



SYSTEMAATTINEN KIRJALLISUUSKATSAUS

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 itla.fi/menetelmapankki

Tämän ja muut menetelmäarviot löydät Kasvun tuen menetelmäpankista.

Menetelmäarvio

2/5

Jonkin verran tutkimusta

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä (Föräldraskapet främst, Families First)

Mentalisaatioperustainen perheryhmä vanhemmuuden tukemiseen (2. arvio)

TIIVISTELMÄ

Ilmiöt: Vanhemmuus, mentalisaatio, kiintymyssuhde

Johdanto: Vanhemmaksi tuleminen on yksi merkittävimmistä muutostilanteista ihmisen elämässä. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä pyrkii tukemaan vanhemmuutta tässä muutostilanteessa. 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 vahvistamiseen 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 kartoitettaville 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. Ensimmäisenä kiinnostuksen kohteena haussa olivat menetelmästä tehdyt vaikuttavuustutkimukset, mutta mukaan otettiin myös muilla asetuksilla 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 riittäväällä tavalla, vaikka myös kehittämiskohteita on. Menetelmästä ei löytynyt kirjallisuudessa 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.



VERTAISARVIOITU
KOLLEGIALT GRANSKAD
PEER-REVIEWED
www.tsv.fi/tunnus

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

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 tuleminen pidetään yhtenä merkittävimmistä muutostilanteista ihmisen elämässä. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän tavoitteena on tukea vanhemmuutta vahvistamalla vanhempien mentalisaatiokykyä ja reflektiivistä kykyä tässä muutostilanteessa.

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.



JOHDANTO

Menetelmän tausta

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on kehitetty alun perin Yalen yliopiston Parents First -ohjelman pohjalta. Menetelmä perustuu mentalisaatioteoriaan, ja se on muokattu suomalaiseen 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 siirtyä 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 tulevista 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 kehikseen 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 säätämään 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 välipalalähtöä.
- Sopiva ryhmäkoko on 4–6 perhettä.
- Ryhmätapaamisten runko: yhteinen välipalalähtö, 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 pyr-

kivät 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 -perheryhmään 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 -ryhmänohjaajakoulutus tai mentalisaatioon perustuva ryhmänohjaajakoulutus, 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 vanhempainryhmäohjauksessa.
- Perusjakson neljäs päivä (lähiopetus): Vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistaminen ja mentalisaatioon pohjautuva reflektiivinen työote.
- Perheryhmäohjaus 8–12 kertaa työparin kanssa
- Syventävät koulutuspäivät ryhmänohjauksen aikana: Ohjaajakokemusten jakaminen, mentalisaatioteorian ja mentalisoivan työotteen syventäminen.

Koulutukseen osallistuneilta työntekijöiltä kerätään myös itsearviointit 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 kasvatusalan 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 Föräldras-kapet 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, tasa-vertaiseen 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 hakutosten 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 vuokaviossa (Kuvio 1). Tutkimusten valinta toteutettiin ennalta määritettyjen mukaanotto- ja poissulkukriteerien perusteella. Otsikot ja tiivistelmät kävi läpi yksi tutkija, joka konsultoi epäselvissä tilanteissa toista tutkijaa.

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.

