

Beaktande av neurodiversitet i gymnasiets vardag



Hyvät ja selkeät käytänteet
hyödyttävät kaikkia oppijoita
ja helpottavat opettajan arkea

Materialiets struktur och hälsningar från författarna

Detta material har skapats under läsåret 2024–2025 av en multiprofessionell arbetsgrupp i ett projekt inom stöd för lärande i gymnasieutbildningen som finansierats av Utbildningsstyrelsen. Materialet är en del av genomförandet av reformen av stödet för lärande. Syftet med materialet är att hjälpa ämneslärarna i gymnasierna att stödja olika studerandes övergripande välbefinnande och inläring.

De teman som behandlas i materialet, såsom interaktion, kamratrelationer och utveckling av tydlig undervisningspraxis, stöder lärandet hos alla studerande, men gynnar särskilt ungdomar inom ett neuropsykiatriskt spektrum.

Materialet är uppbyggt kring fem olika introduktionsvideor och innehållet i dessa beskrivs kortfattat på [bild 3](#).

Exempel på hur du kan använda materialet finns på [bilderna 89–92](#).

Vi hoppas att materialet ger upphov till insikter och en bra diskussion!

Hälsningar

Teija Ekholm, kurator; Sanna Kattelus-Mäkisalo, projektplanerare;

Arja Kuisma, speciallärare; Kati Leinonen, speciallärare;

Maria Mattsson, psykolog; Saila Sutela, psykolog och Elina Viljavuori, sakkunnig

Introduktionsvideorna och materialet – beaktande av många slags

Introduktionsvideo

Materialets innehåll

Neurodiversitet i ämneslärares arbete

[Bild 5](#)

- Neurodiversitet
- Lärares betydelse för lärande och välbefinnande
 - SchoolWell-undersökning
- Stödjande av en trygg grupsituation
- Mångprofessionellt samarbete inom läroanstalten
- Nepsy-coacher i gymnasiet
- Aktivitetskort för lärare

Gymnasiestuderandes tankar till ämneslärare

[Bild 29](#)

- Reformen av stödet för lärande samt tillgänglighet
- Betydelsen av kamratrelationer
- Engagemang i läroanstalten och studierna
- Aktivitetskort för studerande
- Tips för gruppbildning

Neuropsykologiskt perspektiv

[Bild 47](#)

- En hjärnvänlig lektionsplan
- En sensoriskt anpassad inlärningsmiljö
- Hjärnvänlig bedömning och stöd för känsloregulering

Betydelsen av nätverkssamarbete och samarbete med vårdnadshavare

[Bild 63](#)

- Nätverkssamarbete
- Samarbete med vårdnadshavare
- Fallexempel som stöd för arbetet

Erfarenhetsexperters tankar till ämneslärare

[Bild 78](#)

- Modellen för studieförmåga
- Övergripande välbefinnande; modellen Välbefinnande tillsammans
- Karaktärsstyrkor och att lägga märke till det goda
- Fördelarna med fysisk aktivitet samt LMI-modellen

Bilagor [Bild 88](#) och hoppets pedagogik [Bild 94](#)

Hoppets pedagogik ligger till grund för både lagreformen för stöd för lärande och innehållet i detta material.

Del 1

Neurodiversitet i klassrummet

Målet är att hjälpa till att förstå vad neurodiversitet innebär och hur den kan synas i klassrummet.

Materialet syftar också till att dela sådana praxis för undervisning och multiprofessionellt samarbete som har konstaterats vara goda med tanke på neurodiversitet.

Tips, exempel och material som stöd för undervisningen

- Samundervisning och struktur för pedagogiska samtal (speciallärare och ämneslärare) [bilderna 21–22](#)
- Aktivitetskort för lärare [bilderna 23–27](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon [Bild 6](#)

Introduktionsvideo [neurodiversitet i ämneslärarens arbete](#)

Aktuella länkar (facilitatorn kan lägga till)

Till exempel

- ADHD-förbundet: [Fungerande vardag för vuxna \(på finska\)](#)
- Stöd för mångfald – [Verktyg för att utveckla en NPF-vänlig skolmiljö](#)
- Autism Finland rf: [Autism i olika skeden av livet \(på finska\)](#)

Information

- Neurodiversitet [bilderna 7–11](#)
- Lärarens betydelse för lärande och välbefinnande [bilderna 12–14](#)
 - SchoolWell-undersökning [Bild 15](#)
- Stödjande av en trygg gruppsituation [bilderna 16–17](#)
- Mångprofessionellt samarbete inom läroanstalten [Bild 18](#)
- Nepsy-coacher i gymnasiet [Bild 19](#)
- Speciallärare som stöd för ämnesläraren [Bild 20](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon

- Hur syns neurodiversitet i ditt klassrum?
- Hur identifierar och beaktar du de studerandes olika färdigheter och behov?
- Vad innebär struktur i din undervisning?
- Hur uppmärksammar du de studerandes framgång och uppmuntrar dem att studera?
- Vem kan du få stöd av för att hjälpa de studerande?



Neurodiversitet

- **Inga två personer har exakt likadan hjärna**, det finns ingen genomsnittlig hjärna – i viss mån finns det neurodiversitet i alla människor.
- **Neuroatypiska drag står alltid i proportion till miljön**; tidigare hade en person med ADHD till exempel kunnat vara en utmärkt jägare och det hade inte nödvändigtvis förekommit några problem i beteendet.
- **Kraven i det moderna samhället kan dock skapa problem**: snabba förflyttningar från en plats till en annan, koncentration och anpassning till nya situationer.
- **Numera talas det också om självförvållad koncentrationsstörning, ADT**. Den kan orsakas av bland annat brådska i vardagen, kraven inom studier eller arbete samt riklig användning av smarta apparater. ADT är inte en medicinsk diagnos.
- Neuroatypiska personer skiljer sig från andra vanligtvis eftersom hjärnan och nervsystemet fungerar på ett annat sätt än omgivningen förväntar sig.

Neurodiversitet – termer och begrepp

Neurotypiska

- Människans hjärnstruktur och nervsystem är typiskt utvecklade.
- Det finns vanligtvis ingen större variation i människans beteende i olika situationer.



- Nästan alla har sådana drag och de medför inte utmaningar eller uppfyller diagnostiska kriterier
- **ADT** självförvårdad koncentrationsstörning

Neuroatypiska

- Avvikelser i hjärnans funktion och nervsystemet
- Utvecklingsmässiga och medfödda egenskaper och syndrom



ADHD, autismspektrumet, särskilda eller omfattande inlärningssvårigheter, lässvårigheter, Tourette, schizofreni, epilepsi

Neurodiversitet och ungdomsålder

- Ungdomsåldern är alltid förknippad med stora förändringar, men **neuroatypiska ungdomar kan ha mer problem eller så kan problemen framkomma på ett annorlunda sätt.**
- Hormonella, sociala och hjärnutvecklingsrelaterade förändringar
→ **svårare att reglera känslor, motivation och stress**
- **Sociala behov:** framhävande av individualitet jämfört med likheter med andra
- Utvecklingen i ungdomsåldern kan vara långsammare inom vissa delområden.
- **Miljön och kontexten påverkar välbefinnandet hos neuroatypiska,** svårigheterna kan framhävas i en vanlig läroanstaltsmiljö.
- Genom vetenskap kan man stödja en neuroatypisk studerandes behov och hjälpa hen att strukturera sina styrkor trots svårigheterna.

Hur kan neurodiversitet synas på lektionerna?

- **Svårigheter med exekutiva funktioner:** planering, inledande, framskridande i uppgifter
- **Koncentrationsförmåga:** rastlöshet eller drömande
- **Tidshantering:** svårt att förutse, lämnar saker till sista minuten, förseningar
- **Sömn- och vakenhetsrytm:** variationer i energinivån, vakande på natten, sömnsvårigheter
- **Arbetsminne:** glömska, långsamhet, svårigheter med automatisering ("jag glömde igen")
- **Känsloreglering:** ångest, nervositet, mottagande av kritik, övertolkning av andra människor



**Känslighet
för stress
och behov
av stöd**

Exempel på styrkor hos neuroatypiska personer

- Bra minne för saker som intresserar personen
- Beaktande av detaljer
- Stark känsla för rättvisa
- Noggrannhet
- Mycket kännedom om det som intresserar personen
- Lojalitet i vänskapsrelationer
- Idérikedom
- Entusiasm
- Effektivitet när personen hittar "sin egen grej"
- Förmåga att intensivt och under långa perioder fokusera på saker som intresserar personen
- Kärlek till djur
- Nyttan av struktur och handledning

Lärarnas betydelse för lärande och välbefinnande

Det är värt att satsa på interaktionen mellan läraren och de studerande → välbefinnande och illamående "smittar" i sociopedagogiska interaktioner såväl mellan de studerande, mellan läraren och de studerande som mellan lärarna.

Exempel:

- Enligt en undersökning hade lärarens stöd samband med de studerandes engagemang i studierna och allmänna tillfredsställelse med livet.
- En annan undersökning visade att samhörighetskänslan är starkare i synnerhet hos de studerande som anser att de har en bra relation till lärarna och som tror att lärarna
 - ✓ bryr sig
 - ✓ är empatiska och rättvisa
 - ✓ hjälper att reda ut problem.

Helsinki

Till exempel Pietarinen m.fl. 2022; Allen m.fl. 2018; Pyhältö 2024

Förhållandet mellan lärande och välbefinnande är ömsesidigt

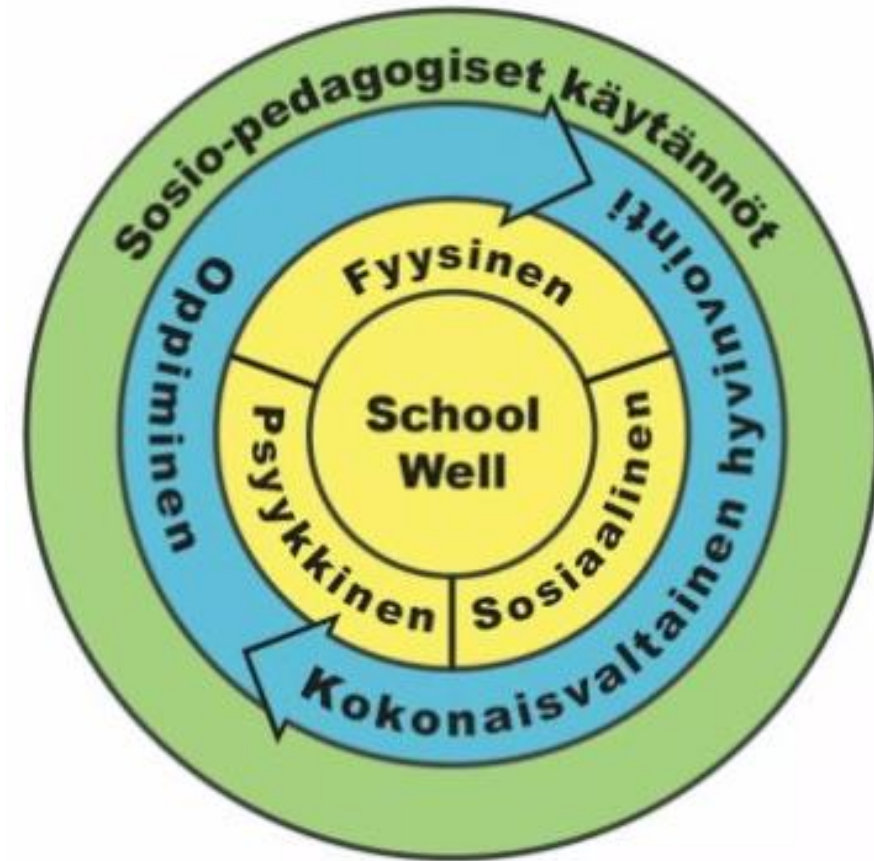
- Välbefinnande stöder lärande.
- Pedagogiska lösningar som främjar lärande av hög kvalitet hos de studerande främjar också deras välbefinnande.

Källa: SchoolWell, informationssammanfattning av programmet YOUNG 2025 (på finska)



Förhållandet mellan lärande och övergripande välbefinnande är ömsesidigt

1. Pedagogiska lösningar som främjar de studerandes lärande främjar också deras välbefinnande.
2. Välbefinnande främjar lärande, och man kan lära sig tänkesätt och verksamhetsmodeller som stöder välbefinnandet.



De mest effektiva sätten att stödja välbefinnande

Interaktionens kvalitet

Socioemotionella färdigheter och samhörighet, kamratrelationer, förhållandet mellan läraren och den studerande

Pauser och ökad fysisk aktivitet

Studiefärdigheter samt deltagande och aktiverande undervisning

Förmåga att koncentrera sig och lugna ner sig

SchoolWell-undersökning

När vi granskar välbefinnandet i skolan måste vi utgå från att

1. Den studerande kommer till skolan med hela sitt liv, utmaningarna och resurserna i det, och välbefinnandet består av många olika aspekter av livet.
2. Skolan är en pedagogisk plats där avsikten är att lära sig och lärarnas kärnkompetens gäller pedagogiken, möjliggörandet och stödjandet av lärandet. Lärandet kan inte bara främja och stödja välbefinnandet, utan också minska det.
3. Skolan är också en plats för intensiv interaktion, där välbefinnande smittar av sig. I bästa fall innebär stöd för det övergripande välbefinnandet också stöd för lärarnas välbefinnande i arbetet.

Tryggare rum och uppskattande bemötande

Byggande av positiv interaktion, socioemotionell och fysisk säkerhet och samhörighetskänsla...



Mer/bättre

Inlärningsresultat och motivation att lära sig
Psykosocialt välbefinnande
Lycka
Självkänsla
Prosocialt beteende
Psyisk funktionsförmåga



Mindre

Problem med psykisk hälsa
Mobbning
Riskbeteende såsom rusmedelsanvändning, vandalism och aggressivitet
Ångest
Depression

Uppskattande bemötande är respektfull, lyssnande och accepterande närvaro – i all interaktion.

Att se det goda i varje människa bidrar till ett uppskattande bemötande.

Lärarna, rektorerna och den övriga personalen i läroanstalterna har en viktig roll i att **föregå med gott exempel** för uppskattande bemötande **för de studerande**.



Regler för en trygg gemenskap

Se ThingLink-kortet med regler för en trygg gemenskap [här](#) (på finska).

