



LUKI-INFO

Lapin yliopiston ja ammattikorkeakoulun opiskelijoille

opintopsykologi Aino Kärpänniemi & korkeakoulukuraattori Maija Törmänen



INFON SISÄLTÖ

1



Mikä lukivaikeus?

2



Tukea lukivaikeuden kanssa opiskeluun

3



Opiskelutaidot

Käydään kysymykset ja kommentit läpi jokaisen osion lopussa 😊
Voit avata mikrofonin tai kirjoittaa chattiin



01

Mikä lukivaikeus?



Lukivaikeus



Onko **lukemisesi** hidasta?
Vältteletkö lukemista?
Onko vaikeaa muistaa luetun
tekstin sisältöä?
Ovatko vieraat sanat työläitä
lukea?



Onko asioiden **kirjallinen**
ilmaisu hankalaa? Tuleeko
oikeinkirjoitusvirheitä?
Onko lomakkeiden täyttö
sinusta vaikeaa?



Onko **vieraiden kielten**
oppiminen ollut hankalaa?
Entä matematiikan?



Jos teet jotakin ja sinut
keskeytetään,
unohdatko mitä olit
tekemässä?



Sattuuko usein
huolimattomuusvirheitä?



Sekoitatko **usein**
päivämääriä **tai**
kellonaikoja?
Sekoitatko usein **oikean ja**
vasekman?



Onko **uusien nimien**
muistaminen vaikeaa?



Onko **puheen seuraaminen**
hankalaa isossa ryhmässä?



Onko sinusta **vaikea**
vastaanottaa ja välittää
eteenpäin **toiselta**
kuulemaasi viestiä?



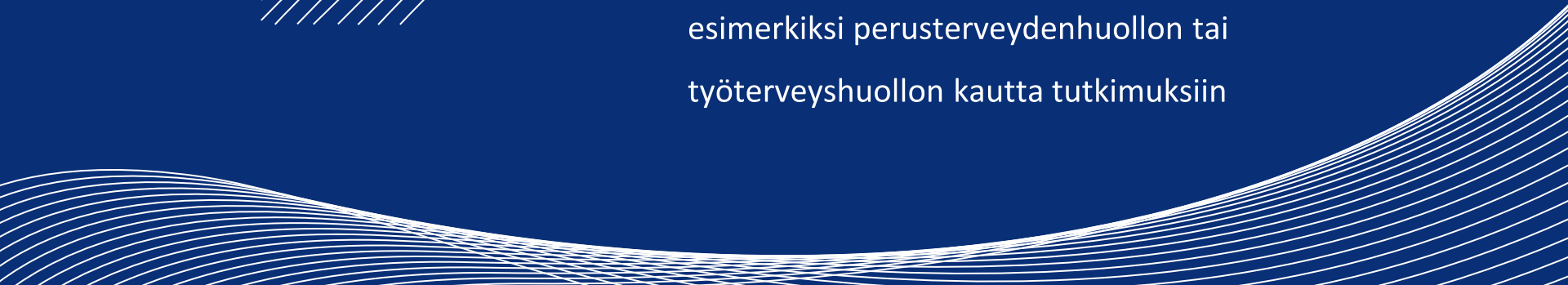


Tutkimuksiin?

Lukivaikeus tutkitaan YTHS:llä

- voit olla yhteydessä SelfChatin, Self-lomakkeen tai palvelunumeron kautta

Jos et ole oikeutettu YTHS:n palveluihin, hakeudu esimerkiksi perusterveydenhuollon tai työterveyshuollon kautta tutkimuksiin





02

Tukea ja keinoja



**Tsemppisaukot uskovat,
että pystyt siihen**

@tunneviidakko



Minkälaista tukea on saatavilla?



YKSILÖLLISET JÄRJESTELYT

Mitä järjestelyjä voin saada?

Miten hakea?

+ + +
+ + +
+ + +
+ + +



OHJAUS JA VERTAISTUKI

Mitä korkeakoulu tarjoaa?

Mitä järjestöt tarjoavat?



