

Päivi Moisio  
Sini Teivaanmäki  
Liisa Klenberg

## Leikitään ja keskitytään – tukea itsesäätelyyn

### Kohokohdat

- Huoli lapsen ylivilkkaudesta ja tarkkaamattomuudesta on yleistä alle kouluikäisten lasten vanhemmilla.
- Leikitään ja keskitytään (LeKe) -hankkeessa itsesäätelyä tuettiin vanhemman ja lapsen yhteisen leikin avulla. Aikuisella on tässä tärkeä rooli: hän ohjaa ja tukee tietoisesti lapsen kehitystä.
- LeKe-toiminnan juuret ovat Uudessa-Seelannissa kehitetyssä ENGAGE-ohjelmassa. Toiminnan vaikuttavuudesta on saatu tutkimusnäyttöä.
- Suomessa tutkimus LeKen vaikuttavuudesta on vielä kesken. Vanhempien kokemukset ovat olleet myönteisiä, ja alustavasti näyttää siltä, että myös suomalainen versio vaikuttaa myönteisesti lasten itsesäätelyn kehitykseen.

Leikitään ja keskitytään -hankkeessa tuettiin perheitä, joissa 3–5-vuotiaalla lapsella oli tarkkaamattomuuteen ja ylivilkkauteen liittyviä haasteita. Keskeinen tuen väline oli vanhemman ja lapsen yhteinen, päivittäinen leikki. Toiminta oli tarkoitettu varhaisen vaiheen ennaltaehkäiseväksi ja melko lyhyeksi tueksi.

Leikitään ja keskitytään -hankkeessa leikittiin tuttuja leikkejä, muun muassa piirrettiin,

pelattiin erilaisia pelejä ja sääntöleikkejä sekä tehtiin rentoutumisharjoituksia. Leikeissä, aikuisen rinnalla ja avustamana, lapset pääsivät harjoittelemaan toiminnanohjauksen taitoja, kuten vuoron odottamista, tarkkaavuuden kohdentamista tai toiminnan vauhdin säätelyä. Keskeistä oli vanhemman rooli paitsi leikkijänä myös vahvasti kasvatustietoisena leikinhajaana. Vanhemmat ohjasivat ja antoivat palautetta

niin, että lapsen itsesäätelyn kehitys mahdollistui leikkien edetessä.

Interventio kesti kahdeksan viikon ajan. Vanhemmat ja lapset osallistuivat ryhmätapaamiseen, ja perheissä leikittiin noin 30 minuuttia päivässä. Vanhempien arvioinnit toiminnasta olivat myönteisiä. Alustavien tulosten mukaan toiminnan vaikutukset myötäilevät Uudessa-Seelannissa saatuja tutkimustuloksia. Niissä vanhemman ja lapsen yhteisen ja säännöllisen leikin todettiin vähentävän lapsen aggressiivisuutta, ylivilkkautta ja tarkkaamattomuutta.

**Asiasanat: itsesäätely, toiminnanohjaus, leikki, vanhemmuus, ennaltaehkäisevä tuki**

Tarkkaavuuteen ja käyttäytymiseen liittyvät huolet ovat varsin yleisiä alle kouluikäisten lasten vanhemmilla. Ne ovat myös merkittävä syy hakea tukea ja apua perheen arkeen. Lapsen itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen vaikeudet näkyvät arjessa haasteina keskittyä leikkeihin ja tehtäviin, suorittaa asioita loppuun sekä kuunnella ja noudattaa ohjeita. Ne voivat näkyä myös levottomuutena ja jatkuvana liikkumisena tai ylenmääräisenä puhumisena.

Leikitään ja keskitytään (LeKe) -toiminnalla vahvistetaan lapsen itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen taitojen kehittymistä vanhemman ja lapsen yhteisen, päivittäisen leikin avulla (ks. tarkemmin keskitytään.fi). Pääpaino on kotona tapahtuvassa ohjatussa leikissä, mutta ryhmäkokoontumiset vertaiskeskusteluineen ovat myös tärkeä osa LeKe-ohjelmaa. Ohjelman käsikirja on suora käännös ENGAGE-ohjelmasta, jonka vaikuttavuutta on tutkittu Uudessa-Seelannissa myönteisin tuloksin. ENGAGE-toimintaan osallistuminen näyt-

täisi vähentävän lasten ylivilkkauteen, tarkkaavuuteen ja aggressiiviseen käyttäytymiseen liittyviä vaikeuksia.

