

Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiön (Itla) Kasvun tuki -toiminta tuottaa menetelmäarvioita lapsille, nuorille ja perheille suunnatuista mielenterveyttä edistävästä psykososiaalisista menetelmistä. Arvioon vaikuttavat menetelmän kuvaus, vaikuttavuusnäyttö ja käyttöönoton tuki. Lisätietoja arvioinnista saat katsauksen liitteestä 2, arviointioppaasta (Merikukka ym., 2025) ja verkkosivuilta kasvuntuki.fi.

Tämän ja muut menetelmäarviot löydät Kasvun tuen menetelmäpankista.

SYSTEMAATTINEN KIRJALLISUUSKATSAUS

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä (*Föräldraskapet främst, Families First*)

Mentalisaatioperustainen perheryhmä vanhemmuuden tukemiseen (2. arvio)

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmää koskevat yksityiskohtat on tarkistettu menetelmän kotipesien edustajilta.

Tämä systemaattinen katsaus on Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän toinen arviointi. Menetelmän ensimmäinen arvio on julkaistu Kasvun tuen menetelmäpankissa 23.6.2016.

Menetelmän nimi: Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä

Kohderyhmä: Tarkoitettu ensimmäisen lapsensa saaneille pienten vauvojen vanhemmille, mutta soveltuu myös muille vauvaperheille.

Toteutus: Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on strukturoitu ryhmämuotoinen tukimuoto, johon kuuluu 8–12 teemallista tapaamista. Menetelmä toteutetaan perheryhmänä, johon osallistuvat vauva ja vanhempi tai vanhemmat.

Ilmiön kuvaus ja menetelmän tavoitteet: Vanhemmaksi tulemistä pidetään yhtenä merkittävimmistä muutosvaiheista ihmisen elämässä. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän tavoitteena on tukea vanhemmuutta vahvistamalla vanhempien mentalisaatiokykyä ja reflektiivistä kykyä tässä muutosvaiheessa.

Vastemuuttajat: Mentalisaatiokyky, reflektiivinen kyky, vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde, tasavertainen vanhemmuus, perheen kokema ilo ja hyvinvointi.

Menetelmän kotipesä ja implementointi: Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Folkhälsan ylläpitävät ohjelmaa.

Tiivistelmä

Ilmiöt: Vanhemmuus, mentalisaatio, kiintymyssuhde

Johdanto: Vanhemmaksi tuleminen on yksi merkittävimmistä muutosvaiheista ihmisen elämässä. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä pyrkii tukemaan vanhemmuutta tässä muutosvaiheessa. Perheryhmä on suunnattu vauvaperheille, ja siinä pyritään tukemaan vanhemman mentalisaatiokyvyn ja reflektiivisen kyvyn vahvistamisen myötä vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutusta ja turvallista kiintymyssuhdetta. Perheryhmä tarjoaa vanhemmille lisäksi vertaistukea samassa elämäntilanteessa olevilta.

Tutkimuskysymys: Onko Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmällä vaikutusta vanhempien mentalisaatiokyvyn vahvistumiseen suomalaisessa kontekstissa? Toissijaisesti, onko Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmällä vaikutusta vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen tai kiintymyssuhteeseen, tasavertaiseen vanhemmuuteen tai perheen koettuun iloon ja hyvinvointiin suomalaisessa kontekstissa?

Aineisto ja menetelmät: Kirjallisuushaku tehtiin kartoittaville kirjallisuuskatsauksille tyypillisellä populaatio, konsepti ja konteksti (PCC) -hakustrategialla, joka kohdistui kysymykseen: Mitä tutkimusta Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä on tehty? Hakusanoina käytettiin: P = vauvaikäiset, vanhemmat, C = Vahvuutta Vanhemmuuteen, Families First, mentalization. Konteksti jätettiin pois hakutulosten liiallisen rajaamisen välttämiseksi. Ensisijaisena kiinnostuksenkohteena haussa olivat menetelmästä tehdyt vaikuttavuustutkimukset, mutta mukaan otettiin myös muilla menetelmillä tehtyjä tutkimuksia. Systemaattinen haku tehtiin kuuteen tietokantaan: MEDLINE, APA PsycInfo, CINAHL, ERIC, Web of Science ja Scopus. Lisäksi suomenkielisiä julkaisuja haettiin Finna.fi-palvelusta, ja yksi suomenkielinen viite saatiin menetelmän kotipesältä.

Tulokset: Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on kuvattu hyvin, ja sen vaikutusmekanismit perustuvat yhteen tai useampaan ihmisen käyttäytymistä tai toimintaa selittävään yleisesti hyväksyttyyn teoriaan tai malliin. Menetelmän käyttöönoton tuki toteutuu riittävällä tavalla, vaikka myös kehittämiskohteita on. Menetelmästä ei löytynyt kirjallisuushaussa vertaisarvioitua vaikuttavuustutkimusta. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä on kuitenkin tehty muita suomalaisia vertaisarvioituja tutkimuksia, joiden mukaan menetelmä saattaa edistää vanhempien mentalisaatiokykyä. Menetelmän sovellettavuuden Suomeen voidaan katsoa olevan vahvaa.

Menetelmäarvio: Vahvuutta vanhemmuuteen on hyvin kuvattu ja teoreettisesti perusteltu menetelmä, josta on tehty jonkin verran vertaisarvioitua tutkimusta. Menetelmä saa menetelmäarvion 2/5. Menetelmästä ei ole vaikuttavuusnäyttöä eli menetelmän vaikuttavuudesta ei ole toistaiseksi tietoa.

Johdanto

Menetelmän tausta

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on kehitetty alun perin Yalen yliopiston Parents First -ohjelman pohjalta. Menetelmä perustuu mentalisaatioteoriaan, ja se on muokattu suomalaiseseen kontekstiin sopivaksi. Muokkauksia tehtiin muun muassa ryhmäkertojen määriin, rakenteeseen, sisältöihin ja teemoihin sekä kohderyhmään ja ohjaajien taustakoulutukseen (muokkaukset on kuvattu tarkemmin julkaisussa Kalland ym., 2016). Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on kohdennettu vauvaperheille. Menetelmä on ollut Suomessa laajamittaisessa käytössä vuodesta 2010 alkaen, jota ennen sitä pilotoitiin Suomen ruotsinkielisissä kunnissa. Tällä hetkellä menetelmä on käytössä eri hyvinvointialueilla, kunnissa ja järjestöissä (Ensi- ja turvakotien liitto, Folkhälsan, Pelastakaa Lapset, Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL)). Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä -menetelmästä vastaavat yhteistyössä MLL ja Folkhälsan.

