

Tukea kaikille perheille

Vanhempi tarvitsee tietoja ja taitoja, joiden avulla lapsen kasvua ja kehitystä tuetaan myönteisesti. Vanhempana sinun ei tarvitse olla heti valmis. Kun lapset ovat pieniä, useimpien vanhempien on melko helppoa leikkiä heidän kanssaan ja olla läsnä. Lasten kasvettua isommiksi perheen yhdessä viettämä aika usein vähenee. Vanhemmuustaitoja voi oppia ja niitä voi harjoitella läpi lapsen kasvun.

Perustana perhe -ryhmät ovat neljän tapaamisen kokonaisuuksia. Jokainen tapaaminen kestää kaksi tuntia. Aluksi vanhemmilla on tunti aikaa aikuisten kesken, samalla kun lapset ovat omissa ohjatuissa toiminnassaan. Toisen tunnin perheet viettävät ja leikkivät yhdessä. Onnistumisen kokemukset ovat vahvempia silloin kun sekä lapset että vanhemmat työskentelevät yhdessä.

Jokaiselle kerralle on valmis ohjelma, joka sisältää keskustelua ja toimintaa sekä perheen yhteisiä pelejä ja leikkiä. Ryhmätoimintaan on valittu sisältöjä, joiden on tutkitusti osoitettu tukevan vanhemman jaksamista ja vanhemmuustaitoja, perhearkea sekä lasten kasvua ja kehitystä. Koulutetut ryhmänohjaajat ovat koko ajan perheiden kanssa.

Olemme vahvoja, rakastavia vanhempia. Autamme lapsiamme kehittymään vastuullisiksi ja itsestään huolta pitäviksi nuoriksi.

Perustana perhe -ryhmän taustalla on ajatus, että jokaisella perheellä on vahvuuksia ja taitoja. Kun vanhemmat ja lapset viettävät aikaa yhdessä, perheistä tulee vielä vahvempia ja pärjäävämpiä. Perheet vahvistuvat, kun perheenjäsenet jakavat ajatuksia ja arkea toistensa sekä myös muiden perheiden kanssa. Ryhmät on suunnattu 8-13-vuotiaiden lasten perheille.

YK:n huume- ja rikostorjuntavirasto (UNODC) on kehittänyt vanhemmuustaitoja tukevaa ryhmämallia 2010-luvulta alkaen. Tutkimusten perusteella ryhmään osallistuneiden perheiden arki helpottui ja lasten haastava käytös väheni. Vuorovaikutus ja hyvinvointi lisääntyi perheissä. Pitkällä tähtäimellä tämä suojelee lapsia mielenterveyshaasteilta, päihteidenkäytöltä sekä väkivaltaiselta käyttäytymiseltä. Perustana perhe -hankkeessa (2024-26) ryhmämallia kehitetään Suomessa asuville perheille sopivaksi ja se tuodaan suomalaisten järjestöjen ja perheiden käyttöön. Hanketta rahoittaa STEA.

Lisätietoja

Heikkilä Hanna
projektipäällikkö
050 567 3270
hanna.heikkila@ehyt.fi

Mervi Koskela
projektikoordinaattori
044 901 0688
mervi.koskela@ehyt.fi

Romanifoorumi
Henry Jauhiainen
projektikoordinaattori
050 536 2566
henry.jauhiainen@romanifoorumi.fi

ehyt.fi/perustanaperhe
unodc.org/unodc/en/prevention/family-united.html

@UNODC_PTRS #familyunited #strongfamilies
#drugprevention #drugtreatment #listenfirst
#youthinitiative #ehytry #lämminvanhemmuus
#vanhemmuudentuki #perustanaperhe

Perustana perhe -toiminta Kaikille perheille



UNODC
United Nations Office on Drugs and Crime



Läheisyyttä ja läsnäoloa

Kiintymyksen osoittaminen on vanhempien osoittamaa lämpöä, rakkautta sekä lapsen kuuntelemista ja kuulemista. Viesteihin vastaaminen saa lapsen tuntemaan olonsa rakastetuksi, se vahvistaa itseluottamusta ja hyvinvointia. Rajojen asettaminen ja rutiinit luovat lapselle turvallisuuden tunnetta ja auttavat saamaan perhearjesta sujuvaa.

Vanhempien ryhmäkertojen sisältöjä

- Lämmin vanhemmuus ja lapsen positiivinen huomioiminen
- Sujuva perhearjaksi – selkeät ohjeet ja yhteiset toimintatavat
- Miten toimia, kun lapsen käytös haastaa?
- Säännöt ja rajat riitelylle
- Vanhemman stressi ja jaksaminen

Lapset kodin ja kavereiden välimaastossa

Hyvinvoiva lapsi tunnistaa omia vahvuuksiaan ja taitojaan, haluaa kertoa vanhemmille omista tärkeistä asioistaan ja ajatuksistaan. Kun lapsi kasvaa, hän etsii omaa paikkaansa kaveriporukassa ja silloin tarpeet muuttuvat. Ryhmässä toimisen taidot vahvistavat lapsen pärjäämistä ja auttavat selviytymään hankalista tilanteista kodin ulkopuolella.

Lasten ryhmäkertojen sisältöjä

- Lapsilla on vahvuuksia
- Lapsilla voi olla stressiä – mitä silloin voi tehdä?
- Mitä on ryhmäpaine?
- Kaveritaidot ja omat rajat

Yhteinen arki ja aika

Yhteinen perheaika vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja auttaa ymmärtämään toisia. Yhteiset puuhat ja arkiset hetket lujittavat luottamusta ja rakkautta perheen sisällä. Yhdessä tekeminen on hauskaa, rentouttavaa ja vähentää stressiä, ja samalla se vahvistaa perheen sisäistä vuorovaikutusta. Lämpimät perhesuhteet auttavat lasta pärjäämään kodin ulkopuolella.

Yhteisten ryhmäkertojen sisältöjä

- Perheen vahvuudet
- Kuuntelu ja toistemme kokeman stressin ymmärtäminen – toimiva vuorovaikutus perheessä
- Perheen yhteiset arvot ja vuorovaikutus perheessä
- Meidän perhe – paras perhe