## ITSESÄÄTELY – SEN MERKITYS JA KEHITTYMINEN

Itsesäätelyllä tarkoitetaan ihmisen kykyä säädellä ajatuksiaan, tunteitaan ja käyttäytymistään. Toiminnanohjauksen käsitteellä viitataan toisiinsa yhteydessä oleviin, mutta kuitenkin jossain määrin erillisiin kognitiivisiin toimintoihin, joita tarvitaan oman käyttäytymisen, ajatusten ja tunteiden säätelyssä sekä kaikessa tavoitteellisessa toiminnassa (Nigg, 2017).

Toiminnanohjauksen ydintaitoja ovat inhibitio, työmuisti ja joustavuus (Miyake ym., 2000; Nigg, 2017). Inhibitiolla tarkoitetaan käytännössä sitä, että ihminen ei tartu kaikkiin mieleensä tuleviin impulssiin ja että hän kykenee tarvittaessa muuttamaan toimintansa voimakkuutta tai lopettamaan sen kokonaan tilanteen niin vaatiessa. Inhibition puute näkyy siinä, että ihminen toimii ajattelematta ja hänen on vaikea saada ”jarruja päälle” käyttäytymisessään. Työmuistilla tarkoitetaan kykyä pitää tehtävän tekemisen kannalta olennainen tieto mielessä. Työmuistin ongelmat ilmenevät mm. siten, että tehtävän ohjeistus häviää mielestä ja tekeminen sen myötä hajoaa. Joustavuus toiminnanohjauksen alataitona vaikuttaa siihen, kuinka kykenemme tarpeen vaatiessa vaihtamaan toimintatapamme tilanteesta toiseen. Joustavuuden puute näkyy jumiutumisenä tiettyihin toimintatapoihin, ajatuksiin ja puheisiin sekä vaikeutena erilaisissa siirtymissä.

Itsesäätely on hyvinvointimme kan-

nalta keskeisessä osassa. Tutkimuksen mukaan lapsuuden itsesääätely on yhteydessä lapsen opintomenestykseen kouluikässä sekä myöhemmin aikuisena muun muassa terveyteen sekä ihmissuhteiden ja taloudellisen tilanteen hallintaan (Moffit ym., 2011; Nigg, 2017; Robson ym., 2020).

Itsesääätely lähtee kehittymään heti syntymän jälkeen (Garon ym., 2008). Kehitys etenee vaiheittain niin, että aste asteelta aikuisen sääätelyn ja tuen tarve lapsen itsesääätelyssä vähenee. Vahvasti kehitystä itsesääätelyssä tapahtuu ikävuosina 3–5 (Garon ym., 2008; Monette ym., 2015). Toiminnanohjauksen taidoista alle kouluikäisellä kehittyvä vahvasti inhibiatio ja työmuisti, myöhemmin kouluikässä myös joustavuus sekä suunnitelmallinen ja sujuva toiminta (Diamond, 2016; Garon ym., 2008; Montroy ym., 2016; Huizinga ym., 2006). Alle kouluikäisen kyky hallita omaa käyttäytymistä, tunteita ja ajatuksia kehittyä luontaisestikin, mutta erityisesti tuolloin itsesääätelyyn ja sen taustalla vaikuttaviin toiminnanohjauksen taitoihin on mahdollista ohjauksella ja harjoittelulla vaikuttaa. Varhaisella tuella voidaan estää itsesääätelyn haasteista aiheutuvia muita ongelmia ja tukea lapsen myönteistä kasvua ja kehitystä.

## OPPIMISTA LÄHIKEHITYKSEN VYÖHYKKEELLÄ

LeKe-ohjelmassa vanhempia ohjataan leikkimään toiminnanohjauksen ydintaitoja tukevia leikkejä ja pelejä lapsen kanssa päivittäin. Leikeissä vanhempi ottaa aktiivisen roolin, jossa hän mukana leikkimisen ohella ohjaa lasta huomioiden lapsen

senhetkisen taitotason ja sovittaen pelit ja leikit siihen. Aikuisen tärkeä tehtävä on sovittaa itsesääätelyä vaativat pelit ja leikit niin, että ne ovat lapselle sopivia ja onnistuvat yhdessä, mutta vievät kuitenkin kasvua eteenpäin. Esimerkiksi lapsen voi olla vaikea, jopa mahdotonta, tehdä palapeliä yksin. Aikuisen ohjaamana hän kuitenkin onnistuu ja saa palapelin rakennettua. Aikuinen sovittaa sekä annetun tehtävän, esimerkiksi kuinka suurta palapeliä lähdeään tekemään, että antamansa ohjeistuksen ja avun lapsen taitoihin.

