



Kehitysvammaisten Tukiliitto ry

**kohtaa
mut**



HETKI - Ryhmämalli



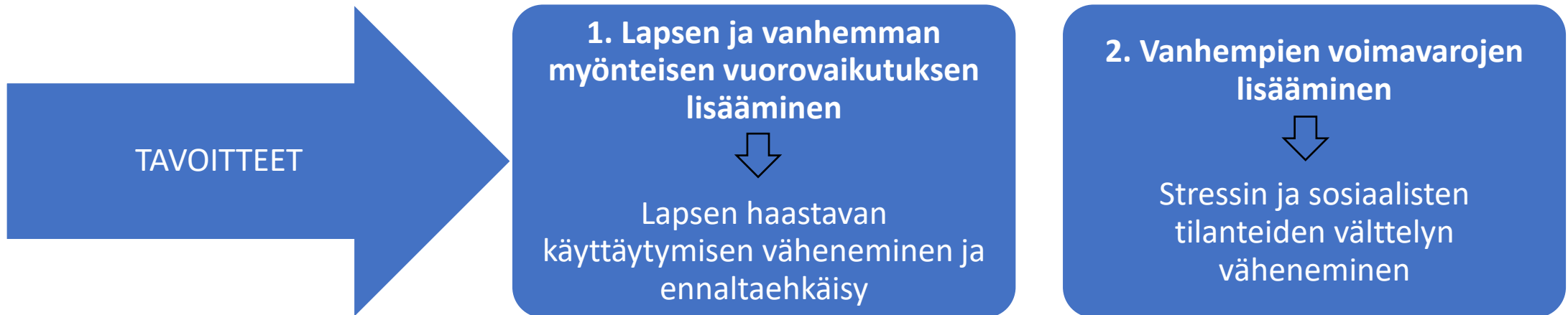
<https://www.tukiliitto.fi/toiminta/perheet-ja-vertaistuki/hetki/>



HETKI – Ryhmämallin taustaa

TARVE:

Kehitysvammaisten lasten vanhemmat ovat tuoneet esiin tarvitsevansa keinoja lapsen haastavan käyttäytymisen hallintaan. Tarve on noussut esiin muun muassa lastenneurologian poliklinikoilla ja erityiskouluissa. Haastavaa käyttäytymistä esiintyy noin 30-50 %:lla kehitysvammaisista ihmisistä (Koskentausta, 2006).





HETKI –ryhmämallin teemat:

LAPSI

1. Lapsen haastava käyttäytyminen
2. Tunnetaidot kasvatuksessa
3. Yhteyden rakentaminen ja jaettu ilo
4. Oppimisen edellytykset ja rajojen asettaminen

VANHEMPI

5. Vanhemman jaksaminen
6. Itsemyötätunto
7. Hyvinvointi
8. Loppukooste tai toiveteema



HETKI –ryhmien suunnitelma 2024

- Ryhmiä tuotetaan 2-3 alueella yhteistyössä jäsenyhdistysten ja hyvinvointialueiden kanssa
- 8 kerran verkkoryhmä vanhemmille + perhepäivä halukkaille
- Tarvittaessa ryhmä voidaan tiivistään 6 verkkoryhmään ja perhepäivään
- Ryhmä kohdennettu joko pikkukoululaisten vanhemmille tai murkkujen vanhemmille
- Tukiliitto tuottaa kaksi valtakunnallista verkkoryhmää yhteistyössä muiden järjestötoimijoiden kanssa
- Tukiliitto vastaa HETKI -ryhmien koordinoinnista/tiedotuksesta/markkinoinnista alueiden perhepalveluille ja perheille.



Voimavaroja vuorovaikutukseen tukea tarvitsevan murrosikäisen kanssa – verkkokurssi ja materiaali



Kurssi löytyy Hyvä kysymys -alustalta, www.hyvakysymys.fi, itseopiskelumateriaalina, verkkokurssina, <https://www.hyvakysymys.fi/kurssi/voimavaroja-vuorovaikutukseen-tukea-tarvitsevan-murrosikaisen-kanssa/>



MITÄ?

