



Sofia Pekkarinen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2022

Mielenterveystaitoja nuorille rikoksentekijöille

TIIVISTELMÄ

Sofia Pekkarinen

Mielenterveystaitoja nuorille rikoksentekeijöille

42 sivua, 1 liite

Kevät 2022

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi AMK

Opinnäytetyön tavoitteena oli vastata Rikosseuraamislaitoksen palvelukartassa havaittuun kehittämishaasteeseen. Tarkoitus toteutui suunnittelemalla, pilotoimalla ja arvioimalla mielenterveystaitoja vahvistava kurssi nuorille rikoksentekeijöille. Kurssi suunniteltiin keväällä 2021 yhteistyössä MIELI ry:n kunnallisen nuorisotyön kanssa ja toteutettiin Helsingin vankilan nuorten osastolla saman vuoden loka-marraskuussa.

Kurssi nimettiin MIELI-ryhmäksi yhdessä nuorten osaston vankien kanssa. Se rakentui yhdeksästä tapaamiskerrasta, joiden aikana käsiteltiin erilaisia mielenterveyteen, arjen taitoihin ja identiteettiin liittyviä teemoja. Mielenterveyden ensiapukurssit® (MTEA 1 ja MTEA 2) toimivat perustana MIELI-ryhmän runkoa suunniteltaessa, mutta toteutuksessa ja aihealueiden painotuksissa hyödynnettiin laajempaa lähdeaineistoa huomioiden ensisijaisesti kohderyhmän ikään ja elämäntilanteeseen liittyvät erityispiirteet.

Mediasta tuttujen, rikos- ja päihdekierteestä irtautuneiden, henkilöiden elämäntarinat toimivat MIELI-ryhmässä ikään kuin valkokankaana käsiteltäville teemoille. Narratiivisen lähestymistavan tarkoitus oli vahvistaa nuorten motivaatiota, lisätä toivoa sekä tarjota samaistumispintaa ja konkreettisia esimerkkejä keskustelun tueksi. Lisäksi mielenterveystaitoihin punoutuvien elämäntarinoiden toivottiin avaavan ryhmäläisille uusia väyliä vaikeaksi koettujen tunteiden ja mustavalkoisten ajatusmallien tarkasteluun.

MIELI-ryhmän ensisijaisena tavoitteena oli arkipäiväistää mielenterveyden käsitettä ja siten lisätä nuorten valmiuksia kehittää mielenterveystaitojaan ja kiinnittyä hyvinvointiaan tukeviin palveluihin niin rangaistusaikana kuin tuomionsa jälkeen. Kurssista saatu palaute puhui tavoitteiden toteutumisen puolesta ja vahvisti ajatusta siitä, että mielenterveyttä edistävällä toiminnalla olisi paikkansa osana Rikosseuraamuslaitoksen pysyvää palvelukarttaa. MIELI-ryhmän arvioitiin olevan linjassa nuorten osaston kuntouttavien toimintaperiaatteiden kanssa, täydentävän käytettävissä olevia työmenetelmiä ja edistävän nuorten rangaistusajan suunnitelmissa määriteltyjä tavoitteita.

Asiasanat: mielenterveys, mielenterveystaidot, nuoret rikoksentekeijät, nuorisoriikollisuus, huoltomalli, elämäntarinat, narratiivisuus, ryhmänohjaus

ABSTRACT

Sofia Pekkarinen

Mental health skills for juvenile delinquents

42 pages, 1 appendix

Spring 2022

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services

The purpose of this development-oriented thesis was to respond to a shortcoming observed in the service map of the Finnish Criminal Sanctions Agency. This was achieved by planning, piloting, and evaluating a mental health training course for young offenders. The course was planned in the spring of 2021 in co-operation with MIELI ry. municipal youth work and conducted at the youth ward of Helsinki Prison during October-November 2021.

The course was named as MIELI-group along with the inmates of the youth ward. It consisted of nine sessions, during which various themes related to mental health, everyday skills and identity were discussed. Mental Health First Aid-courses® (MTEA 1 and MTEA 2) served as a framework for building the course content, but the special needs related to the age and life situation of young offenders were also considered while planning the implementation and emphasis on the subject areas.

During the MIELI-group were life stories of ex-convicts and recovering addicts used as if a canvas for looking into different areas of mental health. The purpose of the narrative approach was to strengthen the motivation and interest of young offenders and to provide concrete examples for starting constructive discussions. In addition, life stories were hoped to open new ways for the participants to examine difficult feelings and to question their black-and-white thinking patterns.

The main goal of the MIELI-group was to make it easier for the participants to talk about mental health, thus increasing their ability to develop mental health skills and engage in services that support their well-being both during and after the sentence. Positive feedback confirmed previous developmental observations of the need to incorporate mental health promoting programs into the service map of Finnish Criminal Sanctions Agency. In addition, the MIELI-group was found to be in line with the operating principles of the Helsinki prison youth ward and to complement the rehabilitative methods available.

Keywords: mental health, mental health skills, young offenders, youth delinquency, criminal justice work, rehabilitation model, life story, narrative approach, group tutoring

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 KUNTOUTTAVA RIKOSSEURAAMUSJÄRJESTELMÄ JA VANKEUSAJAN LAKIPERUSTEISET TAVOITTEET	6
2.1 Vankeuslaki ja mielenterveysstrategia kehittämistoiminnan perustana.	6
2.2 Vankeusajan kuntouttavaa työtä ohjaava Mielekkään elämän malli	7
2.3 Lain määritelmä nuoresta rikosentekijästä	9
2.4 Taidot mielenterveyden rakentajina	10
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	11
4 YHTEISTYÖKUMPPANIT JA SUUNTAAN NÄYTTÄVÄT KEHITTÄMISHANKKEET	13
4.1 MIELI ry, mielenterveyden edistämisen pioneeri	13
4.2 Opinnäytetyö osana Helsingin vankilan kehittämistyötä	14
4.3 Vankeusaika mahdollisuutena! -hanke	15
4.4 Keravan vankilan Work it Out-projekti	15
5 KURSSIN TOTEUTUKSESSA KÄYTETYT MENETELMÄT	16
5.1 Narratiivinen lähestymistapa porttina mielenterveysteemoihin	16
5.2 Ryhmänohjauksen haasteet ja mahdollisuudet	17
6 KURSSIN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI	19
6.1 Lähdemateriaalit ja toteutuksen suunnittelu	19
6.2 Kurssin tavoitteet ja keskeiset teemat	20
6.3 Kurssin pilotointi ja toimintaympäristön haasteet	23
6.4 Keskeisiä havaintoja MIELI-ryhmästä	24
6.5 Arvio kurssin tavoitteiden toteutumisesta	27
6.6 Ideoita kurssin jatkokehittelyyn	28
7 POHDINTA	30
7.1 Kehittämistyön vaikuttavuus	30
7.2 Eettiset näkökohdat	31
7.3 Sosionomin kompetenssin vahvistuminen ja ammatillinen kasvu	33

LÄHTEET.....	35
LIITE 1. PALAUTELOMAKE	40

1 JOHDANTO

Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa yksilö on tietoinen omista vahvuuksistaan, selviää elämään kuuluvista vastoinkäymisistä ja kykenee toimimaan yhteisön aktiivisena jäsenenä. Mielenterveyden merkitys on kiistaton, puhuttiinpa sitten ihmisen kyvystä ajatella, käsitellä tunteita, olla vuorovaikutuksessa, opiskella, ansaita toimeentulonsa tai nauttia elämästä. (World Health Organization, 2018.)