Menetelmän kuvaus

Menetelmän kuvaus perustuu Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän ohjaajan oppaaseen (Sourander & Okker, 2024), kotipesien tarjoaman Lapsi mielessä -vanhempainryhmän ohjaajan oppaaseen (Oksanen & Matero, 2022), menetelmän verkkosivuilla olevaan tietoon ja MLL:lta saatuihin muihin materiaaleihin. Lapsi mielessä -vanhempainryhmämalli vastaa Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmämallia ja kehitettiin sen jatkoksi tukemaan taaperoikäisten ja leikki-ikäisten lasten perheitä.

Kohderyhmä

Perheryhmä on tarkoitettu ensimmäisen lapsensa saaneille pienten vauvojen vanhemmille, mutta se soveltuu myös muille vauvaperheille.

Ilmiö

Suomalaiset vauvaperheet ovat monissa yhteyksissä ilmaisseet saavansa liian vähän sosiaalista tukea ja kaipaavansa lisää sekä ammattilais- että vertaistukea (esim. Häggman-Laitila, 2003). Sosiaalisen tuen puute on vanhemmuutta vahingoittava tekijä (Leahy-Warren ym., 2012), ja vanhemmuuteen kohdentuvalla tuella on tärkeä merkitys paitsi vanhempien itsensä kannalta myös lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Vanhemmaksi tulemistä pidetään yhtenä merkittävimmistä muutosvaiheista ihmisen elämässä (Cowan & Cowan, 2000). On esitetty, että siirtymä vanhemmuuteen on ihanteellinen aika psykososiaalisille menetelmille ja interventioille (Salmela-Aro, 2012).

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän tavoitteena on vastata tähän tarpeeseen tukemalla vanhemmuutta vauvan syntymän jälkeisessä muutosvaiheessa. Tämä tapahtuu edistämällä lapsen ja vanhemman myönteistä vuorovaikutusta ja vahvistamalla ensimmäisen lapsensa saaneiden vanhempien mentalisaatiokykyä. Mitä parempi mentalisaatiokyky vanhemmalla on, sitä enemmän lapsi saa osakseen ymmärtävää, hänen kasvuaan ja kehitystään tukevaa hoivaa ja huolenpitoa. Vanhemman riittävän hyvä mentalisaatiokyky auttaa häntä hahmottamaan lapsen näkökulmaa erityisesti eteen tulevissa hankalissa tilanteissa ja toimimaan niissä sensitiivisesti ja rauhallisesti sekä näkemään myös oman toimintansa vaikutus lapseen (Viinikka ym., 2014a; 2014b; 2014c). Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä tarjoaa ammatillisen tuen lisäksi vertaistukea.

Tavoitteet ja vastemuuttajat

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän tavoitteena on tukea vanhemmuutta vahvistamalla vanhempien mentalisaatio- ja reflektiivistä kykyä. Mentalisaatiokyvyn vahvistamisen myötä ohjelma pyrkii tukemaan vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutusta ja turvallista kiintymyssuhdetta. Ohjelma pyrkii myös

tarjoamaan sosiaalista tukea ammatillisen ja vertaistuen muodoissa. Tasavertaisen vanhemmuuden edistäminen sekä koko perheen kokeman ilon ja hyvinvoinnin lisääminen kuuluvat myös ohjelman tavoitteisiin.

Ohjelman päävaste on vanhemman mentalisaatiokyky, ja menetelmässä mitataan reflektiivistä kykyä yhtenä mentalisaatiokyvyn operationalisointina (Sourander ym., 2021).

Toissijaisia vasteita ovat vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, tasavertainen vanhemmuus, koettu ilo ja hyvinvointi.

Teoriaperusta

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän keskeisimmät taustateoriat ovat mentalisaatioteoria ja kiintymyssuhdeteoria, lisäksi mentalisaatioon liittyvänä keskeisenä käsitteenä ohjelmassa on reflektiivinen kyky (Fonagy ym., 1991; Kalland ym., 2016; Slade ym., 2005). Ohjelmassa käytetään vakiintunutta termiä mentalisaatiokyky. Mentalisaatiolla tarkoitetaan kykyä pitää oma ja toisen mieli mielessä. Mentalisaatiokyvyn vahvistamisen myötä vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutusta ja turvallista kiintymyssuhdetta tuetaan. Mentalisaatioteoriaan perustuvien menetelmien vaikuttavuutta ja niiden soveltuvuutta vanhemmuuden kehykseen on tutkittu, ja tulokset ovat olleet myönteisiä (Byrne ym., 2020; Fonagy ym., 2002; Lo & Wong, 2022). Kiintymyssuhdeteorian suhteen ohjelmassa on hyödynnetty myös polyvagaalista teoriaa (Leikola ym., 2016). Polyvagaalinen teoria kuvaa turvallisen kiintymyssuhteen biologista, hermostollista, taustaa. Ohjelmassa vireystilaa pyritään säätelemään niin, että turvallisuuden tunne vahvistuu ja sitä kautta yhdessä toimiminen ja uuden oppiminen mahdollistuvat. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän teoreettinen tausta on kuvattu kattavasti Lapsi mielessä -vanhempainryhmän ohjaajan oppaassa (Oksanen & Matero, 2022).

