

Lisätiedot ja ilmoittautuminen

Etelä-Karjalan hyvinvointialue

Imatra

Minna Asikainen

p. 040 5120340

minna.asikainen@ekhva.fi

Lappeenranta

Niina Federley

p. 040 1463180

niina.federley@ekhva.fi

www.ekhva.fi



ETELÄ-KARJALAN
hyvinvointialue

6/2023



ETELÄ-KARJALAN
hyvinvointialue



**Itsesäätelyn taitoja leikin
kautta – tervetuloa
mukaan!**

Mikä LeKe?

LeKe eli Leikitään ja keskitytään, on tutkimusperustainen ohjelma, joka on tarkoitettu 3-5-vuotiaiden lasten itsesäätelyn kehityksen tukemiseen. Itsesäätelyä harjoitellaan LeKe-ohjelmassa vanhemman ja lapsen yhteisen leikin kautta. Mukana on tuttuja ja yksinkertaisia leikkejä, esim. pallopelejä, muistipelejä ja rentoutusleikkejä, jotka harjoittavat itsesäätelyn kannalta tärkeitä taustataitoja. Lisää tietoja LeKe-menetelmästä ja siihen liittyvistä tutkimustuloksista löydät menetelmän nettisivuilta (www.keskitytaan.fi).

Kuka voi osallistua?

LeKe-ohjelmaan voivat ilmoittautua vanhemmat, jotka kokevat kaipaavansa tukea 3-5-vuotiaan lapsensa itsesäätelyn tukemiseen. Ryhmä sopii erityisesti sellaisille perheille, joissa lapsen vilkkaus, lyhytjänteisyys ja keskittymisen haasteet mietityttävät vanhempia.



Tietoa toiminnasta

- Ryhmiä järjestetään Imatralla ja Lappeenrannassa keväisin ja syksyisin
- Kesto yhteensä 8 viikkoa
 - Viikoittaiset omat ryhmätapaamiset vanhemmille ja lapsille viikoilla 1-5 sekä 8
 - Viikoilla 6 ja 7 puhelinsoitot vanhempainryhmän vetäjän kanssa (ei ryhmätapaamisia)
- Puoli tuntia LeKe-leikkien leikkimistä joka päivä lapsen kanssa kotona

Vanhempien ryhmäkerroilla esitellään uusia LeKe-leikkejä sekä keskustellaan kuluneen viikon leikkikokemuksista: mikä on kotona onnistunut, mikä on ollut haastavaa, ja miten leikkimistä voitaisiin kehittää eteenpäin, jotta se olisi kiinnostavaa, sopivan haastavaa ja palkitsevaa kullekin lapselle. Ryhmäkerroilla keskustellaan myös joistain leikkimiseen/itsesäätelyyn keskittyvistä teemoista. Lasten ryhmässä opetellaan LeKe-leikkejä.

LEIKITÄÄN
JA KESKITYTÄÄN