Mielenterveys ei ole staattinen tai synnynnäinen ominaisuus, vaan voimavara, jonka määrä vaihtelee luonnollisesti elämäntilanteiden ja olosuhteiden muuttuessa. Toisaalta mielenterveydestä voidaan puhua myös tunne-, vuorovaikutus- ja tietoisuustaidoista muodostuvana kokonaisuutena, jota meistä jokaisen on mahdollista harjoittaa ja vahvistaa läpi elämän. (Larivaara, 2021.) Vakaa kasvuympäristö ja turvalliset vuorovaikutussuhteet tarjoavat hedelmällisen maaperän mielenterveystaitojen kehitykselle. Kaikki eivät kuitenkaan ole lähtökohtiensa suhteen yhtä onnekkaassa asemassa.

Nuoret rikoksenteijät ovat usein varttuneet ympäristöissä, jotka eivät syystä tai toisesta ole mahdollistaneet riittävää turvaa ja tukea, saati edellytyksiä mielenterveystaitojen vahvistumiselle. Heistä valtaosa on jo ennen ensimmäistä tuomioitaan kohdannut monenlaisia vuorovaikutussuhteisiin, taloudelliseen huono-osaisuuteen, koulunkäyntiin ja mielenterveyteen liittyviä haasteita. (Honkatukia & Kivivuori 2006, s. 344.) Vastoinkäymisistä selvitäkseen nuoret ovat omaksuneet haitallisia selviytymis- ja ongelmanratkaisukeinoja, kuten tietoista tunteiden tukahduttamista, itsetuhoisuutta, aggressiivisuutta, rikollisuutta ja päihteidenkäyttöä (Larivaara, 2021).

Lähtökohdat eivät kuitenkaan määritä sitä, minkälaiset valmiudet lapsella tai nuorella on vahvistaa mielenterveystaitojaan, kun motivaatio ja tarjottu tuki kohtaavat oikealla hetkellä. Vankeustuomio on otollista aikaa tunnistaa tuen tarve ja löytää yhteiskunnasta syrjäyttävien selviytymis- ja ongelmanratkaisukeinojen tilalle uusia, hyvinvointia ja osallisuutta tukevia vaihtoehtoja. Rangaistus itsessään ei riitä

muuttamaan lainvastaisia toimintatapoja, vaan sen päättyessä nuorella tulisi olla aiempaa rakentavampia työkaluja itsenäiseen arjen hallintaan, kestäviin vuorovaikutussuhteisiin, vastoinikäymisten kohtaamiseen ja tunteiden säätelyyn.

Suomen rikoslaki, kansallinen mielenterveysstrategia (2020–2030) ja suomalaisen rikosseuraamusjärjestelmän huoltomalli rakentavat vankan perustan nuorille rikoksentekijöille suunnatun palvelukartan kehittämistyölle. Viitekehystä täydentävät osaltaan myös aiemmat vankien mielenterveyteen kohdistuneet hankkeet, joihin peilaten täsmennän myöhemmissä luvuissa opinnäytetyöni tarkoitusta ja tavoitteita.

Opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä MIELI ry:n ja Rikosseuraamuslaitoksen kanssa. Työn tarkoituksena on vastata Rikosseuraamuslaitoksen palvelukartassa havaittuun kehittämishaasteeseen suunnittelemalla nuorille rikoksentekijöille kohdennettu mielenterveystaitokurssi (MIELI-ryhmä) ja pilotoimalla se Helsingin vankilan nuorten osastolla syksyllä 2021. MIELI-ryhmän ensisijaisena tavoitteena on arkipäiväistä mielenterveyden käsitettä, lisätä rikostaustaisten nuorten motivaatiota mielenterveyden edistämiseen ja siten vahvistaa heidän valmiuksiaan sitoutua hyvinvointia ja osallisuutta tukeviin palveluihin niin rangaistus-aikana kuin tuomion jälkeen.

2 KUNTOUTTAVA RIKOSSEURAAMUSJÄRJESTELMÄ JA VANKEUSAJAN LAKIPERUSTEISET TAVOITTEET

2.1 Vankeuslaki ja mielenterveysstrategia kehittämistoiminnan perustana

Vankeusajan keskeisin tavoite on lisätä vangin valmiuksia rikoksettomaan elämään, sen myötä vähentäen uusimisriskiä ja edistäen yhteiskunnan turvallisuutta. Rikosseuraamusjärjestelmän vastuulla on näin ollen vahvistaa vangin elämänhallintaitoja ja osallisuutta, kannustaa hyvinvointia tukevien suhteiden ylläpitoon sekä tarjota apua muun muassa asumisen, toimeentulon ja siviiliin jatkuvien sosiaali- ja päihdepalveluiden järjestämiseen. Lisäksi vangille on mahdollisuuksien mukaan tarjottava tilaisuus mielenterveyttä tukevaan toimintaan, kuten yksilölliseen neuvontaan, ryhmätapaamisiin tai psykologin vastaanotolle. (L 767/2005; Rikosseuraamuslaitos, 2020a.)

Vankeusrangaistuksen kuntouttava aspekti korostuu entisestään, kun puhutaan alle 21-vuotiaista rikoksentekijöistä; tuomiota täytäntöön pantaessa on lain nojalla kiinnitettävä erityishuomiota vangin iästä ja kehitysvaiheesta johtuviin tarpeisiin (L 262/1940). Nuorten rikosseuraamusjärjestelmän perustana toimiikin Suomessa niin sanottu huoltomalli, joka ottaa huomioon rikoksentekijän psykososiaalisen taustan ja pyrkii vastaamaan ensisijaisesti rikoksilla oireilun taustalla ilmenevään tuen tarpeeseen. Rangaistuksen pääpaino on tällöin nuoren kuntoutuksessa, yhteiskuntaan kiinnittämisessä ja tiiviissä desistanssityössä, jonka tähtäimessä on rikollisesta elämäntavasta irtautuminen. (Pekkarinen ym., 2019, s. 20—22.)

Kansainväliset tutkimukset ovat osoittaneet, että noin kahdella kolmasosalla nuorisovangeista on jokin diagnostiset kriteerit täyttävä mielenterveyden häiriö. Osuus kasvaa entisestään, kun mukaan lasketaan päihdeongelmat ja riippuvuudet (Underwood & Washington, 2016, s. 3). Valtaosalla nuorista rikoksentekijöistä on lisäksi oppimisvaikeuksia sekä merkittäviä puutteita arjenhallintataidoissa, yhteisöllisissä valmiuksissa ja toimintakyvyssä. Lapsuuden turvaton ja sekasortoinen kasvuympäristö, heikko koulumenestys ja ”ongelmanuoren” leima

ovat usein vaikuttaneet nuoren itsetunnon ja minäkäsityksen muodostumiseen ja siten heikentäneet nuoren kykyä tunnistaa omia vahvuuksiaan ja merkitystään osana yhteiskuntaa. (Piispa & Lind, 2021, s. 29; Eskelinen, 2009, s. 36.)