Ydinelementit ja joustavuus

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän keskeisiä elementtejä ovat seuraavat:

- Kahdeksan teemaa, joiden ympärille ryhmätapaamiset rakentuvat. Tapaamisten keskeiset elementit on määritelty jokaiselle teemalle erikseen. Menetelmän tapaamisten määrässä voidaan joustaa tarpeen mukaan niin, että tapaamisia on 8–12 kertaa.
- Ohjaajilla on mentalisaatioon perustuva reflektiivinen työote, ja vanhempien mentalisaatiokykyä ja vuorovaikutusta tuetaan kysymällä mentalisaatiota tukevia kysymyksiä.
- Tapaamisilla tarjotaan välipala, ja tapaamiset kestävät noin kaksi tuntia. Tapaamisten aikana vanhemmilla on mahdollisuus antaa ja saada vertaistukea vastaavassa elämäntilanteessa olevilta osallistujilta.
- Ryhmän suositeltu koko on 4–6 perhettä.
- On toivottavaa, että koko perhe osallistuu tapaamisiin.

Menetelmän muokkaus

Menetelmä on muokattu (adaptoitu) versio Parents First -ohjelmasta, ja muokkaukset on kuvattu hyvin menetelmää koskevassa tutkimusjulkaisussa (Kalland ym., 2016).

Toteuttajat

Ryhmän ohjaajina toimii työparina kaksi koulutettua hyvinvointialueen, kunnan tai järjestön työntekijää. Ohjaajien taustakoulutuksen tulee olla sosiaali-, terveys- tai kasvatusalalta.

Toteutustavat

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on strukturoitu ryhmämuotoinen tukimuoto. Menetelmä toteutetaan perheryhmänä, johon osallistuvat vauva ja vanhempi tai vanhemmat.

Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmä:

- Ryhmä sisältää 8–12 teemallista kokoontumiskertaa ja toimii suljettuna ryhmänä.
- Ryhmä alkaa, kun vauva on noin 3–4 kuukauden ikäinen.
- Ryhmät kokoontuvat noin joka toinen viikko, ja tapaamiset kestävät noin kaksi tuntia sekä sisältävät yhteisen välipalaketken.
- Sopiva ryhmäkoko on 4–6 perhettä.
- Ryhmätapaamisten runko: yhteinen välipalaketki, keskustelua kotitehtävästä, ryhmäkeskusteluun johdattelua teeman pohjustus, keskustelua päivän teemasta, kotitehtävän antaminen ja sen idean aukaiseminen, yhteinen lopetus.
- Tapaamisten teemat:
 - ”Olen ainutlaatuinen vauvasi” – Vauva omana yksilönä
 - ”Minä olen minä” –Luonteenpiirteiden vaikutus
 - ”Mitä odotat minulta?” – Odotukset ja toiveet vaikuttavat
 - ”Sinun ilosi ja surusi ovat myös minun” – Vaikutamme toisiimme
 - ”Joskus tunnen, että aivan pakahdun” – Voimakkaiden tunteiden käsittely
 - ”Hyvässä ja pahassa, olet esikuvani” – Vanhemman oman käyttäytymisen merkitys
 - ”Iloitse kanssani” – Yhteisten ilon hetkien merkitys arjessa
 - ”Maailmani laajenee” – Oma perhe ja sen tukiverkostot.

Keinot

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmässä keskeisenä osana menetelmää on ohjaajien mentalisaatioon perustuva reflektiivinen työote. Ohjelmassa lapsen kokemuksia, tunteita ja reaktioita pohditaan erilaisissa tilanteissa, pyritään näkemään lapsen käyttäytymisen taakse sekä ymmärtämään lapsen omaa erillistä persoonaa, jolla on omat ajatukset, toiveet ja kokemukset. Vauvan kokemusten lisäksi pohditaan vanhemman kokemuksia, tunteita ja reaktiota. Näin pyritään tukemaan vanhemman mentalisaatiokykyä. Vauvan ajatusten ja käytöksen pohtiminen helpottaa vauvan ymmärtämistä ja tarpeisiin vastaamista. Tapaamisilla käytävät keskustelut auttavat lisäksi vanhempia ymmärtämään omia reaktioitaan arjen tilanteissa. Ohjelma ja sen tehtävät on suunniteltu niin, että ne pyrkivät tukemaan tasavertaista vanhemmuutta ja lisäämään koko perheen iloa ja hyvinvointia. Ohjelma tarjoaa vanhemmille myös mahdollisuuden tutustua samassa elämänvaiheessa oleviin vanhempiin sekä saada ja antaa vertaistukea.

Opas ohjaajille

Ohjaajat saavat Vahvuutta vanhemmuuteen -ohjaajan oppaan ja Lapsi mielessä -ohjaajan oppaan, jossa näkökulmana on erityistä tukea tarvitsevat perheet ja menetelmän teoriatausta kuvattuna kattavasti. Ohjaajien koulutuksessa hyödynnetään molempia oppaita.

Materiaalit menetelmän saajille

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmiin osallistuvat perheet saavat lehtisen jokaisen ryhmätapaamisen päätteeksi. Lehtiset sisältävät kotitehtävät ryhmäkertojen väliseksi ajaksi.

Kustannukset

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on osallistuville perheille ilmainen. Järjestäjälle aiheutuu kustannuksia ohjaajien koulutuksesta ja välipalatarjoilusta. Epäsuoria kustannuksia ovat tilakustannukset sekä ryhmän valmisteluun ja ryhmän ohjaamiseen kuluva työaika.

Ohjaajien koulutus

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän ohjaajien tulee käydä Vahvuutta vanhemmuuteen- ja Lapsi mielessä -ryhmäohjaajakoulutus tai mentalisaatioon perustuva ryhmäohjaajakoulutus, jossa näkökulmana on perheiden erityisen tuen tarve.

Vahvuutta vanhemmuuteen -koulutuksia on saatavilla sekä suomeksi (järjestäjänä MLL) että ruotsiksi (järjestäjänä Folkhälsan). Koulutuksen menetelmät ovat monipuoliset (mm. manuaalin ja harjoitusten läpikäyntiä, tehtäviä, päiväkirja, koulutuskokonaisuuden jälkeen vapaaehtoiset jatkokoulutuspäivät).

Koulutuskokonaisuus sisältää perusjakson (yhteensä 4 päivää), perheryhmän ohjausta 8–12 kertaa ja 2–3 syventävää koulutuspäivää perheryhmäohjauksen aikana.

