

# MIELENTERVEYSTAITOJA VANKILAAN

## MIELENTERVEYDEN ENSIAPU®1 -KOULUTUS VANGEILLE

### MIELENTERVEYSTAITOJEN VAHVISTAMINEN ON JOKAISEN OIKEUS

Mielenterveys on osa kokonaisterveyttä. Mielenterveystaitojen vahvistaminen ja opetteleminen kuuluvat kaikille.

Vankilaympäristössä on erityisen tärkeää tunnistaa ja ehkäistä mielenterveyden häiriöitä sekä tukea vankeja mielenterveyden vahvistamisessa. Siihen soveltuu esimerkiksi Mieli ry:n Mielenterveyden ensiapu®1- koulutus.

"Keskustelu ylipäättänsä auttaa. Ongelmien tunnistaminen ja avun hakeminen helpottuu. Ymmärrys siitä, millaiset asiat tukevat mielenterveyttä, lisääntyy."

- Verkostohaastattelu 2019

### TOTEUTUS

Vankien mielenterveystaitoja ja -tietoja voidaan tukea ryhmämuotoisella Mielenterveyden ensiapu®-koulutuksella.

Koulutuksessa tutustutaan mielenterveyteen ja sen suoja- sekä riskitekijöihin. Muita teemoja ovat tunne- ja vuorovaikutustaidot, kriisit ja niistä selviytyminen sekä arjen hyvinvoinnista huolehtimisen taidot.

Ryhmän suositeltu koko on noin 5-10 henkilöä. Koulutuksen kesto on 14 h ja se voidaan pilkkoa lyhyisiin ryhmäkertoihin. Osallistuja saa koulutuksesta todistuksen.

Ryhmän ohjaus edellyttää kouluttautumista Mieli ry:n Mielenterveyden ensiapu®1 -ohjaajaksi.

**TUTUSTU TARKEMMIN:** <https://mieli.fi/fi/koulutukset/mielenterveyden-ensiapu>  
<https://www.sininauhaliitto.fi/toimintamme/ruokajonosta-osallisuuteen/>  
<https://www.innokyla.fi/web/hanke9290437>  
<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sokra>