



# Ihmeelliset vuodet

-vanhemmuusryhmät



# Ihmeelliset vuodet -ohjelma

Ihmeelliset vuodet (Incredible Years) on Suomessa pitkään käytössä ollut ryhmämuotoinen ohjelma, jonka avulla tuetaan käytöksellään oirehtivia lapsia, heidän perheitään sekä lasten ja perheiden kanssa työskenteleviä ammattilaisia. Ihmeelliset vuodet -ohjelmaa on kehitetty ja tutkittu ympäri maailmaa yli 30 vuoden ajan ja sillä on vahva tutkimusnäyttö.

**Ohjelman tavoitteena** on lasten käytöshaasteiden vähentäminen sekä sosiaalisten taitojen ja tunteiden säätelyn lisääminen.

## Tutkimusten mukaan Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusohjelman käyttö

- lisää lasten prososiaalisia taitoja ja tunneälyä
- lisää lasten koulunkäyntiin sitoutumista
- vahvistaa lasten ongelmanratkaisutaitoja
- kehittää lasten sosiaalisia ja itsesäätelytaitoja
- nostaa lasten itsetuntoa
- lisää aikuisten käyttämän kehumisen ja kannustamisen määrää
- vähentää aikuisten lapsiin kohdistamaa kritiikkiä

## Vanhemmuusryhmät

Vanhemmuusryhmässä tuetaan vanhempia ottamaan käyttöön vaikuttaviksi todettuja myönteisiä kasvatuskeinoja. Pitkäjänteisellä lapsen hyvän käytöksen vahvistamisella ja huonon sammuttamisella saadaan aikaan muutoksia lapsen käytöksessä. Samalla opetetaan lapselle uusia taitoja, vahvistetaan lapsen itsetuntoa ja suoriutumista päiväkodissa ja koulussa. Vanhemmuusryhmässä huomioidaan jokaisen perheen yksilölliset tavoitteet ja voimavarat.

# Kenelle

Vanhemmuusryhmät on tarkoitettu 3–12 -vuotiaiden käytöksellään oireilevien lasten vanhemmille.

## Osallistujamäärä



10–14 vanhempaa

## Ryhmä kokoontuu



viikottain n. 2 h kerrallaan

## Alle kouluikäisten / kouluikäisten ohjelma



14–16 kertaa

## Hoidollinen ohjelma



18–20 kertaa

## Ryhmän sisällöt

Vanhemmuusryhmän sisällöt käsittelevät aikuisen läsnäoloa, leikin merkitystä, erilaisten taitojen opettamista lapsille, johdonmukaista kehumista, kannustamista ja palkitsemista sekä rajojen asettamista ja keinoja, joilla puuttua lapsen ei-toivottuun käytökseen.

Sisältöjä käsitellään monipuolisesti erilaisin työtavoin: vuorovaikutustilanteita tarkastellaan videoesimerkkien avulla, taitoja harjoitellaan ryhmässä, pareittain ja pienryhmissä pohditaan ja keskustellaan, jaetaan kokemuksia ja käytännön vinkkejä, reflektoidaan omaa toimintaa ja asetetaan tavoitteita kotiharjoittelulle.

Vertaisjakamisella ja -tuella on merkittävä rooli ryhmässä. Vanhempien kotiharjoittelua tuetaan ryhmäkertojen väleissä puhelinsoitoin ja tarvittaessa kotikäynnin.



**Kysy Ihmeelliset vuodet  
-vanhemmuusryhmien  
tarjonnasta oman kuntasi  
lapsiperhepalveluista.**

## **Lisätietoja**

**Ihmeelliset vuodet -ohjelman  
kansallinen kotipesä**

Lastenpsykiatrian tutkimuskeskus  
Turun yliopisto  
ihmeellisetvuodet@utu.fi  
<https://sites.utu.fi/ihmeellisetvuodet/vanhemmuusryhmat/>