Tarve vankien mielenterveyspalveluille tiedostetaan laajalti, mutta käytännön toteutuksessa on vielä merkittäviä haasteita johtuen muun muassa psykiatristen palveluiden suuresta kysynnästä ja heikosta saatavuudesta (Eskelinen, 2009, s. 30). Resurssien ei kuitenkaan tulisi muodostua esteeksi etenkin nuorten vankien mielenterveyden vahvistamiselle rangaistusaikana. Päinvastoin toimintaa olisi kansallisen mielenterveysstrategian (2020—2030) nojalla tärkeää kohdentaa haastavassa elämäntilanteessa oleville nuorille, joiden arki pitää sisällään runsaasti psyykkistä kuormitusta. (Vorma, Rotko, Larivaara & Kosloff, 2020, s. 10, s. 25.)

Edellä esitetyt seikat huomioiden olisi mielenterveysongelmia korjaavaa yksilötyötä jatkossa tärkeä täydentää mielenterveyttä edistävällä toiminnalla, joka on toteutettavissa kohtuullisilla resursseilla, lyhyidenkin tuomioiden mahdollistamissa aikaraameissa. Mielenterveystaitoja vahvistaessaan vangit keräävät työkalupakkiinsa aiempaa rakentavampia ongelmanratkaisukeinoja, joilla lisätä arjenhallintaa ja kykyä sitoutua hyvinvointia, osallisuutta ja rikoksetonta elämää tukeviin palveluihin myös vankeusajan jälkeen.

2.2 Vankeusajan kuntouttavaa työtä ohjaava Mielekkään elämän malli

Uusiseelantilaisen Tony Wardin ja kollegoiden kehittämä Mielekkään elämän malli (GLM) on rikosseuraamustyön tarpeisiin soveltuva voimavarasuuntautunut viitekehys. Mallin keskiössä on tulevaisuusorientoitunut dialogi, jonka tarkoituksena on nimensä mukaisesti lisätä asiakkaan kokemusta elämän mielekkyydestä, vahvistaa toivon ja minäpystyvyyden tunteita sekä vähentää rikosten uusimisriskiä. GLM on vaikuttavaksi todettu työväline, jonka avulla voidaan kartoittaa asiakkaan yksilöllisiä mielenkiinnon kohteita ja hänen kykyjään vastaavia tavoitteita sekä laatia konkreettisia suunnitelmia päämäärien saavuttamiseksi. (Chu, Ward & Willis, 2014, s. 2; Vilkas, 2009, s. 1.)

Mallin taustalla vaikuttaa oletus siitä, että ihmisiä yhdistävät pääsääntöisesti samat hyvinvointia tukevat pyrkimykset ja perustarpeet (*primary human goods*), jotka on esitelty alla olevassa luettelossa (Kuvio 1). Muun muassa yksilön arvot ja kehitysvaihe kuitenkin vaikuttavat tarpeissa ilmeneviin painotuksiin ja siihen, millä keinoin pyrkimyksiä lähdetään arjessa tavoittelemaan. (Chu, Ward & Willis, 2014, s.3—4; Vilkas, 2009, s. 2.)

Kuvio 1. Mielekkään elämän mallin kymmenen perustarvetta (*primary human goods*)



GLM:n avulla myös rikoskäyttäytymistä voidaan tarkastella perustarpeiden tyydyttämiseen tähtäävänä toimintana, jossa tavoitteen saavuttamiseksi omaksutut keinot (*secondary goods*) ovat kuitenkin vahingollisia ja yhteiskunnasta vieraannuttavia. Desistanssityön keskeisimpänä tavoitteena on tästä näkökulmasta auttaa asiakasta tunnistamaan syyt lainvastaisen toimintansa taustalla ja löytämään sen tilalle sosiaalisesti hyväksyttäviä tapoja tavoitella mielekästä elämää. (Chu, Ward & Willis, 2014, s.3—4; Vilkas, 2009, s. 3—4.)

Käytännössä keinojen uudelleenarviointi tarkoittaa sekä asiakkaan sisäisten voimavarojen että ulkoisten olosuhteiden tarkastelua. Sisäisiä voimavaroja, kuten minäkäsitystä, asenteita, itsevarmuutta ja tunnesäätelyä, voidaan vahvistaa mielenterveystaitoja edistämällä. Vankeusajan jälkeisiin valintoihin vaikuttavat

merkittävästi myös asiakkaan tukiverkko ja valmiudet kiinnittyä yhteiskuntaosallisuutta tukeviin toimintoihin, kuten koulutus- ja työelämään. (Vilkas, 2019, s. 3.) Mielekkään elämän malli toimii taustateoriana myös Helsingin vankilan nuorten osaston kuntouttavassa toiminnassa. Rangaistusajan suunnitelmat laaditaan nuorten yksilöllisten tarpeiden ja toiveiden pohjalta, tavallisesti yhteistyössä asiakkaan, osaston erityisohjaajan ja arviointikeskuksen kanssa. Vankeusajalle määritellyjä psykososiaalisia tavoitteita edistetään muun muassa erityisohjaajan säännöllisillä yksilötapaamisilla sekä Rikosseuraamuslaitoksen akkreditoimilla (vaikuttavaksi toteamilla) ohjelmilla, joiden pääpaino on toistaiseksi päihde- ja väkivaltatyössä (Rikosseuraamuslaitos, 2020b).

2.3 Lain määritelmä nuoresta rikoksentekijästä

Nuori rikoksentekijä määritellään laissa henkilöksi, joka on rangaistavan tekonsa hetkellä 15—20-vuotias (L 262/1940). Rikosoikeudellinen vastuu siis alkaa vasta 15-vuoden iässä, mutta sitä nuorempina tehdyistä rikoksistakin on mahdollista suorittaa esitutkinta, jonka seurauksena voidaan määrätä vahingonkorvauksia tai lastensuojelun toimenpiteitä. Myös rikosten sovittelu on lasten rikosten osalta mahdollinen. (Poliisi. i.a.; Niemi, 2019, s. 147.)

Nuoria rikoksentekijöitä kohdellaan oikeudessa lievemmin kuin aikuisia, ja lain vastaiseen toimintaan puututaan ensisijaisesti edellä mainituin vaihtoehtoisin keinoin. Lievennetyn rangaistusasteikon käyttöä perustellaan muun muassa ikäsidonnaisella, aivojen kypsyttömyydestä johtuvalla impulsiivisuudella ja harkintakyvyn puutteella. (Niemi, 2019, s. 147.) Aikuisille säädettyjen rangaistusten ei katsota tukevan nuorten psykososiaalista kehitystä ja yhteiskuntaosallisuutta, saati vaikuttavan positiivisesti uusintarikollisuuden ehkäisyyn (Pekkarinen ym., 2019, s. 20).

Nuoret rikoksentekijät jaotellaan rikosseuraamusjärjestelmässä kahteen ryhmään: 18—20 vuotiaisiin nuoriin aikuisiin ja 15—17 vuotiaisiin nuoriin henkilöihin, joita lapsen oikeuksien sopimuksen nojalla koskee merkittävin osa rikosoikeudellisista lievennyksistä. Yleisimpiä nuorten oikeudenkäynnissä tuomittuja

rangaistuksia ovat sakko ja ehdollinen vankeusrangaistus. Yhdyskuntapalvelun ja ehdottoman vankeusrangaistuksen yhteenlaskettu vuosittainen osuus on tavallisesti jäänyt reilusti alle kymmeneen prosenttiin. (Niemi, 2019, s. 147—160; Yleissopimus lapsen oikeuksista, 1989.)