- Läraren...
 - går igenom gymnasiets gemensamma praxis med gruppen
 - ingriper i osakligt beteende i klassrummet
 - uppmuntrar till deltagande: skapar utrymme för olika röster och perspektiv
 - skapar trygg interaktion: använder själv ett respektfullt, tydligt och empatiskt språk
 - beaktar olika studerande: differentierar undervisningen och främjar mångsidiga inlärningssätt.

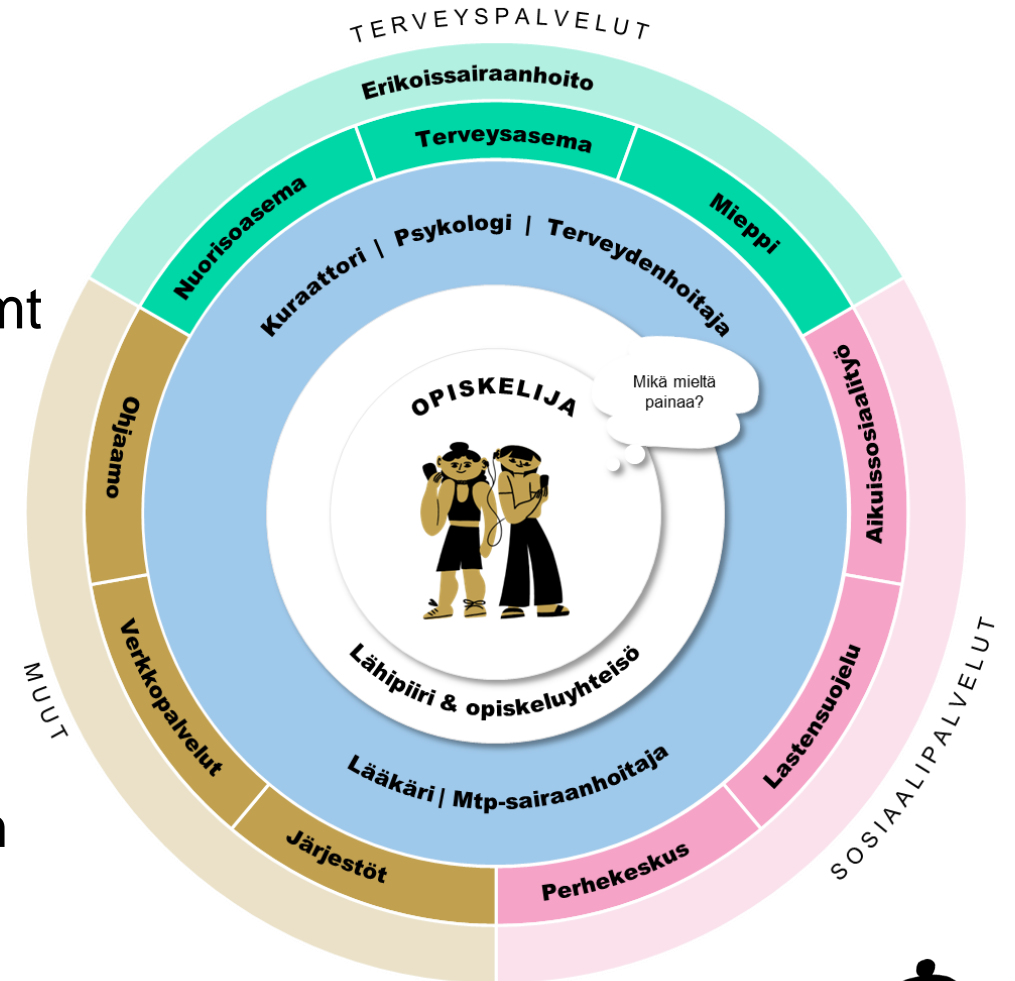
Hur påverkar säkerheten lärandet?

- Motivationen och engagemanget ökar när studenterna vågar delta.
- Social trygghet främjar samhörigheten och en kultur av lärande.
- Det är tillåtet att göra fel, vilket främjar djupare lärande.
- De studerandes kognitiva kapacitet frigörs, vilket förbättrar tankeförmågan och minnet.



Mångprofessionellt samarbete

- Tveka inte att modigt be om hjälp i frågor som du funderar över. Du kan be om hjälp av
 - speciallärare,
 - anställda inom elev- och studerandevården samt
 - kollegor.
- Ordna vid behov ett multiprofessionellt möte.
- Du kan konsultera anonymt, du behöver den studerandes tillstånd för att konsultera med hens namn.
- [Länk till](#) beskrivningen av tjänsterna inom elev- och studerandevården (på finska).
- Utbildade nepsy-coacher som arbetar i gymnasier ([Bild 19](#))



Neuropsykiatriska coacher i gymnasiet

- Helsingfors stads läroanstalter har utbildade neuropsykiatriska coacher (lösningfokuserad neuropsykiatrisk coach, 30 sp, speciallärare och kuratorer).
- Expertisen hos neuropsykiatriska coacher kan till exempel användas
 - Genom konsultation (observationer och oro över en studerandes beteende, framsteg i studierna, koncentration...)
 - För planering av stödåtgärder i samarbete
 - Genom samundervisning på lektioner (speciallärare/kurator, temalektioner)
 - På personalmöten (öka kännedomen)
 - På föräldramöten (öka kännedomen hos vårdnadshavarna, tips för att stödja den unga i hemmet)
 - På ämnesgruppsmöten (speciallärare)
- En lista över utbildade neuropsykiatriska coacher finns på [Bild 95](#).

Speciallärare som stöd för ämnesläraren

- Inom projektet för stöd för lärande inom gymnasieutbildningen läsåret 2024–2025 utvecklade man samarbetsformer för speciallärare och ämneslärare. Projektet har tagit fram stödmaterial för inledning och utveckling av samarbete, *Samundervisning – stöd för lärandet*.
- Speciallärare kan ge ämneslärare pedagogisk hjälp för planering och genomförande av stödet. Materialet *Strukturerade pedagogiska samtal*, som skapats inom projektet, kan genomföras under ledning av speciallärare. Materialet fungerar också som en checklista för ämneslärare vid planering och genomförande av lektioner.

Strukturerade pedagogiska samtal

Du kan läsa materialet [här!](#)



KYSYMYKSET KESKUSTELUUN

Ehdotuksia kysymyksiksi, joita voi käyttää aineenopettajan ja erityisopettajan pedagogisen keskustelun pohjana.

KESKUSTELU 1 (yksiökeskustelu n. 30-45 min. esim. syksyllä)

- o Mitkä ovat sinulle tärkeimmät asiat, kun lähdet suunnittelemaan opintojaksoa?
- o Mitkä ovat mielestäsi parhaimmat keskittymistä tukevat keinot oppitunnilla?
- o Mitkä ovat mielestäsi parhaita keinoja aktivoida opiskelija/opiskelijaryhmää? (vastaaminen, osallistuminen, tehtävien tekeminen)
- o Millaisia opiskeluteknikoita on hyötyä omassa oppiaineessasi?
- o Onko sinulla kokemuksia yhteisopetuksesta tuen muotona? Millaisia ajatuksia yhteisopettajuus herättää?
- o Mitä opettamiseen/oppimiseen liittyvästä teemasta haluaisit keskustella tai kysyä neuvoja? Mitä haluat opetuksessasi kehittää?

KESKUSTELU 2 (pareittain/ryhmissä n. 30-45 min. esim. keväällä)

- o Millaisia ajatuksia heräsi ensimmäisen keskustelumme jälkeen?
- o Oletko kokeillut jotain uutta opetuksessa liittyen aiempaan keskusteluun?
- o Jos olet kokeillut jotain uutta, mikä on toiminut hyvin ja mikä vähemmän hyvin?
- o Onko jotain, mitä haluaisit jatkossikin kehittää opetuksesi liittyen?
- o Onko jotain muuta, mitä haluaisit keskustella erityisopettajan kanssa tai kertoa?

OPINTOJAKSON SUUNNITTELU

- o Tarkista opintojakson osallistujalistasta tukea tarvitsevat opiskelijat.
- o Laadi istumajärjestys opintojaksolle. Luo turvallisuutta, työrauhaa ja mahdollistaa toivotun sosiaalisuuden osallisille.
- o Selkeät ohjeet tunnitteihin/palautettaviin/arvosteltaviin tehtäviin, opintojakson arviointiin ja koeaikaan.
- o Erilaiset tavat suorittaa opintojakso esim. tavoitteet eri arvosanoille 5-6, 7-8, 9-10. Mitä vaaditaan? Kannustus seuraavalle tasolle. Varaus aikaa ohjeistukseen.
- o Pohdi vaihtoehtoisia arviointitapoja, miten opiskelija voi näyttää osaamisensa.
- o Valmistaudu ennen oppituntia: oppimateriaali (pohdi vaihtoehtoiset tavat oppia kuten videot, digi-/fyysinen kirja ja oppimateriaalin määrä), oppitunnin rakenne: mitä odotetaan opittavan (tunnin rakenne ja tavoitteet esim. kaksi tärkeintä asiaa, jotka tulisi tunnin aikana ymmärtää).
- o Aseta realistiset tavoitteet oppitunnin tehtäville - onko aikaa saada työ valmiiksi?

Oppimisympäristön suunnittelu

- o Määritä mitä viestintäkanavia opintojakson aikana käytetään. Ei liikaa seurattavia foorumeita.
- o Tarjoa selkeä rakenne digiympäristössä opintomateriaalin sijainnille ja saatavuudelle.
- o Otsikointi ja tiedostojen nimeäminen ovat tärkeitä löydettävyyden kannalta. Nimeä pakolliset työt selkeästi.
- o Palautusaika tehtäville digiympäristössä viimeistään 22.00 (oletus ohjelmistoissa keskiyö).
- o Opintojakson ohjeistus kirjallisesti digiympäristöön. Toistetaan opintojakson edetessä ja tärkeiden päivämäärien lähestyessä.
- o Mitä opetusdiaria näyttävät? Miten tunnin keskeisimmät asiat löytyvät oppimateriaalista? Varmista, että opetusmateriaalin ulkoasu on selkeä esim. värin käyttö korostamaan muistintapojia.
- o Suunnittele oppituntin sopivaa vaihtelua keskittymisen ylläpitämiseksi (teoria, keskustelut, tehtävät, video, podcast, rytmäyty, esitelmä, lukeminen).
- o Määrittele puhelimen / tietokoneen käyttö (missä, milloin, miten - selkeät säännöt opintojakson aikana).

OPINTOJAKSON JA TYÖSKENTELYN ALUKSI

- o Käytä aikaa opetusmateriaalin esittelyyn, sen sisältöön ja käyttöön. Miten materiaali on jäsennelly ja mistä eri asiat löytyvät? Mitkä ovat opintojakson toimintatavat?
- o Kerro ja näytä tunnin kulku selkeästi tunnin aluksi. Näin opiskelija tietää kuinka kauan ja mihin tulee keskittyä (esim. teoriaosuus, tauko ja mitä työmuotoja käytetään).
- o Aloita oppitunti lyhyellä kertauksella (suuntaa huomio aiheeseen ja auta opiskelijoita palauttamaan tietoa mieleen).
- o Kerro tunnin aluksi opiskelijalle, milloin avataan tietokone. Suosi vihkoja.
- o Kirjoita taululle kysymykset/teemat, jotka opiskelijan tulisi ymmärtää teoriaosuuden aikana - suuntaa keskittymistä.
- o Tarkista kohtehtävät (voi vaikuttaa opiskelijan motivaatioon).

TYÖSKENTELYN AIKANA

- o Määrittele selkeästi toimintatavat ja odotukset annetuille tehtäville (milloin aloitetaan, kuinka kauan ja mitä tehdään, mikä on sallittua).
- o Älä anna liikaa ohjeita kerällä - ja anna ohjeet myös kirjallisesti.
- o Käy tehtäviä huolellisesti läpi; älä oletta, että kaikki tiedot ja sanat ovat itsestään selvää. Selitä käsitteet (suullisesti, tarjoa valmista sanalistoja).
- o Määritä kirjallisten tehtävien rajat (esim. enimmäis- ja vähimmäissanamäärä, hakukoneiden ja tekoälyn käyttö).
- o Liiku luokassa - rauhoittaa luokkaa, opettaja ei tunnu niin etäältä ja näet mitä luokassa tapahtuu. Voi helpottaa opiskelijaa vastaamaan ja kommentoimaan.
- o Opiskelija kirjoittaa ajatuksia/kysymyksiä teoriaosuuden aikana, jotka ovat epäselviä/haluaa tietää lisää - vähentää mahdollisia keskeytyksiä.
- o Kerro opiskelijalle, milloin tulisi tehdä muistintapojia - aktivoi opiskelijaa. Voit käyttää värejä - esim. sininen tarkoittaa muistintapojien tekemistä. Anna riittävästi aikaa kirjoittamiseen. Ei kuuntele ja kirjoittamista samanaikaisesti.
- o Ohjaa ja muistuta opiskelijaa tekemään muistintapojia teoriaosuudesta esim. kuvat, tärkeät sanat tai mind map - keskittymiseen pysyy yllä ja aktivoi opiskelijaa. Anna malli muistintaponeiteknikoihin.
- o Tue ryhmätyötä (tee ryhmäko, anna lista ryhmässä jaettavaista tehtävistä).
- o Pohdi ryhmä- / parijon vaikutus työrauhaan. Mikä on ryhmätöiden tarkoitus, milloin ne ovat hyödyllisiä ja kenelle? Käytä esim. parityöskentelyä tehtävien ratkaisussa.
- o Mallit projekteille ja tehtäville kuten esseille, luku- ja kirjoitustaidolle. Näytä / jaa mallisuunnitelma.
- o Pohdi miten tehtävä jaetaan osiin - työn suunnittelu ja mallin näyttäminen. Yksi asia kerrallaan. Aseta selkeät vältävöitteet ja määräajat.
- o Lyhyet työajaksot, kokeile ryhmän kanssa esim. pomodoro-tekniikkaa. (taululle kello)
- o Mitä tehdään ja kuinka kauan? Nopeille etukäteen tiedossa lähtehtävävaihtoehtot.
- o Pyydä opiskelijaa kertomaan ääneen, mitä hän aikoo tehdä (osa suunnitteluprosessia ja asian ymmärtämistä).
- o Ohjaa opiskelijaa digitaalisten oppimateriaalien käytössä esim. hakutoiminto Ctrl+F, teksti puheeksi -toiminto ja käännös omalle äidinkiellelle.