- Perusjakson ensimmäinen päivä (lähiopetus): Mentalisaatioteorian perusteet ja merkitys vanhemmuudelle käytännössä.
- Perusjakson toinen päivä: Kiintymyssuhteen merkitys lapselle, mentalisaatioteoria ja käytäntö vuorottelevat.
- Perusjakson kolmas päivä: Teorian soveltaminen vanhempainryhmäohjaamisessa.
- Perusjakson neljäs päivä (lähiopetus): Vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistaminen ja mentalisaatioon pohjautuva reflektiivinen työote.
- Perheryhmäohjaus 8–12 kertaa työparin kanssa
- Syventävät koulutuspäivät ryhmäohjauksen aikana: Ohjaajakokemusten jakaminen, mentalisaatioteorian ja mentalisoivan työotteen syventäminen.

Koulutukseen osallistuneilta työntekijöiltä kerätään myös itsearvioinnit ennen ja jälkeen koulutuksen sekä palaute koulutuksesta.

MLL:n tai Folkhälsanin perheryhmän ohjaajakoulutukseen voi hakea hyvinvointialueen, kunnan tai järjestön lapsi- ja perhetyön ammattilainen, jolla on sosiaali-, terveys tai kasvatustieteiden koulutus. Lisäksi edellytetään kokemusta perheiden tai vanhempien kanssa työskentelystä ja ryhmien ohjaamisesta. MLL:n järjestää tilauksesta myös Vahvuutta vanhemmuuteen -koulutuksia kuntien ja järjestöjen työntekijöille ja Folkhälsan ruotsiksi vastaavanlaisia Föräldraskapet främst -koulutuksia.

Tutkimuskysymys

Onko Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmällä vaikutusta vanhempien mentalisaatiokyvyn tai reflektiokyvyn vahvistumiseen suomalaisessa kontekstissa? Toissijaisesti, onko Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmällä vaikutusta vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen tai kiintymyssuhteeseen, tasavertaiseen vanhemmuuteen tai perheen koettuun iloon ja hyvinvointiin suomalaisessa kontekstissa?

Aineisto ja menetelmät

Kirjallisuushakua ohjasi kysymys: Mitä tutkimusta Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä on tehty?

Hakustrategia ja tiedonlähteet

Hakustrategian muodostamisessa käytettiin kartoitettaville kirjallisuuskatsauksille tyypillistä populaatio, konsepti ja konteksti (PCC) -strategiaa (Peters ym., 2020), josta konteksti jätettiin pois hakutulosten liiallisen rajaamisen välttämiseksi:

P = vauvaikäiset, vanhemmat

C = Vahvuutta Vanhemmuuteen, Families First, mentalization

Hakusanat muodostettiin PCC-strategian mukaisesti yhdistäen kaksi PCC:n osa-aluetta (P+C). Konseptia eli menetelmän nimeä tarkennettiin sanalla ”mentalization”, koska sen arvioitiin aina mainittavan menetelmää koskeissa tutkimuksissa. Muita rajoituksia ei tarvittu. Kiinnostuksen kohteena olivat ensisijaisesti vaikuttavuustutkimukset, joiden tuloksissa on raportoitu muuttujia vanhemman mentalisaatiokykyyn tai reflektiokykyyn. Mukaan otetaan kuitenkin myös muilla asetelmilla tehtyjä tutkimuksia kuin vaikuttavuustutkimuksia, minkä vuoksi hakustrategia on PCC:n mukainen.

Kirjallisuushaku toteutettiin 25.9.2024 systemaattisena hakuna seuraaviin tietokantoihin: MEDLINE, APA PsycInfo, CINAHL, ERIC, Scopus ja Web of Science. Lisäksi suomenkielisiä viitteitä haettiin Finna.fi-hakupalvelusta. Hakustrategia on nähtävissä liitteessä 1.

Ennalta määritetyt mukaanottokriteerit tutkimuksille

- Tutkimuksen kohderyhmä on oikea.
- Menetelmän vaikuttavuutta on tutkittu Maailman pankin korkean tulotason maassa.
- Menetelmän implementointia on tutkittu Suomessa tai muussa Pohjoismaassa.
- Menetelmän kustannusvaikuttavuutta on tutkittu Suomessa tai muussa Pohjoismaassa.
- Tutkimus on vertaisarvioitu alkuperäistutkimus tai niistä koostuva systemaattinen katsaus tai meta-analyysi.

