

### **Santaoja, Minna: Ampiaiskostaja. 2022**

Kirjassa kerrotaan allergisten reaktioiden aiheuttamista tunteista Nolan perheessä. Toisena aiheena nousee esiin tutustuminen mukavaan, mutta hieman erikoiseen naapurin mieheen, jolla on Aspergerin oireyhtymä.

### **Sarvanne, Mia: Minka ja Mykkä-Mörkö päiväkodissa: tarina ja tietoa tilannekohtaisesta puhumisen vaikeudesta eli valikoivasta puhumattomuudesta. 2020 (59.56)**

Minka juttelee kotona, mutta päiväkodissa Mykkä-Mörkö kasvaa suureksi ja estää Minkaa puhumasta. Onneksi Mykkä-Mörkö saa apua ja rohkaistuu puhumaan.

### **Tanttu, Ville: Tiikerisydän: pelon sisällä asuu rohkeus. 2012**

Äärettömyys, mustat aukot ja avaruus kiehtovat yhdeksänvuotiasta Amosta. Hän tykkää ajatella, ja etenkin piirtää asioita, joita ei oikein voi käsittää. Lukeminen on Amokselle kuitenkin kauhea asia - niin kammottava, että hän jättää omin luvun koulunkäynnin kesken.

- Nettikirjat Liinusta ja Patrikista suomeksi ja ruotsiksi ADHD-tietoa.fi -sivustolla: <https://www.adhd-tietoa.fi/lisaeaineisto/>
- Osa luettelon kirjoista löytyy kirjastosta myös e-kirjoina tai e-äänikirjoina.

Kysy kirjastosta nepsy-aiheisia kirjoja myös muilla kielillä.

Esimerkiksi ruotsinkielinen lastenromaani:

### **Roca Ahlgren, Malin: Mollys tunga ryggsäck. 2021**

englanninkielinen kuvakirja:

### **Fitzgerald, Laura Marx: Wild for Winnie. 2022**

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](http://www.tampere.fi/kirjastot)

[ekirjasto.kirjastot.fi/](http://ekirjasto.kirjastot.fi/)

[www.celia.fi](http://www.celia.fi)

[lapset.metso@tampere.fi](mailto:lapset.metso@tampere.fi)

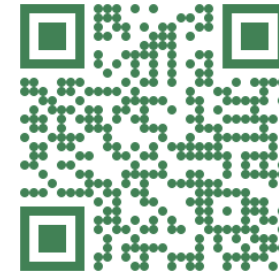
## **Nepsy-aiheisia kirjoja lapsille**

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, autisikirjo, kielelliset erityisvaikeudet ja Tourette. Haasteina voi olla esimerkiksi keskittyminen, toiminnanohjaus, tunnesäätely, aistisäätely, itsesäätely, ajanhallinta tai sosiaaliset taidot.



Katso lasten nepsy-kirjalista PIKI-verkkokirjastosta.

## Kuvakirjoja

### **Bright, Rachel: Vapaan tyylin Vernerit. 2021**

Runokuvakirja omintakeisesta kananpoika Verneristä, jolla on virtaa kuin pienessä kylässä. Muut kanalan asukkaat motkottavat jatkuvasta touhuamisesta ja metelistä.

### **Davidsson, Cecilia: Muumipeikko ja näkymätön vieras: Tove Janssonin kertomuksen mukaan. 2019**

Muumiperhe saa vieraakseen Ninnin, joka on muuttanut näkymättömäksi ilkeän tätinsä takia. Kuinka voi tutustua johonkuhun, josta ei näy eikä kuulu jälkeäkään? Entä onnistuvatko muumit muuttamaan Ninnin jälleen näkyväksi?

### **Hämynen, Annika: Apua, sukissani on lohikäärmeitä!: satuja aistiherkkyyksistä. 2022**

Aistiherkän Kaikun tavallista arkea haittaavat vaatteissa pistelevät lohikäärmeet ja ujut porkkanat, jotka eivät uskalla tulla suuhun. Kirjan lopussa on tietopaketti aistitiedon käsittelyn ja säätelyn vaikeuksista.

### **Knapman, Timothy: Joskus minä raivostun. 2022**

Joskus asiat sujuvat oman mielen mukaan, mutta huonona päivänä voi sattua jotain epäreilua, mistä oikein raivostuu.

### **Knapman, Timothy: Joskus en vain tahdo. 2023**

Joskus on helppoa toimia ohjeiden mukaan, mutta aina se ei onnistu. Huonona päivänä jännittää, ei jaksaa odottaa omaa vuoroa ja ruoka on paha.

