



# Ympäristön muokkaaminen

---

## Tavoite

Tavoitteena on löytää keinoja, joiden avulla oppilaan kuormitusta kouluarjessa voi vähentää.

Ympäristöä muokkaamalla autetaan oppilasta säätelemään kuormitusta. Samalla oppilaan selviytymisentunne vahvistuu.

## Ohje

Tutkikaa oppilaan kanssa yhdessä, millaiset aistimukset kouluarjessa kuormittavat lasta. Käyttäkää apunanne Tutkitaan yhdessä koulussa -listaa.

Aistikokemuksia voi pyytää tarkastelemaan myös kotona. Havaintoja ja niihin sopivia tukikeinoja voi käydä läpi esimerkiksi vanhempien vartin tai muun tapaamisen aikana.

Kokeilkaa sitten jotakin alla olevista keinoista. Voitte halutessanne merkitä listan lopusta löytyvään taulukkoon, millaisia ympäristön muokkaamisen keinoja oppilas tarvitsee.

### Kirkkaat valot

- istumapaikan siirtäminen kauemmaksi ikkunasta luokassa
- verhojen asettaminen ikkunan eteen
- apuvälineiden käyttö – esimerkiksi huppu, lippis ja aurinkolasit sisätiloissa
- valaistuksen hämärtäminen

### Kovat äänet

- hiljaisemman tilan järjestäminen koulutyöskentelyyn
- sermien käyttäminen
- rauhallisempaa reittiä kulkeminen koulutiloissa
- apuvälineiden käyttö – esimerkiksi kuulosuojaimet, kuulokkeet ja korvatulpat

### Tuoksut

- mahdollisuus ruokailla toisessa tilassa, jos ruoan tuoksut ovat liian voimakkaita
- mahdollisuus käyttää hengityssuojainta tai huivia kasvoilla

### Tuntemukset

- turvapaikan rakentaminen koululuokkaan
- istumapaikan asettaminen riittävän etäälle toisista
- mahdollisuus ja lupa käyttää miellyttäviä materiaaleja tai esineitä kuormituksen purkamisessa

### Ihmispaljous

- koulussa rauhallinen tila välitunnille siirtymiseen
- luokassa rauhallinen istumapaikka
- välitunnilla rauhallinen paikka oleskeluun tai mahdollisuus sisäviliteihin
- mahdollisuus välttää jonoja, esimerkiksi tulemalla sisälle eri aikaan kuin muut ja pääsemällä ruokalaan ennen toisia
- aistiherkkyttä aktivoivissa paikoissa istuminen uloskäynnin lähellä
- mahdollisuus jäädä pois tilaisuuksista, joissa aistiherkkyuden aiheuttama kuormitus nousee liian korkeaksi
- yleisesti mahdollisuus väistyä sivummalle



YMPÄRISTÖTEKIJÄ	KEINOT	LISÄHUOMIOT
KIRKKAAT VALOT		
KOVAT ÄÄNET		
TUOKSUT		
TUNTEMUKSET		
IHMISPALJOUS		