Lain määritelmä nuoresta rikosentekijästä on siis selkeä. Rikosseuraamusalalla määritelmän käyttöön liittyy kuitenkin erinäisiä haasteita liittyen muun muassa nuorten vankien sijoitteluun, nuorten osastojen ikärajoihin sekä nuorille rikosentekijöille kohdennettuun palvelukarttaan. Rikosoikeudellisen lainsäädännön lisäksi on nuorten rikosseuraamuksista päätettäessä nimittäin huomioitava myös sosiaalihuoltolaki ja lastensuojelulaki, joiden nojalla nuoria ovat kaikki alle 25-vuotiaat henkilöt, sekä nuorisolaki, jonka mukaa nuoruus jatkuu aina 30 ikävuoteen saakka (L 417/2007; L 1285/2016; L 1301/2014). Nuoruuden määritelmän yhtenäistäminen olisi tarpeen, sillä se toisi selkeyttä nuorten vankien sijoittelukäytäntöihin ja edistäisi Rikosseuraamuslaitoksen, kuntien ja kolmannen sektorin välisessä yhteistyössä toteutuvan palvelukartan kehittämistyötä (Saara Nieminen, erityisohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 11.2.2022).

2.4 Taidot mielenterveyden rakentajina

Mielenterveys ei ole synnynnäinen ominaisuus tai staattinen tila, vaan elämäntilanteiden, olosuhteiden ja tietoisien harjoittelun myötä vaihteleva kokemus psyykkisestä hyvinvoinnista. Hyvä mielenterveys vahvistaa yksilön kykyä tunnistaa omat voimavaransa ja vahvuutensa, selvitä elämään kuuluvista vastoinkäymisistä ja toimia osana ympäröivää yhteisöä. Mielenterveyden tila on siten voimakkaassa yhteydessä myös vuorovaikutussuhteisiin, ajatteluun ja tunteisiin, työ- ja toimintakykyyn sekä arjessa koettuun mielihyvään. (World Health Organization, 2018.)

Edistämisen näkökulmasta mielenterveyttä on hedelmällistä tarkastella kaksiulotteisena kokonaisuutena, jossa psyykinen hyvinvointi ja mielenterveyshäiriöt on eroteltu toisistaan. Käytännössä tämä tarkoittaa, etteivät mielenterveyden ongelmat korreloi suoraan hyvinvoinnin tilaan. Diagnoosit eivät toisin sanoen ole este

hyvinvoinnille, eikä niiden puute toisaalta onnen tae. Kaksiulotteinen malli havainnollistaa mielenterveyttä elämäntaidollisena ja yhteiskunnallisena käsitteenä, joka korostaa yksilön toimijuutta, motivaatiota ja vaikuttamismahdollisuuksia. Mielenterveyshäiriöistä riippumatta meistä jokaisella on sekä mielenterveyttä että valmiuksia sen vahvistamiseen. (MIELI ry, 2021a.)

Turvalliset kiintymyssuhteet ja vakaa kasvuympäristö tarjoavat ihanteellisen perustan mielenterveystaitojen kehitykselle, kun taas hajanainen ja turvaton lapsuus voi aiheuttaa sille merkittäviä haasteita (Ainsworth & Bowlby, 1991). Kuten todettu, lähtökohdat eivät kuitenkaan määrittele sitä, minkälaiset edellytykset yksilöllä on kehittää mielenterveystaitojaan, etenkin kun motivaatio ja tarjottu tuki kohtaavat oikeaan aikaan (World Health Organization, 2018). Mielenterveys vahvistuu luonnollisesti arkisissa kanssakäymisissä, valintatilanteissa ja vastoinikäymisissä. Halutessaan sitä on kuitenkin mahdollista edistää myös tietoisesti, muun muassa erilaisia tunne-, elämäntaidon- ja vuorovaikutustaitoja treenamalla. (Larivaara, 2021.)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tavoitteena on vastata Rikosseuraamuslaitoksen kuntouttavissa toiminnoissa havaittuun kehittämishaasteeseen, samalla edistäen sekä kansallista mielenterveysstrategiaa (2020—2030) että edellä kuvatun Mielekkään elämän mallin mukaista rikosseuraamustyötä. Kehittämistyö toteutuu yhteistyössä MIELI ry:n ja Helsingin vankilan nuorten osaston kanssa. Tarkoituksena on suunnitella, pilotoida ja arvioida nuorille rikoksentekeijöille kohdennettu mielenterveystaitokurssi, joka tukee rangaistusajan suunnitelmien etenemistä, soveltuu vankilaympäristöön ja on toteutettavissa vähäisillä resursseilla.

Kurssin tavoitteena on arkipäiväistää mielenterveyden käsitettä, herättää avointa keskustelua ja motivoida rikostaustaisia nuoria vahvistamaan

mielenterveystaitojaan. Tavoitteen toteutuessa nuorilla on kurssin käytyään entistä paremmat valmiudet hakeutua ja kiinnittyä psyykkistä hyvinvointiaan tukeviin palveluihin niin rangaistusaikana kuin siviiliin palattuaan. Tarkoituksena ei toisin sanoen ole löytää ratkaisuja nuorten yksilöllisiin ongelmiin, vaan tarjota arkielämän moninaisiin haasteisiin soveltuvia työkaluja, joiden avulla nuoret voivat oppia vaikuttamaan tietoisemmin oman elämäntarinansa kulkuun.

Ongelmanratkaisukeinojen myötä kehittyvät arjenhallintaidot edesauttavat myös minäpystyvyyden ja itsetunnon vahvistumista. Onnistumisen kokemusten kartuttama toivo puolestaan avaa nuorille uusia ovia harrastuksiin, koulutukseen ja työelämään ja siten lisää merkityksen tuntua ja motivaatiota rikoksettomaan arkeen. (Kämäräinen, 2019, s. 29; Eskelinen, 2009, s. 20.) Opinnäytetyön pidemmän tähtäimen tavoitteena onkin edistää siviiliin palaavien nuorten mahdollisuuksia yhteiskuntaosallisuuteen, samalla vaikuttaen vähentävästi rikosten uusimisriskiin.

Moniammatillinen kehittämistyö tarjoaa erinomaiset puitteet myös ammatillisen osaamisen ja -itsevarmuuden vahvistamiseen. Kurssin toimintaympäristö tuo mukanaan innostavia haasteita liittyen muun muassa suljetun vankilan turvallisuuskäytäntöihin sekä moniongelmaisen erityisryhmän ohjaukseen ja motivointiin. Opinnäytetyön keskeisiin tavoitteisiin lukeutuvat näin ollen myös verkostoyhteistyön ylläpitäminen, ryhmänohjaustaitojen kehittäminen, sosionomin kompetenssin vahvistaminen sekä rikosseuraamusalan työstä karttuva käytännön kokemus.

4 YHTEISTYÖKUMPPANIT JA SUUNTAA NÄYTTÄVÄT KEHITTÄMIS-HANKKEET

4.1 MIELI ry, mielenterveyden edistämisen pioneeri

Suunnittelin nuorille rikoksentekeijöille kohdennetun mielenterveystaitokurssin yhteistyössä MIELI ry:n nuorisotyön kanssa, osana kolmetoistaviikkoista työharjoitteluani keväällä 2021. Harjoittelun ohjaajana toimi kunnallisen nuorisotyön ja mielenterveyden edistämisen asiantuntija, Elina Marjamäki.

Vuonna 1897 perustettu MIELI ry (Suomen Mielenterveys ry) on maailman vanhin mielenterveysalan kansalaisjärjestö. Vuoden 2021 loppuun mennessä siihen kuuluu kaiken kaikkiaan 55 paikallista mielenterveysseuraa ja 33 valtakunnallista järjestöä. MIELI ry:n perustehtäviä ovat mielenterveyden edistäminen ja ongelmien ennaltaehkäisy sekä kansalaisten osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistaminen. (MIELI ry, 2021b; MIELI ry, 2021c.)