### **Künzler-Behncke, Rosemarie: Vauhdikas Rasmus. 2008**

Rasmuksella riittää vauhtia ja leikit menevät helposti turhan rajuiksi. Se harmittaa Rasmusta itseäänkin: ei ole kivaa saada aina vain toruja. Yhdessä vanhempien kanssa voidaan kuitenkin keksiä keinoja saada vauhtia hieman hillityksi.

### **Lampi, Hanna: Toivon poika. 2019**

Toivo-koiran paras ystävä Poika on erityinen, sillä hän näkee ja kokee maailman hieman eri tavalla kuin muut. Kun maailman melske häiritsee, Toivo istuu viereen ja koskettaa Pojan jalkaa kuonollaan.

### **Kulmala, Marianne: Saku - spesiaali lapsi. selkokirja. 2014 (59.55)**

9-vuotiaalla Sakulla on Aspergerin oireyhtymä. Hän suuttuu helposti ja tekee asioita, joista seuraa hankaluuksia. Kirjan lopussa Sakun äiti kertoo arjesta spesiaalisen lapsen kanssa.

### **Kulmala, Marianne: Rufus - spesiaali lapsi (selkokirja). 2016 (59.55)**

9-vuotiaalla Rufuksella on Touretten oireyhtymä. Hän voi päästää suustaan kummallisia ääniä ja tehdä erilaisia liikkeitä, eikä hän voi niille mitään. Kirjan lopussa Rufuksen äiti kertoo arjesta spesiaalisen lapsen kanssa.

### **Laijervi, Marika: Pietari, Nella ja kulmakunnan kauhu. 2006**

Kulmakunnan kauhuna pidetty kiusaaja on usein yksinäinen. Leevillä on ADHD, minkä takia hän usein käyttäytyy arvaamattomasti. Leevistä voi silti saada hyvän kaverin.

### **Larchez, Michèle: Ystäväni Aapo, jolla on autismi. 2002 (59.55)**

9-vuotias Aapo käyttäytyy eri tavalla kuin muut lapset. Hieman jo vanhentunut kirja, jonka aihe on silti edelleen ajankohtainen.

### **Lindgren, Astrid: Vaahteramäen Eemeli -kirjat.**

Eemeli on älykäs ja hyväsydäminen poika, jolle sattuu yhtä ja toista yllättävää. Aikuiset eivät aina ymmärrä hänen kekseliäisyyttään, vaan pitävät sitä kurittomuutena ja metkuiluna.

### **Mäkinen, Leena: Mitäs nyt, Eetu ja litu?: keksitään yhdessä ratkaisuja : lapsen kerrontataitoja kehittävä satukirja. 2020 (86)**

Eetu ja litu joutuvat tämän tästä kiperiin tilanteisiin.

### **Pennypacker, Sara: Klementiina-sarja 2014–2015**

Mitä ikinä Klementiina tekeekään koulussa, vastassa on harmia - siltä Klementiinasta ainakin tuntuu. Terävien asioiden lisäksi Klementiinaa huolestuttaa ajatus siitä, että hän on perheen vaikea lapsi, josta vanhemmat haluavat eroon. Sarjassa on 7 osaa.

### **Sandelin, Annika: Yokon yökirja -sarja: Yönmustaa ja ihanaa. 2019**

Yoko kirjoittaa yökirjaansa kaikesta hauskasta ja kamalasta mitä kotona ja koulussa tapahtuu. Äiti ja pikkusisko Frida raivostuvat helposti. Onneksi kaikenlaisiin ongelmiin voi löytää apua perheneuvolasta. Sarjassa on kolme osaa.

**Suikkanen, Hanna: Piilovoimia: adhd-opas lapsille. 2022 (59.55)**

Opas auttaa adhd-diagnoosin saaneita lapsia ymmärtämään mistä on kysymys. Kirjan tehtävät ja tietoisut antavat vinkkejä ja ideoita sekä kotiin, kouluun että vapaa-ajalle.

**Suvilehto, Pirjo: Pikku poni ja tunteet. Atrain & Nord 2022 (14.16)**

Tunteet hämmentävät pikku ponia. Se pyytää ystäviään kertomaan millaisia tunteita ne kokevat.

## Lastenromaaneja ja elämäkertoja

**Camerini, Valentina: Gretan tarina: et ole koskaan liian pieni tekemään suuria asioita. 2019 (99.1)**

Greta Thunberg on teini-ikäinen ilmastoaktivisti, joka aloitti maailmanlaajuisen koululakon Fridays For Future. Saavuttamansa kuuluisuuden ansiosta Greta tekee tunnetuksi myös Aspergerin oireyhtymää.

**Haig, Matt: Totuuskeiju. 2019**

Totuuskeijun on aina puhuttava totta ja muut loukkaantuvat sen suorapuheisuudesta.