TYÖSKENTELYN LOPUKSI

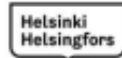
- o Tunnin kysymyksiin ja teemoihin palaaminen tunnin lopuksi. Lyhyt käytyä.
- o Voisiko jokaisella tunnilla jakaa mahdollisen koekysymyksen?
- o Muistuta opiskelijaa tulevista tärkeistä päivämääristä (tehtävien palautukset) - kalenterin käyttö.
- o Valmistautuminen seuraavaan oppituntin. Ohjaa valmistautumaan esim. lukutehtävä oppikirjasta, ennakoivat lyhyet tehtävät tai videot uudesta aiheesta.
- o Opintopäiväkirja, osa opiskeluteknikkaa. Pyydä opiskelijoita kirjaamaan lyhyesti, mitä he oppivat tunnilla - tukee muistia ja keskittymistä.
- o Jää hetkeksi tunnin jälkeen (opiskelijan on helpompaa keskustella opettajan kanssa ja kysyä epäselviä asioita).
- o Kehu! Kehuminen myös aiemmista tunteista - silloin työskentelite hyvin! Hyvä merkinnät Wilmassa.
- o Miten ohjaan opiskelijan valmistautumista kokeeseen/ylioppilaskirjoitukseen? Lukusuunnitelma, tärkeät osa-alueet, vaihtoehtoja lukemisen tueksi (videot, podcastit, vanhat ylioppilastehtävät, maksulliset palvelut).
- o Anna opiskelijalle mahdollisuus tehdä puuttuvat opintojakson suoritukset loppukokeen yhteydessä.

Kokoen aikana

- o Anna palauttaa koe vasta sovitun ajan kuluttua.
- o Kokeeseen voi laittaa herätteleviä kysymyksiä, jotka ohjaavat vastausprosessia - opiskelija pääsee vauhtiin ja oppii vastaustekniikkaa. Erityisesti ensimmäiset opintoajaksot.
- o Muistuta opiskelijaa korvatulppien käytöstä kokeen aikana ja musikin/taustamusiikin käytöstä Abitti-ympäristössä.

Mahdollisia koemuotoja

- o Muistintapojen teko kokeeseen etukäteen oppitunnilla, koekysymykset/käsitteet (tai osa niistä) annetaan etukäteen, joista osa valitaan kokeeseen (voidaan suunnata tärkeimpiin asioihin keskittymistä), pari-/ryhmäko, ryhmäkeskustelu annetusta aiheesta, useampi koe opintojakson aikana (koealueen pilkkominen osiin), supistettu koealue, jolla voidaan saavuttaa tietty arvosana (vähimmäistaso), erilaiset osat kokeessa eri arvosanoille.



Kati Leinonen ja Bo-Håkan Söderholm, 2025

Helsinki

Tämä materiaali tarjoaa erityisopettajalle ja aineenopettajalle vinkkejä yhteisopetuksen käynnistämiseen sekä sen toteuttamiseen.

Esimerkkejä yhteisopetuksesta

Yhteisopetus tarjoaa mahdollisuuden hyödyntää erityisopettajan asiantuntemusta. Erityisopettajan työpanos voi olla monipuolista, ja hänen tehtävänsä voivat koostua ryhmän tarkkailusta yksittäisen opiskelijan tukemiseen tai avustamiseen opetuksen suunnittelussa ja toteutuksessa. Yhteisopetuksen aloittamista voi lähestyä luontevasti vieraillemalla aineenopettajan oppitunneilla ja havainnoimalla yhteistyön mahdollisuuksia.

Erityisopettaja voi esimerkiksi:

- Tarkkailla ryhmää tai yksittäistä opiskelijaa oppitunnin aikana (osallistuu tutustukseen opiskelijaan, ryhmään ja oppiaineeseen).
- Sopia työyhteisössä, että voi "limestyä paikalle" tutustukseen uusin opiskelijoin ja on mukana hetken aikaa tai koko oppitunnin ajan (teeke itsensä näkyväksi).
- Olla mukana vain tietyillä oppitunneilla sopimuksen mukaan (esim. kirjoitusprosessi, projektiytöt, ryhmäytöt, kokeen suorittaminen, opetuksen eriyttäminen).
- Ohjata ryhmätillannetta, kun aineenopettaja antaa palautetta opiskelijalle / pienuryhmälle toisessa tilassa esimerkiksi äidinkielen kirjoitusprosessista tai ryhmätyöstä.
- Auttaa ryhmätöissä ja projektitöissä.
- Opettaa opiskelutekniikoita tai tukea opettajaa opiskelutekniikoiden käytössä.
- Työskennellä opiskelijoiden kanssa pienemmässä ryhmässä eri tilassa teoriaopetuksen jälkeen.
- Työskennellä yksittäisen opiskelijan kanssa saman teeman parissa eri tilassa.
- Tukea luokkaa, yksittäistä opiskelijaa/pientä ryhmää tehtävien teossa ja keskittymisen tukemisessa (esim. ennalta sovitut, opiskelija / opiskelijat tai luokkatilanteen tarpeen mukaan) – toiminnanohjauksen tuki.
- Varmistaa, että opiskelija saa mahdollisimman paljon aikaa oppitunnin aikana.
- Tukea opiskelijaa työn aloittamisessa ja luoda opiskelurutiineja.
- Toistaa tai selkeyttää ohjeita.
- Ohjaa oppikirjan/digimateriaalin/käännösohjelmien käytössä.
- Auttaa eriyttävän materiaalin tekemisessä ja testaamisessa esim. tunnille mind map-pohja, jota opiskelijat täyttävät teoriaosuuden aikana, matematiikan tärkeiden kaavojen koonti.

Yhteisopetuksen hyödyt

Yhteisopetus tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia oppimisen tukemiseen, opetuksen eriyttämiseen ja työrauhan parantamiseen luokkatilanteissa. Erityisopettajan ja aineenopettajan yhteistyö voi myös vahvistaa pedagogista keskustelua ja tukea opiskelijoiden oppimista.

Opiskelija

- Opiskelijat saavat nopeammin ja enemmän apua oppitunneilla kun paikalla on kaksi opettajaa. Tämä voi johtaa lisääntyneeseen läsnäoloon ja oppimiseen...
- Opiskelijan kynnys pyytää apua usein helpottuu, kun apua saa nopeammin.
- Erityisopettaja voi kysyä opetuksen aikana aineenopettajalta opiskelijoiden puolesta kysymyksiä, joidenka hän huomaa olevan opiskelijoille epäselviä (asettuu opiskelijan asemaan). Monet opiskelijat eivät uskalla kysyä ääneen luokkatilanteessa epäselviä asioita.
- Opiskelijan on helpompi ottaa käyttöön erityisopettajan yksilötapaamisilla opittuja menetelmiä, kun erityisopettaja tukee prosessia myös luokkatilanteessa.
- Opiskelija saa useammin palautetta ja kannustusta työskentelystä.
- Opiskelijan on helpompi ottaa yhteyttä erityisopettajaan muissa tilanteissa, kun erityisopettaja on jo oppitunneilta entuudestaan tuttu.
- Vahtainen tuki opiskelijalle voi vähentää myöhempiä tarvetta muille tukijärjestelyille aineenopettajan, ryhmänohjaajan ja erityisopettajan osalta.

Erityisopettaja

- Tuki oppitunneilla tavoittaa useampia opiskelijoita, ja yksilöllisten tapaamisten tarve erityisopettajan kanssa voi vähentyä.
- Erityisopettaja tekee havaintoja myös muista opiskelijoista, jotka voivat tarvita tukea opintoihin.
- Erityisopettaja saa tietoa opiskeltavien aineiden sisällöistä, joita voi hyödyntää yksilötapaamisissa ja muilla vastaavilla opintojaksoilla.
- Erityisopettaja saa paremman käsityksen aineenopettajan työstä ja opetuksessa käytettävistä menetelmistä → helpottaa yksittäisten opiskelijoiden tukemista myöhemmissä yksilötapaamisissa.
- Saa tietoa siltä miten opiskelijat opiskelevat ja voi antaa aineenopettajan kanssa opiskelutekniikoiden kehittämistä opettamista.

Aineenopettaja

- Työrauha usein paranee oppitunneilla, kun paikalla on kaksi opettajaa.
- Kaksi opettajaa mahdollistaa erilaisia työtapoja oppitunneilla.
- Yhteisopettajuus antaa aineenopettajalle mahdollisuuden käyttää enemmän aikaa ryhmän tai yksittäisten opiskelijoiden ohjaamiseen, tukemiseen tai havainnointiin.
- Mahdollistaa helpommin opetuksen eriyttämistä ylös- ja alaspiäin.
- Yhteisopettajuus voi parantaa opiskelijoiden oppimista ja tuloksia.
- Havainnoinnin ja yhteistyön pohjalta syntyy hyvä perusta jatkossa käytäville pedagogisille keskusteluille ja yhteistyölle erityisopettajan ja aineenopettajan välillä.
- Aineenopettaja ja erityisopettaja tukea toisiaan opiskelijan haasteiden ratkaisemisessa.
- Aineenopettajan antaman tukiovetuksen tarve voi vähentyä.
- Aineenopettaja voi saada etukäteen erityisopettajalta tärkeää tietoa opiskelijaryhmästä ja tarvittavasta tuesta.

Käytännön vinkkejä

Hyvä valmistelu ja avoin kommunikaatio aineenopettajan ja erityisopettajan välillä ovat avainasemassa yhteisopetuksen onnistumisessa.

Ennen yhteistyötä

- Kuka opettaja on halukas yhteistyöhön? Erityisopettaja voi ilmoittaa kollegoille olevansa kiinnostunut yhteisopetuksesta ja pyytää heiltä ottamaan yhteyttä yhteistyön sopimiseksi.
- Millä oppitunneilla on suurin hyöty ja vaikuttavuus yhteisopettajuudelle?
- Erityisopettaja ilmoittaa, milloin hänellä on mahdollisuus yhteistyöhön.
- Aloita yhteistyö yhden opettajan kanssa pienessä mittakaavassa; jatka yhteistyötä seuraavana vuonna, jos kokemus on ollut hyödyllinen.
- Yhteisopetuksen voi perustaa johonkin oppilaitoksen ajankohtaiseen teemaan (esim. opiskelutaidot, keskittymisen parantaminen).
- Onko yhteisopetus osa opiskelijan suunniteltua tai toivottua tukimuotoa tuen suunnitelmassa?
- Voiko erityisopettaja vaikuttaa jollakin tavalla aineenopettajan asenteeseen/tarjota vaihtoehtoja siihen, että hän voisi olla valmis yhteisopetuksen toteuttamiseen?
- Erityisopettaja voi ilmoittaa opettajalle opintojaksoilla olevan useampi tukea tarvitseva opiskelija ja sen perusteella tulla oppitunneille mukaan
- Erityisopettaja voi kiertää aineryhmätapaamisissa kertomassa yhteisopettajuuden mahdollisuudesta ja hyvistä yhteistyökäytännöistä aineryhmässä.

Yhteistyön aikana

- Kerro opiskelijoille yhteisopetuksen tarkoitus yhteistyön alkaessa, jos kyseessä on ryhmämuotoinen tuki.
- Opettaja antaa henkilökohtaista palautetta opiskelijalle ja erityisopettaja työskentelee luokassa opiskelijoiden kanssa. Mahdollistaa paremmin henkilökohtaisen tuen ja ohjauksen.
- Pienemmässä ryhmässä erityisopettaja voi opettaa opiskelutekniikoita tai toimia mallina tekemällä esimerkiksi ajatuskarttoja yhdessä opiskelijoiden kanssa.
- Erityisopettaja voi auttaa kokeen suunnittelussa esim. kieli ja rakenne (jaettu tiedosto).
- Erityisopettaja voi antaa ideoita erilaisiin pedagogisiin järjestelyihin koetilanteissa/oppitunnin aikana (muistilpanot kokeeseen, etukäteen annetut koe kysymykset, ryhmäkokeet jne).

Yhteistyön jälkeen

- Opintojaksoalautteessa muista kysyä opiskelijoiden miellipidettä yhteisopettajuudesta ja sen tuomista hyödyistä.
- Kerro hyvästä yhteistyöstä omassa aineryhmässäsi. Tämä voi innostaa myös muita yhteistyöhön.
- Yhteistyö voi koskea toistuvaa vuosittaista opintojaksoa – suunnitelma voidaan rakentaa niin, että siihen voi aina palata ja kehittää edelleen.

Suullinen täydentäminen koetilanteessa:

- Erityisopettaja kirjaa opiskelijan suulliset vastaukset
- Opiskelija tutustuu ensin kokeeseen erityisopettajan kanssa; sen jälkeen aineenopettaja kuuntelee opiskelijan vastaukset ja kirjaa ne ylös.

Yhteistyön suunnittelun tueksi

- Mitä tavoitteita ja odotuksia on yhteistyölle?
- Minkälaisia ennakkotietoja erityisopettaja tarvitsee ryhmästä ja toimintatavoista? (Esim. tunteen kulku, tehtävien määräajat, vierailut, opiskeluympäristöön pääsy, oppimateriaalit jne.)
- Onko erityisopettajalla jotakin tietoa aineenopettajalle ryhmästä/yksittäisestä opiskelijasta?
- Millainen roolijako on oppitunneilla? Erityisopettaja ei ole aineenopettaja.
- Miten ja milloin halutaan arvioida yhteistyötä? (Lyhyt arviointi heti oppitunnin jälkeen ja opintojakson päättyttyä. Mitä tehdään seuraavalla kerralla, mitä halutaan muuttaa, mitä mieltä opiskelijat ovat?)
- Tarvitaanko yhteistä suunnittelupohjaa esim. Wilma, Teams, jaettu dokumentti?



Helsinki
Helsingfors

Kati Leinonen ja Bo-Håkan Söderholm, 2025

Helsinki

Sam- undervisning – stöd för lärandet

Du kan läsa
materialet [här!](#)



Hyvät ja selkeät käytännöt
hyödyttävät kaikkia oppijoita
ja helpottavat opettajan arkea

Aktivitetskort för lärare

Undervisning på lektionen

- **Skriv lektionens struktur** och tidtabell alltid på tavlan.
- **Korta arbetsperioder**, pröva exempelvis pomodoro-tekniken (klocka på tavlan) med gruppen.