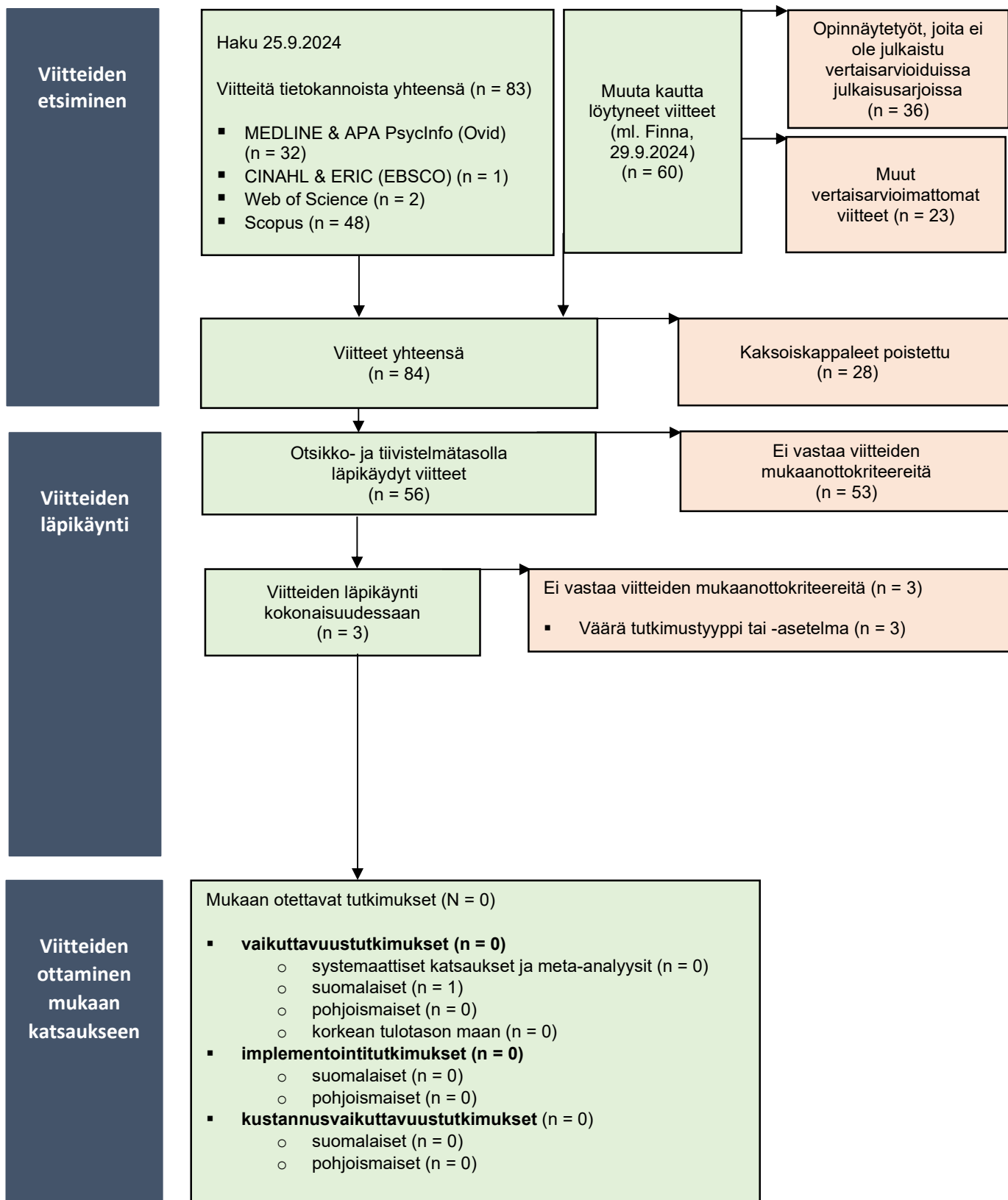
Ennalta määritetyt poissulkukriteerit tutkimuksille

- Tutkimuksen kohderyhmä on väärä.
- Vaikuttavuustutkimus on tehty Maailman pankin matalan tai keskitason tulotason maassa.
- Implementointitutkimus on tehty muualla kuin Suomessa tai muussa Pohjoismaassa.
- Kustannusvaikuttavuustutkimus on tehty muualla kuin Suomessa tai muussa Pohjoismaassa.
- Kyseessä on vertaisarvioimaton tutkimus, pääkirjoitus tai kommentaari.

Tutkimusten valinta

Liitteen 1 mukaisella hakustrategialla saatiin yhteensä 83 viitettä 25.9.2024 tehdyllä haulla. Finna.fi-hakupalvelun kautta löytyneitä viitteitä oli 59 haulla, joka tehtiin 29.9.2024. Lisäksi menetelmän kotipesältä saatiin yksi suomenkielinen viite, joka ei tuntemattomasta syystä löytynyt Finnasta (Sourander ym., 2016). Kaksoiskappaleiden (n = 28) poiston jälkeen jäljelle jäi 84 viitettä. Otsikko- ja abstraktitason läpikäynnin jälkeen kokotekstivaiheen tarkasteluun jäi 3 vertaisarvioitua viitettä. Haun eteneminen on kuvattu vuokaaviossa (Kuvio 1). Tutkimusten valinta toteutettiin ennalta määritettyjen mukaanotto- ja

poissulkukriteerien perusteella. Otsikot ja tiivistelmät kävi läpi yksi tutkija, joka konsultoi epäselvissä tilanteissa toista tutkijaa.



Kuvio 1. Vuokaavio Perhekoulun systemaattisen kirjallisuushaun viitteiden valinnasta (Page ym., 2021)

Menetelmätietokannat

Kirjallisuushaun lisäksi tehtiin haku keskeisiin psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuutta arvioiviin menetelmätietokantoihin. Haetut menetelmätietokannat olivat ruotsalainen Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU), norjalainen Ungsinn ja yhdysvaltalaiset Blueprints for Healthy Youth Development ja California Evidence-Based Clearinghouse for Child Welfare (CEBC). Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmää ei ollut arvioitu missään edellä mainituista menetelmä tietokannoista.

Tulokset

Kuvauksen arviointi

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on hyvin kuvattu menetelmä. Menetelmän ydinsisältö, kohderyhmä, ilmiö, tavoitteet ja vastemuuttajat, teoriaperusta sekä ydinelementit ja joustavuus, on kuvattu riittävällä tarkkuudella. Kuvaus siitä, kuka voi, miten ja millaisin keinoin toteuttaa menetelmää, on riittävä. Kuvauksessa kerrotaan, että menetelmän toteuttajat saavat kotipesältä ohjaajan oppaan ja menetelmän saajat erilaisia materiaaleja. Taulukossa 1 on Vahvuutta vanhemmuuteen -menetelmän oppaisiin ja muihin materiaaleihin perustuva arvio menetelmän kuvauksesta.

Taulukko 1. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän kuvauksen arviointitaulukko

Menetelmän kuvauksen ulottuvuus	Ei kuvattu lainkaan	Kuvattu, mutta ei riittävästi	Kuvattu riittävästi
Menetelmän ydinsisältö			
Kohderyhmä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ilmiö	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Tavoitteet ja vastemuuttajat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Teoriaperusta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ydinelementit ja joustavuus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Menetelmän muokkaus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Menetelmän käyttö			
Toteuttajat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Toteutustavat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Keinot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Materiaalit ja kustannukset			
Opas toteuttajille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Materiaalit menetelmän saajille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Kustannukset	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Vaikuttavuusnäytön arviointi

Kirjallisuushaussa ei löytynyt Maailman pankin korkean tulotason maan vaikuttavuustutkimusta. Muut löytyneet tutkimukset kuvataan kohdassa Pohdinta.