ITSENÄISEN OPISKELUN APUVÄLINEITÄ

Sähköiset apuvälineet

Materiaalit verkossa

Celia-kirjasto





YKSILÖLLISET JÄRJESTELYT LUKIVAIKEUTEEN

EDELLYTYS

- Asiantuntijalausunto, tässä tapauksessa lukilausunto

TYYPILLISIÄ JÄRJESTELYJÄ

- Lisäaika tentissä
- Lisäaikaa kirjallisiin palautuksiin
- Luentomateriaalien saaminen etukäteen



MITEN HAEN YKSILÖLLISIÄ JÄRJESTELYJÄ

AMMATTIKORKEAKOULU

- Ohjeet ja lomake: [Ohjeet yksilöllisiin järjestelyihin Saavutettavuus-sivulla](#)
- Ota yhteys opinto-ohjaajaan, jos haluat keskustella erilaisista tukimuodoista
- Päätöksen järjestelyistä tekee osaamispäällikkö, jolle hakemus lähetetään

YLIOPISTO

- Ohjeet ja lomake: [Yksilöllisten järjestelyjen ohjeet ja hakemus](#)
- Hakemukset käsittelee opintopäällikkö Janette Tolppi
yksilolliset.jarjestelyt@ulapland.fi



PALAUTETTA SAAVUTETTAVUUDESTA

AMMATTIKORKEAKOULU

- Saavutettavuusyhdyshenkilö

Hyvinvoinnin ja ohjauksen asiantuntija

Maria Sipilä

040 847 4219

Maria.sipila@lapinamk.fi

YLIOPISTO

- Esteettömyysyhdyshenkilö

Korkeakoulukuraattori

Maija Törmänen

Maija.tormanen@ulapland.fi

Palautelomake:

[Anna palautetta esteettömyydestä ja saavutettavuudesta](#)





OHJAUS JA TUKI

AMMATTIKORKEAKOULU

- Opintosuunnitelma, yksilölliset järjestelyt:
 - Opinto-ohjaaja
- Opiskelutaidot, opiskelu lukivaikeuden kanssa, jumittuminen, kuormittuminen, stressi, vaativuus
 - Korkeakoulukuraattorit, opintopsykologi



YLIOPISTO

- HOPS-ohjauksessa OmaOpettajat, opintopäälliköt ja suunnittelijat
- Opiskelutaidot, opiskelu lukivaikeuden kanssa, jumittuminen, kuormittuminen, stressi, vaativuus
 - Korkeakoulukuraattorit, opintopsykologi





MUIDEN TOIMIJOIDEN PALVELUT

Ryhmät

Ryhmätoiminta – Kuntoutussäätiö (kuntoutussaatio.fi)

OPPI-ryhmä: aikuisille, jotka kokevat opinnoissa tai töissä haasteita oppimisen vaikeuksien vuoksi

Yksilöllinen tuki

Etävalmennus - Kuntoutussäätiö (kuntoutussaatio.fi)

2-5 kerran etävalmennuksessa on mahdollista saada psykologin tukea oppimisen vaikeuksiin





MUIDEN TOIMIJOIDEN PALVELUT

Neuvonta

Kuntoutussäätiö Neuvontapalvelut – Kuntoutussäätiö (kuntoutussaatio.fi)

- Chat keskiviikkoisin **14.30-16.00**
- Puhelinneuvonta maanantaisin **15.00-15.45**

Erilaisten oppijoiden liitto Neuvonta - Erilaisten oppijoiden liitto (eoliitto.fi)

- Neuvontapuhelin oppimisvaikeuksista keskiviikkoisin **klo 13–15**
- Erityisopettajan neuvontapuhelin, yhteydenotto tekstiviestillä
- Nettineuvoja-lomake

Datero ry (datero.fi)

- Sähköisten apuvälineiden käyttöönoton tuki






ITSENÄISEN OPISKELUN APUVÄLINEET

Sähköiset apuvälineet kirjoittamiseen ja lukemiseen

- Voisinko käyttää sanelua? Miten muutan puheen tekstiksi?
- Voisinko lukemisen sijaan kuunnella tekstiä?
- Miten muutan tekstin puheeksi?

Rivit hyppivät, miten saan luku- tai kirjoitusnäkömystä mielekkäämmän?



Älykkäitä välineitä - parempia tuloksia – Datero

Kuuntelun ja lukemisen apuvälineitä – Celianet

Kirjastosta saa lainaan lukikalvoja ja – viivaimia!





ITSENÄISEN OPISKELUN APUVÄLINEET

Opiskelutekniikat luennolla tai tenttiin lukemisessa

Aktiivisuus

Nuolet, viivat, laatikot, värit, kuviot, kartat – Muuta teksti omannäköiseksi

 Kokonaisuuden hahmottaminen - Mihin liittyy?