**Heinonen, Henna Helmi: Tuplapulma, Maria! 2018**

Marian luistelupari Vili on vauhdikas ja levoton, mutta kuitenkin kiva kaveri. Noin kymmenvuotiaista luistelijoista kertovat sarja.

**Hewitt, Salla: Kaarle Karhun kirja. 2021 (59.55)**

Kaarle on autismikirjon karhu ja hänen pikkuveljensä Viljami on aivan erityisen touhukas. Tarinat lasten elämän arkisista tilanteista auttavat ymmärtämään miksi heidän käyttäytymisensä vaikuttaa joskus kummalliselta.

**Jansson, Tove: Muumipeikko ja näkymätön lapsi 2006 (selkokirja)**

Tove Janssonin selkokielisessä novellikokoelmassa on tarina näkymättömäksi muuttuneesta Ninnistä. Muumiperheen hellässä hoidossa Ninni alkaa toipua.

**Percival, Tom: Isla saa kavereita. 2021**

Islan on vaikea saada kavereita. Hän ei tiedä mitä pitäisi sanoa tai tehdä. Oman erityisen taitonsa avulla hän lopulta kuitenkin onnistuu.

**Pigg, Karoliina: Omenaposki ja Nalle Karhunen. 2021**

8-vuotias Nalle on viisas ja kiltti veli. Joskus Nalle käyttäytyy kuin talviuniltaan herätetty hurja ja äkkipikainen karhu. Kirjassa kuvataan lestadiolaisperheen elämää, johon yhden sisaruksen autismikirjo tuo varjoja, mutta myös valoa ja voimaa.

**Piiparinen, Suvi: Ilona ja Mysteeri-Masa. 2022**

Uudella naapurin pojalla on autismikirjon häiriö ja hänen touhunsa kummastuttavat Ilonaa. Kun lapset tutustuvat paremmin, Ilona saa Masasta hyvän kaverin. Kirjan lopussa on tietoa autismikirjon häiriöstä.

**Pruuki, Heli: Prinsessa ja herne nenässä. 2020**

Piipati on vihainen, kun kaikki ei mene niin kuin Piipati tahtoo. Keskusteleminen, syli, halaus ja anteeksipyytäminen auttavat pientä lohikäärmettä rauhoittumaan.

**Ranta, Kati: Prinsessa Ruuti. 2021**

Prinsessa Ruuti suuttuu helposti, kun hänen pitäisi esimerkiksi kammata hiuksensa. Myös äiti suuttuu helposti. Pikkuveli on erityisprinssi Kauno.

**Robbins, Rose: Minä ja minun siskoni. 2019, Puhuminen ei ole minun juttuni! 2020**

Elämä autistisen pikkusiskon kanssa voi joskus olla mutkikasta, eikä tämän käytöstä ole aina helppoa ymmärtää. Sisko on silti todella rakas, ja mukavaa yhteistä puuhaa keksitään vaikka millä mitalla!

**Sarvanne, Mia: Saana ja jumittuvan äänen salaisuus. 2021**

Ekaluokkalaisella Saanalla on tilannekohtaista puhumisen vaikeutta eli valikoiva puhumattomuus. Tarina auttaa lasta huomaamaan, että on muitakin, jotka eivät pysty kaikissa tilanteissa puhumaan, ja että puhuminen voi jonakin hetkenä onnistua.

**Tamminen, Petri: Kun kohtaat avaruusolennon. 2019**

Joskus uuden ihmisen tapaaminen voi tuntua siltä kuin kohtaisi avaruusolennon. Onneksi molempiin kiperiin tilanteisiin tepsivät hyvin samanlaiset konstit. 3

### **Vilja, Maria: Näkymätön reppu. 2022**

Erityisherkan Rosalin näkymättömän repun sisällä on kaikki se, mitä Rosali näkee, tekee, kuulee ja kokee. Joskus reppu tulee liian täyteen. Miten sitä silloin voi keventää?

### **Yliherva, Anneli: Tetti ja kaverit. 2022**

Tetillä on autismikirjon häiriö. Päiväkodin kova meteli ja hajut tuntuvat Tetin mielestä kamalilta, mutta leikkiminen ja tavaroiden järjestely riviin on hauskaa. Hän tykkää myös tehdä asioita monta kertaa, vaikka laskea liukumäestä sata kertaa. Kirjan lopussa on tietoa autismikirjon häiriöstä.

### **Lue myös nämä tunnetaitokirjat:**

#### **Brooks, Felicity: Monen sortin tunteet. 2020 (14.16)**

Kirjassa opetellaan tunnetaitoja: tunnistamaan ja nimeämään, ilmaisemaan ja säätelemään tunteita ja eläytymään toisten tunteisiin.