- Verkkokurssi on luotu vuonna 2022.
- Verkkomateriaalin on luonut vertaisvanhemmista koottu kehittäjäryhmä.
- Kurssimateriaalissa on viisi osaa.
Jokaisessa osassa on tekstiä, videoita ja viimeisenä pohdintatehtävä.
Videoissa on ammattilaisten kanssa käytyjä keskusteluja aiheesta.
- Perheen vanhemmat voivat tehdä kurssin yhdessä.
Kurssin voi tehdä myös yhdessä esimerkiksi vertaisryhmän kanssa.
- Kurssi sopii hyvin myös perheitä työssään kohtaaville ammattilaisille, ammattilaistiimeille ja työyhteisöille, sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille tai opiskelijatiimeille.
 - Kurssille ei tarvitse ilmoittautua ja sen voi suorittaa omassa tahdissa.
 - Kurssi on maksuton.



MIHIN PYRITÄÄN:

- Kurssin tavoite ja sisältö
- Kurssin tavoitteena on tukea vanhemman vuorovaikutusta erityistä tukea tarvitsevan nuoren kanssa. Kurssi voi auttaa löytämään tapoja turvalliseen vuorovaikutukseen.
- Vanhempi saa materiaalista apua nuoren kanssa käytävään vuorovaikutukseen ja kohtaamiseen murrosiässä.
- Murrosikään liittyvistä asioista puhuminen helpottuu.
 - Materiaali auttaa vanhempaa ymmärtämään nuoren muuttuvia tarpeita ja ajatuksia.
 - Materiaali auttaa vanhempaa myös tukemaan nuorta.



TOTEUTUS?

Mitkä ovat verkkokoulutuksen sisällöt:

Ilmiötaso-Tietoa ja kokemuksia, murrosiän ilmiön monimuotoisuuden esiin tuominen sekä yleisen tiedon että kokemusten kautta , ei niinkään yksittäistä diagnostista tietoa.

Toimintatavat – Kohtaaminen/Huomioiminen -vanhemman rooli ja tehtävät
Kohtaaminen/Huomioiminen -ammattilaisten rooli ja tehtävät

Hyväksi havaittuja teemoja –Konkreettisia kohtaamisen työvälineitä kohderyhmän kohtaamiseen ja työskentelyyn

Reflektointi -Kokemusten, ajatusten ja ideoiden vaihtoa vertaisvanhempien kesken/ammattilaisten kesken



- **1)**
Mikä on murrosikä?
Videot:
Mikä on murrosikä?
Vanhemman tunteet
Seksuaaliterapeutin tervehdys

- **2)**
Minä tulen kuulluksi – Nuoren kohtaaminen
Videot:
Kehollinen vuorovaikutus
Voimauttava vuorovaikutus
Voimauttava vuorovaikutus perheen arjessa
Voimauttava vuorovaikutus aloitteen merkitys
Voimauttava vuorovaikutus esimerkki

- **3)**
Mene pois! – Nuoren matka kohti omaa elämää
Videot:
Kehollinen vuorovaikutus
Älä määrää mua itsenäisyys
Tunteiden tunnistaminen ja tarpeet tunteiden taustalla

- **4)**
Katse peiliin – Mun roolini tässä kaikessa?
Videot:
Tilannekuvia irrottautumisesta ja itsenäistymisestä
Murkun seksuaalisuuden kohtaaminen
Käytökseen puuttuminen
Murkun seurustelu
Sosiaalinen media

- **5)**
Kuka auttaa minua?
Videot:
Erytisvanhemman ruudukko
Vanhemman väsymys
Huumorin hyödyntäminen sketsi palvelujärjestelmästä
Harjoitus vanhemmille

[Tukiliiton Youtube-kanavalla oma soittolista:](https://www.youtube.com/watch?v=puL8PSmLpno&list=PLzpuU2mppYffkLaG6KWtihy41J13lg3lq)

<https://www.youtube.com/watch?v=puL8PSmLpno&list=PLzpuU2mppYffkLaG6KWtihy41J13lg3lq>



Lapsen kehitysvammaisuuden tai samankaltaisen tuen tarpeen vuoksi elämään tulee asioita ja kysymyksiä, joita ei ole aikaisemmin kohdannut.

