



Harjoitus: Aistimittari

Tavoite

Tavoitteena on opettaa lasta käyttämään aistimittaria kertomisen tukena tilanteissa, joissa aistiärsykkeet vaikuttavat käyttäytymiseen.

Ohje

Keskustelkaa ensin aisteista ja siitä, kuinka jokaisen aistikokemukset ovat yksilöllisiä. Joku voi pitää jostain asiasta, mistä toinen ei pidä. Voitte käyttää apuna aistien Tutkitaan yhdessä -kohtaa.

Tulostakaa tai tallentakaa digilaitteelle aistimittari (pdf).

Mittarin vasemmassa laidassa on kuvat eri aisteille. Oikean reunan mittarilla mitataan, onko aistimus miellyttävä, neutraali vai epämiellyttävä.

Valitkaa jokin aisti mittarin yläosasta. Arvioikaa kumpikin mittarilla, miltä tähän aistiin liittyvät erilaiset kokemukset tuntuvat.

Mittarin avulla voi saada tietoa lapsen aistikokemuksista eri ympäristöissä. Sen pohjalta voi pohtia, miten aistikuormaa voisi vähentää.

Havainnoi

Kokeilkaa käyttää aistimittaria arjen apuna säännöllisesti 2–4 viikon ajan.

- Muuttuiko mikään? Mistä huomaat muutoksen?
- Onko jokin arjessanne helpompaa?
- Oletteko löytäneet uusia tapoja toimia aistirikkaissa tilanteissa?
- Olisiko tarpeen kokeilla jotain toista harjoitusta?
- Millaisia haasteita harjoittelussa on ollut?