



APUA NEPSYARKEEN -RYHMÄ NUORTEN VANHEMMILLE

Tervetuloa Apua Nepsyarkeen -ryhmään, jossa saat tukea, ymmärrystä ja keinoja nuoren kanssa toimimiseen arjessa. Maksuton ryhmä verkossa on suunnattu vanhemmille, joiden 11–17-vuotiaalla lapsella on neuropsykiatrisia piirteitä. Lapsella ei tarvitse olla diagnoosia.

Ryhmässä saat tietoa ja käytännönläheisiä keinoja arjen tueksi nepsypiirteisen lapsen kanssa. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä lapsen käyttäytymisestä, vaikutuksista perheen muihin jäseniin, vahvuuksista ja haasteista sekä vahvistaa vanhemman jaksamista ja voimaavaroja.

Ryhmä toteutetaan verkossa Howspace-alustalla. Ryhmään osallistujat kokoontuvat keväällä 2026 viisi kertaa klo 17.30–19.00 seuraavasti: ma 16.3., ma 23.3., ma 30.3., ma 13.4. ja ma 20.4.2026.

Ryhmä tarjoaa mahdollisuuden vertaistukeen ja kokemusten jakamiseen muiden samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien kanssa. Ryhmän sisältönä ovat ohjaajien alustukset ja tehtävät sekä niiden pohjalta herännyt keskustelu.

RYHMÄKERTOJEN TEEMAT:

Kerta 1: Mitä ovat nepsypiirteet? Miten ne näkyvät nuoruudessa?

Kerta 2: Arjen sujuvuus ja struktuuri perheessä

Kerta 3: Vanhemmuus, haasteet ja vahvuudet perheessä

Kerta 4: Tunteiden säätely ja vuorovaikutus

Kerta 5: Vanhemman voimavarat ja tulevaisuus

Asiantuntijoina ja ryhmän ohjaajina toimivat Nuorten Ystävien Vanhempien Akatemian, Nuorten Onnikan ja Lapset SIB Jyväskylän kokeneet lapsiperhetyön ammattilaiset ja Nepsy-valmentajat

Lisätietoa ja ilmoittautumiset 11.3.2026 mennessä:
paivi.koivisto@nuortenystavat.fi
p.044-74 86 713

Yhdessä kohti sujuvampaa arkea – lämpimästi tervetuloa!



Vanhempien Akatemia

Vapaudentie 32–34 A 3–4
60200 Seinäjoki

☎ 050 568 5410

✉ komiasti.opintiella@nuortenystavat.fi