Vanhempainryhmissä keskusteltaessa vanhempia opastetaan myös liittämään samanlainen ajattelu osaksi arkea, niin että arjenkin tilanteissa aikuinen ryhtyisi kiinnittämään huomiota lapsen taitotasoon ja siihen, mitä häneltä voi vaatia, miten häntä olisi hyvä tukea ja mistä on tärkeää antaa vahvistavaa palautetta. Kun tällä tavalla toimitaan heräämässä olevien taitojen kanssa, voidaan ajatella sovellettavan Vygotskin lähikehityksen vyöhykkeen periaatetta. Tällöin aikuinen ohjauksellaan tukee kognitiivisia kykyjä, joita kasvavalla ei vielä ole, mutta jotka ovat pian kypsymässä (Vygotski, 1982).

## LEKE-OHJELMAN JUURET – ENGAGE

LeKe-ohjelma perustuu Uudessa-Seelannissa kehitettyyn interventioon, Enhancing Neurobehavioral Gains with the Aid of Games and Exercise (ENGAGE; Healey & Halperin, 2015; Healey & Healey, 2019). Tavoitteena on puuttua lasten toiminnanohjauksen haasteisiin ajoissa ja siten ennaltaehkäistä ongelmien kasvamista ja kasaantumista. Toiminta on suunnattu per-

heille, joissa vanhemmilla on huolta lapsen taidoista. Keskeinen väline on vanhemman ja lapsen yhteinen leikki. Leikit ovat tuttuja ja helppoja. Näin vanhempi pystyy leikissä keskittymään siihen, että ohjaa lasta vahvistumaan itsesäätelyn taidoissa, muun muassa odottamaan vuoroaan, pitämään yllä ja suuntaamaan tarkkaavuutta sekä säätelemään tekemisen nopeutta ja tekemisen herättämiä tunteita.

Uudessa-Seelannissa tehdyssä satunnaisesti verrokkitutkimuksessa verrattiin ENGAGE-interventiota tutkitusti vaikuttavaan vanhempainohjausmenetelmään TRIPLE P:hen (Healey & Healey, 2019). Mukana oli 60 perhettä, joissa kaikissa 3–4-vuotiailla lapsilla oli vanhempien arvion mukaan ylivilkkautta. ENGAGEN ja TRIPLE P:n vaikuttavuutta tutkittiin vertaamalla lasten käytöstä ja neurokognitiivista toimintaa ennen interventiota, sen jälkeen sekä 6:n ja 12 kuukauden seurannan jälkeen. Tutkimuksessa todettiin, että ohjelmat olivat yhtä tehokkaita tapoja tukea haastavasti käyttäytyvien lasten kehitystä, ja vanhempien arvion mukaan molemmat vähensivät lapsen aggressiivisuutta, ylivilkkautta ja tarkkaamattomuutta.

## LEKE-OHJELMA

Suomessa ENGAGE-ohjelmaa on kehitetty ja samalla sen vaikuttavuutta arvioitu Leikitään ja keskitytään -hankkeessa vuosina 2017–2019. Hanketta rahoitti Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) ja se toteutettiin Niilo Mäki Instituutissa. Tavoitteena LeKe-hankkeessa oli testata, kehittää ja samalla arvioida Uudesta-Seelannista tuodun ENGAGE-ohjelman soveltuvuutta Suomeen.

Lasten itsesäätelyyn ja käyttäytymisen pulmiin kohdennettuja ennaltaehkäiseviä ohjelmia on perheille tarjolla usein vasta pitkän arvioinnin jälkeen (esim. ADHD). Tällaisia ovat mm. Ihmeelliset vuodet, Perhekoulu POP, Voimaperheet ja Vanhempain vahvemmaksi -ohjelma. Useimmissa ohjelmissa painopiste on psykoedukaatiossa ja vanhemmuuden ohjaamisessa. Ohjelmat vaativat yleensä myös pitkäkestoisista sitoutumista. LeKe on kevyt ja lyhytkestoinen ohjelma. Se on tarkoitettu varhaiseen puuttumiseen, tilanteeseen, jossa ongelmia jo on, mutta niiden kanssa voidaan vielä pääsääntöisesti tehdä työtä perheen voimavaroin. Osallistumista helpottanee paitsi lyhytkestoisuus ja varhainen ajankohta myös se, että ohjelma on vahvasti toiminnallinen. Työskentelyn pääpaino on vanhemman ja lapsen välisessä yhteisessä leikissä. Myös ryhmätapaamisissa keskustelut liittyvät pääasiassa leikkiin eivätkä niinkään vanhemmuuteen yleensä. Ydinajatuksena LeKe-toiminnassa on pyrkiä vaikuttamaan lasten toiminnanohjauksen taitojen ja siten itsesäätelyn kehittymiseen vanhemman ja lapsen yhteisen leikin kautta.

