



Pelaa fiksusti -ryhmät
Niilo Mäki Instituutti (NMI)



Perehdytys ohjaajille

Pelaa fiksusti -hanke

Erityislasten digitaalinen hyvinvointi (STEA 2022 – 2024)

Keski-Suomen alueella

MIHIN

Tukea ja ohjausta
perheille
digipelaamisen
haittojen
ehkäisemiseen

MITÄ

Ryhmätoimintaa ja
vertaisryhmä-
toimintaa lapsille ja
vanhemmille

KENELLE

Kohderyhmänä
alakouluikäiset
lapset, joilla on
hermoston
kehityksellisiä
häiriöitä (ADHD:n /
autismikirjon
piirteitä,
oppimisvaikeuksia)

Pelaa fiksusti -ryhmien sisällöt



- Erilliset lasten ja vanhempien ryhmät NMI:llä kokoontuivat **8 kertaa lukukauden aikana**, lisäksi lapsille järjestettiin **5 liikuntaryhmäkertaa** (jolloin aikuisilla ei ollut ryhmää). Liikunta- ja keskusteluryhmäkerrat vuorottelivat lukujärjestyksessä.
- Lasten ja vanhempien ryhmät pidettiin samaan aikaan kerran viikossa iltapäivisin, **ryhmäkerran kesto oli 1,5 tuntia, liikuntaryhmissä 1 tunti 15 min**. Ryhmiä edelsi **infotilaisuus**, joka järjestettiin ennen ryhmiä lukukauden alussa ja jossa kerrottiin osallistujille tarkemmin ryhmätoiminnasta.

Pelaamista käsiteltiin positiivisena asiana, josta lapselle voi olla myös paljon hyötyä. On kuitenkin tärkeä huolehtia arjen monipuolisuudesta ja säännöistä, jotta pelaaminen ei veisi liikaa aikaa.

Pelaa fiksusti -ryhmien sisällöt

- Lapsia tuettiin pelaamisen sekä arjen taitojen hallinnassa ja itsesäätelyn oppimisessa keskustelun, tehtävien ja yhteisen tekemisen kautta.
 - Punaisena lankana lasten ryhmissä kulki yhteisen lautapelin suunnittelu ja tekeminen.
 - Liikuntaryhmissä päästiin tutustumaan myös liikuttavaan peliteknologiaan, mm. taikalattiaan. Keskeisenä tavoitteena oli kokea ryhmässä iloa ja riemua yhdessä liikkuen.
- Vanhemmille: keskustelua, vertaistukea, arjen strukturointia, käytännön vinkkejä, asiantuntijoiden ja kokemusasiantuntijoiden puheenvuoroja pelaamiseen liittyvistä aiheista.
 - Myös lasten ryhmissä on hyödynnetty kokemusasiantuntijoiden vierailuja. Lasten ja aikuisten NMI-ryhmien teemat kulkivat "käsi kädessä".
- Suosittelemme kokemusasiantuntijoiden kutsumista ryhmiin, mikäli järjestäjätahon resurssit sen sallivat.



Ryhmien teemat (aikuiset)

0. Infotilaisuus vanhemmille. Kerrotaan ryhmätoiminnasta. Info voidaan järjestää vanhemmille paikan päällä, etänä tai lähettää osallistujille infodiat.
1. Aloitustapaaminen, osallistujat tutustuvat paremmin + Pelit ja pelaaminen tutuksi -aihe
2. Vanhempien malli /oma pelikäyttäytyminen. Pelikasvatus.
3. Voimavarat, hyvinvointi ja itsestä huolehtiminen
4. Pelaaminen ja sosiaaliset suhteet
5. Tunteet ja pelaaminen, tunteiden säätely
6. Perheen yhteiset säännöt, vapaa-ajan vietto, päivän aikataulut ja struktuuri
2 vk tauko, itsenäistä harjoittelua kotona, sopimus pelisäännöistä ja puuhapassi käytössä, yksilöllinen videopuhelu jokaiselle osallistujaperheelle/vanhemmalle
Kertaamis- ja vahvistuskerrat:
7. Lapsen itsesäätelyn tukeminen
8. Palaute, lasten suunnitteleman lautapelin pelaaminen yhdessä

