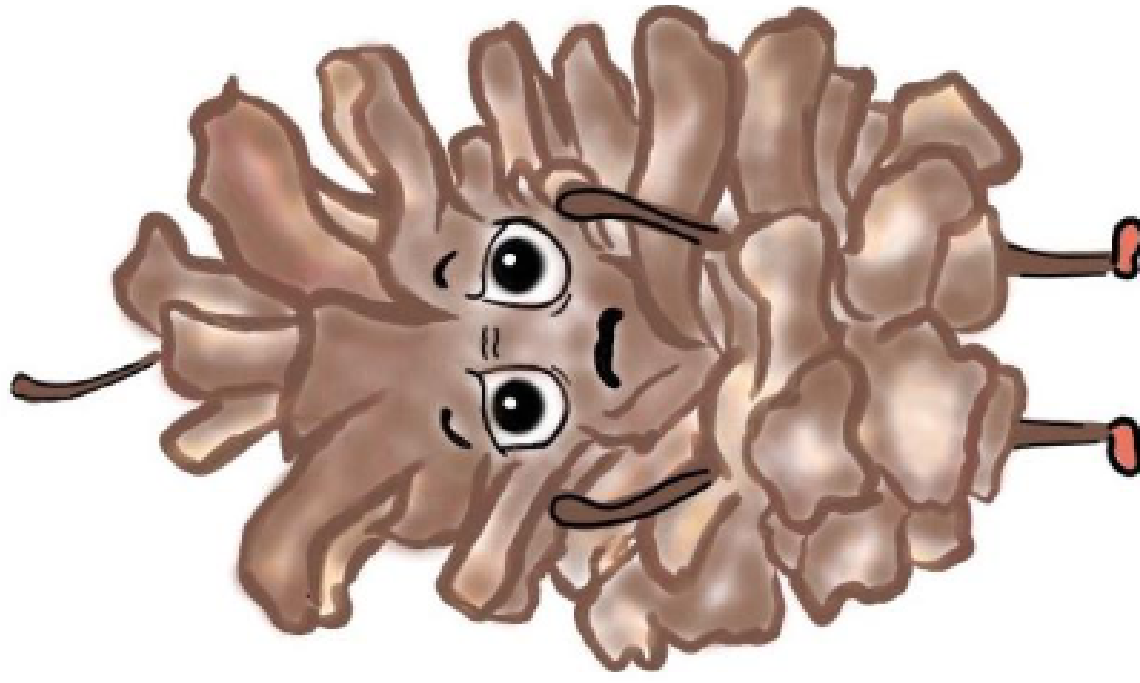
Hämmennys



Ilo



Pelko



Hermostunut



LIIKENNEVALO-LEIKKI



Teema

Itsesäätely

Tarkoitus

Itsesäätelyn harjaannuttaminen liikunnallisen leikin avulla.

Lasten ikä

3 ikävuodesta alkaen.

Esivalmistelut

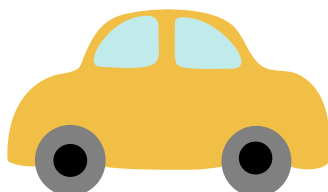
Leikkaa paperista punainen, vihreä ja sininen kortti leikkiä varten.

Kesto

Noin 5-10 min.

Toteutus

Kerro osallistujille liikennevalo-leikin olevan liikunnallinen leikki. Leikissä vihreä kortti tarkoittaa sitä, että saa juosta, punainen kortti tarkoittaa sitä, että pitää pysähtyä ja sininen tarkoittaa sitä, että osallistujien täytyy mennä maahan makaamaan. Esitä tarvittaessa myös erikseen esimerkki tehtävän kulusta, jotta osallistujat ymmärtävät, mitä leikissä tulee tehdä.



LÄHTEET

Duodecim. (i.a.). Turvapaikkaa hakevien pakolaislasten- ja nuorten mielenterveys. Saatavilla 22.9.2022 <https://www.duodecimlehti.fi/duo96302>

Hartonen, V., & Rissanen, O. (2018). Maahanmuuttoon liittyvät keskeiset käsitteet. Teoksessa L. Karlsson, A-L.