LeKe-hankkeeseen rekrytoitiin mukaan perheitä, joissa oli herännyt huoli 4–5-vuotiaan lapsen tarkkaamattomuudesta tai ylivilkkaudesta. Lapsilla saattoi olla myös muita ongelmia (esim. kielen tai sosiaalisen kehityksen haasteita). Olenaista oli kuitenkin, että lapsi pystyi toimimaan osana ryhmää ilman jatkuvaa henkilökohtaista tukea. Ohjelmaa toteutettiin Espoossa, Jyväskylässä ja Rovaniemellä. Kaikkiaan toimintaan ehti hankkeen aikana ottaa osaa 81 perhettä, koko ryhmätoiminnan ajan mukana pysyi 77 perhettä. Perheet rekrytoitiin toimintaan mukaan

pääsääntöisesti varhaiskasvatuksen mutta myös sote-palveluiden (neuvolat, toimintaterapia) kautta. Toimintaa myös mainostettiin lehdistä ja sosiaalisessa mediassa.

LeKe-hankkeen toteutuksessa oli mukana sekä sosiaali- ja terveystieteiden että varhaiskasvatuksen asiantuntijoita. Vanhempainryhmää ohjasivat pääsääntöisesti psykologit. Lasten ryhmissä ohjaajina toimivat yleensä varhaiskasvatuksen opettajat ja erityisopettajat. Kummassakin ryhmässä oli kaksi vetäjää. Yksi ryhmä koostui lähtökohtaisesti viidestä perheestä, mutta todellisuudessa perheitä oli 3–6. Näin ollen lasten ryhmässä oli noin viisi lasta ja vanhempainryhmässä 3–10 vanhempaa, sillä ryhmään saattoi osallistua kustakin perheestä toinen tai molemmat vanhemmista. Se, että vanhempien ja lasten ryhmien ohjaajat suunnittelivat toimintaa yhdessä ja pitivät yhteisiä palautekeskusteluja, oli LeKe-toiminnan onnistumisen kannalta tärkeää, ja samalla se antoi teki-jöille käytännön kokemusta yhteistyöstä.

LeKe-toiminta kesti kaikkiaan kahdeksan viikkoa, ja se koostui kuudesta ryhmätapaamisesta (1,5 tuntia/kerta, aikuisille ja lapsille omat ryhmät), kahdesta ohjauspuhelusta (30 min/kerta) sekä vanhemman ja lapsen jokapäiväisestä LeKe-leikkien leikkimisestä seitsemän viikon ajan (tavoitteena 30 min/päivä). Viidessä ensimmäisessä vanhempien ryhmän kokoontumisessa keskityttiin keskustelemaan edellisen viikon leikkikokemuksista ja tutustuttiin tulevan viikon uusiin leikkeihin. Tapaamisissa keskusteltiin myös leikin ohjaamisesta sekä toiminnanohjauksen tukemisesta osin keskustelussa luontaisesti nousseiden asioiden johdattamana, osin käsikirjan rakenteen ohjaamana erilaisten teemojen pohjalta (mm. ajankäytön suun-

nittelu, ongelmanratkaisu, tunteiden säätely).

Ryhmän ohjaajana toimineen psykologin kaksi soittokertaa perheelle ajoittuvat viikoille kuusi ja seitsemän, jolloin ei ollut ryhmätapaamisia. Puheluiden tarkoitus oli antaa vanhemmille henkilökohtaisempaa palautetta ja ohjausta leikkien jatkamiseen. Kuudes tapaamiskerta toiminnan kahdeksannella viikolla oli koko toiminnan lopettava kerta. Tuolloin keskusteltiin LeKe-ohjelman tuomista kokemuksista kokonaisuudessaan sekä suunniteltiin leikkimisen jatkamista ryhmien päättymisen jälkeen. Tarvittaessa keskusteltiin myös mahdollisista muista tukitoimista, joita perheelle on omassa kunnassa tarjolla.

