

Hetki-ryhmä, vanhempien tukena kun lapsen käyttäytyminen haastaa

Kutsumme sinut Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueella asuva vanhempi mukaan Hetki-ryhmään

Hetki-ryhmä on tarkoitettu Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueella asuville vanhemmille, jotka kokevat lapsen haastavan käyttäytymisen kuormittavan.

Lapsella on lisäksi tuen tarve, joka johtuu esimerkiksi kehitysvammaisuudesta tai autismikirjon piirteistä.

Mitä saat ryhmästä?

Ryhmän tavoitteena on tukea perhettä haastavissa tilanteissa.

Hetki-ryhmä antaa lasten haastavasta käyttäytymisestä kuormittuneille vanhemmille keinoja myönteiseen vuorovaikutukseen, tunteiden säätelyyn ja rajojen asettamiseen.

Voimaantumista tuetaan itsemyötätunnon ja hyvinvoinnin teemojen avulla.

Ryhmä sisältää alustuksia, tietoa ja keskustelua Hetki-teemoista.

Ryhmässä on mahdollisuus vertaiskeskusteluun toisten vanhempien kanssa.

Hetki-teemat

1. Haastava käyttäytyminen
2. Tunnetaidot kasvatuksessa
3. Lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhde
4. Oppimisen edellytykset ja rajojen asettaminen
5. Vanhemman jaksaminen
6. Itsemyötätunto ja hyvinvointi



Kehitysvammaisten
Tukiliitto ry

Ryhmän järjestää Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. Ryhmä toteutetaan Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueen kumppanuusavustuksella ja yhteistyössä Oulun seudun kehitysvammaisten tuki ry:n kanssa.

Hetki-ryhmätoiminnan toteuttamisen ja kehittämisen tukena on järjestötoimijoista ja tutkijoista koostuva taustaryhmä.



Aika ja paikka

- Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueella asuvien lasten vanhemmat ilman ikä- tai diagnoosirajoja.
- **1.9.–6.10.2025, maanantaisin klo 17.30–19**, verkossa Teams-alustalla.
- Ryhmässä on kuusi kokoontumiskertaa ja toivomme sinun osallistuvan kaikkiin kertoihin.

Ilmoittautuminen

Ilmoittaudu Webropol-lomakkeella:

link.webropol.com/s/Hetkiryhmapohde

Ilmoittautuminen päättyy **25.8.2025**

tai ryhmän tullessa täyteen.

Lisätietoja

Lue lisää Tukiliiton kotisivuilta:

www.tukiliitto.fi/hetki-ryhma/

Voit myös ottaa yhteyttä:

Taina Koivunen-Kuttila

taina.koivunen-kuttila@tukiliitto.fi

040 5268 272

Lämpimästi tervetuloa mukaan ilman diagnoosirajoja!

Ryhmä on osallistujalle maksuton.