MIELI ry puhuu ensisijaisesti haavoittuvassa elämäntilanteessa olevien puolesta ja peräänkuuluttaa ehdotonta syrjimättömyyttä sekä kaikkien yhtäläistä oikeutta hyvään mielenterveyteen. Järjestö tarjoaa koko väestölle kohdennettua kriisiapua ja muita matalan kynnyksen tukipalveluita. Lisäksi se organisoii alasta kiinnostuneille monipuolista koulutus-, kehittämis- ja vapaaehtoistoimintaa. Aktiivisen viestinnän ensisijaisena tavoitteena on vaikuttaa mielenterveyttä edistäviin rakenteisiin yhteiskunnallisella tasolla. (MIELI ry, 2021d.)

MIELI ry:n järjestämällä Mielenterveyden ensiapu[®]-kursseilla (MTEA 1, MTEA 2 ja Nuoren mielen ensiapu) tarkastellaan mielenterveyttä voimavaralähtöisesti, osana ihmisen kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia. Kurssit tarjoavat tutkittua tietoa mielenterveydestä ja auttavat osallistujia löytämään uusia keinoja psyykkisen hyvinvoinnin ja arjenhallintataitojen vahvistamiseen. Mielenterveys-teemoja lähestytään kursseilla yleisellä tasolla, mistä johtuen niitä voidaan toteuttaa soveltaen hyvin monenlaisille kohderyhmille. (MIELI ry, i.a.)

4.2 Opinnäytetyö osana Helsingin vankilan kehittämistyötä

Pilotoin MIELI ry:n kanssa suunnittelemani mielenterveystaitokurssin Helsingin vankilan nuorten osastolla, osana kehittämispainotteista työharjoitteluani syys-joulukuussa 2021. Harjoittelun ohjaajana toimi nuorten osaston erityisohjaaja, Saara Nieminen.

Helsingin vankila kuuluu Etelä-Suomen rikosseuraamusalueeseen. Kyseessä on vuonna 1881 toimintansa aloittanut suljettu laitos, jossa on pyöreästi arvioituna 300 vankipaikkaa. Syksyllä 2021 toteutuneen työharjoitteluni aikana vankilan käytössä oli yksi kahdeksanpaikkainen nuorten osasto, jonne sijoitettiin pääosin 15–24-vuotiaita, intensiiviseen tukeen motivoituneita vankeusvankeja. Viime vuosina tarve uusien osastojen avaamiselle on kuitenkin kasvanut merkittävästi nuorten tutkinta- ja vankeusvankien määrän noustessa. Painetta lisää osaltaan myös vankeuslaki, joka lähtökohtaisesti edellyttää alaikäisten vankien pitämistä erillään aikuisista. (Rikosseuraamuslaitos, 2021; L 767/2005.)

Erityisohjaaja järjestää nuorten osastolla rangaistusajan suunnitelmia tukevaa toimintaa, kuten yksilövastaanottoja ja ryhmämuotoista ohjelmatyötä, jonka määrä vaihtelee käytettävissä olevien resurssien mukaan. Osaston nykymuotoiseen palvelukarttaan sisältyvä kuntoutus painottuu desistanssi-, päihde- ja väkivaltatyöhön. Mielenterveyden edistämiseen kohdennettua ohjelmaa ei toistaiseksi ole akkreditoitu osaksi Rikosseuraamuslaitoksen palvelukarttaa, vaikka tarve nuorten erityisyyden huomioivalle matalankynnyksen interventiolle on tunnistettu. Psykologien ja vankiterveydenhuollon rooli on korvaamaton, mutta niiden niukat resurssit eivät yksinään riitä vastaamaan nuorilla vangeilla ilmenevään tuen tarpeeseen (Muurinen, 2021, s. 48).

Helsingin vankilassa on helmikuusta 2021 lähtien toiminut aktiivinen kehittämissyöryhmä, joka pitää sisällään monipuolista osaamista hallinnon, psykiatrian sekä sosiaali- ja turvallisuusalan tahoilta. Työryhmän tavoitteena on kehittää nuorten osaston toimintaa, palvelukarttaa ja resursseja sekä nuorten vakien sijoittelukäytäntöjä. Kehittämistyötä ohjaavat keskushallintoyksikön esittämät tavoitteet, jotka

on julkaistu alaikäisiä ja nuoria vankeja koskevassa selvityksessä elokuussa 2021. (Muurinen, 2021.)

4.3 Vankeusaika mahdollisuutena! -hanke

Opinnäytetyön kimmokkeena toimi Rikosseuraamuslaitoksen Vankeusaika mahdollisuutena! -hanke (2016—2019), jonka tavoitteena oli edistää rikostaustaisten kuntoutumista, työllistymistä ja osallisuutta. Hankkeessa oli mukana useita eri toimijoita, joiden yhteistyöllä pyrittiin huomioimaan laajalti erilaiset rikostaustasta aiheutuvat haasteet liittyen muun muassa koulutukseen, työelämään, toimintakykyyn sekä päihde- ja mielenterveysongelmiin. (Kaarlejärvi, 2019, s. 7.)

MIELI ry osallistui hankkeeseen pilotoimalla Sukevan vankilassa Mielenterveyden ensiapukursseja[®] (MTEA1 ja MTEA2), joiden tavoitteena oli vahvistaa vankien mielenterveyttä, työ- ja toimintakykyä sekä yhteiskuntaan kiinnittymisen edellytyksiä. Vangit antoivat kurseista hyvää palautetta, kertoen saaneensa niistä muun muassa tarpeellista lisätietoa, uusia näkökulmia ja rohkeutta mielenterveydestä puhumiseen. Myös ohjaajat arvioivat kurssien soveltuvan erinomaisesti vankilaympäristöön ja havaitsivat ryhmämuotoisen toiminnan lisänneen luottamusta ja positiivista vuorovaikutusta vankien välille. Onnistuneen pilottiko-keilun myötä MTEA[®]-kurssit kirjattiin osaksi Sukevan vankilan toimintasuunnitelmaa. Pidemmän aikavälin tavoitteeksi asetettiin kurssien laajempi toteuttaminen Rikosseuraamuslaitoksen eri yksiköissä. (Kämäräinen, 2019, s. 28—30.)

4.4 Keravan vankilan Work it Out-projekti

Keravan avovankilasta löytyy kahdenkymmenen vuoden edestä kokemusta nuorten rikosentekijöiden mielenterveyttä edistävästä työstä. Vuosina 2001—2020 toteutunut kokonaiskuntouttava malli perustui WOP-projektissa (Work it Out) pilotoituhiin ja sen myötä kehitettyihin työmuotoihin. Mallissa yhdistyivät kognitiivinen ja psykososiaalinen työskentelytapa sekä kuntoutuksen suunnitelmallinen jatkumo vankeudesta siviiliin. Kuntoutuksen kulmakiviä olivat nuoruusiän

erityispiirteiden huomiointi sekä siihen kuuluviin kehitystarpeisiin vastaaminen. (Eskelinen, 2009, s. 3—4, s. 14.)