- **Uppmuntra de studerande att skriva ner sådana frågor och tankar som väcks under teoridelen** som är oklara eller som de vill fråga mer om – detta minskar mängden avbrott. Tillåt också frågor vid lämpliga stunder under undervisningen.

Gå runt i klassrummet även när du undervisar.



Kontrollera läxorna.

- **Berätta för de studerande när de bör göra anteckningar** och aktivera dem.
- **Använd färgkoder.** Exempelvis blå innebär att de studerande måste göra anteckningar.
- Ge tillräckligt med tid för att skriva.
- **Kräv inte att de studerande måste lyssna och skriva samtidigt.**
- Ge en modell för anteckningsteknik. Uppmuntra de studerande att använda tankekartor, bilder och nyckelord i sina anteckningar.

Utnyttja flera kanaler för undervisningen.

Aktivitetskort för lärare

Under lektionen

Positiv interaktion

Möt och lyssna på den unga, beakta vad hen säger.

Fäst uppmärksamhet vid kommunikationens ton. Använd positiva uttryck, till exempel ”var snäll och sänk rösten, tack”

Skapa tro och förtroende för den ungas förmåga.

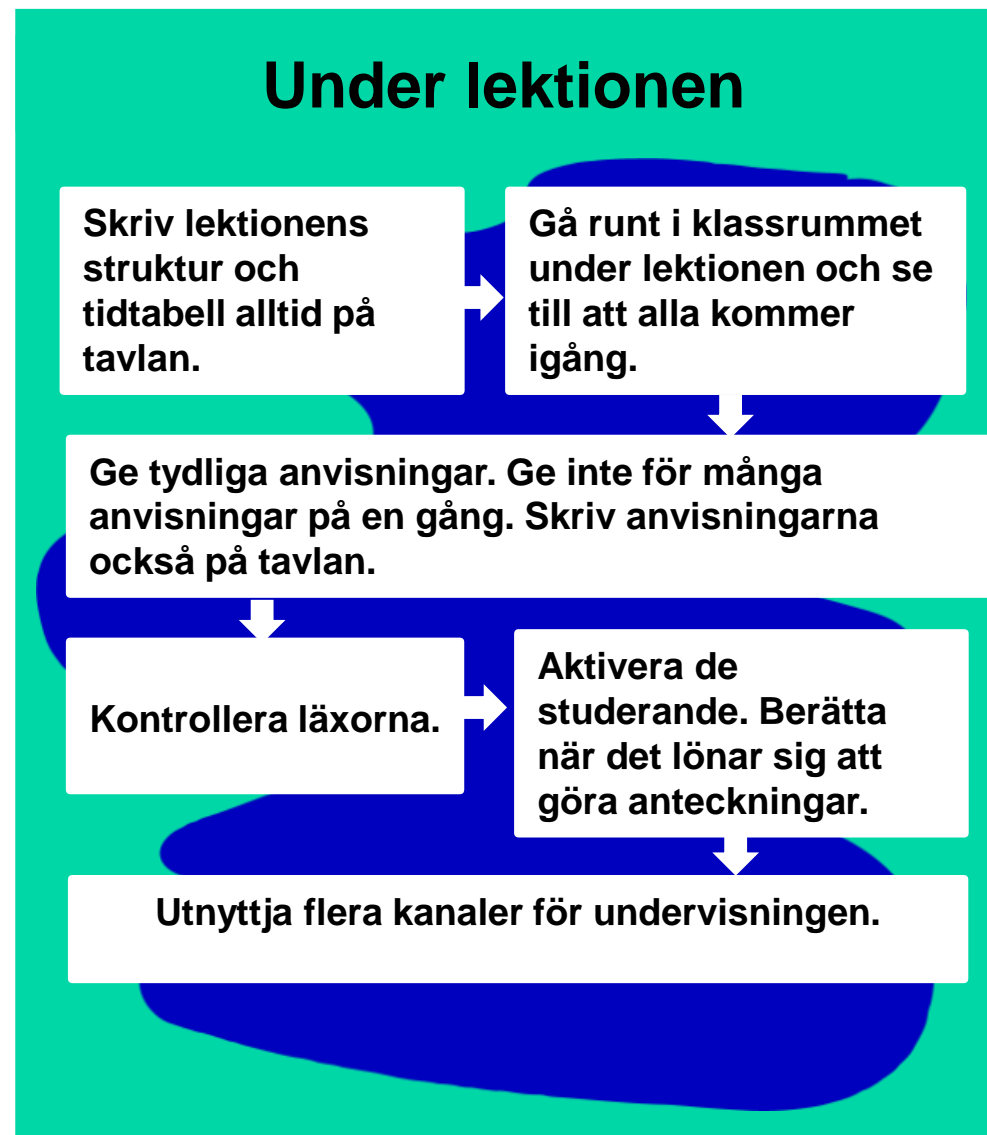
Försök att ge så lite negativ respons som möjligt och ta bara upp det som är väsentligt.

Fäst medvetet uppmärksamhet vid den ungas positiva beteende och ge respons på det på ett varm och genuint sätt.

Uppmuntra och berömden unga (peppa med tummarna, bravo-markeringar i Wilma)

Skapa en fungerande interaktion. Se till att budskapet når fram. Ta ögonkontakt.

Aktivitetskort för lärare



Aktivitetskort för lärare



I slutet av lektione

Gå tillbaka till frågorna och temana för lektionen i slutet och sammanfatta dem kort.

Kunde du ge några **exempel på provfrågor** i slutet av varje lektion?

Förberedelser inför nästa lektion. Instruera de studerande att förbereda sig för nästa lektion, exempelvis en läsuppgift i läroboken, korta förhandsuppgifter och videor.

Studiedagbok som en del av studietekniken. Be de studerande att skriva kort om vad de upplever att de har lärt sig under lektionen. Detta stöder minnet och koncentrationen.

Påminn de studerande om viktiga kommande datum (inlämning av uppgifter).

Lär och påminn om **användning av kalender.**

Stanna kvar en stund efter lektionen, eftersom det då är lättare för studerande att diskutera med dig och fråga om oklara saker.

Beröm! Beröm också för tidigare lektioner.

Bravo-markeringar i Wilma.

Helsinki

Teija Ekholm och Arja Kuisma, delvis omformat efter Bo-Håkan Söderholm och Kati Leinonen 2025



Aktivitetskort för lärare

Före och under prov

Provformer



- Gör en minneslapp för provet på förhand på en lektion
- Ge provfrågorna (eller en del av dem) på förhand, och välj en del av dem till provet (detta kan rikta fokuset på de viktigaste temana)
- Ge två begrepp under/efter varje lektion och fråga en del av dem i provet
- Prov i par
- Gruppdiskussion om ett givet ämne
- Flera prov under studieperioden (uppdelning av provområdet i mindre delar)
- En del av de studerande kan ha ett mindre provområde som möjliggör ett visst vitsord
- Olika vägar till olika betyg: vad ska de studerande kunna för att få ett visst vitsord

Du kan inkludera tankeväckande frågor i provet



- Styr svarsprocessen
- Studenten kommer igång och lär sig svarsteknik
- Till nytta i synnerhet under de första studieperioderna

Du kan hjälpa de studerande med att förbereda sig inför provet exempelvis genom att



- Göra upp en läsplan
- Berätta de viktigaste delområdena
- Ge alternativ till stöd för läsningen (exempelvis videor, poddar och gamla studentuppgifter)

Inlämning av prov



- Tillåt inlämning av provet först efter en överenskommen tid och uppmuntra att försöka

Del 2

Studeraendes perspektiv på behovet av stöd i gymnasiet

Syftet är att hjälpa till med att fundera över de studeraendes behov, olika slags undervisningsmetoder, undervisningens tillgänglighet samt stödjandet av socialt engagemang och kamratlärande.

I introduktionsvideon lyfts inte särskilt fram behoven hos ungdomar inom neurospektrumet, utan gymnasiestuderande funderar på stödet allmänt. Det är dock i synnerhet ungdomar inom neurospektrumet som har nytta av att undervisningens tillgänglighet beaktas.

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon

[Bild 30](#)

Aktuella länkar (facilitatorn kan lägga till)

- [Handboken Haluan mukaan \(Jag vill komma med\) \(på finska\)](#)

Introduktionsvideo [gymnasiestuderandes tankar till ämneslärare](#)

Information

- Reformen av stödet för lärande samt tillgänglighet [bilderna 31–33](#)
- Betydelsen av kamratrelationer [Bild 34](#)
- Engagemang i läroanstalten och studierna [bilderna 35–36](#)

Tips, exempel och material som stöd för studierna

- Aktivitetskort för studerande [bilderna 37–42](#)
- Tips för gruppbildning [bilderna 43–45](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon

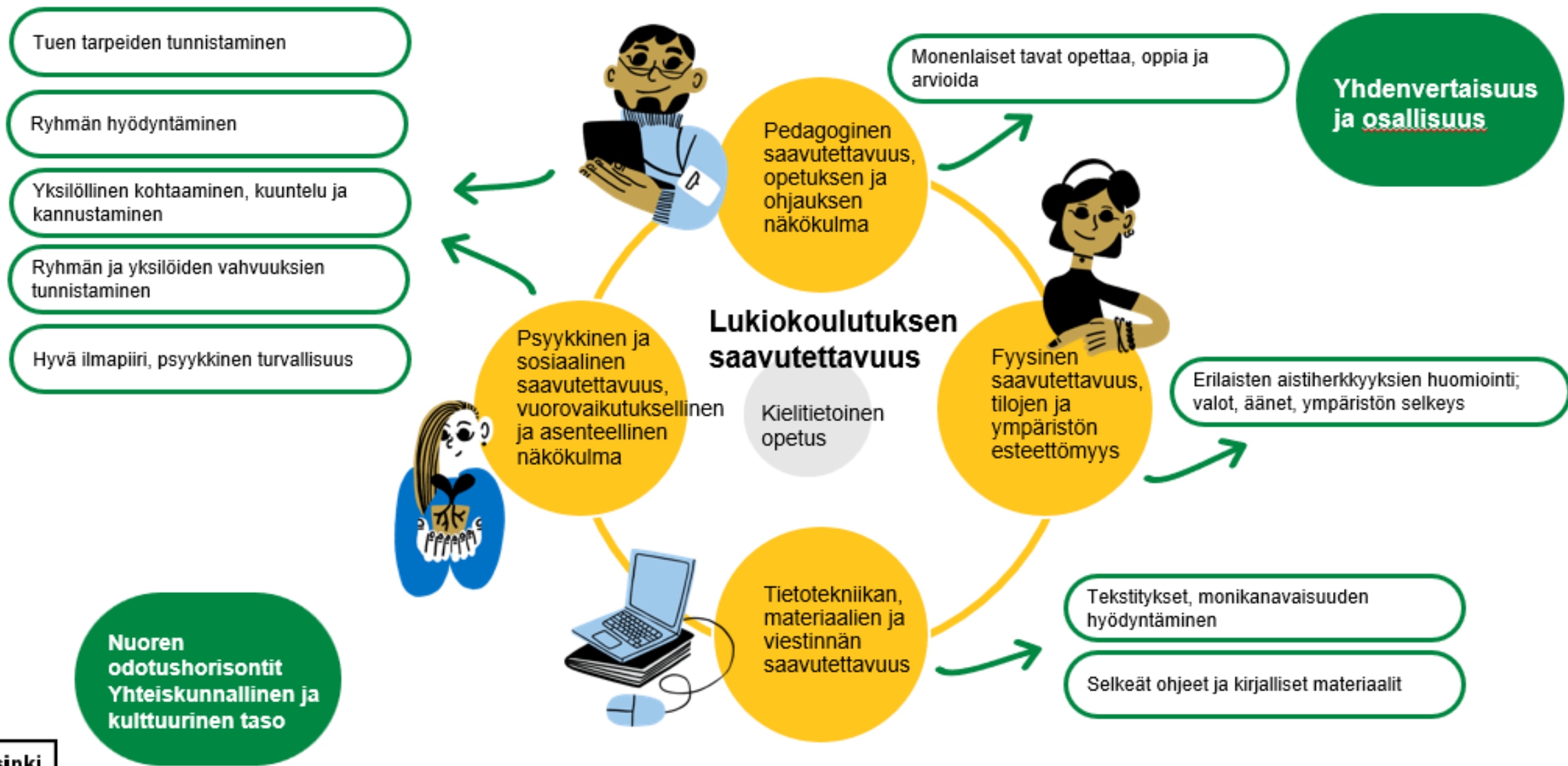
- Berätta ditt bästa minne av en bra inlärningsituation.
- Vilka är de bästa metoderna i din egen undervisning för att främja följande?
 - Socialt engagemang, kamratlärande, delaktighet, säkerhet, koncentration, att göra uppgifter
- Hurdana goda metoder har du för att beakta omständigheter (ljus, ljud, undervisningens tydlighet)?
- Vilka sätt tycker du är bra för att stödja de studerandes individuella behov?
- Vilka idéer gav videon dig för din egen undervisning?



Undervisningsvardag som är tillgänglig för alla och reformen av stödet för lärande

- I och med reformen av stödet för lärande har ämneslärarna i gymnasiet i fortsättningen en större roll i genomförandet av stödet för lärandet. Utgångspunkten för reformen av stödet är att identifiera och beakta stödbehoven i undervisningen i ett tidigt skede.
- Det bästa sättet att stödja lärandet är att i undervisningsvardagen beakta att det finns olika studerande.
- Beaktandet av neurodiversiteten vid planeringen av undervisningsmetoder och inlärningsmiljön är till nytta för alla studerande och minskar behovet av stödundervisning och individuella arrangemang.

Lukiokoulutuksen saavutettavuuden ulottuvuuksia



Fördelar med tillgänglighetsaspekter

Fördelar med undervisning i flera kanaler

- Användning av flera sinnen ger snabbt upphov till permanent inläring och möjliggör tillägnande av färdigheter.
- Vi minns 5 procent av det vi läser, men 95 procent av det vi gör med våra sinnen och vår kropp. Undervisning med beaktande av detta stöder också studerande som är visuellt, auditivt och kinestetiskt orienterade på olika sätt.

Hur kan läraren ta hänsyn till olika sensoriska överkänsligheter?

- identifiering av sensoriska överkänsligheter
- anpassning av miljön och användning av hjälpmedel, såsom hörlurar
- erbjudande av ett sensoriskt tillgängligt utrymme när det är möjligt
- förutseende
- erbjudande av valmöjligheter för deltagande

Fördelarna med ett tryggt utrymme ([bilderna 16–17](#))

Helsinki



Betydelsen av kamratrelationer

Det lönar sig att satsa på de studerandes kamratrelationer.

