

# Hetki-ryhmä, vanhempien tukena kun lapsen käyttäytyminen haastaa

Kutsumme sinut murrosikäisen/nuoruusikäisen vanhempi mukaan Hetki-ryhmään

**Hetki-ryhmä on tarkoitettu murrosikäisen/nuoruusikäisen vanhemmille, jotka kokevat lapsen/nuoren haastavan käyttäytymisen kuormittavan. Lapsella/nuorella on lisäksi tuen tarve, joka johtuu kehitysvammaisuudesta tai autismikirjon piirteistä.**

## Mitä saat ryhmästä?

Ryhmän tavoitteena on tukea perhettäsi haastavissa tilanteissa.

Hetki-ryhmä antaa lasten/nuorten 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



## Aika ja paikka

- Murrosiässä/nuoruusiässä olevien lasten ja nuorten vanhemmat
- **28.4.-5.6.2025, torstaisin klo 17.30-19**, verkossa Teams-alustalla.
- Huom! Vapun vuoksi aloitus ma 28.4.2025.
- Ryhmässä on kuusi kokoontumiskertaa ja toivomme sinun osallistuvan kaikkiin kertoihin.

## Ilmoittautuminen

Ilmoittaudu Webropol-lomakkeella:

[link.webropol.com/s/MurrosikaisetHetki](https://link.webropol.com/s/MurrosikaisetHetki)

Ilmoittautuminen päättyy **24.4.2025** tai ryhmän tullessa täyteen.

## Lisätietoja

Lue lisää Tukiliiton kotisivuilta:

[www.tukiliitto.fi/hetki-ryhma/](https://www.tukiliitto.fi/hetki-ryhma/)

Voit myös ottaa yhteyttä:

Taina Koivunen-Kutila

[taina.koivunen-kutila@tukiliitto.fi](mailto:taina.koivunen-kutila@tukiliitto.fi)

040 5268 272

**Lämpimästi tervetuloa mukaan ilman diagnoosirajoja!  
Ryhmä on osallistujalle maksuton.**

  
Kehitysvammaisten  
Tukiliitto ry



ALLI  
PAASIKIVEN  
SÄÄTIÖ

Ryhmän järjestää Kehitysvammaisten Tukiliitto ry Alli Paasikivi Säätiön tuella.

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