 Näprääminen – keskittymisen tuki, liittäminen toimintaan

 Kysymykset materiaalista

Häiriötekijät

Paljonko tarvitsen rauhaa tai toisaalta ärsykeitä, jotta kykenen keskittymään?





Kirjaston palvelut

- **Saavutettavat kurssikirjat Celiasta**

Lukemisesteinen korkeakouluopiskelija voi lainata saavutettavia kurssikirjoja ilmaiseksi Celiasta.

1. Liity Celian äänikirjapalvelun käyttäjäksi omassa korkeakoulukirjastossasi.
2. Korkeakoulukirjasto neuvoo sinua myös lainaamiseen, kirjojen kuunteluun ja laitteiden käyttöön liittyvissä asioissa.



ITSENÄISEN OPISKELUN APUVÄLINEET



Opiskelutekniikat

OPPIMISEN APUVÄLINEKESKUS - tuen välineitä oppimiseen – Erialaisten oppijoiden liitto ry
(eoliitto.fi)

-
- Välineiden esittelyä, materiaalia tavoitteiden asettamisen, suunnittelun ja aikatauluttamisen tueksi, vinkkejä opiskelutekniikoihin ja työelämään
 - Kuntoutussäätiön Tuen vinkkipankki oppimisvaikeuksiin

Opiskelutaitovinkkejä, tukea mielen hyvinvointiin ja oppimisvaikeuksien kanssa selviytymiseen





ITSENÄISEN OPIKSELUN APUVÄLINEET



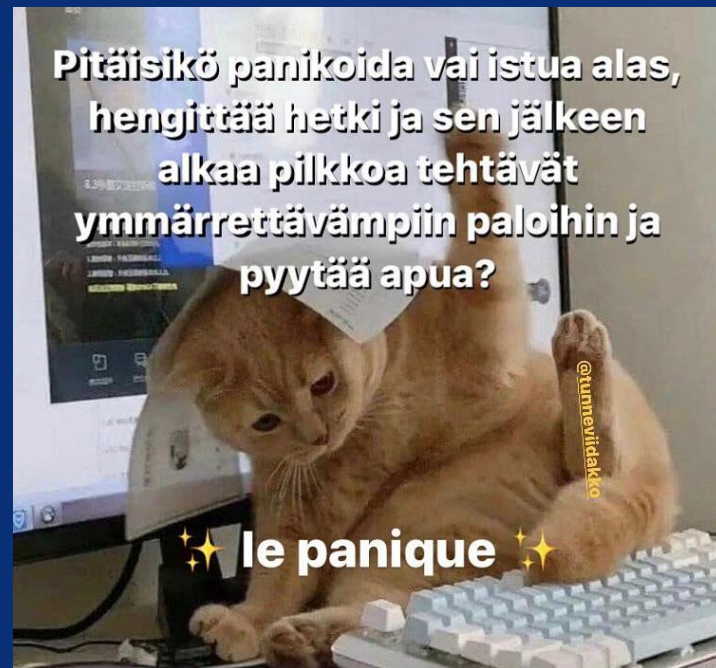
Ajanhallinta ja suunnittelu

- - Notion, Trello ja muut projektinhallintatyökalut sopivat hyvin korkeakouluopiskelun tueksi!
- - - Outlook- ja Google-kalentereissa paljon hyviä visuaalisia ominaisuuksia, joita voi myös hyödyntää
- - goblin.tools toiminnanohjauksen, esimerkiksi prosessikirjoittamisen avuksi