Käyttöönoton tuen arviointi

Menetelmän käyttöönoton tuen on arvioitu toteutuvan kahdeksassa osa-alueessa yhdeksästä, eli käyttöönoton tuki on hyvää. Arviointi on esitetty taulukossa 2. Menetelmälle on selkeä kohderyhmä, ja vanhemmat rekrytoidaan neuvolan, järjestöjen ja muiden perhepalveluiden kautta. Ohjaajien tarvittava taustakoulutus on selkeästi määritelty. Arviointikriteerien mukaisten sertifiointimenettelyjen voidaan myös katsoa täyttyvän. Koulutuksen perusjakson, perheryhmän ohjauksen (8–12 kertaa), 2–3 syventävää koulutuspäivää käyneet ja tehtävät palauttaneet ammattilaiset pätevöityvät Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän ohjaajiksi. MLL ja Folkhälsan järjestävät koulutuksia. Koulutetuille ohjaajille tarjotaan maksutonta jatkokoulutusta säännöllisesti kaksi kertaa vuodessa. Lisäksi MLL kehittää parhaillaan ohjaajille tarkoitettua Moodle-alustaa, jotta ohjaajat saisivat entistä enemmän tukea koulutusten ulkopuolella. MLL:n ja Folkhälsanin työntekijät tukevat ohjelman käyttöönotettavaa organisaatiota muun muassa tarjoamalla markkinointimateriaalia ryhmien käynnistämiseksi ja konsultoimalla erilaisissa käytännön kysymyksissä. Koulutettujen ohjaajien verkostolle lähetetään myös tiedote kaksi kertaa vuodessa. Toistotarkkuuden varmentamisen voidaan katsoa toteutuvan riittävällä tavalla, sillä menetelmän järjestelmällistä käyttöä seurataan ohjaajien jatkokoulutuspäivissä toteutetuilla kyselyillä, sekä ajoittain toteutettavilla laajemmilla selvityksillä. Menetelmän toteuttaja ei kuvaa välineitä, joiden avulla hän voi seurata menetelmän käyttöä tai tutkia menetelmästä hyötymistä ja tyytyväisyyttä.

Taulukko 2. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän käyttöönoton tuen arviointitaulukko

Käyttöönoton tuen vauhdittajat	Onko menetelmän kannalta olennainen?		Toteutuuko?	
	Kyllä	Ei	Kyllä	Ei
Kohderyhmä				
1. Kohderyhmän rekrytoiminen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koulutus				
2. Pätevyysvaatimukset	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Kouluttaminen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Pätevöityminen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tuki, ohjaus ja dokumentaatio				
5. Tuki	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ohjaus	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Seurannan ja ylläpidon välineet	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
8. Toistotarkkuuden varmentaminen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yhteensä	8		7	
Käyttöönoton tuki	7/8			

Pohdinta

Menetelmäarvio

Vahvuutta vanhemmuuteen on hyvin kuvattu ja teoreettisesti perusteltu menetelmä, josta on tehty jonkin verran vertaisarvioitua tutkimusta (Kalland ym., 2016; Sourander ym., 2016; Sourander ym., 2021). Korkean tulotason maiden vaikuttavuustutkimuksia ei löytynyt kirjallisuushaussa. Menetelmä saa kokonaisarvion 2/5.

Menetelmä on kuvattu hyvin Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän ohjaajan oppaassa (Sourander & Okker, 2024), Lapsi mielessä -vanhempainryhmän ohjaajan oppaassa (Oksanen & Matero, 2022), menetelmän internet-sivuilla ([Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmät - Mannerheimin Lastensuojeluliitto](#)) sekä MLL:ltä saaduissa muissa materiaaleissa. Sen vaikutusmekanismit perustuvat mentalisaatio- ja kiintymyssuhdeteoriaan. Menetelmän tarjoama käyttöönoton tuki toteutuu niin ikään hyvin. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä on tehty suomalaisia vertaisarvioituja tutkimuksia, joiden tulokset ovat lupaavia ja menetelmän sovellettavuuden Suomeen voidaan katsoa olevan vahvaa.

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä jää tasolta 3, sillä menetelmästä ei ole tehty vertaisarvioitua tuloksellisuus- tai vaikuttavuustutkimusta. Vertaisarvioidut muut julkaisut nostavat kuitenkin menetelmän tasolle 2.

Tiedoksi annettavat tutkimukset

Laadulliseen tarkasteluun sisällytettiin kolme suomalaista tutkimusta, jotka on julkaistu vuosina 2016–2021. Menetelmän kotipesästä kerrotaan, että Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on mukana ajankohtaisesti käynnissä olevassa kansainvälisessä tutkimuksessa, joka käsittelee vauvaperheille suunnattujen interventioiden implementointia. Käynnissä olevasta tutkimuksesta ei ole kuitenkaan vielä vertaisarvioituja julkaisuja.

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä on tehty kolme suomalaista vertaisarvioitua tutkimusta, joista on saatu hyvin lupaavia tuloksia menetelmän vaikuttavuuden kannalta, sillä alustavien tulosten mukaan menetelmä saattaa edistää vanhempien mentalisaatiokykyä (Sourander ym., 2016; Sourander ym., 2021). Menetelmän sovellettavuuden Suomeen voidaan katsoa olevan vahvaa (Kalland ym., 2016).

Kallandin ym. (2016) tutkimuksessa esitellään interventiomallin teoreettinen tausta ja kuvataan Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän tieteellinen arviointiprotokolla, kulttuurinen konteksti ja ohjelman mahdolliset rajoitukset. Suomenkielisessä Sourander ym. (2016) tutkimuksessa kuvataan ohjelman käyneiden vanhempien kokemuksia. Ohjelman jälkeen kerätyn palutteen mukaan sekä äidit että isät kokivat itseluottamuksensa vanhempana kasvaneen. Ryhmän jälkeen 89 prosenttia äideistä ja 79 prosenttia isistä kertoi pohtivansa enemmän oman toimintansa vaikutusta lapseen.