Nuorten WOP-osasto oli kuusipaikkainen. Osastolle pääsyyn liittyi muun muassa hakijan ikään, tuomion pituuteen, motivaatioon ja päihteiden käyttöön liittyviä ehtoja. WOP-projektissa painottuivat moniammatillisuus sekä pysyvät asiakassuhteet. Sen keskeisin tavoite oli ehkäistä uusintarikollisuutta ja päihdehaittoja sekä tukea vankeustuomiota suorittavien nuorten kiinnittymistä yhteiskuntaan. (Eskelinen, 2009, s. 16—17.)

WOP-mallin pohjalta laadittu työkirja on suunnattu vankeinhoidon ja rikosseuraamusalan ammattilaisille ja muille työntekijöille, jotka kohtaavan arjessaan rikos-, päihde- ja mielenterveystaustaisia asiakkaita. Työkirjan tarkoitus ei ole ohjeistaa mallin toteuttamiseen sellaisenaan, vaan tarjota tarpeen mukaan sovellettavia aineksia ja työkaluja, joilla vahvistaa kuntouttavaa työtettä muissa rikosseuraamusalan yksiköissä ja uusissa toimintaympäristöissä. (Eskelinen, 2009, s. 5.)

5 KURSSIN TOTEUTUKSESSA KÄYTETYT MENETELMÄT

5.1 Narratiivinen lähestymistapa porttina mielenterveysteemoihin

Narratiivin käsite on peräisin latinan kielen sanasta *narratio*, joka tarkoittaa kertomusta (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020, s. 216). Narratiivisessa lähestymistavassa tarinat ja yksilölliset kokemukset toimivat nimensä mukaisesti tiedon rakentajina. Tavoitteena ei silloin ole löytää objektiivisia tai yleispäteviä faktoja, vaan tarkastella kertomusten heijastamia yhteiskuntarakenteita ja merkitysjärjestelmiä. Narratiivisen lähestymistavan tarkoitus on toisin sanoen avartaa yksilön subjektiivista ymmärrystä elämästä ja lisätä hänen kykyään reflektoida kokeemaansa tarinoiden kautta. (Hänninen, 1999, s. 34; Rämö, 2008, s. 31.)

Narratiivi on ajallisesti etenevä kokonaisuus, jolla on alku, keskikohta ja loppu. Erilliset osat sitoo yhteen tarinan keskeisin elementti, juoni, joka antaa tapahtumaketjulle johdonmukaisen sisällön ja merkityksen. Narratiivinen lähestymistapa tarjoaa keinon tarkastella elämän kriisejä ikään kuin juonenkäänteinä, osana syy-seuraussuhteina etenevää tarinaa, jossa vaikeimmatkin vastoinkäymiset löytävät paikkansa. (Hänninen, 1999, s. 20—22, s. 58—59.) Aiemmissa tutkimuksissa elämäntarinalähtöisten työmenetelmien on todettu jäsentävän irrallisilta tuntuvia elämäntapahtumia sekä vahvistavan asiakkaan minäpystyvyyden, itsearvostuksen ja minuuden tunteita (Sutinen, 2010, s. 47—48).

Narratiivista lähestymistapaa on hyödynnetty myös tässä opinnäytetyössä, osana nuorille rikoksentekeijöille suunnatun mielenterveystaitokurssin toteutusta. Käytännössä narratiivisuus näyttäytyy päihde- ja rikoskierteestä irtautuneiden henkilöiden elämäntarinoina, joiden kautta mielenterveysteemoja lähestytään. Menetelmän tarkoitus on tarjota nuorille samaistumispintaa ja siten vähentää kokemuksia yksinäisyydestä, lisätä toivoa ja kirkastaa omien valintojen vaikutusta elämän kulkuun. Elämäntarinat siis toimivat kurssilla motivaattoreina, tosielämän esimerkkeinä siitä, ettei haastavinkaan menneisyys määritä tulevaa. Lisäksi narratiivinen menetelmä voi tarjota nuorille uuden työkalun, jonka avulla jäsentää omaa menneisyyttä ja identiteettiä sekä irtautua minäkuvaan omaksutuista rikollisen tai ”ongelmanuoren” rooleista. (Eskelinen 2009, s. 82; Stevens, 2011, s. 5—6.)

5.2 Ryhmänohjauksen haasteet ja mahdollisuudet

Ryhmä muodostuu vähintään kolmesta henkilöstä, joita sitoo jokin yhteenkuuluvuuden tunnetta lisäävä tehtävä tai tavoite. Yksilötyöhön verrattaessa ryhmätöinnin etuja ovat muun muassa paremmat mahdollisuudet vuorovaikutustaitojen kehittämiseen ja hyvinvointia tukevaan vertaistukeen. Pienryhmät ovat jo pitkään olleet paljon käytetty ja vaikuttavaksi todettu menetelmä niin sosiaali- kuin rikosseuraamusalan kuntouttavassa työssä. (Pietilä, Eirola & Vehviläinen-Julkunen, 2002, s. 166; Autti-Rämö, Salminen, Rajavaara & Ylinen, 2016, s. 301—303; Rikosseuraamuslaitos, 2020b.)

Ohjaajan tehtävä on auttaa ryhmää saavuttamaan sen keskeisimmät tavoitteet. Hän on kuin kapellimestari, joka edesauttaa luottamuksellisen ilmapiirin syntyä, ohjaa oikeaan suuntaan ja ylläpitää yhdessä sovittuja pelisääntöjä. Lain määräämä vaitiolovelvollisuus koskee ainoastaan ammattinimikkeellä, työharjoittelijana tai sosiaalihuollon palveluissa toimivaa ohjaajaa (L 812/2000). Eettisyyden takaamiseksi on kuitenkin yhtä lailla tärkeää, että myös muut ryhmän jäsenet sitoutuvat luottamuksella jaettujen kertomusten ja kokemusten salassapitoon.

Hyvä ohjaaja kohtaa ryhmäläiset tasavertaisina yksilöinä, tunnistaen ja hyväksyen erilaiset tavat osallistua toimintaan. Hän pitää huolen siitä, että ryhmässä kunnioitetaan jokaisen yksityisyyttä; kaikkien osaamista ja näkemyksiä arvostetaan, mutta ketään ei painosteta ottamaan aktiivisempaa tai näkyvämpää roolia kuin yksilö kokee itselleen sopivaksi. Ryhmänohjaajan tehtävä voidaan toisin sanoen kiteyttää kolmeen rooliin: päämäärätietoinen johtaja, ymmärtäväinen kuuntelija ja kannustava vaikuttaja. (Ruponen, Nummenmaa & Koivuluhta, 2000, s. 167; Kaukkila & Lehtonen, 2007, s. 58–62; Kataja, Jaakkola & Liukkonen, 2011, s. 15–27.)

Ryhmänohjaajan ja ohjattavien välillä ei ole perinteistä opettaja-oppilas -suhdetta, vaan kyseessä on vuorovaikutuksessa tapahtuva toiminta, jossa kaikilla osapuolilla on yhtäläinen mahdollisuus omaksua uutta tietoa sekä uusia ajattelutapoja, käytösmalleja ja asenteita. Hyvä ohjaaja tunnistaa niin omat vahvuutensa kuin heikkoutensa ja on valmis kehittymään ryhmän mukana. Hän pystyy kyseenalaistamaan omat ennakkoluulonsa, asettumaan toisen asemaan ja osoittamaan empatiaa. (Ojanen, 2006, s. 13; Kaukkila & Lehtonen, 2007, s. 58–62.)