Lasten ryhmissä tutustuttiin uusiin leikkeihin. Tarkoitus oli opettaa leikit niin, että leikkiminen vanhempien kanssa voisi alkaa melko helposti. Lasten ryhmien tavoitteena oli pääsääntöisesti motivoida lapset leikkimään sekä opettaa leikit heille, tehdä heistä vahvasti LeKe-leikkimisen asiantuntijoita. Osaamisen ja vastuuttamisen kautta lapset osallistettiin leikkiharjoitteluun. Ryhmäohjaajien arvion mukaan tässä onnistuttiinkin. Leikkimistä tuettiin kuvastruktuurilla, mikä toi ennakoitavuutta. Myös tauoilla (mehutauko ja energianpurkutauko) pyrittiin lisäämään lasten jakamista keskittymistä vaativiin leikkeihin. Lapset saivat kotiin myös kuvat viikon leikeistä. Kuvat toimivat muistin tukena ja pitivät yllä motivaatiota.

LeKe-ohjelmassa oli kaikkiaan 27 erilaista leikkiä. Leikit olivat pääsääntöisesti hyvin tuttuja ja useimmat niistä helposti toteutettavissa (mm. pallopeti, muistipeli, musiikkipatsas, rentoutuminen jne.). Leikit harjoittivat kukin erityisesti yhtä tai muutamaa toiminnanohjauksen taitoa (tarkkaa-

vuutta, reaktioiden hillitsemistä, työmuistia tai tunteiden säätelyä). Vanhemmalla oli mahdollisuus leikeissä havainnoida lastaan sekä ohjata häntä leikin avulla kehittymään sekä toiminnanohjauksen taidoissa yleisesti että juuri hänelle tärkeissä kasvua ja kehitystä vaativissa alataidoissa. Vanhempia ohjattiin etsimään oman lapsensa optimaalista haastetasoa. Vanheman tärkeä tehtävä oli valita ja sovittaa leikit niin, että ne toisaalta mahdollistivat onnistumisen kokemukset mutta toisaalta haastoivat ylittämään senhetkiset taidot ja kehittymään kohti uutta.

## KOKEMUKSIA JA ARVIOINTIA

LeKe-hankkeessa toiminnan vaikuttavuutta arvioitiin tutkimuksella, johon osallistui 95 perhettä. Perheet satunnaistettiin interventio- ja odotusverrokkiryhmään. Tutkimuksen alkaessa interventio-perheitä oli 55 ja verrokkeja, jotka pääsivät LeKe-toimintaan mukaan seuraavana syksynä, oli 40.

Vanhemmat arvioivat LeKe-toiminnan vaikutusta lapsen ylivilkkaus- ja tarkkaamattomuusoireisiin sekä ulospäin suuntautuvaan oireiluun muokatun Viivi-lomakkeen (Kadesjö ym., 2017) avulla sekä täyttivät HSQ-R-kyselyn, joka koskee lapsen keskittymistä kodin arkisissa tilanteissa. (DuPaul & Barkley, 1992). Lapsen päiväkotiryhmän tai kerhon opettaja tai muu varhaiskasvattaja vastasi PikkuKesky-kyselyyn, jossa arvioidaan lapsen toiminnanohjausta päiväkodin ryhmätilanteissa (Klenberg ym., 2017). Varhaiskasvattaja täytti myös SSQ-R-kyselyn (DuPaul & Barkley, 1992). Siinä selvitetään lapsen keskittymistä päiväkodin arkisissa tilanteissa.

Osallistujilta, niin vanhemmilta kuin ryhmänohjaajilta, kerättiin myös tietoa toteutuksen fideliteetistä eli ns. menetelmäuskollisuudesta (leikkipäiväkirjat ja ryhmätoiminnan checklist). Haluttiin siis selvittää, kuinka sitoutuneesti menetelmää toteutettiin arjessa. Lisäksi vanhemmilta ja ohjaajilta kerättiin tietoa intervention ns. hyväksyttävyydestä AARP-lomakkeella (Tarnowski & Simonian, 1992). Kyselyllä selvitettiin, kuinka soveltuvana ja suositeltavana LeKe-interventio koettiin pienten lasten käyttäytymisen tukemisessa.