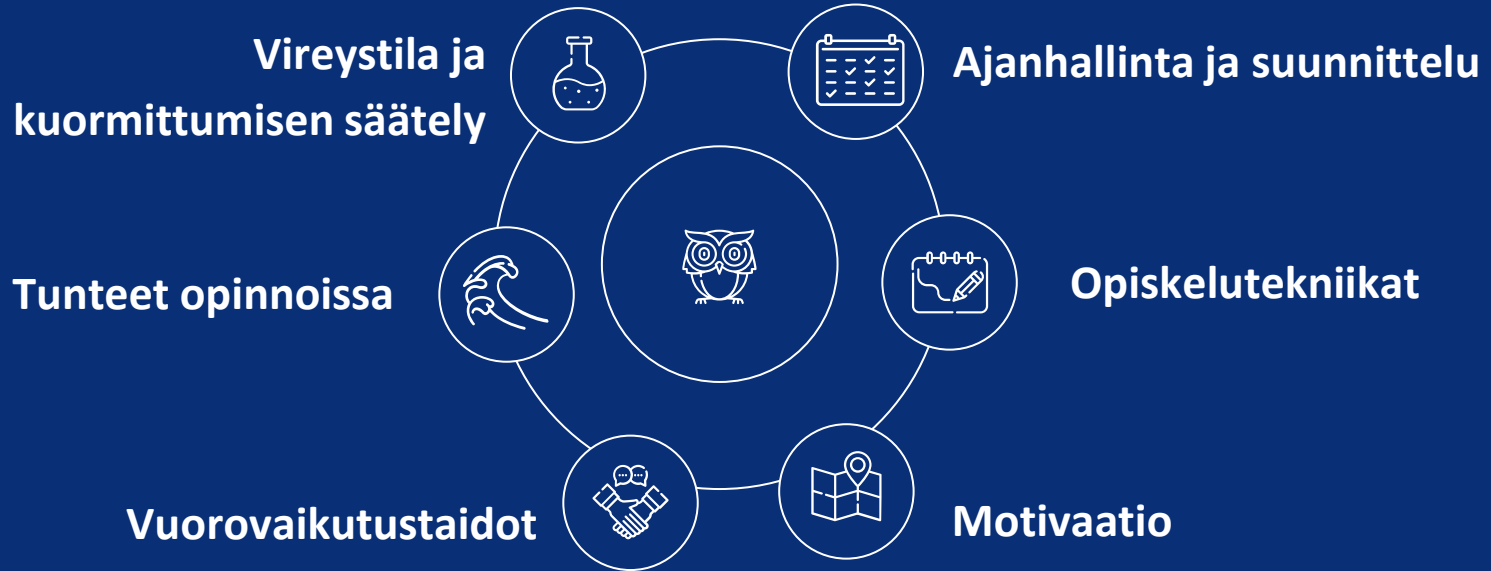
03

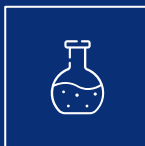
Opiskelutaidot



@tunneviidakko

OPIKSELUTAIDOT





Vireystila ja kuormittuminen

+ + Miten sovitan opinnot ja muun elämän?
+ + Mistä huomaan väsyväni?
+ + Miten ennakoin kuormittumistani vai lepäänkö vasta silloin, kun on aivan pakko?



Tunteet opinnoissa

Miten suhtaudun itseeni oppijana?
Mitä tunteita opiskelu herättää?
Miten käsittelen näitä tunteita?
Suhtaudunko itseeni myötätuntoisesti ja kannustavasti?



Vuorovaikutustaidot

Käytänkö tukipalveluita tarpeen vaatiessa, vai yritänkö pärjätä yksin?
Kuka tai ketkä tietävät, miten minulla opinnoissa menee ja mitä minulle kuuluu?





Ajanhallinta ja suunnittelu

Mistä tiedän, mitä teen seuraavaksi?

Miten seuraan etenemistä?

Miten rytmittän aikaa ja pilkon tehtäviä?

Mitkä rutiinit toistuvat päivittäin, viikoittain tai kuukausittain?



Opiskelutekniikat

Mitä apuvälineitä käytän oppimisen

helpottamiseen?

Minkälaisia tekniikoita käytän, että oppiminen on sujuvaa ja minulle sopivan vaihtelevaa?



Motivaatio

Miksi opiskelen?

Mitä tavoittelen opinnoissa?

Miten voisin tehdä opiskelusta itselleni mahdollisimman mukavaa?





**Paskasti tai sinnepäin tekeminen on
parempi kuin ei ollenkaan**

@tunneviidakko

Kysymykset ja keskustelu

Ajankohtaista

Kuntoutussäätiö järjestää Digilukiseulan, lue lisää:

[PopUp-Digilukiseula Luki-viikolla 7.-13.10. \(kuntoutussaatio.fi\)](http://kuntoutussaatio.fi)

Neuromoninaisuus ja korkeakouluopiskelu –info 3.10.

Kirjoittaminen vauhtiin –työpajat etänä ja läsnä 30.10. ja 31.10.

Apua oppariin –ryhmä marraskuussa! Seuraile luchyvinvointi.fi 😊



Kiitos!

Ja tsemptiaa <3

kuraattorit@luc.fi
opintopsykologi@luc.fi



CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, including icons by **Flaticon**, and infographics & images by **Freepik**

Please keep this slide as attribution