Användning av mångsidiga och deltagande undervisningsmetoder (bland annat kamratlärande och gruppdiskussioner) samt satsningar på atmosfären och kamratrelationerna i gruppen ökar engagemanget i skolarbetet.

Studerande som är engagerade i skolarbetet:



Bättre

Inlärningsresultat
Förmåga till empati



Upplever mindre

Ensamhet
Ångest
Beteendestörningar

Förhållandet mellan lärande och välbefinnande är ömsesidigt

- Välbefinnande stöder lärande.
- Pedagogiska lösningar som främjar lärande av hög kvalitet hos de studerande främjar också deras välbefinnande.

Källa: SchoolWell, se exempelvis informationssammanfattningen av programmet YOUNG 2025 (på finska)



Begreppet engagemang i läroanstalten och studierna och dess betydelse

- Begreppet skol- och studieengagemang kan användas för att beskriva både individens upplevelse av sin verksamhetsmiljö och de olika gemensamma åtgärder som kan stödja denna upplevelse.
- Begreppet engagemang kan användas för att studera bland annat emotionella upplevelser, såsom entusiasm eller fördjupning i de egna studierna (Salmela-Aro & Read 2017) samt upplevelsen av hur meningsfull skolgången är, som är förknippad med exempelvis positiva upplevelser av kamratrelationer och interaktion med lärarna.
- Stöd för skol- och studieengagemang i utbildningar för unga inom läropliktsåldern

Hur kan ämneslärare stödja studieengagemanget

- Skapa en god stämning på lektionerna, en öppen och interaktiv diskussionskultur.
- Kontinuerlig gruppbildning (behöver inte vara lekar, kan vara bunden till det egna läroämnet).
- Beakta de studerandes önskemål i mån av möjlighet vid planeringen av undervisningen.
- Var flexibel, uppmuntrande, avslappnad, rättvis och ha humor.
- PeM Fiia Söderholm, doktorsdisputation 6.6.2025: Uupumus lisääntyy ja kouluun kiinnittyminen vähenee lukio-opintojen aikana – tuen kohdentamiseen kiinnitettävä enemmän huomiota | Itä-Suomen [yliopisto](#)

Aktivitetskort för studerande

Lyssna bättre på lektionerna

Kontrollera modigt med läraren om du inte hörde eller förstod någon sak eller fråga.

Taktiken med reflekterande eller speglande lyssnande: formulera anvisningen eller regeln i ditt sinne på ett sådant sätt att du förstår den.



Läraren gör upp en sittordning för studieperioderna. Tveka inte att berätta för läraren om du har särskilda behov i fråga om sittplatsen.



Aktivitetskort för studerande

Att fastna på något och vara överkoncentrerad

Identifiera risksituationer



Använd tidsgränser

Variera uppgifter



Observera dig själv och dina handlingar

Be om hjälp av andra



Aktivitetskort för studerande

Upprätthållande av koncentrationen

- **Observera din koncentration.** Om du märker att din koncentration har avtagit, återställ den medvetet.
- **Gör en sak i taget.**
- **Eliminera störande faktorer omkring dig.**
- **Gör anteckningar** när du studerar.
- **Skriv ner saker som distraherar dig.**
- **Eliminera bakgrundsljud.**
- **Håll en motionsstund eller -paus** när du studerar.
- **Upprätthåll en regelbunden dygnsrytm.**
- **Gör saker i små bitar.**



Aktivitetskort för studerande

Exekutiva funktioner

Begränsa antalet föremål som du ser.

Gör studierna roliga.

Kom ihåg rutiner och regler.

Be om hjälp av närstående för studier.

Lägg sakerna i prioritetsordning.

Lita på dig själv och att du lyckas.

Gör saker i små bitar.

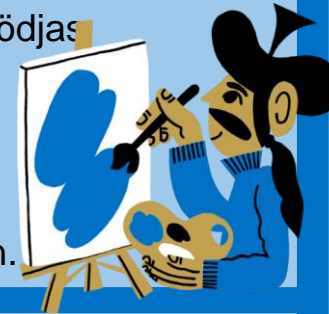
Använda mappar och förvaringsmetoder.



Aktivitetskort för studerande

Faktorer som bidrar till inläring

Koncentration på undervisningen kan stödjas genom att **teckna och färglägga**.



Fysiska hjälpmedel som du kan knåpa med, som stressbollar, effektiverar inläringen.



Att göra-listor hjälper och främjar skötseln av ärenden. Uppföljningen av arbetet blir lättare.

Att markera slutförda uppgifter som gjorda hjälper med att se att studierna framskrider.



Att göra anteckningar för hand hjälper koncentrationen (använd ett häfte på lektionen, skriv och teckna).

Motionsstunder på din egen plats. Även en liten rörelse stöder lärandet.

En svängande liten pall/ gymboll/ståplats på lektionen hjälper koncentrationen.



Aktivitetskort för studerande

Motivation och att komma igång

1.

- Sätt upp mål och tidsgränser
- Gör målet synligt



- Börja någonstans
- Tänk på vad du lyckats med
- Dela upp uppgifterna i mindre delar

2.

3.

- Identifiera och utnyttja det som motiverar dig
- Be om respons



- Ge dig själv en belöning
- Utmana dig själv

4.

Kort för gruppbildning

Tre saker

Du behöver: ett föremål som kan greppas tryggt.

Förberedelser: skriv ner teman som är relaterade till *det ämne ni studerar* eller använd temana på baksidan.

Instruktioner: i detta spel tävlar grupperna i vem som först kan komma med tre (3) saker relaterade till ett visst tema.

- Dela in er i tävlande grupper.
- Placera det föremål som ska gripas mellan grupperna. Den som leder spelet säger ett tema.
- Gruppen bestämmer tillsammans vilka tre (3) saker de ska säga och någon griper föremålet före de andra grupperna.
- Den grupp som tar föremålet först och säger tre saker korrekt får en poäng.

Näm n tre

Saker man kan hitta på en strand

Sätt att använda en papplåda

Sätt att göra läraren arg

Dinosauriearter

Sätt att vara stolt över sig själv

Växtdelar

Reaktioner på goda nyheter

Saker en modig människa gör

Historiska händelser

Konspirationsteorier

Frågor vid en arbetsintervju

Sätt att berömma någon annan

Sätt att dölja smutsigt hår

Miljövänliga handlingar

Saker som finns i sagor

Kända uppfinnare

Musikgenrer

Saker som man gör när det regnar

Stränginstrument

Saker man kan äta med sked

Sätt att hjälpa någon man inte känner

Saker du skulle göra om du var osynlig

Föremål i en trollkarls hatt

Studietekniker

Appar i telefonen

Kort för gruppbildning

Kategorier

Du behöver: pennor och papper.

Förberedelser: skriv ner kategorier som är relaterade till *det ämne ni studerar* eller använd kategorierna på baksidan.

Instruktioner: syftet med spelet är att grupperna tävlar i vilken grupp som inom en viss tid kommer på flest ord som passar in i kategorin.

- Dela in de studerande i smågrupper och be dem välja en som för protokoll.
- Spelet har rundor där tiden ökar eller minskar.
 - Till exempel första rundan 20 sekunder, andra rundan 45 sekunder och tredje rundan 60 sekunder.
- Anvisningen för den första rundan kan exempelvis vara "Ni har 20 sekunder på er att skriva ner färger".
- Den grupp som skriver flest korrekta ord/termer/namn under den givna tiden vinner.
- Kategorierna kan också vara sådana att det inte finns några rätta svar. Ni kan inleda en diskussion utifrån svaren.

Kategorier

Väderlek
Sjukdomar
Smycken
Språk
Känslor
Bestick
Festdagar
Efterrätter
Bollspel
Dansstilar

Musikgenrer
Skor
Författare

Djur som börjar med bokstaven A
Europeiska huvudstäder
Asiatiska länder
Familjemedlemmar och släktingar
Drycker (ej varumärke)
Ursprungsbefolkningar
Sätt att visa vänlighet
Sätt att tillbringa fritiden
Saker att göra i naturen
Människor att prata med när man mår dåligt
Sätt att trösta andra
Orsaker till att man kräks
Gratis saker

Bingo

Gillar reality-serier Namn:	Har minst två syskon Namn:	Gillar ananas på pizza Namn:	Födelsedag i samma månad Namn:
Har läst en roman i år Namn:	Har utövat någon kampsport Namn:	Är vänsterhänt Namn:	Skriver dagbok Namn:
Gillar skräckfilmer Namn:	Bor utanför Helsingfors Namn:	Har brutit ett ben någon gång Namn:	Har spelat i ett lag Namn:
Spelar något instrument Namn:	Har en speciell hobby Namn:	Har vunnit något Namn:	Har ett djur hemma Namn:

Helsinki

Kort för gruppbildning

Kort för gruppbildning: Sirkku Selkosmaa (kurator)



Del 3

Neuropsykologiskt perspektiv

Syftet är att ge en översikt över nervsystemet och hjärnvänliga studier. Vi reflekterar tillsammans över betydelsen av en hjärnvänlig inlärningsmiljö och delar med oss av goda praxis gällande temat.

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon [Bild 48](#)

Lukio-opetus ja aivojen salat

Aktuella länkar (facilitatorn kan lägga till)

- Isomäki, H., [Aivot käyttöön koulussa](#)
- [Appen för sensorisk tillgänglighet](#) kan användas för att tillsammans synliggöra inlärningsmiljöns sensoriska tillgänglighet.
- Price, J. & Romualdez, A. M. (2024). 'It just feels unnatural being here': Autistic secondary school students' experiences of sensory sensitivities in the school environment: https://osf.io/preprints/osf/pks8t_v1
- Alanen, L., Järvinen, A. & Keski-Rahkonen, A. (2025). [Miksi tunnesäätelyn vaikeudet olisi tärkeä huomioida osana adhd:n oirekuvaa ja hoitoa?](#) | Psykologilehti

Information

- De mest effektiva sätten att stödja välbefinnande [Bild 49](#)
- En hjärnvänlig lektionsplan och smidiga studier [bilderna 50–53](#)
- Stöd för en sensoriskt anpassad inlärningsmiljö [bilderna 54–57](#)
- Hjärnvänlig bedömning och betydelsen av positiv inställning [bilderna 58–61](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon

- Hur beaktar du skapandet av en hjärnvänlig lektionsplan i din undervisning?
- Hur ser en sensoriskt anpassad inlärningsmiljö ut i ditt klassrum?
- Vad innebär hjärnvänlig bedömning och hur kan du stödja de studerandes känsloreglering på lektionen?
- Hur kan du stärka de studerandes resiliens i din undervisning?



De mest effektiva sätten att stödja välbefinnande i gymnasiet

Interaktionens kvalitet

(socioemotionella färdigheter och samhörighet, kamratrelationer, förhållandet mellan läraren och den studerande)

Pauser och ökad fysisk aktivitet

Studiefärdigheter samt deltagande och aktiverande undervisning

Förmåga att koncentrera sig och lugna ner sig



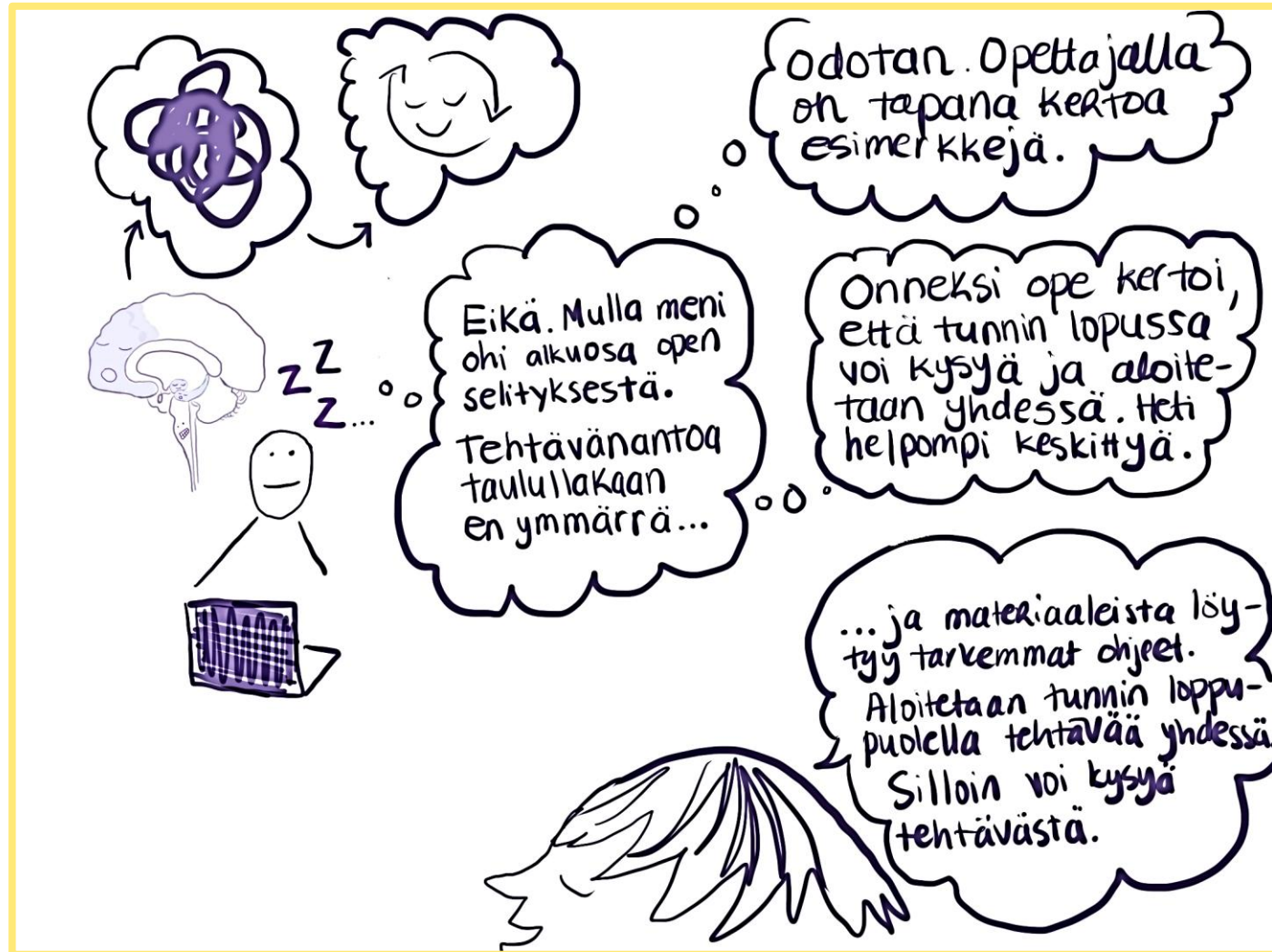
En hjärnvänlig lektionsplan och smidiga studier 1/4



En hjärnvänlig lektionsplan och smidiga studier 2/4

- **Det kan vara svårt för den studerande att reglera sin energinivå och koncentrera sig på lektionen:**
→ rör sig, talar högt, tittar ur genom fönstret
- När den studerande **använder sina resurser** för reglering, kan hen bli medveten om viktig information senare än största delen av de studerande.
- **Den studerande har det svårt att förstå uppgiften:**
→ kan exempelvis tolka uppgiften ur många olika perspektiv, fästa sig vid ordens detaljerade betydelser och bli överbelastad av de olika alternativen att börja.
- De fungerande möjligheterna att reglera belastningen är eller kan visa sig begränsade för den studerande på lektionerna.
- Det är svårt att lära sig och reglera det egna beteendet när den studerande är överbelastad.