#### **Bryan, Lara: Kysy ja kurkista!: tunteet. Tammi 2022 (14.16)**

Värikkään tietokirjan luukkujen alle kurkistamalla löytyy vastauksia tunteita käsitteleviin kysymyksiin.

#### **Georgiou, Melissa: Lari-sarja. 2017 (14.16) (2 osaa)**

#### **Georgiou, Melissa: Metsäjengi-sarja. 2018 (3 osaa)**

Lapset ja aikuiset oppivat Metsäjengin seurassa miten erilaisia tunteita voi oppia hallitsemaan.

#### **Karabatzia, Villie: Ensimmäinen tunnekirjani. 2022**

Paksulehtinen kirja sopii etenkin pienille lapsille. Selkeiden kuvien avulla oppii tunnistamaan, nimeämään ja ymmärtämään erilaisia tunnetiloja.

#### **Karjalainen, Valma: Opin taitoja: selkokieliä harjoituksia kouluun ja arkeen. 2022 (38.5507 selkokirja)**

Harjoituksia alakouluikäisille oppijoille opiskelutaitojen, ajattelun taitojen ja sosiaalisten taitojen harjoittelun tueksi.

#### **Kuusela, Anne-Maria: Ympyräiset-sarja. 2017–2021 (10 osaa)**

Ympyräiset ovat sympaattisia eläinhahmoja, jotka ovat kaikki luonteeltaan erilaisia. Kirjasarja auttaa lasta tunnistamaan omia vahvuuksiaan, selviämään kiukun tunteista ja toipumaan pettymyksistä sekä kannustaa yrittämään uudelleen. Tarinan rinnalla on sen teemoihin liittyviä kysymyksiä, joiden avulla voi pohtia esiin nousseita tunteita.

4

#### **Lisäksi:**

#### **SAJAMA, Sinikka: Suuri kirja vahvuuksista. 2020 (85.12)**

Ympyräisten satumaailmaan sijoittuvissa tarinoissa seikkaillaan ja tutustutaan luontevahvuuksiin.

#### **PÖYHÖNEN, Julia: Tunnetaitojen käsikirja: askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja vanhemmalle. 2020 (14.12)**

Ympyräiset-sarjaan kuuluva tunnekasvatusopas. Tietoa tunteista ja tunnetaitotehtäviä 3–8-vuotiaille.

#### **TEITTINEN, Matias: Minä olen Pomppu Bansku ja innostun helposti! 2022 (84.2 H)**

Helppolukuinen kirja, jossa Pomppu Bansku kertoo itse, miten rauhoittuminen on vaikeaa ja miten se häneltä viimein onnistuu.

#### **McDonald, Avril: Jukka Hukka -sarja. 2018–19 (6 osaa) myös tunnetaitokortit**

Lorumuotoiset sadut auttavat käsittelemään haastavia tunteita lasten kanssa. Saduissa käsitellään muun muassa rauhoittumista, itsetuntoa, ystäväystymistä, ahdistusta, pelkoa ja menetystä. Kuhunkin kirjaan on koottu ideoita ja tehtäviä satuun liittyvien tunnetaitojen harjoittelemiseksi lasten kanssa.

#### **Pöyhönen, Julia: Fanni-sarja. 2019–21 (6 osaa) myös tunnetaitokortit**

Fanni-sarjan kirjat tutustuttavat lapset tunnetaitoihin ja käytännön tunnesäätelykeinoihin. Kirjoissa on Fanni-norsusta kertova tarina ja harjoituksia lapsille sekä tunnetaidoista kertova osuus kasvattajalle.

#### **Riihonen, Riikka: Aada ja kiukkuleijona. 2020**

Äiti tutustuttaa Aadan kiukkuleijonaan ja erilaisiin keinoihin, joiden avulla kiukkua saa kesytetyksi. Tarinan lisäksi kirjassa on tehtäviä ja tietoa lapsen tunnesäätelytaitojen edistämisestä.

#### **Sainio, Taina: Nestori Neuronin ja hämmästyttävät aivot. 2023 (59.55)**

Kun Sohvin pitäisi lähteä aamulla uuteen päiväkotiryhmään, hänen sydämensä hakkaa ja vatsa on täynnä perhosiä. Mitä hänelle oikein tapahtuu? Voisiko aivoilla olla jotain tekemistä asian kanssa? Sohvi pääsee Nestori Neuronin kanssa matkalle katsomaan, miten aivot toimivat.

Kirja auttaa lasta ja aikuista ymmärtämään lapsen yllättäviä ja hankalia reaktioita arjen eri tilanteisiin sekä kokeilemaan tunteiden säätelyä vaikeiden olojen voittamiseksi.

5