



# Harjoitus: Minne me menemme?

---

## Tavoite

Harjoituksen tavoitteena on vähentää lapsen epävarmuutta tulevasta tapahtumasta. Samalla lisätään hänen omatoimisuuttaan ja helpotetaan tapahtuman aikaista toimimista.

## Ohje

Mieti, kuinka paljon aikaisemmin ennakointi kannattaa aloittaa. Kokeilemalla saat selville, mikä on lapsellesi sopiva aika.

Tehkää suunnitelma tulevasta tapahtumasta piirtämällä tai kirjoittamalla lista.

Voit käyttää valmista pdf-mallia tai tehdä oman pohjan lapsen kanssa.

Jos olette menossa johonkin paikkaan, joka ei ole ennestään tuttu, voitte tutustua siihen netissä.

Suunnitelmaa tehdessänne voitte käyttää seuraavia kysymyksiä apunanne:

- Mitä tehdään?
- Milloin?
- Kenen kanssa?
- Millä liikutaan?
- Missä ollaan?
- Kuinka kauan?
- Mitä tehdään ennen kuin lähdetään?
- Mitä täytyy muistaa?
- Mitä sovitaan enakkoon?
- Miten lähdetään pois?

## Esimerkki

Ylihuomenna lähdemme kirjastoon.

Ennen lähtöä meidän täytyy pakata palautettavat kirjat ja laittaa kirjastokortti kassiin.

Lähdemme klo 10.00, ja olemme kirjastoreissulla noin 1,5 tuntia. Katsotaan kellosta ajat.

Kirjastoon lähtee isä, pikkusisko ja sinä.

Menemme autolla. Menomatalla sinä saat istua etupenkillä ja valita radiokanavan.

Parkkipaikalta kävelemme kirjastoon. Kirjastossa menemme lasten osastolle.

Kirjastossa puhutaan hiljaisella äänellä ja siirrytään paikasta toiseen kävelemällä. Jos et tiedä, miten pitäisi toimia, voit kysyä isältä.

Saat lainata yhteensä viisi kirjaa. Kun olet löytänyt kiinnostavan kirjan, annat sen isälle.



Voit lukea kirjastossa kirjoja 20 minuuttia. Silloin saat juoda myös pillimehun. Isä kertoo, kun aikaa on jäljellä 10 minuuttia ja milloin pitää lähteä kotiin. Lopuksi lainaamme kirjat.

Kun kirjat on lainattu, menemme autoon. Pikkusisko saa istua etupenkillä kotimatkan ja valita radiokanavan.

## Kokeile ja havainnoi

Kokeile harjoitusta 2–4 viikon ajan aktiivisesti.

Havainnoi:

- Muuttuiko mikään? Mistä huomaat muutoksen?
- Onko jokin arjessanne helpompaa?
- Onko valitsemanne toteutustapa hyvä?
- Olisiko tarpeen kokeilla jotakin toista tapaa?
- Millaisia haasteita harjoittelussa on ollut?