Ryhmänohjaukseen liittyvät haasteet ovat riippuvaisia muun muassa asiakasryhmästä, ryhmäkoosta, toimintaympäristöstä ja käytettävissä olevista resursseista. Ohjaajan on tärkeää huomioida etukäteen ryhmäläisten mahdolliset rajoitteet ja erityistarpeet ja suunnitella toiminta siten, että se tarjoaa niistä huolimatta jokaiselle tilaisuuden vahvistaa toimijuuttaan sekä kartuttaa positiivista palautetta ja onnistumisen kokemuksia. Toisaalta ryhmänohjaajan on hyvä varautua myös yllättäviin tilanteisiin ja oppia sietämään epävarmuutta, sillä on mahdotonta

ennustaa, miten ryhmäläiset reagoivat käsillä olevaan toimintaan, tai minkälaiseksi ryhmädynamiikka kulloinkin muodostuu. (Ojanen, 2006, s. 60—67; Kaukkila & Lehtonen, 2007, s. 27; Kyngäs ym., 2007, s. 105.)

Tunteiden ilmaiseminen ja sanoittaminen on ryhmänohjaajallekin sallittua ja suotavaa. Parhaimmillaan aito läsnäolo kannustaa myös muita ryhmän jäseniä rohkeampaan osallistumiseen ja itseilmaisuun. Yllättävissä tilanteissa huumorintaju voi auttaa rentouttamaan tunnelmaa, vähentämään turhia jännitteitä ja vahvistamaan ryhmän yhteenkuuluvuudentunnetta. (Kaukkila & Lehtonen, 2007, s. 58—62.) Ryhmänohjaajan ei toisin sanoen kannata edes pyrkiä virheettömään suoriutumiseen. Tärkeämpää on heittäytyä mukaan avoimin mielin ja muistaa, että saamaan päämäärään voi päästä useita eri reittejä.

6 KURSSIN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI

6.1 Lähdemateriaalit ja toteutuksen suunnittelu

Nuorten mielenterveys- ja rikosseuraamustyöhön suuntautuvat sosionomiopinnot sekä aiempaan kandidaatintutkintooni sisältyneet psykologian laajat sivuaineopinnot muodostivat mielenterveystaitokurssin suunnittelulle vankan tietoperustan. Sen pohjalle lähdin rakentamaan asiantuntemustani MIELI ry:llä suorittamani työharjoittelun aikana, tutustumalla erityisesti nuorten mielenterveyttä käsittelevään kirjallisuuteen ja osallistumalla sekä MIELI ry:n että muiden kolmannen sektorin toimijoiden järjestämiin koulutuksiin ja seminaareihin. Työharjoitteluni ohjaaja, Elina Marjamäki, avusti kurssin ideoinnissa, arvioi tuottamaani materiaalia ja antoi tarvittaessa vahvistusta siihen, että kurssi eteni oikeaan suuntaan.

Kurssin runkoa suunnitellessani käytin apuna Mielenterveyden ensiapu® -koulutuksia, joiden todettiin Sukevan vankilan pilottikokeilussa soveltuvan hyvin myös vankilaympäristöön (Kämäräinen, 2019, s. 39; MIELI ry, i.a). Aihealueiden

painotuksiin sain tukea erityisesti WOP-projektin työkirjasta, jossa nuorten van-
kien ikään ja elämäntilanteeseen liittyvät tarpeet on nostettu tarkastelun keski-
öön, ja joka tarjoaa helposti sovellettavaa materiaalia kuntoutuksen kehittä-
miseksi erilaisissa rikosseuraamus-, päihde- ja mielenterveystyön toimintaympä-
ristöissä (Eskelinen, 2009, s. 5). Nämä ja kaikki muut kurssin toteutuksessa hyö-
dynnetyt lähteet on listattu erikseen kurssimateriaalien loppuun.

Lopullisen muotonsa mielenterveystaitokurssi sai PowerPoint-ohjelmalla raken-
nettuina diaesityksinä, joissa mukaan valitut aiheet on pilkottu yhdeksään eri ker-
taan. MIELI ry:llä suorittamani työharjoittelun päätteeksi esittelin tuotokseni nuor-
ten tiimille. Sain runsaasti positiivista palautetta, apua eettisten näkökohtien poh-
dintaan ja hyviä vinkkejä erityisesti kurssin osallistaviin harjoituksiin. Palautteen
perusteella viimeistelin kurssikokonaisuuden ennen kolmannen työharjoitteluni
alkua kesällä 2021.

6.2 Kurssin tavoitteet ja keskeiset teemat

Kurssin sisällössä korostuvat kohderyhmän ikäsidonnaiset erityispiirteet, joista
esimerkkeinä mainittakoon identiteetin, minäkuvan ja arvomaailman muutokset
sekä vertaisryhmien korostunut merkitys (Erikson, 1987, s. 72—77; Eskelinen,
2009, s. 14—15). Toteutustavassa ja teemojen painotuksissa on lisäksi huomi-
oitu rikostaustaisille tyypilliset kuormitustekijät, kuten varhaisten kiintymyssuhtei-
den hajanaisuus ja turvaton kasvu ympäristö, rikosmyönteiset kaveripiirit, mielen-
terveys- ja päihdeongelmat sekä neurokirjon oireet ja oppimisvaikeudet (Pekka-
rinen ym. 2019, s. 17—19).

Kuten todettu, narratiivisen lähestymistavan tarkoitus on ylläpitää nuorten moti-
vaatiota, lisätä samaistumispintaa käsiteltäviin teemoihin ja tarjota virikkeitä avoi-
men keskustelun tueksi (Hänninen 1999, s. 20—23). Käytännön toteutuksessa
narratiivisuus näyttäytyy siten, että jokaisella kurssikerralla käydään läpi yhden
mediasta tutun, tavallisesti rikos- tai päihdekierteestä irtautuneen henkilön elä-
mäntarina, joka punoutuu kulloinkin käsiteltävään aihekokonaisuuteen.

Elämäntarinat siis toimivat ikään kuin valkokankaana tai näyttämönä, jolta tarkasteltuna mielenterveystaitojen merkitys ja yhteys elämänkulkuun havainnollistuu.

Kurssikertojen elämäntarinat, tavoitteet ja keskeiset teemat on esitelty alla olevassa taulukossa.

Taulukko 1. Mielenterveystaitokurssi pähkinänkuoressa

MIELI-RYHMÄN RAKENNE JA SISÄLTÖ			
Aihe	Elämäntarina	Tavoitteet	Teemat
1. Johdanto	-	<ul style="list-style-type: none"> Käydä läpi kurssin tavoitteet, teemat ja rakenne Sopia yhteisistä pelisäännöistä 	<ul style="list-style-type: none"> Mielenterveys ja mielenterveystaidot
2. Mielenterveys ja arjentaidot	Mika Törrö	<ul style="list-style-type: none"> Pohtia, minkälaisilla arjentaidoilla mielenterveyttä voi vahvistaa Ymmärtää säännöllisen arkirytmien vaikutukset hyvinvointiin 	<ul style="list-style-type: none"> Arjentaidot Mielenterveyden käsi (MIELI ry)
3. Identiteetti ja itsetuntemus	Miika Mehmet	<ul style="list-style-type: none"> Saada työkaluja oman minäkuvan ja identiteetin tarkasteluun Ymmärtää väliaikaisen roolien suhde identiteettiin Oppia tunnistamaan omat vahvuudet ja heikkoudet 	<ul style="list-style-type: none"> Identiteetti Minäkuva Vahvuusajattelu Itsetunto Itsetuntemus
4. Tunnetaidot	Christer Lybäck	<ul style="list-style-type: none"> Rohkaistua puhumaan tunteista Opetella hyväksymään myös kielteiseksi koetut tunteet Ymmärtää tunteiden yhteys toimintaan 	<ul style="list-style-type: none"> Tunnetaidot Tunteiden tuulimylly (MIELI ry)
5. Mielenterveyden häiriöt	Dan Tolppanen	<ul style="list-style-type: none"> Saada lisätietoa yleisimmistä mielenterveyshäiriöistä Ymmärtää mielialan vaihtelut osana mielen normaalia toimintaa Oppia tunnistamaan oma ja läheisten avun tarve 	<ul style="list-style-type: none"> Mielenterveyshäiriöt Diagnostiikka Suru ja masennus Ahdistuneisuushäiriöt Neuropsykiatriset häiriöt Itsetuhoisuus