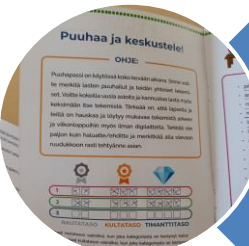
Perusperiaatteet aikuisten ryhmäkerroilla



Psykoedukaatio



Keskustelu, vertaistuki



Konkreettiset työkalut

Ryhmien teemat (lapset)

1. Aloitustapaaminen. Tutustuminen, pelisäännöt ja peliharrastus
 2. Minä pelaajana
 3. Hyvinvointi ja suositukset
 4. Sosiaaliset suhteet ja pelaaminen
 5. Tunteet ja pelaaminen
 6. Arjen suunnittelu
- 2 vk tauko ryhmistä/kotona toteutettu harjoittelu
- Kertaamis-/vahvistuskerrat:
7. Mitä muuta voi tehdä koneella/netissä, lukeminen
 8. Oman lautapelin pelaaminen vanhempien kanssa, palaute

+ 5 liikuntakertaa sijoitettu keskusteluryhmäkertojen väliin (esimerkiksi pallopelejä, tramp-park – lasten toiveet otettu huomioon).

Perusperiaatteet lasten ryhmäkerroilla

- Sama rakenne ryhmäkerroilla
- Yhdessä sovitut toimintaohjeet
- Vaihtoehtoisia tapoja osallistua ja kommunikaatiota tuetaan eri keinoin
- Työskentelyn tauottaminen
- Tunteiden sanoittaminen ja tunnistaminen



Lapset voivat katsoa taululta ryhmäkerran tehtävät ja tauot, sekä nähdä mitä seuraavaksi tapahtuu

Yleistä ryhmistä

- Hankkeen puitteissa selvitettiin ryhmätoiminnan vaikuttavuutta. Siksi ennen ryhmien alkamista sekä ryhmien loppuessa kaikki ryhmiin osallistuvat lapset haastateltiin ja vanhemmat täyttivät kyselylomakkeet.
- Varsinaisen ryhmän jälkeen perheillä oli mahdollisuus jatkaa seuraavalla lukukaudella ns. **vertaistukiryhmässä (5 lasten ja aikuisten ryhmäkertaa NMI:llä + 5 liikuntakertaa lapsille)**. Tarkoitus on tukea perheitä uusien mallien käyttöön ottamisessa ja käsitellä vastaan tulevia haasteita.



Nettisivuilta löydätte tarkemmat ohjeet ryhmien järjestämiseen:

- Lasten ryhmien rungot ja kuhunkin ryhmäkertaan liittyvät tehtävät
- Vanhempien ryhmien rungot, kunkin ryhmäkerran dia-esitys sekä ryhmäkertaan liittyvät tehtävät
- Tarkempaa tietoa vertaistukiryhmien järjestämisestä, esimerkit ryhmätehtävistä
- Materiaalit perheiden tueksi koko lukukauden ajaksi (pelisääntösopimus, puuhapassi)

Ryhmien toteutus soveltaen

- Pelaa fiksusti –ryhmiä voi järjestää yllä esitetyn rungon mukaisesti tai soveltaa toteutusta omien toiveiden, tarpeiden ja mahdollisuuksien mukaan (esimerkiksi ryhmien määrä ja teemat).
- Vanhempien ryhmät voi toteuttaa myös etänä.
- Ryhmien teemoja ja materiaaleja voi käyttää vapaasti myös yksittäisten keskustelutapahtumien pitämiseen.

YHTEYSTIEDOT

VERKKOSIVUT

pelaafiksusti.nmi.fi

FACEBOOK

www.facebook.com/pelaafiksusti

PELAA
FIKSUSTI

Kiitos!