En hjärnvänlig lektionsplan och smidiga studier 3/4



En hjärnvänlig lektionsplan och smidiga studier 4/4

- Strukturering och tydlighet kan hjälpa den studerande att reglera sin energinivå och belastning.
- Genom att gå igenom uppgiften med de studerande och ge möjlighet att ställa förtydligande frågor skapar du en gemensam förståelse för uppgiftens betydelse och säkerhet om rätt riktning.
- Den studerande lär sig berätta om sina funderingar högt och lita på samarbete.
- Genom att inleda större uppgiftshelheter tillsammans möjliggör läraren upplevelser av att lyckas med att reglera energinivån och börja. Samtidigt kan hen hjälpa de studerande att lära sig studiefärdigheter och -strategier.

En sensoriskt anpassad inlärningsmiljö 1/4



En sensoriskt anpassad inlärningsmiljö 2/4

- De studerande behandlar omgivningen och sinnesinformationen i sin kropp på många olika sätt. Förutom att vara i balans **kan de olika sinnen både överbelastas och underbelastas** samtidigt.
- Medan en studerande inte lägger märke till ljudet och rörelsen när någon exempelvis rör en stol eller öppnar dörren, anstränger sig en annan studerande kontinuerligt för att flytta fokuset.
 - Det kan vara svårt för den studerande att sitta stilla, eftersom hens rörelse- och balanssinnen behöver aktivering.
 - De studerandes syn fungerar på olika sätt i olika situationer: några fäster uppmärksamhet vid detaljer, andra vid helheter.
 - När en studerande är belastad är det svårt för hen att inte fästa uppmärksamhet vid ett störande ljus, medan det inte stör hen när hen är lugn.
- **En sensoriskt anpassad inlärningsmiljö kan ha en stor betydelse för den studerandes välbefinnande och studieförmåga.** Om den studerande ständigt måste försöka balansera sinnen, kräver det mycket resurser av hen och kan på lång sikt leda till utmattning.
- Sinnesbalans är en förutsättning för trygghetskänsla, inlärning, interaktion och framgång exempelvis för en autistisk ung person.

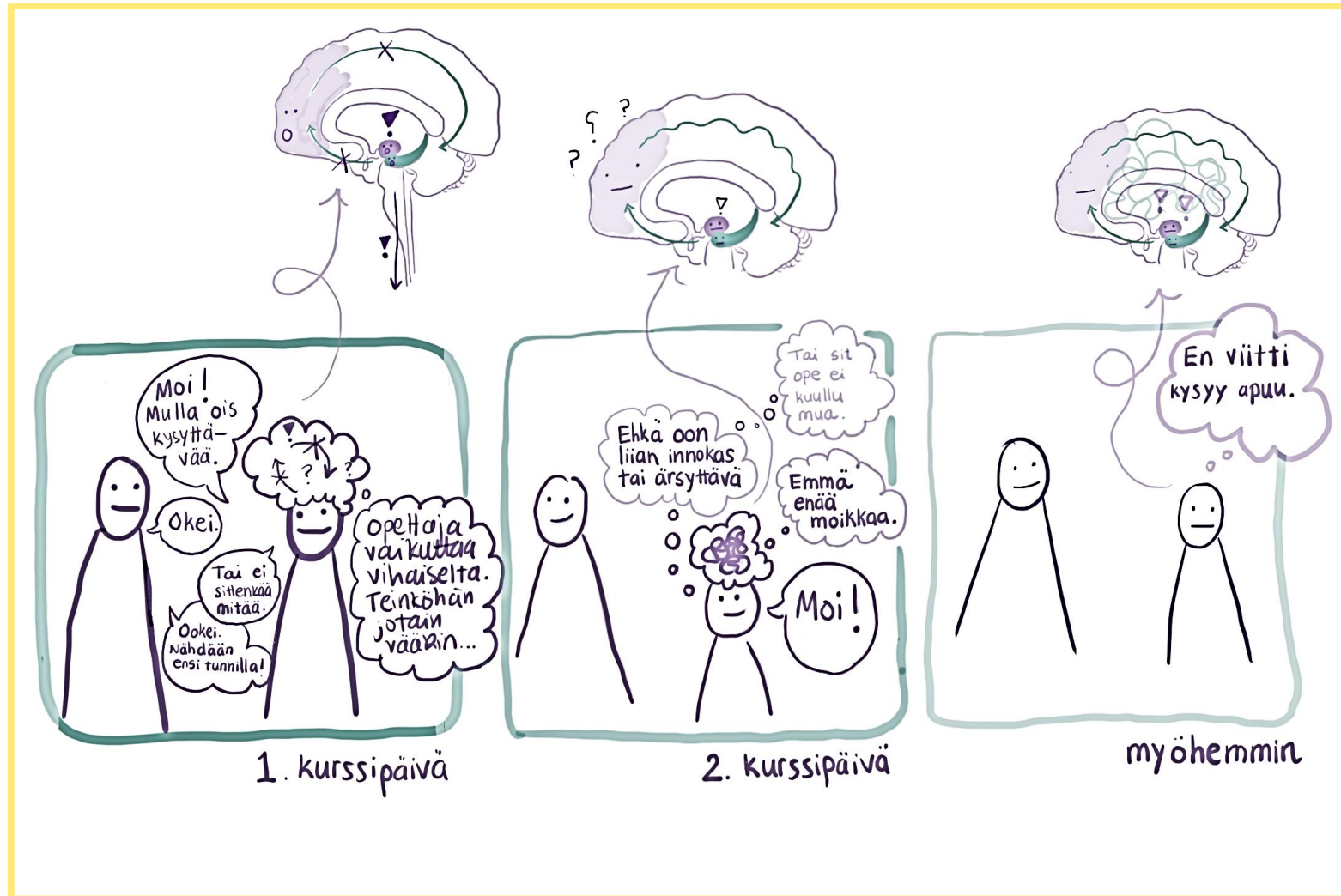
En sensoriskt anpassad inlärningsmiljö 3/4



En sensoriskt anpassad inlärningsmiljö 4/4

- **Läraren kan visa förståelse för neurodiverse sätt att behandla sinnesinformation och vara medveten om typiska faktorer som belastar i inlärningsmiljön.** Hen kan exempelvis uppmuntra studerande att lägga märke till det egna måendet och använda hjälpmedel.
- I synnerhet i ungdomsåldern kan det vara svårt att agera på sätt som främjar det egna välbefinnandet, om dessa avviker från det som de andra gör. Exempelvis kan läraren normalisera pauser som tillbringas ensam eller användning av en mellanvägg för avskärmning vid studentprov.
- **Förutsägbarhet och rutiner kan hjälpa till att reglera den sensoriska belastningen.** Läraren kan strukturera lektionen så att de studerande vet när de kan använda hjälpmedel för sinnesreglering.
- **Variation främjar mångsidig aktivering av sinnena** och kan främja sinnesbalansen i en mångsidig grupp.
- Läraren kan också själv föregå med exempel och använda hjälpmedel för sinnesreglering på lektionen eller berätta egna exempel.

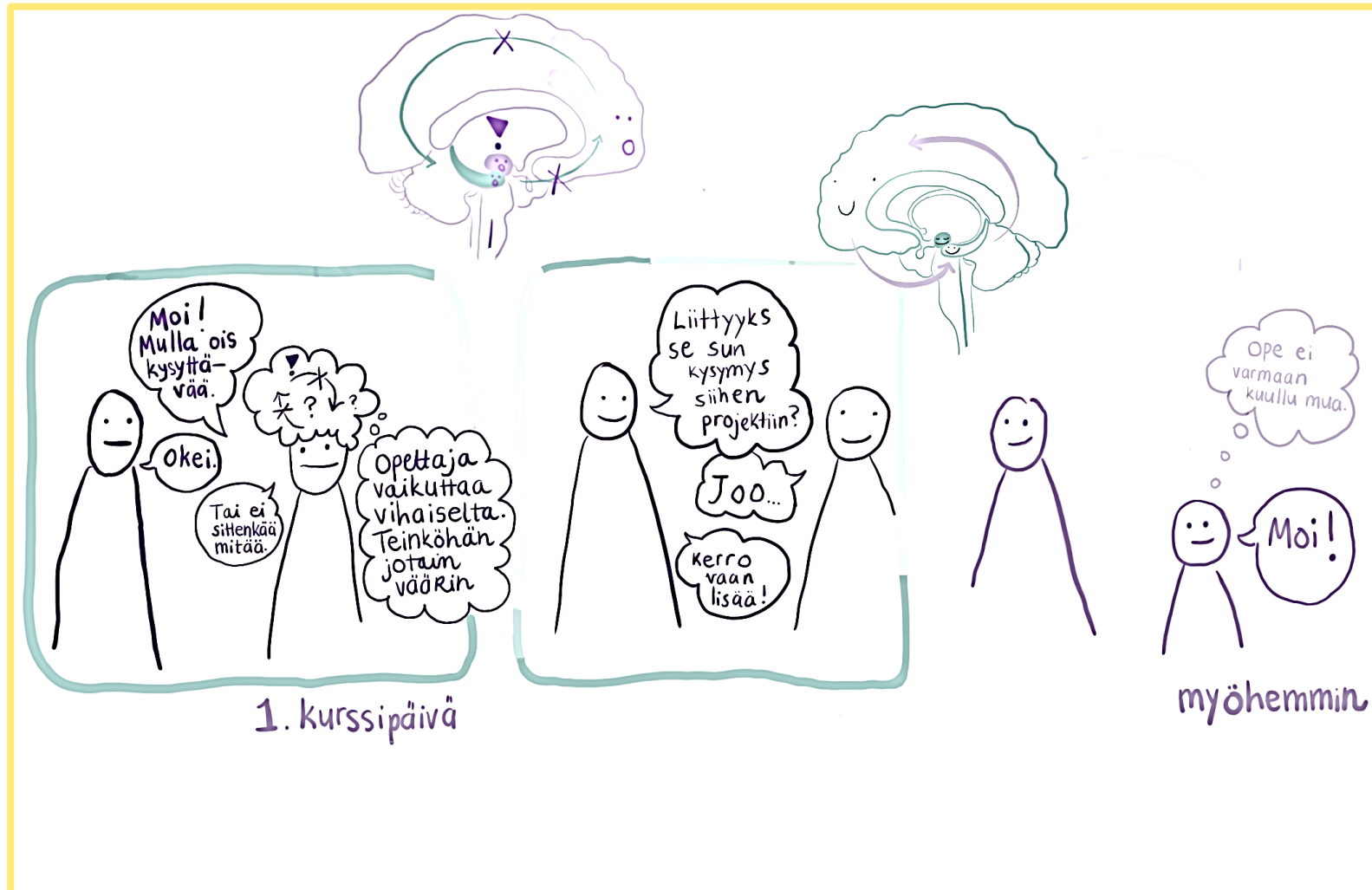
Hjärnvänlig bedömning och betydelsen av positiv inställning 1/4



Hjärnvänlig bedömning och betydelsen av positiv inställning 2/4

- **Bedömning av lärandet kan framkalla en mängd olika reaktioner och tolkningar hos de studerande.** Ungdomar är också känsliga för social bedömning och impulsivitet.
- Interaktionen mellan ämnesläraren och den studerande kan framkalla upplevelser av att vara föremål för bedömning hos den studerande. Neutrala ansiktsuttryck och ett bestämt tonfall kan, även om de är välmenande, tolkas som avvisande. Detta kan utlösa en stressreaktion hos den studerande.
- **Neurodiverse sätt att tolka bedömningen påverkar den studerandes sätt att rikta sitt fokus och hans flexibilitet att flytta fokuset.** Den studerande kan exempelvis tolka en tentamen under provveckan som ett hot och den enda betydande saken i kursen. Hen kan rikta sitt fokus på att förutse tentamen under hela studieperioden och således upprätthålla ett kontinuerligt stresstillstånd.

Hjärnvänlig bedömning och betydelsen av positiv inställning 3/4



Hjärnvänlig bedömning och betydelsen av positiv inställning 4/4

- Medvetenhet om de neurodiverse sätten att hantera bedömning och att bli bedömd kan hjälpa ämnesläraren att förstå de studerandes beteende.
- Betona positivitet och öppenhet → hjälper den studerande att flytta sitt fokus bort från fel och öva på sinnesflexibilitet. Den studerande lär sig med tiden att lita på läraren och på att läraren menar gott.
- Att fokusera på inlärningsprocessen, dra nytta av fel och fundera tillsammans är hjälpsamma metoder för att aktivera en trygghetskänsla i nervsystemet, gruppens många styrkor, nyfikenhet och glädje att lära sig.
 - Det blir sekundärt att man är föremål för bedömning och inläringen prioriteras.
 - En avslappnad studerande har bättre förutsättningar för att agera och skapa positiva kamratrelationer.
- Läraren kan uppmuntra de studerande att avlägga studiepoäng enligt deras egna intressen.
- Resiliens och hantering av besvikelser → besvikelser hör också till bedömning och ökar resiliensen när de hanteras på rätt sätt.