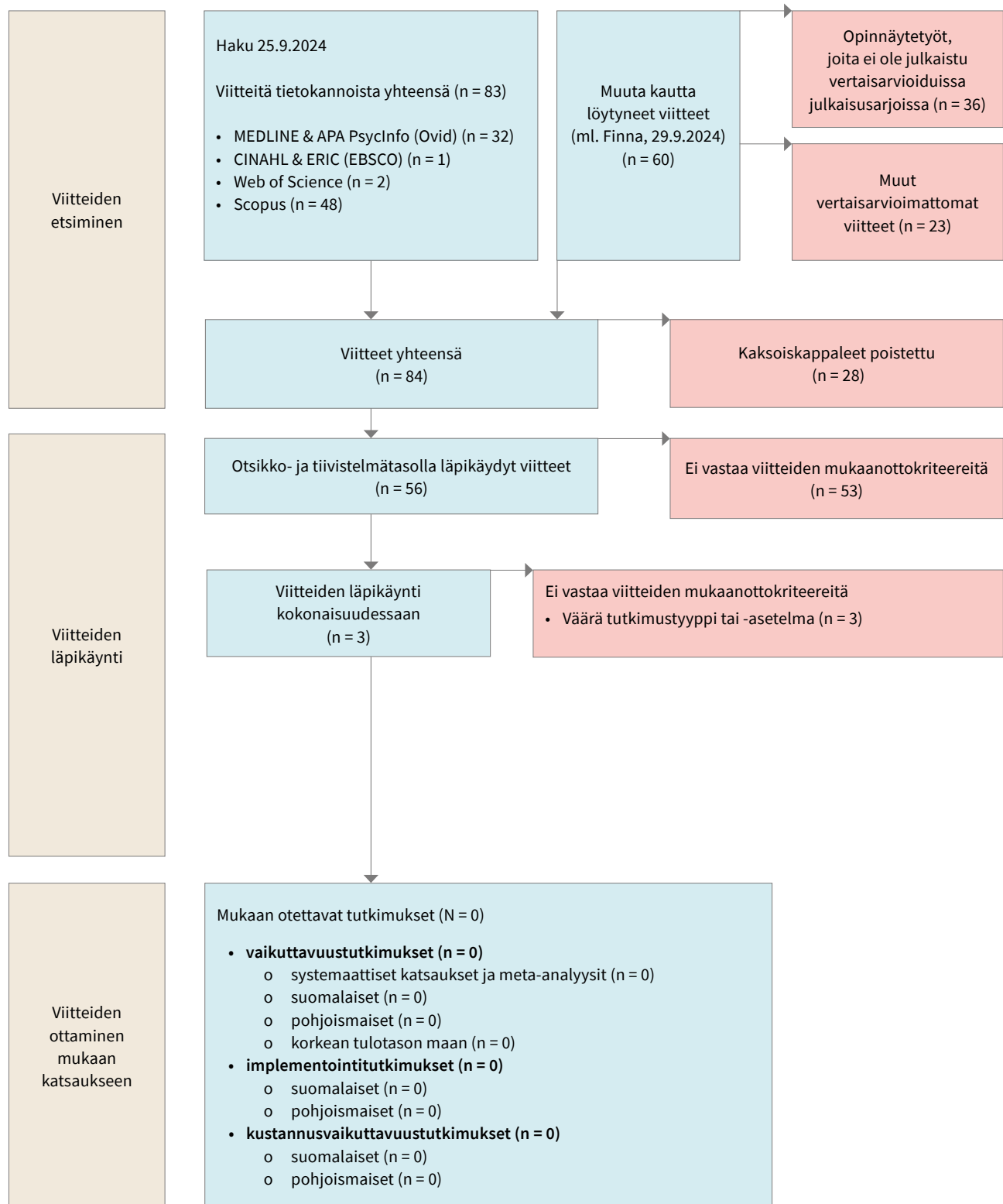
Vaikuttavuusnäytön arviointi

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



KUVIO 1.

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





TAULUKKO 1.

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän kuvauksen arviointitaulukko

Menetelmän kuvauksen ulottuvuus	Ei kuvattu lainkaan	Kuvattu, mutta ei riittävästi	Kuvattu riittävästi
Menetelmän ydinsisältö			
Kohderyhmä	☐	☐	☒
Ilmiö	☐	☐	☒
Tavoitteet ja vastemuuttajat	☐	☐	☒
Teoriaperusta	☐	☐	☒
Ydinelementit ja joustavuus	☐	☐	☒
Menetelmän muokkaus	☐	☐	☒
Menetelmän käyttö			
Toteuttajat	☐	☐	☒
Toteutustavat	☐	☐	☒
Keinot	☐	☐	☒
Materiaalit ja kustannukset			
Opas toteuttajille	☐	☐	☒
Materiaalit menetelmän saajille	☐	☐	☒
Kustannukset	☐	☐	☒

Käyttöönoton tuen arviointi

Menetelmän käyttöönoton tuen on arvioitu toteutuvan seitsemässä osa-alueessa kahdeksasta, 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 pätevoityvät 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 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.

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. Vertaisarvioituiden muut julkaisut nostavat kuitenkin menetelmän tasolle 2.



TAULUKKO 2.

