

Kysy kirjastosta nepsy-aiheisia kirjoja myös muilla kielillä.

Muista myös Celia, valtakunnallinen lukemisesteisten erikoiskirjasto. Celian kirjoja voivat käyttää kaikki, joille tavallisen kirjan lukeminen on lukivaikeuden, sairauden, vamman tai vastaavan syyn vuoksi vaikeaa. Celian maksuttoman äänikirjapalvelun käyttäjäksi voi liittyä kirjastossa.

www.tampere.fi/kirjastot

ekirjasto.kirjastot.fi/

www.celia.fi

tampereen.kaupunginkirjasto@tampere.fi

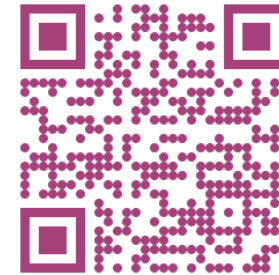
Nepsy-aiheisia kirjoja aikuisille

Tampereen kaupunginkirjasto ja Tampereen kaupungin Nepsy-tukitiimi 2023

Tampereen kaupunginkirjasto ja Tampereen Nepsy-tukitiimi ovat laatineet yhteistyössä listan nepsy-aiheisista kirjoista, joiden avulla voi tutustua aiheeseen ja joista voi saada uusia ajatuksia, näkökulmia, vertaistukea ja lohdutusta. Mukana on sekä tieto- että kaunokirjallisuutta.

Mitä on nepsy?

Nepsy-sana tarkoittaa neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia, kuten ADHD/ADD, autismikirjo, kielelliset erityisvaikeudet ja Tourette. Haasteina voi olla esimerkiksi keskittyminen, toiminnanohjaus, tunnesäätely, aistisäätely, itsesäätely, ajanhallinta tai sosiaaliset taidot.



Katso aikuisten nepsy-kirjalista PIKI-verkkokirjastosta.

Aikuisten romaaneja

Berman, Sabina: Nainen joka sukelsi maailman sydämeen. 2011
Meksikolaiskirjailijan tunteikas esikoisromaani nuoresta autistisesta naisesta on myös vahva ekologinen kannanotto merten suojelun puolesta.

Hakalahti, Niina: Kaleidoskooppi. 2021
Koskettava kuvaus neurokirjon ihmisten ja läheisten arjesta.

Honeyman, Gail: Eleanorille kuuluu ihan hyvää. 2018
Eleanor elää yksinään tarkasti organisoitua elämää. Joka päivä töissä hän käyttää samoja vaatteita ja nauttii samanlaisen lounaan. Hän ei oikein osaa olla ihmisten kanssa, vaan sanoa paukauttaa mitä ajattelee.

Lampela, Anja: Lankarullatyttö: Autistilapsen tarina. 2015
Lankarullatyttö on kertomus pienestä autistilapsesta ja hänen perheestään. Se on kertomus rakkaudesta, ymmärtämisestä, väärinymmärtämisestä, syyllisyydestä, totuuksista ja valheista.

Mustranta, Maria: Äidin tehtävä. 2022
Lauran ja Mirellan keinot selviytyä haastavien lastensa kanssa poikkeavat toisistaan. Kumpikin etsii omaa tapaansa pärjätä. Romaani kysyy, mikä on äidin tehtävä ja äidin vastuu, mihin saakka äidin täytyy venyä?

Nieminen, Veera: Kottikärrykaruselli. 2022

Powers, Richard: Hämmästy. 2022
9-vuotias Robin on herkkä ja älykäs lapsi, joka uppoutuu yksityiskohtaisiin, uhanalaisia eläimiä esittäviin maalauksiinsa. Hän on onnellisimmillaan luonnossa eikä käsitä, miksi ihmiset eivät toimi, vaikka planeettamme on hälytystilassa. Koulu edellyttää tietynlaista käyttäytymistä, joka ei Robinilta helposti onnistu. Robinin isä kuulee uudelta hoitomuodosta, joka perustuu dekodattuun neuropalautteeseen. Tulevaisuuteen sijoittuva tarina vanhemman rakkaudesta lastaan kohtaan.