Del 4

Betydelsen av nätverkssamarbete och samarbete med vårdnadshavare

Syftet med den fjärde delen, som fokuserar på fallexempel, är att stödja den gemensamma diskussionen mellan ämneslärare om nätverkssamarbete och samarbete med vårdnadshavare samt att dela upplevelser av att lyckas och goda praxis för samarbetet.

Aktuella länkar (facilitatorn kan lägga till)

Till exempel

- www.lukihero.fi

Stödfrågor för behandling av
introduktionsvideon [Bild 64](#)

Introduktionsvideo
[betydelsen av
nätverkssamarbete och
samarbete med
vårdnadshavare](#)

Information

- Nätverkssamarbete [Bild 65](#)
- Samarbete med
vårdnadshavare [Bild 66](#)

Tips, exempel och material som
stöd för undervisningen

- Fallexempel och stödfrågor [bilderna 67–76](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon

- Vilka samarbetspartner känner du till eller kan utnyttja i ditt läroämne med tanke på differentiering, vart styr du? (studerande som är duktiga/intresserade av ämnet, studerande som behöver stöd)
- Har du erfarenhet av ett gott samarbetsmöte/samarbete med nätverk utanför läroanstalten? Varför var det gott?
- I vilka situationer känner du att det finns behov av samarbete med vårdnadshavare?
- Dela med er av goda erfarenheter av gott samarbete med vårdnadshavare och tillhörande strukturer och praxis.



Hurdant nätverkssamarbete kan ämneslärare göra?

- Ämneslärare kan göra nätverkssamarbete med den studerandes olika nätverk till exempel vid ett multiprofessionellt möte, till vilket även aktörer utanför skolan kan kallas.
- **Nätverkssamarbete kan gälla exempelvis följande teman:**
 - Psykisk hälsa
 - Lärande
 - Sociala kontakter och förebyggande av ensamhet
 - Livshantering och stöd för exekutiva funktioner
- **Hänvisning till nätverk kan**
 - bidra till att förbättra den studerandes psykiska välbefinnande och därigenom förbättra inläringen
 - hjälpa den studerande att bli mer engagerad i sina studier
 - stärka den studerandes upplevelse av delaktighet och av att bli bemött.



Fördelarna med samarbetet med vårdnadshavare

Under 2023–2024 ordnade man tre verkstäder för vårdnadshavare till gymnasiestuderande i Helsingfors, för att utveckla samarbetet med vårdnadshavarna tillsammans med dem. I verkstäderna betonade vårdnadshavarna att de upplever att samarbetet med lärarna är mycket viktigt på andra stadiet *för att de ska kunna stödja den unga med utmaningar och lyfta fram hens styrkor.*

I diskussionerna lyftes fram att vårdnadshavarna anser att följande är särskilt viktigt:

- Tillgänglig och enkel kommunikation
- Möjlighet att vid behov träffa lärarna ansikte mot ansikte
- Möjlighet att få information om innehållen i läroämnena samt bedömningen
- Information om gymnasieutbildningen och dess funktion/strukturer
- Aktuell information om frånvaro och utmaningar i studierna
- Information om uteblivna prestationer eller att studieframgången plötsligt avtar
- Information om den studerandes framgångar och positiv respons!
- Aktuell information om vardagen i läroanstalten och fenomenen i den

Helsinki

**Nätverkssamarbete
och samarbetet med
vårdnadshavare
gynnar särskilt
mycket
neuroatypiska
ungdomar!**



FALL 1–4

fördelar med nätverkssamarbete och vårdnadshavarnas tankar

Tips för arbetet med fallexemplen

- Ni kan bekanta er med fallexemplen i smågrupper, ämnesspecifika team eller självständigt före ett gemensamt möte.
- Vid varje fallexempel finns stödfrågor som hjälper er att dela med er av vad ni lyckats med, fundera på utmaningar och lyfta fram ämnesspecifika observationer i den gemensamma diskussionen.

FALL 1: Från en stum pojke till en yrkesperson inom talarbete

Vi fick en son med normalvikt efter en normal, fullgången graviditet. Som baby var han en tyst observatör som lärde sig saker normalt, men han pratade inte alls när han var två år gammal, trots att vi läste mycket för barnen i familjen. Vid treårskontrollen fäste rådgivningsbyråns hälsovårdare uppmärksamhet vid stumheten. Trots grundliga undersökningar inom specialsjukvården hittade man ingen förklaring för den språkliga förseningen. För pojken rekommenderades dock en specialdaghemsgrupp som var avsedd för dövstumma eller barn som hade allvarlig talförsening. Ollis första språk var teckenspråk.

När Olli började skolan var hans ordförråd på samma nivå som hos en 3–4-åring och han började skolan som en elev med särskilda behov. I praktiken fick han inget särskilt stöd, eftersom speciallärarens resurser användes för att stödja andra barn som var mer högljudda och hade svåra symtom i sociala situationer. På högstadiet var Olli en tyst, osynlig, anpassbar och artig tonåring som var omtyckt av sina lärare, men hans inlärningsvårigheter beaktades inte. Vi föräldrar tog ihärdigt upp oron och till slut rekommenderade skolans speciallärare HERO. HEROs speciallärare upptäckte inga tecken på lässvårigheter, men berättade dock att hen under sin långa karriär hade sett likadana barn. Hen kom överens om ett möte med skolans speciallärare och klasslärare, tack vare vilket Olli fick studera en del av ämnena i en smågrupp med hjälp av specialläraren. Enligt Olli var detta ”det bästa under hela skoltiden”. Utan HERO skulle han inte ha fått möjlighet till specialundervisning och till att göra prov i smågrupper, eftersom han inte hade en godtagbar diagnos. I slutet av grundskolan rekommenderade specialläraren att Olli skulle läsa lång matematik i gymnasiet. Det här överraskade oss föräldrar. Vi hade inte lagt märke till Ollis matematiska begåvning när vi bara fokuserade på lässvårigheterna.

Efter grundskolan fortsatte Olli till gymnasiet, där aktiviteter, olika inlärningsmetoder, rörelse och musik stödde hans studier och koncentration. En ung matematiklärare väckte hans intresse för matematik: läraren blev Ollis idol, sparrare, stöd och inspiration. Flera kvällar när jag gick för att skynda på honom att gå till sängs och lägga ner telefonen, hittade jag honom med matematiska problem sent in på natten. Under sitt sista år i gymnasiet hade Olli sagt till matematikläraren att ”jag skulle också någon dag vilja vara sådan matematiklärare som du!” och lärarens magiska ord ”du kan det!” avgjorde Ollis framtid.

I dag studerar Olli på universitetet för att bli matematiklärare. Jag tror att Olli kommer att bli en utmärkt lärare: empatisk och förståelsefull mot olika elever och studerande. Det är hans starka sida. År 2017 identifierades en språklig utvecklingsstörning. Störningen kommer att ingå i den nya diagnosklassifikationen ICD-11, som ska införas senast 2026. Det kommer att hjälpa barn i framtiden att få hjälp och stöd med inlärningsvårigheter.

Frågor att fundera på – FALL 1

- Tycker du att det är viktigt att känna till bakgrunden till inlärningssvårigheter? Hurdan inverkan har det på ordnandet av undervisningen och stödet?
- Hur bemöter du en studerande som du märker har utmaningar med studierna?
- Vem skulle du kunna samarbeta med när du ser att en studerande har utmaningar?

FALL 2: Elia – begåvad och stött

Elia sitter vid kanten på tredje raden, på en bekant plats, där hen kan se tavlan men behöver inte titta någon på ögonen. På lektionen i matematik lever hen upp – en differentialekvation som skrivs på tavlan får hens fingrar att darra av entusiasm. Läraren har märkt att Elia löser uppgifter på ett sätt som ofta överskrider gränserna för läroplanen. ”Genialt” hade läraren en gång sagt. Det kändes bra.

Läraren tipsade Elia och hens föräldrar om en matematikcoachning som ordnas av ett utomstående nätverk som kunde vara till nytta och glädje. Den öppnade dörren till en helt ny värld – och framför allt nya kompisar. Kompisar som har samma passion för matematik. I den här gruppen behöver man inte förklara sig. Det pratas mycket, även om man inte alltid skulle tro det i skolans korridorer.

Men på lektionen i modersmål sitter Elia på precis samma plats – och i en alldeles annan värld. När läraren ber hen att analysera sångtexter, stirrar Elia på ett tomt dokument i flera timmar. Hen vet vad hen tänker, men inte hur hen ska skriva det. Tankarna blir inte till ord, meningarna avbryts innan de blir färdiga. Strukturer och anvisningar som är självklara för andra låter som ett främmande språk för hen. Ibland lyckas Elia skriva något – till och med tre sidor med djup analys – men i bedömningen sägs det att texten inte har någon inledning eller styckeindelning och att den egentligen inte heller i övrigt motsvarar uppgiften. Ingen ser hur mycket energi hen använder bara för att komma ihåg att ta med sig allt hen behöver eller att sitta stilla trots att ljusen och ventilationen i klassrummet susar i huvudet som en cirkelsåg. Lärarna ser hens briljans i matematik, men bedömningarna i modersmål är ofta en besvikelse. Inte för att Elia inte skulle försöka, utan för att hens hjärna fungerar på en annan frekvens.

En dag stannar modersmålläraren kvar för att prata efter lektionen. ”Vill du försöka göra nästa skrivuppgift så att vi först diskuterar och sedan skapar en text utifrån det tillsammans?” Elia nickar. Det känns rättvist – inte så att hen måste förändras utan så att någon kommer emot. Läraren hänvisar Elia också till ytterligare stöd för skrivprocessen hos en speciallärare. Tack vare lärarens bemötande och det individuella stödet får Elia upplevelser av att lyckas i ett ämne som är svårt för hen och kan avlägga behövliga studieperioder i modersmål med godkänt betyg.

Begåvning utesluter inte stödbehovet. Studerande med neuropsykologiska utmaningar kan klara sig utmärkt inom ett delområde och ändå behöva konkret, individuellt stöd inom ett annat.

Jämlikhet i lärandet innebär inte samma stöd för alla – utan rätt slags stöd i rätt tid.



Frågor att fundera på – FALL 2

- Hurdana differentierade material för högre eller lägre nivåer finns det i ditt läroämne? (läromaterial, videor, program, poddar, tidningar, artiklar osv.)
- Hurdana aktiviteter (gymnasiets egen verksamhet, tränings- och hobbygrupper) finns det med anknytning till ditt läroämne som du kunde uppmuntra studerande att delta i eller pröva med dem?
- Hurdana stödformer kan du utnyttja i ditt läroämne?

FALL 3: Brev från en vårdnadshavare till en gymnasielärare

Som vårdnadshavare till två neuroatypiska ungdomar vill jag säga till lärarna att det inte finns någon viss typ av ”nepsy-ungdomar”. I vårt hushåll bor två väldigt olika ungdomar med olika behov och vars tid i gymnasiet skiljer sig från varandra som natt och dag. Neuroatypiska ungdomar har individuella behov precis som alla andra ungdomar, men jämfört med andra ungdomar kan behoven hos en ungdom inom neurospektrumet vara större.

Vid övergången till gymnasiet sker det ur vårdnadshavarens perspektiv en stor ändring i kommunikationen jämfört med den grundläggande utbildningen. All kommunikation betonar självständighet, initiativförmåga och ansvarstagande. Jag önskar att lärarna skulle komma ihåg att neuroatypiska ungdomar ofta behöver mer stöd för det ovannämnda än sina jämnåriga. Därför tycker jag utifrån min egen erfarenhet att det är mycket viktigt också i gymnasiet att informera vårdnadshavaren om till exempel prov och viktiga datum samt om den unga glömmet lämna in någon uppgift, exempelvis genom kommunikation i Wilma.

En ungdom som befinner sig inom neurospektrumet kan ha särskilt svag självkänsla och det kan vara svårt att identifiera sina egna styrkor. Som vårdnadshavare önskar jag att ämneslärarna också skulle orka ge positiv respons i Wilma och informera när den unga lyckas med något. Min erfarenhet är att det är mycket stärkande och viktigt för den unga att uttryckligen läraren också förmedlar responsen till vårdnadshavaren. Vårdnadshavaren har en helhetsbild av den unga och kan kombinera responsen i talet och på så sätt stärka den ungas självkänsla och självbild. Naturligtvis är det viktigt att läraren också ger direkt och omedelbar respons till den unga!

Ni gör ett mycket viktigt arbete!

Hälsningar, en vårdnadshavare till nepsy-ungdomar

Helsinki



Frågor att fundera på – FALL 3

- Vilka saker kommunicerar du i Wilma till vårdnadshavaren?
- Hur kunde du ge mer individuell positiv respons?

FALL 4: En förälderns historia

Valo fick en diagnos inom autismspektrumet redan på lågstadiet, och jag kunde säga mycket negativt om det stöd som vi fick eller inte fick då. Eftersom Valo kom till gymnasiet från en klass inom flexibel grundläggande utbildning fanns det många stödfrågor som redan var klara för oss, exempelvis att vi genast kontaktade specialläraren och kuratorn. Dessutom har Valo kunnat träffa en skolpsykolog. I Valos uppgifter finns en anteckning om särskilda behov och alla lärare kan se uppgifterna så att Valo inte skulle behöva behandla saken separat med alla.

Hen får mer tid för prov samt vid behov möjlighet för specialarrangemang när det gäller bland annat sittplats eller användning av hörlurar. Jag anser alltså att alla dessa strukturella stödåtgärder har skötts på ett exemplariskt sätt. Sedan finns det så klart lärare som helt enkelt inte förstår vad det innebär att vara neuroatypisk. De tittar inte på anteckningarna i systemet och undrar sedan till exempel varför Valo inte "vill" sitta i mitten av klassrummet. Det skulle vara mycket viktigt för Valos inläring och välbefinnande att förstå och beakta anteckningarna.

Men i genomsnitt sköts saker och ting väldigt bra och som vårdnadshavare är jag tacksam för stödet och förståelsen. Det är verkligen viktigt!

Frågor att fundera på – FALL 4

- Hur får du information om den studerandes stödbehov i början av studieperioden?
- När bekantar du dig med den studerandes specialarrangemang?
- Anser du att den information om den studerandes stödbehov som finns i Wilma är tillräcklig?
- Är det klart för dig hur och varför de stödåtgärder som ämnesläraren använder antecknas i Wilma?