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän käyttöönoton tuen arviointitaulukko

Käyttöönoton tuen vauhdittajat	Onko ohjelman kannalta olennainen?		Toteutuuko?	
	Kyllä	Ei	Kyllä	Ei
Kohderyhmä				
1. Kohderyhmän rekrytoiminen	☒	☐	☒	☐
Koulutus				
2. Pätevyysvaatimukset	☒	☐	☒	☐
3. Kouluttaminen	☒	☐	☒	☐
4. Pätevöityminen	☒	☐	☒	☐
Tuki, ohjaus ja dokumentaatio				
5. Tuki	☒	☐	☒	☐
6. Ohjaus	☒	☐	☒	☐
7. Seurannan ja ylläpidon välineet	☒	☐	☐	☒
8. Toistotarkkuuden varmentaminen	☒	☐	☒	☐
Yhteensä	8		7	
Käyttöönoton tuki	7/8			

Tiedoksi annettavat tutkimukset

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

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä on tehty kolme
suomalaista vertaisarvioitua tutkimusta, joista on saatu hyvin lu-
paavia tuloksia menetelmän vaikuttavuuden kannalta, sillä alus-
tavien 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 -perhe-
ryhmän tieteellinen arviointiprotokolla, kulttuurinen konteksti ja
ohjelman mahdolliset rajoitukset. Suomenkielisessä Sourander
ym. (2016) tutkimuksessa kuvataan ohjelman käyneiden vanhem-
pien kokemuksia. Ohjelman jälkeen kerätyn palautteen mukaan
sekä äidit että isät kokivat itseluottamuksensa vanhempana kasva-
neen. Ryhmän jälkeen 89 prosenttia äideistä ja 79 prosenttia isistä
kertoi pohtivansa enemmän oman toimintansa vaikutusta lapseen.

Souranderin ym. (2021) tutkimuksessa kuvataan ensimmäistä
kertaa vanhemmiksi tulneiden äitien (n = 367) ja isien (n = 183) hyö-

tyneen Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä vanhempien
ohjelman jälkeisten avovastausten perusteella. Vastausten perus-
teella Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä edisti vanhempien
mentalisaatiokykyä sekä vauvan näkökulman ymmärtämistä ja
tuki vanhemmuuden käytäntöjä. Tutkimuksessa tarkasteltiin van-
hempien kokemuksia vain ohjelman jälkeen, eikä tutkimukseen
kuulunut vertailuryhmää, joten vaikuttavuuden suhteen tulokset
ovat alustavia mutta lupaavia.

Vahvuudet ja heikkoudet

Menetelmäarvion vahvuutena on, että sen pohjalta voidaan osoit-
taa Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmän olevan kattavasti
kuvattu ja teoreettisesti vahvalla pohjalla oleva menetelmä. Vah-
vuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on ollut Suomessa pitkään
käytössä, ja sen käyttöönoton tuki on hyvä. Menetelmäarvion vah-
vuutena on myös, että sen avulla löydettiin kehityskohtia ohjelman
kuvauksessa sekä käyttöönoton tuessa. Kehitettävää Vahvuutta
vanhemmuuteen -perheryhmässä on dokumentaation välineiden
tarjoamisissa.

Menetelmäarvion heikkoutena on, ettei Vahvuutta vanhemmuu-
teen -perheryhmästä löytynyt vertaisarvioitua vaikuttavuustut-
kimusta, eikä ohjelman vaikuttavuudesta voida näin ollen tehdä
päätelmiä. Menetelmäarvio ei siis varsinaisesti kerro menetelmän
vaikuttavuudesta, vaan vaikuttavuusnäytön määrästä ja laadusta
tai sen puutteesta. Menetelmästä on tehty kuitenkin jo jonkin ver-
ran muuta tutkimusta, ja tulokset ovat lupaavia.



Johtopäätökset ja jatkotutkimus

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä on hyvin kuvattu ja teoreettisesti perusteltu menetelmä. Käyttöönottotukeen menetelmä tarjoaa useita vauhdittajia. Jo julkaistut tutkimustulokset ovat myönteisiä. Menetelmä on myös mukana ajankohtaisessa kansain-

välisessä implementointitutkimuksessa, joka tarkastelee vauvaperheille suunnattuja interventioita. Jatkossa olisi kuitenkin tärkeää toteuttaa ja julkaista vertaisarvioitua vaikuttavuustutkimusta menetelmän vaikuttavuuden vahvistamiseksi. ●

KIRJOITTAJAT:



VILJA SEPPÄLÄ
PsM, psykologi



SARA TANI
VTM, väitöskirjatutkija
Helsingin yliopisto

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.



LÄHTEET:

- 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., McInerney, 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).

Menetelmä-arvioluokka	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 vertaisarvioimaton 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 ennen-jälkeen-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 yltäisi 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).