Muita tietokirjoja

ADHD-käsikirja (toim. Berggren ja Hämäläinen). 2018 (59.55)

Attwood, Tony: Aspergerin oireyhtymä lapsuudesta aikuisuuteen. 2012 (59.55)

Autismikirjon kuntoutusmenetelmät. 2019 (59.55)

Bowellan, Suvi: Helpotusta erityisherkan elämään. 2022 (14.4)

Durchman, Sari-Marika: Supervoimani ADHD. 2021 (59.55)

Durchman, Sari-Marika: ADHD ja parisuhde. 2023 (59.55)

Halmetvaara, Henna: Tylsyyden taito : harjoituksia ärsyketulvan kesyttämiseen ja oppimisen herättelyyn. 2020 (14.16)

Hansen, Anders: ADHD voimavarana : missä kohtaa kirjoa olet? 2018 (59.55)

Huotilainen, Minna: Keskittymiskyvyn elvytysopas. 2018 (14.1)

Huotilainen, Minna: Näin aivot oppivat. 2019 (14.12)

Nepsy-opas : tukea neuropsykiatrisiin haasteisiin. 2022 (59.55)

Suikkanen, Hanna: Nuoren adhd-opas. 2023

Touretten oireyhtymä (toim. Leppämäki ja Savikuja). 2017 (59.55)

Törnvall, Clara: Naisia autismin kirjolla. 2023 (59.55)

Virta, Maarit: ADHD-aikuisen selviytymisopas 2.0 : tutkittua tietoa ja käytännön vinkkejä. 2018 (59.55)

Hejlskov Elvén, Bo: Kenen ongelma? : haastavat tilanteet koulun arjessa. 2016 (38.5)

Huutilainen, Minna: Näin aivot oppivat. 2019 (14.12)

Kranowitz, Carol Stock: Tahatonta tohellusta : sensorisen integraation häiriö lapsen elämässä. 2015 (59.55)

Lasten kielelliset vaikeudet: haasteiden tunnistaminen ja kuntoutus. 2022 (38.551)

Matilainen, Maria: Maltti ja Sinni: harjoitteita itsesäätelytaitojen oppimiseen. 2021 (38.52)

Määttä, Paula: Tavallisen erityinen lapsi: kasvun ja hyvinvoinnin tukeminen yhdessä. uudistettu painos 2022 (38.41)

Nepsy-opas: tukea neuropsykiatrisiin haasteisiin. 2022 (59.55)

Oppimisen vaikeudet (toim. Ahonen) 2019 (38.55)

Parikka, Jaana: Vaikeudesta voimaksi: neuropsykiatriset häiriöt ja niiden huomioiminen koulussa. 2017 (38.55)

Riihonen, Riikka: Kuinka kiukku kesytetään?: lasten aggressiokasvatus. 2020 (14.16)

Sandberg, Erja: ADHD ja oppimisen tuki: huomioi yksilölliset tarpeet ja vahvuudet. 2018 (38.55)

Saukkola, Kirsi: Näe sydämellä: luo arvostava yhteys lapseen. 2017 (37)

Taaperosta taitavaksi toimijaksi: itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen (toim. Aro ja Laakso). 2011 (14.61)

Tompuri, Merja: Tenavat tasapainoon. 2016 (14.61)

Trogen, Tiia: Positiivinen kasvatus. 2020 (38)

Uusitalo, Lotta: Huomaa hyvä!: vahvuusvariksen tarinakirja. 2021 (38)

Prose, Nita: Huonesiivoja. 2022

Molly hoitaa työnsä hotellin huonesiivojana etiketin mukaisesti ja millimetrin tarkasti, mutta sosiaaliset tilanteet saavat hänet neuvottomaksi. Autismikirjolla olevan Mollyn maailma kääntyy ylösalaisin, kun hän päätyy pääepäilyksi hotellissa tapahtuneeseen murhaan. Sydäntä lämmittävä tarina siitä, millaista on olla kuin kuka tahansa meistä ja silti täysin erilainen.

Simsion, Graeme: Isätesti. 2022

Huumorin sävyttämä tarina juhlii erilaisuutta ja kysyy, mikä on normaalia ja kuka sen saa määritellä. Kirjassa isä kohtaa poikansa kautta samat sosiaalisen kommunikoinnin haasteet, joiden kanssa hän on itse paininut koko ikänsä.

Stuart, Keith: Poikani Sam. 2017

Minecraft-pelin avulla isä ja 8-vuotias autistinen poika oppivat ymmärtämään toisiaan paremmin.

Sarjakuvia

Jäntti, Lauri: Kumman ongelma? Sarjakuva vanhemmille. 2018

Jäntti, Lauri: Lykkäämisestä tekemiseen. Sarjakuva vanhemmille lapsen tukemisesta 2019

Tietokirjoja: Elämäkertoja ja vertaistukea

Barnett, Kristine: Ihmeellinen mieli: poikani tarina. 2013 (59.55)

Koskettava kertomus todistaa, miten ylivoimaisia esteitä rakkauden ja rohkeuden avulla on mahdollista voittaa ja miten oman lapsen puolesta taistellessaan voi auttaa kokonaista yhteisöä sekä saada yhteisöltä paljon myös takaisin. "Jos kasvattajat tunnistavat lapsen sisäisen kipinän ja sallivat sen puhjeta liekkeihin, lapsen kehitys johtaa vääjäämättä aina pidemmälle kuin kukaan olisi alun perin kuvitellutkaan."