Tukiliiton maksuttomat verkosta löytyvät materiaalit johdattava sinut aiheen äärelle.

Onko teidän yhdistyksellänne tarvetta vertaistukiryhmälle?

Voitte perustaa ryhmän joko paikallisesti tai verkkoon (myös hybridi on hyvä).

Tukiliitto auttaa tarjoamalla maksutonta materiaalia sekä paikallisen että verkkoryhmän toiminnan tueksi.

Voit anoa myös vertaisryhmän vetämiseen Tukiliitosta toiminta-avustusta.

Toiminta-avustus on haettavissa aina tammikuussa.



Eriytyinen voimavaravlogi on videoblogi, joka on suunnattu erityislasten vanhemmille ja ammattilaisille tuomaan näkökulmia arkeen. Eriytyinen voimavaravlogi sisältää **viisi 20–30 minuutin jaksoa**. Jokainen jakso sisältää katsojalle pienen harjoituksen tai tehtävän aiheen tiimoilta, jonka voi helposti napata mukaan osaksi omaa arkea.

Jokainen meistä on valtavan arvokas ja merkityksellinen, mutta joskus sitä on haastavan arjen ja monenlaisten tunteiden keskellä vaikea huomata. Vlogissa tuodaan näkyväksi ja kuulluksi se, mikä joskus väsymyksen ja vaikeiden tunteiden alle hautautuu.

Vlogit löytyvät:

<https://www.tukiliitto.fi/toiminta/perheet-ja-vertaistuki/erityinen-voimavaravlogi/>

Lue blogi Eriytyinen voimavaravlogien hyödyntämisestä vertaisryhmässä:

<https://kvps.fi/vlogisarja-toimii-keskustelun-avaajana/>



Äitikamut -Podcast

Äitikamut Tuija Laine ja Pia Ylisuvanto Rovaniemeltä ovat tuottaneet Äitikamut-nimisen podcastin, jossa teemoitetuissa noin 25 minuuttia kestävissä äänitiedostoissa jakavat kokemuksiaan itsenäistyvien erityisnuorten vanhemmuudesta.

Äitikamut rupattelevat, juttelevat ja jakavat omakohtaisia kokemuksia itsenäistyvien erityisnuorten vanhemmuudesta. Kokemusta erityisperheenä elämisestä äideillä on yhteenlaskettuna yli 50 vuotta.

Äitikamut-podcastjaksot ovat kuunneltavissa seuraavasta linkistä:

<https://www.tukiliitto.fi/toiminta/perheet-ja-vertaistuki/aitikamut/>



*Erityinen
sisarus*





VINKIKSI MUUTAMIA ERITYISEEN SISARUUTEEN LIITTYVIÄ MATERIAALEJA:

- Sisaruuskortit

Kortit on ladattavissa: <https://www.erityinensisaruus.fi/materiaaleja/sisaruuskortit.html>

- Erityinen sisaruus –ryhmämalli alakouluikäisille sisaruksille:

https://www.tukiliitto.fi/uploads/2020/04/6b199bfd-erityinen-sisaruus-ryhman-toimintaraportti_valmis.pdf

- Miten vanhemmat voivat tukea erityislapsen sisarusta –tiivistelmä:

https://www.erityinensisaruus.fi/media/opas-vanhemmille-erityinensisaruus_vaitti.pdf

- Löydät paljon lisää materiaalia, kokemusvideoita jne. verkkosivuilta:

www.erityinensisaruus.fi





Kiitos!

Lisätietoja:

[Tukiliitto.fi](https://tukiliitto.fi)



[@tukiliitto](https://twitter.com/tukiliitto)