Souranderin ym. (2021) tutkimuksessa kuvataan ensimmäistä kertaa vanhemmiksi tulleiden äitien (n = 367) ja isien (n = 183) hyötynneen Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä vanhempien ohjelman jälkeisten avovastausten perusteella. Vastausten perusteella Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä edisti vanhempien mentalisaatiokykyä sekä vauvan näkökulman ymmärtämistä ja tuki vanhemmuuden käytäntöjä. Tutkimuksessa tarkasteltiin vanhempien kokemuksia vain ohjelman jälkeen, eikä tutkimukseen kuulunut vertailuryhmää, joten vaikuttavuuden suhteen tulokset ovat alustavia mutta lupaavia.

Vahvuudet ja heikkoudet

Menetelmäärvion vahvuutena on, että sen pohjalta voidaan osoittaa Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän olevan kattavasti kuvattu ja teoreettisesti vahvalla pohjalla oleva menetelmä. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on ollut Suomessa pitkään käytössä, ja sen käyttöönoton tuki on hyvä. Menetelmäärvion vahvuutena on myös, että sen avulla löydettiin kehityskohtia ohjelman kuvauksessa sekä käyttöönoton tuessa. Kehitettävää Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmässä on dokumentaation välineiden tarjoamisessa.

Menetelmäärvion heikkoutena on, ettei Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä löytynyt vertaisarvioitua vaikuttavuustutkimusta, eikä ohjelman vaikuttavuudesta voida näin ollen tehdä päätelmiä. Menetelmäärvio ei siis varsinaisesti kerro menetelmän vaikuttavuudesta, vaan vaikuttavuusnäytön määrästä ja laadusta tai sen puutteesta. Menetelmästä on tehty kuitenkin jo jonkin verran muuta tutkimusta, ja tulokset ovat lupaavia.

Johtopäätökset ja jatkotutkimus

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on hyvin kuvattu ja teoreettisesti perusteltu menetelmä. Käyttöönoton tukeen menetelmä tarjoaa useita vauhdittajia. Jo julkaistut tutkimustulokset ovat myönteisiä. Menetelmä on myös mukana ajankohtaisessa kansainvälisessä implementointitutkimuksessa, joka tarkastelee vauvaperheille suunnattuja interventioita. Jatkossa olisi kuitenkin tärkeää toteuttaa ja julkaista vertaisarvioitua vaikuttavuustutkimusta menetelmän vaikuttavuuden vahvistamiseksi.

Kirjoittajat

VTM, väitöskirjatutkija, Sara Tani, Helsingin yliopisto

PsM, psykologi, Vilja Seppälä

Sidonnaisuudet

Ei sidonnaisuuksia

Avainsanat

Vahvuutta vanhemmuuteen, Föräldraskapet främst, Families First, vauvaperheet, mentalisaatio

Lähteet

- Byrne, G., Murphy, S. & Connon, G. (2020). Mentalization-based treatments with children and families: A systematic review of the literature. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 25(4), 1022–1048. <https://doi.org/10.1177/1359104520920689>
- Cowan, P. & Cowan, C. (2000). *When partners become parents: The big life change for couples*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Other Press.
- Fonagy, P., Steele, H., Moran, G., Steele, M. & Higgitt, A. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 13, 200–217. [https://doi.org/10.1002/1097-0355\(199123\)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1097-0355(199123)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7)
- Häggman-Laitila, A. (2003). Early support needs of Finnish families with small children. *Journal of Advanced Nursing*, 41, 595–606. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02571.x>
- Kalland, M., Fagerlund, Å., von Koskull, M. & Pajulo, M. (2016). Families First: the development of a new mentalization-based group intervention for first-time parents to promote child development and family health. *Primary health care research & development*, 17(1), 3–17. <https://doi.org/10.1017/S146342361500016X>
- Leahy-Warren, P., McCarthy, G. & Corcoran, P. (2012). First-time mothers: social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 3–4, 388–397. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03701.x>
- Leikola, A., Mäkelä, J. & Punkanen, M. (2016). Polyvagaalinen teoria ja emotionaalinen trauma. *Duodecim*, 132(1), 55–61.
- Lo, C. K. & Wong, S. Y. (2022). The effectiveness of parenting programs in regard to improving parental reflective functioning: a meta-analysis. *Attachment & Human Development*, 24(1), 76–92. <https://doi.org/10.1080/14616734.2020.1844247>
- Merikukka, M., Backman, H., Heikkilä, L. & Kurki, M. (2025). Lasten ja nuorten mielenterveyttä edistävien psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuus – Opas näytön systemaattiseen arviointiin. *Itlan oppaat ja käsikirjat 2025:1*.
- Oksanen, E. & Matero, T. (2022). Lapsi mielessä -vanheimpainryhmän ohjaajan opas. Näkökulmana erityistä tukea tarvitsevat perheet. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ (Clinical research ed.)*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Peters, M., Godfrey, C., Mclnerney, P., Munn, Z., Tricco, A. & Khalil, H. (2020). Scoping reviews (2020 version). Teoksessa E. Aromataris & Z. Munn (toim.), Joanna Briggs Institute reviewer's manual, JBI. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-20-12>

Salmela-Aro, K. (2012). Transition to parenthood and positive parenting: Longitudinal and intervention approaches. *European Journal of Developmental Psychology*, 9(1), 21–32. <https://doi.org/10.1080/17405629.2011.607584>

Slade, A., Sadler, L., DeDios-Kenn, C., Webb, D., Currier-Ezepchick, J. & Mayes, L. (2005). Minding the baby: a reflective parenting programme. *Psychoanal Study of the Child*, 60, 74–100. <https://doi.org/10.1080/00797308.2005.11800747>

Sourander, J., Laakso, M. L. & Kalland, M. (2021). Mentalization-based families first group intervention for first-time parents: Parents' perspective. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 20(1), 77–90. <https://doi.org/10.1080/15289168.2021.1872148>

Sourander, J. & Okker, A-M. (2024). Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän ohjaajan opas. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Sourander, J., Oksanen, E. & Viinikka, A. (2016). Mentalisaatioteoriaan perustuva Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmämalli ja vanhempien kokemuksia perheryhmästä. *Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti*, 26, 52–64.