Cleve, Elisabeth: Kaaoksesta kohti eheyttä: ADHD-lapsen tarina. 2003 (59.55)

Margareta ja Gunnar adoptoivat nelivuotiaan pojan ranskalaisesta lastenkodista. Lapseen oli vaikea saada kontaktia ja hän teki ympäristönsäkin levottomaksi, koska ei osannut olla hetkeäkään paikallaan. Hän tuntui elävän jatkuvassa kiputilassa. Lukija pääsee seuraamaan, kuinka sylkytahraksi tunteva vihamielinen pikkupoika vähitellen muuttuu ehjäksi nuoreksi mieheksi.

Ernman, Malena: Sydämen asioita: perhe ja planeetta kriisissä. 2019 (99.1)

Tunnetun ilmastovaikuttajan ja hänen perheensä tarina. Greta lopettaa 8-vuotiaana syömisen miltei kokonaan. Lopulta hän saa diagnoosin Aspergerin oireyhtymästä. Myös nuorempi sisar Beata alkaa oireilla ja saa diagnoosit Aspergerista ja ADHD:stä.

Higashida, Naoki: Miksi minä hypin: erään pojan ääni autismin hiljaisuudesta. 2016 (59.55)

13-vuotiaan kirjoittama teos tarjoaa vastauksia siihen, miten autistisen kehon sisälle on lukittu yhtä utelias, monivivahteinen ja monimutkainen mieli kuin meillä kaikilla.

Johansson, Iris: Toinen maailma jonka tunnen: autistin tarina. 2008 (59.55)

Iris kertoo kirjassaan syvällisellä ymmärryksellä asioista, joille muut hänen tilanteessaan eivät yleensä löydä sanoja.

Koponen, Noora: Jos mä oon oikee: Nuutin tarina. 2020 (59.55)

Nuutilla todettiin kaksivuotiaana lapsuusiän autismi. Nuutin äiti kertoo poikansa tärkeistä askelista tulla osaksi ympäröivää maailmaa.

McAnulty, Dara: Nuoren luonnontutkijan päiväkirja. 2021 (99.15)

15-vuotias pohjoisirlantilainen Dara (poika) on paikallinen Greta Thunberg. Hän on autisti, joka rakastaa luontoa ja saa siitä voimaa mm. koulukiusaamista vastaan. Äidillä, siskolla ja veljellä on myös autismikirjon diagnoosi, isällä ei. Äiti haluaa tukea lapsiaan, jotta asiat olisivat heille helpompia kuin hänelle itselleen. Teos antaa tietoa ja ymmärrystä autistisen ihmisen kohtaamista haasteista ja tavasta hahmottaa maailmaa.

Nepsyt: erityistä elämää (toim. Jäntti ja Savinainen). 2018 (59.55)

Kokoelma kaikenikäisten neuropsykiatrisesti oireilevien ja heidän läheistensä kirjoituksia elämästä neuropsykiatrisen erityisyyden kanssa Suomessa.

Rintala, Heli: Liian ihmeellinen maailma: Asperger-ihmiset kertovat. 2016 (59.55)

Tilli, Paula: Toisin: minun Asperger-elämäni. 2013 (59.55)

Tilli, Paula: Att vara vuxen med Aspergers syndrom: om identitet, relationer och vardagen. 2021 (59.55)

Täyttä elämää ADHD:n kanssa (toim. Jäntti). 2016 (59.55)

Kokoelma ADHD-oireisten ja heidän läheistensä omakohtaisia kirjoituksia Suomessa.

Tietokirjoja kasvattajille

Ahonen, Liisa: Haastavat kasvatustilanteet: lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. 2017 (38.51)

Anttila, Ulla: Erityislapsen vanhempana: voimavaroja hyvään elämään. 2020 (37.233)

Auvinen, Mirkka: Tunnelintu: elämyksellistä tunnekasvatusta lapsille. 2023

Ayres, A. Jean: Aistimusten aallokossa - sensorisen integraation häiriö ja terapia. 2008 (59.55)

Esteille hyvästit!: opas autismikirjon sekä adhd- ja Tourette-oireisten lasten kasvattajille (toim. Oksanen ja Sollasvaara). 2019 (59.55)

Greene, Ross W.: Tulistuva lapsi. 2007 (38.1)

Heiskanen, Heli: Erityisherkin lapsen kanssa. 2022 (14.4)