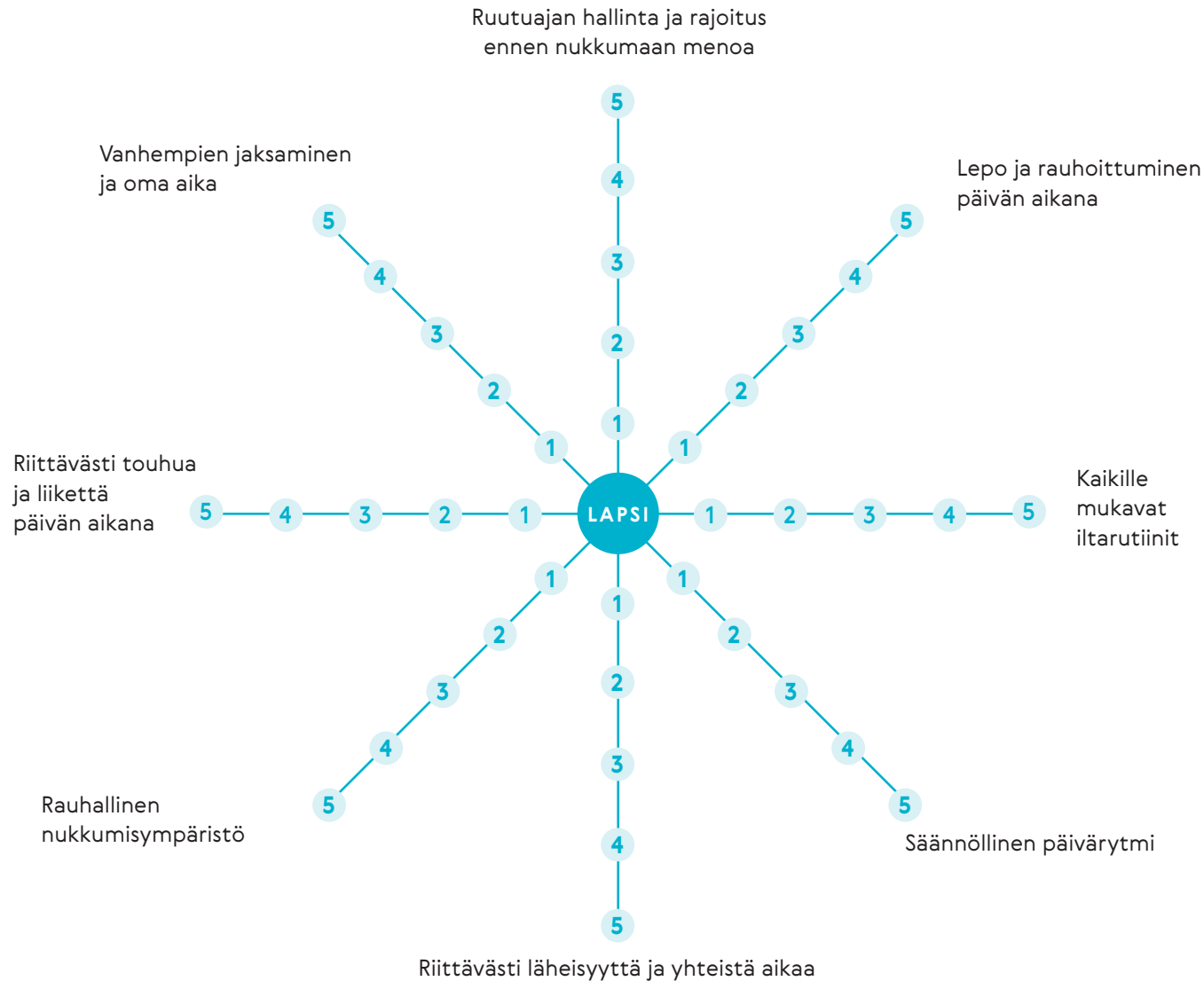


Lapsen unen tähti



*Millaista lapsen uni on tässä hetkessä?
Mitkä asiat vaikuttavat siihen?
Millaisia rauhoittumiskeinoja lapsella on ja miten niitä voidaan tukea?*

Tähden avulla voidaan keskustella lapsen nukkumisesta kotona ja varhaiskasvatuksessa. Ja sopia, miten tuetaan nukkumiseen ja rauhoittumiseen liittyviä taitoja.

TÄYTTÖOHJE: Mieti jokaisen sakaran kohdalla, miten asia toteutuu lapsen arjessa. Ympyröi numero, joka kuvaa lapsen uneen liittyviä asioita asteikolla 5=toteutuu hyvin, /1= vaatii vielä harjoittelua. Mikä sakaroista sujuu hyvin, ympyröi se. Entä mikä sakara kaipaava myönteistä huomiotaanne? Miettikää mikä olisi yksi pieni askel asteikolla eteenpäin? Tähteen voidaan täyttää sekä vanhempien että kasvattajien näkökulmat eri väreillä.

Mikä sakara tuottaa teille eniten iloa? Mitkä tähden sakarat kaipaavat myönteistä huomiotaanne?