Karjalainen, A-L. (toim.). (2019). Luovan toiminnan työtavat: Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. PS-kustannus

Kiuru, P., & Tiilikainen, K. (2010). Satujoogaa: joogaharjoituksia ja tarinoita lapsille. WSOY.

Korhonen, S., & Holopainen, L. (2015). Vanhempana vahvemmaksi - kohti myönteistä vuorovaikutusta: Kirja vanhemmuudesta ja sen tukemisesta.

Lastikka, & J. Vartiainen, KOTO – Kohtaamista taidolla ja taiteella: Kielten ja kulttuurien yhteisöllistä oppimista ja kotoutumista (s. 20–33). Itä-Suomen yliopisto/KOTO -Kotoutuminen taidolla ja taiteella -hanke.

Leino, T., Lintinen, J., & Myllymäki, V. (2022). Tunnetaitokasvatusta luonnossa Käpykamun kanssa: materiaali varhaiskasvatusikäisten lasten tunnetaitokasvatukseen [Opinnäytetyö, Diakonia-ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022090419848>

Maahanmuuttovirasto. (i.a.). Oleskelulupa. Saatavilla 14.9.2022 <https://migri.fi/oleskelulupa>

Mihajlović, M., Skarep, A., Drini., K., Kalezić Vignjević., A., & Malešev, S. (2021). Parenting on the move: Program for empowerment and promoting the development of competencies of parents of children up to 12 years of age, in situations related to migrations and refugeehood [Käsikirja]. Save the Children North West Balkans. Saatavilla 6.9.2022 https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/pom-workshop_moderators_handbook.pdf/

MLL. (1.10.2020). Menetelmien valitseminen. Saatavilla 21.9.2022 <https://www.mll.fi/kouluttajan-opas/menetelmien-valitseminen/>

Nallepaini. (i.a.). Nallepaini. Saatavilla 26.10.2022 <https://nallepaini.fi/>

Neuvokas perhe. (i.a.). Eläinjooga. Saatavilla 14.9.2022 <https://neuvokasperhe.fi/liikkuminen/perheliikunta-kotona/elainjooga/>

Rönkkö, L., & Rytönen, T. (2010). Monisäikeinen perhetyö. WSOYPro Oy.

Satuhieronta (i.a.). Saari keskellä merta - Satuhieronta. Saatavilla 10.10.2022 <https://satuhieronta.fi/wp-content/uploads/2017/01/Saari-keskell%C3%A4-merta-satuhieronta.pdf>

Suomen Mielenterveys ry. (4.8.2022). Vanhemmuustaidot. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/perheet/vanhemmuus/vanhemmuustaidot/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (i.a.). Turvapaikanhakijoiden ja pakolaisten mielenterveys. Saatavilla 7.9.2022 <https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/maahanmuutto-ja-hyvinvointi/maahanmuuttajien-mielenterveys/turvapaikanhakijoiden-ja-pakolaisten-mielenterveys>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (8.7.2021). Kulttuurisensitiivinen työote. <https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/hyvia-kaytantoja/kulttuurisensitiivinen-tyoote>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (19.11.2021). Käsitteet. <https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/kasitteet>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (30.3.2022). Selkokieli. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/neuvonta-ja-ohjaus/selkokieli>

Tukiliitto. (i.a.). Mahti-tunnekortit. Saatavilla 20.10.2022 <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>

Tyttöjen talo. (i.a.). Kulttuurisensitiivisyys. Saatavilla 12.9.2022 <https://tyttojentalo.fi/tyttojen-talo/monikulttuurinen-tyttotyö>

Kehitysvammaliitto. (i.a.). Selkokieli. Saatavilla 20.9.2022 <https://www.kehitysvammaliitto.fi/selkokieli/>

Kotoutuminen. (i.a.). Selkokieli on helppoa suomen kieltä. Saatavilla 29.9.2022 <https://kotoutuminen.fi/selkokieli>

Leikkipankki. (i.a.). Leikkipankki. Saatavilla 3.10.2022 <https://www.leikkipankki.fi/haku>

Papunet. (i.a.) Kuvapankki. Saatavilla 13.9.2022 <https://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>

Yle areena. (2018). Nallepaini. <https://areena.yle.fi/1-4288263>

Kuvat: Canva ja Pixabay



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children