Alustavien tulosten mukaan LeKe-toimintamallin vaikuttavuus myötäilee Uuden-Seelannin ENGAGE-ohjelmasta saatuja tuloksia, ja etenkin vanhempien arviot intervention vaikutuksista ovat myönteisiä. Perheet pysyivät mukana toiminnassa, ja kotona leikkiminen onnistui varsin hyvin tavoitteiden mukaisesti. Tarkemmat tulokset raportoidaan myöhemmin toisaalla (Klenberg ym., valmisteilla).

Tutkimuksen lisäksi osallistuneilta perheiltä ja ryhmänohjaajilta kerättiin palautetta loppuseminaareissa sekä vapaa-muotoisella kirjallisella palautteella. Sekä vanhempien että ohjaajien mukaan LeKe-toiminta lisäsi perheissä yhteisesti vietettyä aikaa. Yhteisen, tiiviisti vietetyn ajan koettiin monessa perheessä vaikuttavan elämään positiivisesti: ”Perheen yhteistä tekemistä oli päivittäin, se oli mahtavaa!” Vanhemmat kertoivat myös siitä, kuinka itsesäätelyn taidot olivat kehittyneet niin heillä itsellään kuin lapsillakin. Aikuisilla myös tiedon lisääntymisen kautta ymmärrys lasta, mutta toisaalta myös aikuisen oman roolin merkitystä, kohtaan oli lisääntynyt: ”Ymmärrän paremmin, että itsesäätely on hänellä vielä kehittyvä taito.”

Myös ryhmänohjaajat nostivat esille

sen, että LeKe-toiminta oli lisännyt vanhempien vastuullisuutta ja herättänyt heidät oivaltamaan oman roolinsa merkityksen ja yhteyden lapsen käyttäytymiseen ja toimintaan: ”Vanhemmat alkoivat tunnistaa paremmin omaa rooliaan ja omia vaikutusmahdollisuuksiaan lasten käyttäytymiseen.”

Sekä vanhemmat että ryhmänohjaajat viestivät myös siitä, että LeKe-toiminta oli lisännyt positiivisuutta ja iloa osallistuvien perheiden elämään: ”Myönteinen vuorovaikutus ja suhtautuminen on vahvistunut.”

## JUURUTTAMINEN SOTE-KENTÄLLE

Hankkeen viimeisessä vaiheessa käynnistettiin toimintamallin juurruttaminen pitkäaikaiseen käyttöön hankkeessa mukana olleissa kunnissa: Espoossa, Rovaniemellä ja Jyväskylässä. Jokaisessa kunnassa LeKe-toiminnan jatkamisen suunnittelu aloitettiin keväällä 2020 yhdessä LeKe-tiimin ja kunnan toimijoiden kanssa. LeKe on jatkunut joissakin kunnissa sellaisenaan tai ollut luomassa hyvät edellytykset sille, että jatkohanke ”LeKe yhdessä” on saatu luontevasti käynnistymään.

LeKe-toimintaa levitetään nyt myös Niilo Mäki Instituutin järjestämissä koulutuksissa. Kolmipäiväisessä koulutuskokouksissa tutustutaan LeKe-toimintamalliin, ja koulutuksen aikana osallistujat toteuttavat LeKe-ryhmän osana omaa työtään. Lisäksi perehdytään itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen teoriataustaan ja kehitykseen sekä leikin käyttämiseen toiminnanohjaustaitojen kehittymisen tukena.

LeKe-toimintamallin kehittäminen jatkuu edelleen uudessa Leikitään ja kes-

kitytään yhdessä -hankkeessa (LeKe yhdessä). Ydinajatuksena on tarjota tuki ylivilkkauden ja tarkkaamattomuuden ongelmien kanssa eläville lapsille ja heidän perheilleen varhaiskasvatuksen kautta. LeKe-leikkejä ohjataan päiväkodeissa porrastetusti, ensin kaikille ryhmän lapsille ja myöhemmässä vaiheessa pienemmälle ryhmälle. Lisäksi perheille tarjotaan mahdollisuutta leikkiä LeKe-leikkejä kotona sekä osallistua vanhempainiltaan ja vanhempainryhmään. LeKe yhdessä -toiminnan vaikutuksia arvioidaan sekä lasten itsesäätelyn että perheiden, varhaiskasvattajien ja sote-ammattilaisten yhteistyön näkökulmasta. LeKe-toiminnan etenemistä voi seurata hankkeiden nettisivuilla osoitteessa keskitytaan.fi.