Del 5

Praktiska tips från erfarenhetsexperter

Syftet är att hjälpa till att förstå att vi inte talar om en enhetlig grupp utan om många slags drag och behov. Introduktionsvideon belyser vardagen hos ungdomar inom neurospektrumet och stöder gemensam diskussion. Ämnesläraren har en viktig roll när det gäller att stödja de studerandes färdigheter för framtiden!

Materialet i del 5 innehåller information om styrketänkande som underlag för diskussionen samt olika modeller som förklarar övergripande välbefinnande och studieförmåga. Modellerna hjälper att förstå den unga på ett övergripande sätt.

Det är särskilt viktigt för ungdomar inom neurospektrumet att identifiera styrkor och lyfta fram dem!

Tips, exempel och material som stöd för undervisningen

- [Strukturerade pedagogiska samtal](#)
- Aktivitetskort för att identifiera styrkor [Bild 81](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon [Bild 79](#)

[Introduktionsvideo erfarenhetsexperters tankar till ämneslärare](#)

Aktuella länkar (facilitatorn kan lägga till)

Till exempel

- ADHD-förbundet: [Fungerande vardag för vuxna \(på finska\)](#)
- FPA: [Min egen väg-rehabiliteringen](#)

Information

- Karaktärsstyrkor och att lägga märke till det goda [Bild 80](#)
- Modellen för studieförmåga [bilderna 82–83](#)
- Modellen Välbefinnande tillsammans [bilderna 84–85](#)
- Fördelarna med fysisk aktivitet samt LMI-modellen [bilderna 86–87](#)

Stödfrågor för behandling av introduktionsvideon

- Hurdana tankar väckte videon?
- Med vilka åtgärder stöder du de studerandes energinivå och koncentration på lektionerna?
- Vilken typ av lektioner gillar du som lärare? Vad är naturligt för dig?
- På hurdana lektioner verkar de studerande trivas bra?
- Vilka bra sätt har du för att beakta de studerandes styrkor?



Karaktärsstyrkor och att lägga märke till det goda

Utnyttjandet av karaktärsstyrkor är kopplat till akademisk prestation och välbefinnande.

Identifieringen, användningen och utvecklingen av karaktärsstyrkor kan läras och stödjas.

Enligt en undersökning inom den grundläggande utbildningen ser det ut som om att särskilt sådana studerande som **behöver intensifierat eller särskilt stöd** drar nytta av att lära sig om karaktärsstyrkor. Hos dessa studerande observerades:

- mer uthållighet, empati och intresse för skolarbetet
- mindre aggression.

Man kan enkelt börja stödja karaktärsstyrkor genom att medvetet **lägga märke till det goda och uttrycka det i ord.**

Genom att identifiera och stödja karaktärsstyrkor **riktas fokuset på kunskap och framgång, på varje studerandes personliga styrkor.**



Det är särskilt viktigt för ungdomar inom neurospektrumet att identifiera styrkor och lyfta fram dem!



Hyvät ja selkeät käytänteet hyödyttävät kaikkia oppijoita ja helpottavat opettajan arkea

Aktivitetskort för lärare

Fundera över dina egna styrkor och hur du använder dem i ditt arbete

- Vilka styrkor behövs i ditt läroämne?
- Använder du några metoder i din undervisning för att identifiera styrkor?
- Hur kan olika hobbyer stödja studierna i ditt läroämne?



Tips

- Låt de studerande diskutera exempelvis sina styrkor och intressen i början av perioden.
- Styrkorna kan också kartläggas med hjälp av Padlet eller Mentimeter och genom detta lyfta fram gruppens gemensamma styrkor.
- Håll framme en lista över styrkor för att göra det lättare att uttrycka dem!
- Konsultera och utnyttja elev- och studerandevården för att identifiera styrkor och hitta metoder.

Opiskelukyky syntyy ja kehittyy opiskelijan ja oppimisympäristön dynaamisessa vuorovaikutuksessa

Opiskelukykymalli on jatkuvaa: kuvassa on opiskelijan ja oppimisympäristön dynaamisessa vuorovaikutuksessa. Opiskelukykymalliin kuuluvat otsikot ja alaosikot, samat tekstit.

Omat voimavarat



- Terveys ja terveyskäyttäytyminen
- Sosioemotionaaliset taidot
- Kognitiiviset taidot
- Sosiaaliset suhteet
- Identiteetin kehitys
- Elämäntilanne ja olosuhteet

Opiskelutaidot

- Suunnittelu, aikataulutus ja aikaansaaminen
- Pohjaosaaminen
- Opiskelumotivaatio
- Opiskeluun liittyvät tunteet
- Opiskelutekniikka
- Vuorovaikutustaidot



OPIKSELUKYKY

Opiskeluympäristö

- Fyysinen opiskeluympäristö
- Digitaalinen opiskeluympäristö
- Psykososiaalinen opiskeluympäristö
- Kulttuurilliset olosuhteet
- Pedagogiset olosuhteet



Opetus ja ohjaus

- Opiskelijälähtöisyys
- Opetuksen linjakuus
- Arviointi ja palaute
- Saavutettavuus
- Opiskelijälähtöinen ohjaus
- Kiinnittyminen ja osallisuus



Hyvät ja selkeät käytännöt
hyödyttävät kaikkia oppijoita
ja helpottavat opettajan arkea

Modellen för studieförmåga

Den studerandes resurser

- Varierar beroende på livssituationen
- Hos neuroatypiska kan arbetsförmågan och energinivån variera mycket under dagen.
 - För låg energinivå kan leda till ökad frånvaro, koncentrationssvårigheter och utmaningar med exekutiva funktioner.
- Social belastning syns inte nödvändigtvis på lektionerna, men efter skoldagen kan den studerande vara så trött att hen inte orkar göra något och läxorna kan bli ogjorda.
- [ADHD-förbundets webbkurs Kohti sietoikkunaa](#)

Undervisning och handledning

- Bemötande, se det goda, uppmuntran, handledning utifrån den studerandes behov, engagemang i gruppen, tydlig struktur för lektioner, undervisningen i flera kanaler
- [Kriterier för god handledning](#)

Inlärningsmiljöns flexibilitet

- stöder de studerandes inläring och ökar trygghetskänslan (lokaler, sittordning, metoder som stöder koncentrationen)
- [Stöd för skol- och studieengagemang i utbildningar för unga inom läropliktsåldern](#)

Motivation till studier, delmål

- Tillåt studerandeorienterade mål för kurser, tidtabeller och omedelbar respons, vilka stöder den studerandes framsteg i studierna.
- Inlärningsmetoder med flera kanaler stöder alla studerande och hjälper till med inläringen och att reglera energinivån.

Modellen Välbefinnande tillsammans (HYVÄ)



Rumstavla för modellen Välbefinnande tillsammans för arbete med de studerande

Opiskelijakeskeisyys

- Kuuntelen opiskelijaa
- Kohtelen opiskelijaa kunnioittavasti
- Autan opiskelijaa saamaan äänensä kuuluviin päätöksenteossa
- Pysin näkemään asiat opiskelijan näkökulmasta
- Annan asiaankuuluvaa tietoa

Kokonaisvaltaisuus

- Muistan, että hyvinvointi on kokonaisuus ja monet eri asiat vaikuttavat opiskelijan edellytyksiin oppia uutta (kuten ongelmat parisuhteessa, huoli taloudellisesta tilanteesta, fyysiset vaivat yms.)
- Huomioin hyvinvoinnin kaikki osa-alueet, myös ne, joihin en ole saanut koulutusta
- Ymmärrän hyvinvoinnin osa-alueiden välisen yhteyden

Voimavarakeskeisyys

- En paisuttele huolia, ymmärrän, että elämäntilanne vaikuttaa käyttäytymiseen
- Pysin näkemään tilanteet myönteisemmästä näkökulmasta
- Erotan käyttäytymisen henkilöstä ja aloitan jokaisen kohtaamisen puhtaalta pöydältä
- Tuen opiskelijan positiivista kuvaa tulevaisuudesta
- Iloitsen yhdessä opiskelijoiden kanssa kaikista pienistäkin positiivisista muutoksista ja askelista

Yhteistoiminnallisuus

- Otan opiskelijan sekä mahdollisesti hänen läheisensä sekä muut hänen kanssaan toimivat tahot mukaan yhteiseen keskusteluun ja päätöksentekoon
- Neuvottelen erimielisyyksistä
- Rakennan luottamuksen ja kunnioituksen ilmapiiriä
- Olen rehellinen ja avoin



Fysisk aktivitet ökar inlärningsförmågan

Läroanstalten har utbildat personalen att ta upp fördelarna med fysisk aktivitet.

Som ämneslärare kan du stödja dessa diskussioner vid sidan av arbetet på lektionerna. Det är viktigt att personalen identifierar element som främjar fysisk aktivitet och pratar om temat för de studerande på samma sätt.

Det är särskilt viktigt för ungdomar inom neurospektrumet att ha pausgympa och prata om främjandet av fysisk aktivitet som stöd för reglering av energinivån och psykiskt välbefinnande!

Helsinki

Inläring och kognitiva funktioner

Fysisk aktivitet under lektionerna stöder inläringen i stor utsträckning och är förknippad med bättre beteende i klassrummet.

Källa: Syvänoja S, Kartomaa M, Jaakkola T, Pyhäntö K, Tammelin T. Liikkuminen ja oppiminen tilannekatsaus Lokakuu 2012. Utbildningsstyrelsen

De som klarar av uppgifterna sämst drar mest nytta

Redan fem minuters pausgympa ökar de studerandes energinivå och koncentration.

Källa: Droiette m.fl.



Miniintervention för motionsfrämjande

Även lättare motion har hälsofördelar, särskilt för dem som rör sig litet.

Modellen för miniintervention för motionsfrämjande består av frågor med hjälp av vilka du på kort tid kan ta upp fysisk aktivitet i möten med kunder som en del av genomgången av andra frågor och stödja kundens motivation att röra på sig mer.

Registrera den genomförda miniinterventionen för motionsfrämjande i kund- eller patientdatasystemet.

Källa: [Modellen för miniintervention för motionsfrämjande Helsingfors \(pdf\)](#)

Kysy keskustelun alussa, sopiiko asiakkaalle keskustella liikkumisesta. Luvan saatuaasi, lähesty liikkumista myönteisesti, asiakasta kuunnellen ja hänen tarpeensa huomioiden. Huomaa keskustelussa henkilön arjessa jo tapahtuva liikkuminen ja pyri herättämään motivaatiota sen lisäämiseksi tai uuden liikkumistavan kokeilemiseksi.



1. Millaista arki- ja hyötyliikkumista tai liikuntaa elämässäsi on nyt tai on ollut aikaisemmin?

Arki- ja hyötyliikkumisen esimerkkejä: tyomatkat kävellessä tai pyörällä, portaiden käveleminen, kotityöt, koiran ulkoilutus.

Harrastatko nyt tai oletko joskus harrastanut jotain liikuntaa?

2. Mitä ajatuksia/tunteita/tuntemuksia liikkuminen tai liikunta sinussa herättää?

Liittyykö liikkumiseen esimerkiksi iloa, pelkoja tai huolia?

Millaisia tuntemuksia liikkuminen aiheuttaa kehossasi? (esim. rentoutuminen, virkistyminen, kipu)

3. Jos haluaisit lisätä arki- ja hyötyliikkumista tai muuta liikuntaa, mitä se olisi?

Mikä auttaisi sinua toteuttamaan kokeilusi?

Jos haluaisit kokeilla jotain uutta, mitä se olisi?

Miten, missä ja milloin toteuttaisit kokeilusi?



Muistuta, että kaikki liikkuminen ja paikallaanolon vähentäminen on hyödyllistä. Jos asiakas on kiinnostunut liikuntakokeilusta, ohjaa hänet omaehtoisiin tai ohjattuihin liikuntapalveluihin, liikuntaneuvontaan tai soittamaan Liikuntaluuriin (09 310 32623).

Bilagor

Helsinki



Så här använder du materialet 1

Learning cafe

- Lägg datorer på arbetspunkterna på förhand med de valda introduktionsvideorna öppna.
- Gå runt punkterna i smågrupper och diskutera introduktionsvideorna med hjälp av stödfrågorna.
- När varje smågrupp har besökt alla punkter kan ni ta några viktiga observationer upp till gemensam diskussion.
- Om du vill kan du be lärarna att se introduktionsvideorna och bilderna med information på förhand.
- Facilitatorn kan på förhand söka aktuella länkar för dem som är intresserade av temat.

Så här använder du materialet 2

Arbeta med hjälp av fallexemplen

- Skriv ut fallexempel och arbeta exempelvis enligt den ovan beskrivna learning cafe-modellen.
- Anteckna era observationer och goda rutiner under arbetets gång, antingen på dator eller på papper.
- Till slut förs en runda där man lyfter fram några av de observationer som man antecknat.

Så här använder du materialet 3

Arbete i ämnesspecifika team

- Välj tillsammans en video och diskutera den med hjälp av stödfrågorna ur det egna läroämnets synvinkel.
- Förutom videor kan man diskutera användningen av aktivitetskort eller fallexemplen i materialet.
- Ni kan be lärarna att se introduktionsvideorna och bilderna med information på förhand och sedan diskutera dem tillsammans.

Så här använder du materialet 4

Arbete med aktivitetskort och modeller som beskrivs i materialet

- Skriv ut aktivitetskort, modeller som förklarar övergripande välbefinnande och studieförmåga, som stöd för det gemensamma arbetet.
- Diskutera möjligheterna och betydelsen av att använda korten och modellerna i den dagliga undervisningen.

Länkar till material om stödet för lärande

[Användning av digitalt material: översättning, anpassning till lättläst språk, text till tal](#)

[Jag vill komma med – handbok för lärare och handledare](#)

[Samundervisning – stöd för lärandet](#)

[Lapplands universitet: fördelarna med tillgänglighet](#)

[Stöd till en elev med sensorisk överkänslighet | Mielenterveystalo.fi](#)

[Egenvårdsprogram för barn med nepsy-drag](#)

[Appen för sensorisk tillgänglighet](#) vi gör vår inlärningsmiljös sensoriska tillgänglighet synlig tillsammans

[Design- och arkitekturfostran | Utbildningsstyrelsen](#)

[Affischer för funktionellt lärande – Studier i rörelse](#)

Hoppets pedagogik – hel.fi

Hoppets pedagogik ligger till grund för både lagreformen för stöd för lärande och innehållet i detta material.