Viinikka, A., Sourander, J. & Oksanen, E. (2014a). Reflektiivinen työote. Teoksessa A. Viinikka (toim.), *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa* (s. 67–74). Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Viinikka, A., Sourander, J. & Oksanen, E. (2014b). Reflektiivinen työote perheryhmän ohjaamisessa. Teoksessa A. Viinikka (toim.), *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa* (s. 97–120). Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Viinikka, A., Sourander, J. & Oksanen, E. (2014c). Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä. Teoksessa A. Viinikka (toim.), *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa* (s. 121–141). Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Liite 1. Hakukriteerit tietokannoittain.

MEDLINE & APAPsycInfo (Ovid)

Haun osa-alue	Hakulausekkeet	Hakutulosten määrä
P (all fields)	child* OR boy* OR girl* OR pediatric* OR paediatric* OR bab* OR infant* OR kid* OR parenting or parent* or caregiver* or "parent-child relation*" or "parent child relation*" or mother* or father* or parent-child* or carer* or caregiver* or guardian* or mother-child* or father-child*	7 759 270
C (all fields)	("Vahvuutta vanhemmuuteen" OR "Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmamalli" OR "Families First") AND "mentalization"	856 14 223
P AND C		32

CINAHL & Eric (EBSCO)

Haun osa-alue	Hakulausekkeet	Hakutulosten määrä
P	child* OR boy* OR girl* OR pediatric* OR paediatric* OR bab* OR infant* OR kid* OR parenting or parent* or caregiver* or "parent-child relation*" or "parent child relation*" or mother* or father* or parent-child* or carer* or caregiver* or guardian* or mother-child* or father-child*	2 522 528
C	("Vahvuutta vanhemmuuteen" OR "Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmamalli" OR "Families First") AND "mentalization"	240 679
P AND C		1

Web of Science

Haun osa-alue	Hakulausekkeet	Hakutulosten määrä
P	child* OR boy* OR girl* OR pediatric* OR paediatric* OR bab* OR infant* OR kid* OR parenting or parent* or caregiver* or "parent-child relation*" or "parent child relation*" or mother* or father* or parent-child* or carer* or caregiver* or guardian* or mother-child* or father-child*	6 918 606
C	("Vahvuutta vanhemmuuteen" OR "Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmamalli" OR "Families First") AND "mentalization"	290 2638
P AND C		2

Scopus

Haun osa-alue	Hakulausekkeet	Hakutulosten määrä
P	child* OR boy* OR girl* OR pediatric* OR paediatric* OR bab* OR infant* OR kid* OR parenting or parent* or caregiver* or "parent-child relation*" or "parent child relation*" or mother* or father* or parent-child* or carer* or caregiver* or guardian* or mother-child* or father-child*	2 3114 693
C	("Vahvuutta vanhemmuuteen" OR "Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmamalli" OR "Families First") AND "mentalization"	3975 14 430
P AND C		48

Finna

Haun osa-alue	Hakulausekkeet	Hakutulosten määrä
C	Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä	59

Liite 2. Menetelmäarviotasot ja kasaantuvat vaatimukset tasoilla 1–5. Lisätietoja arviointioppaan luvusta Menetelmäarvio (Merikukka ym., 2025, s. 32).

Menetelmäarvioluokka	Menetelmäarviotaso			Kasaantuva kehitys menetelmäarviotasolla
	Numeerinen	Sanallinen suomeksi	Sanallinen englanniksi	
		Kielteisiä vaikutuksia	<i>Negative effects</i>	• Vähintään tutkimusnäyttöä menetelmän kielteisistä vaikutuksista on olemassa jonkin vastemuuttujan osalta. Noudatettava varovaisuusperiaatetta.
		Ei vaikutusta	<i>No effect</i>	• Vertaisarvioitua riittävää vaikuttavuusnäyttöä siitä, että menetelmällä ei ole vaikuttavuutta.
Kuvattu ja teoreettisesti perusteltu menetelmä	1	Kuvattu ja teoreettisesti perusteltu	<i>Described and theoretically based</i>	• Menetelmä on kuvattu tyydyttävästi. • Menetelmästä on enintään vertaisarvioimatonta tutkimusta (esim. opinnäytetyöt).
	2	Jonkin verran tutkimusta	<i>Some research</i>	• Menetelmästä on olemassa vertaisarvioitua tutkimusta (esim. laadulliset tutkimukset ja tyytyväisyystutkimukset), mutta vaikuttavuustutkimusta ei ole tai se ei ole laadultaan riittävää.
Lupaava menetelmä	3	Tuloksellisuus- tai vaikuttavuustutkimusta	<i>Outcome or effectiveness studies</i>	• Menetelmästä on vertaisarvioitua ennenjälkeen-tutkimusta ryhmän sisäisesti tai ryhmien välillä.
Vaikuttava menetelmä	4	Hyvää vaikuttavuustutkimusta	<i>Satisfactory effectiveness studies</i>	• Menetelmästä on opas, jossa menetelmä on kuvattu hyvin. • Menetelmästä on vaikuttavuustutkimusta, jossa menetelmää verrataan luotettavaan vertailu- tai kontrolliryhmään.
	5	Vahvaa vaikuttavuustutkimusta	<i>Strong effectiveness studies</i>	• Menetelmällä on kotipesä, joka tarjoaa käyttöönoton tukea.

- **Kuvattu ja teoreettisesti perusteltu menetelmä:** Menetelmän mukaanottokriteerit arviointiin täyttyvät. Menetelmällä voi olla vaikuttavuutta, mutta riittävä tutkimus- ja vaikuttavuusnäyttö puuttuu.
- **Lupaava menetelmä:** Menetelmästä on tuloksellisuustutkimusta, alustavaa vaikuttavuustutkimusta tai ei riittävää vaikuttavuustutkimusta, jotta menetelmäarvio ylittäisi tasolle 4.
- **Vaikuttava menetelmä:** Menetelmä tuottaa hyötyä tai lisäarvoa asiakkaalle tai potilaalle vertailuryhmään verrattuna (menetelmän tavoitteen mukaisessa ilmiössä, mittarissa tai vastemuuttujassa) (mukaillen esim. Malmivaara, 2023).