### Kirjoittajatiedot:

Päivi Moisio KM, VO, Projektisuunnittelija, Niilo Mäki Instituutti

Sini Teivaanmäki PsM, Projektitutkija, Niilo Mäki Instituutti sekä väitöskirjatutkija Jyväskylän yliopisto

Liisa Klenberg PsT, Neuropsykologian erikoispsykologi, hankevastaava Niilo Mäki Instituutti sekä neuropsykologi Mehiläinen Terapiaklinikka

## LÄHTEET

- Diamond, A. (2016). Why improving and assessing executive functions early in life is critical. In J. A. Griffin, P. McCardle, & L. S. Freund (Eds.), *Executive function in preschool-age children: Integrating measurement, neurodevelopment, and translational research* (pp. 11–43). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14797-002>
- DuPaul, G. J., & Barkley, R. A. (1992). Situational variability of attention problems: Psychometric properties of the revised home and school situations questionnaires. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(2), 178–188.
- Garon, N., Bryson, S. E., & Smith, I. M. (2008). Executive function in preschoolers: a review using an integrative framework. *Psychological Bulletin*, 134(1), 31–60. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.31>
- Healey, D., & Halperin, J. M. (2015). Enhancing neurobehavioral gains with the aid of games and exercise (ENGAGE): Initial open trial of a novel early intervention fostering the development of preschoolers' self-regulation. *Child Neuropsychology*, 21, 465–80. <https://doi.org/10.1080/09297049.2014.906567>
- Healey, D., & Healey, M. (2019). Randomized controlled trial comparing the effectiveness of structured-play (ENGAGE) and behavior management (TRIPLE P) in reducing problem behaviors in preschoolers. *Scientific Reports*, 9(1), 1–9.
- Huizinga, M. T., Dolan, C. V., & van der Molen, M. W. (2006). Age-related change in executive function: Developmental trends and a latent variable analysis. *Neuropsychologia*, 44, 2017–2036. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2006.01.010>
- Kadesjö, B., Janols, L.-O., Korkman, M., Mickelsson, K., Strand, G., Trillingsgaard, A., Lambek, R., Øgrim, G., Bredesen, A. M., & Gillberg, C. (2017). Five-To-Fifteen-Revised (5-15R). <https://www.5-15.org>
- Klenberg, L., Teivaanmäki, S., Kiuru, N., Närhi, V., & Healey, D. (valmisteilla). Effectiveness of the ENGAGE intervention in reducing problem behaviors in Finnish preschoolers: A randomized controlled trial.
- Klenberg, L., Tommo, H., Jämsä, S., & Häyrynen, T. (2017). *PikkuKesky – pienten lasten keskittymiskysely*. Hogrefe Psykologien Kustannus.
- Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A., & Wager, T. D. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex “Frontal lobe” tasks: A latent variable analysis. *Cognitive Psychology*, 41(1), 49–100. <https://doi.org/10.1006/cogp.1999.0734>
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belskya, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., Houts, R., Poulton, R., Roberts, B.W., Ross, S., Sears, M.R., Thomson, W.M., & Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences USA*, 108, 2693–2698. <https://doi.org/10.1073/pnas.1010076108>
- Monette, S., Bigras, M., & Lafrenière, M.-A. (2015). Structure of executive functions in typically developing kindergarteners. *Journal of Experimental Child Psychology*, 140, 120–139. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2015.07.005>
- Montroy, J. J., Bowles, R. P., Skibbe, L. E., McClelland, M. M., & Morrison, F. J. (2016). The development of self-regulation across early childhood. *Developmental Psychology*, 52, 1744–1762. <https://doi.org/10.1037/dev0000159>
- Nigg, J. T. (2017). Research review: On the relations among self-regulation, self-control, executive functioning, effortful control, cognitive control, impulsivity, risk-taking, and inhibition for developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 58(4), 361–383. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12675>
- Robson, D. A., Allen, M. S., & Howard, S. J. (2020). Self-regulation in childhood as a predictor of future outcomes: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(4), 324–354. <https://doi.org/10.1037/bul0000227>
- Tarnowski, K. J., & Simonian S. J. (1992). Assessing treatment acceptance: the Abbreviated Acceptability Rating Profile. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 23(2), 101–106.
- Vygotski, L. S. (1982). *Ajattelu ja kieli*. Weilin+Göös.