<p>6. Arvot, motivaatio ja itse- myötätunto</p>	<p>Kaitsu Vuorio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pohtia omia arvoja ja niiden yhteyttä motivaatioon • Ymmärtää ero sisäisen ja ulkoisen motivaation välillä • Kekstiä tavoitteita, joilla lisätä mielekkyyttä ja merkityksentuntoa rikoksettomaan elämään 	<ul style="list-style-type: none"> • Arvot • Motivaatio • Tavoitteet • Itsemyötätunto • Toivo
<p>7. Päihteet ja riippuvuudet</p>	<p>Hannes Hyvönen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saada perustietoa riippuvuuksien neurobiologiasta ja syntymekanismeista • Oppia dopingaineiden haittavaikutuksista • Tarkastella päihteiden käyttöä haitallisena selviytymis- ja ongelmanratkaisukeinona • Lisätä motivaatiota päihteettömään elämään 	<ul style="list-style-type: none"> • Päihteet ja dopingaineet • Fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset riippuvuudet • Ongelmanratkaisukeinot
<p>8. Vuorovaikutustaidot ja sosiaalinen verkosto</p>	<p>Mika "Immu" Ilmén</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ymmärtää sosiaalisten suhteiden merkitys ja pohtia erilaisten yhteisöjen vaikutusta hyvinvointiin • Tarkastella omaa tukiverkkoa ja löytää uusia keinoja sen vahvistamiseksi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tukiverkko • Hylkäämiskokemukset ja yksinäisyys • Jengielämän viehätys ja varjopuolet • Vuorovaikutustaidot
<p>9. Kriisit, selviytymiskeinot ja resilienssi</p>	<p>Nuoren oma tarina</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nähdä kriisit elämään kuuluvina "juonenkäänteinä" ja mahdollisuutena positiiviseen muutoksen • Oppia aiempaa rakentavampia selviytymiskeinoja • Ymmärtää mitä tarkoitetaan, kun puhutaan resilienssistä • Pysähtyä miettimään omaa elämäntarinaa – mennyttä mutta ennen kaikkea tulevaa • Lisätä toivoa 	<ul style="list-style-type: none"> • Elämäntarinamenetelmät • Elämän monet kriisit • Millainen selviytyjä sinä olet? (MIELI ry) • Resilienssi

6.3 Kurssin pilotointi ja toimintaympäristön haasteet

Kurssikokonaisuuden valmistuttua hain Rikosseuraamuslaitoksen keskushallintoyksiköltä lupaa opinnäytetyön toteuttamiseen. Tutkimussuunnitelman ja tutkimuslupahakemuksen toimitettuani lupa myönnettiin heinäkuussa 2021.

Työharjoitteluni Helsingin vankilan nuorten osastolla alkoi 20. syyskuuta 2021. Ensimmäiset pari viikkoa kuluivat tutustuessa uuteen toimintaympäristöön ja sen turvallisuuskäytäntöihin sekä nuorten osaston vankeihin ja viikko-ohjelmaan. Arkipäivisin sellien ovet olivat auki aamuseitsemästä varttia vaille viiteen, jona aikana kaikki lakisääteinen toiminta ruokailuista ulkoiluun, kirjastoon ja kanttiinikäynteihin oli aikataulutettu minuutilleen. Päivärahan suuruuteen vaikuttava toimintavelvoite edellytti nuorten osaston vangeilta osallistumista myös oppilaitosyhteistyökumppanin toteuttamiin VALMA-opintoihin (ammattilliseen koulutukseen valmentava koulutus), joiden parissa kului valtaosa nuorten arkiviikoista.

Viikko-ohjelmaan lisätystä mielenterveystaitokurssista alettiin vankilassa puhua MIELI-ryhmänä. Se toteutui nuorten osastolla 12.10—18.11.2021 välisenä aikana, ryhmäkertojen määrän vaihdellessa osaston aikatauluista riippuen yhdestä neljään kertaan viikossa. Parhaita ajankohtia niin muihin toimintoihin kuin nuorten vireystasoon nähden olivat VALMA-opetuksesta vapaat perjantai-aamupäivät. Koulun lomaviikolla tapaamisia oli mahdollisuus järjestää tiheämmin. Kokonaisuudessaan MIELI-ryhmä rakentui yhdeksästä, kestoltaan noin 60—75 minuutin tapaamiskerrasta. Käytettävissä oleva aika riippui päivän muusta ohjelmasta ja ryhmän ajankohdasta; iltapäivisin nuorten keskittymiskyky alkoi tavallisesti laskea, jos ryhmän kesto venyi yli tuntiin.

Ryhmään osallistui kaiken kaikkiaan yhdeksän nuorta, joista neljä tuli mukaan kesken kurssin ja kaksi lähti ennen sen päättymistä. Toimintavelvoite edellytti vangeilta osallistumista MIELI-ryhmään, mutta poissaoloja tuli muun muassa oikeudenkäyntien ja rangaistusajan suunnitelmaan liittyvien tapaamisten vuoksi. Nuorten lisäksi ryhmään osallistuivat tarkkailijan roolissa erityisohjaaja Nieminen sekä rikosseuraamustyöntekijä Korhonen, joiden tehtävänä oli arvioida niin ryhmänohjaustaitojani kuin kurssikokonaisuuden toimivuutta.

MIELI-ryhmälle varattiin luokkatila ja diaesityksen mahdollistava laitteisto (videotykki, kannettava tietokone ja puhelimesta jaettava nettiyhteys). Ainoat kulut koi-
tuivat nuorille jaetuista muistiinpanovälineistä, tarvittaessa tulostetuista kurssi-
materiaaleista sekä päätöskerran kahvitarjoilusta. Toiminnallisia harjoituksia var-
ten olin jo edeltävän työharjoitteluni aikana hankkinut tunnekortit ja muuta MIELI
ry:n tuottamaa materiaalia.

Valmistelin jokaisen kurssikerran etukäteen, käymällä läpi suunnittelemani dia-
esityksen ja muokkaamalla sitä käytettävissä olevaa aikaa silmällä pitäen. Kurs-
sin aikana otin mielelläni palautetta vastaan niin nuorilta kuin ohjaajilta, ja pyrin
sen pohjalta keskittämään fokuksen nuoria erityisesti kiinnostaviin ja keskustelua
herättäviin aiheisiin. Viimeisen ryhmän päätteeksi keräsin nuorilta myös anonyy-
min kirjallisen palautteen, jonka lomakepohja löytyy opinnäytetyön liitteestä 1.

Ammatillisesta näkökulmasta MIELI-ryhmä tarjosi ihanteelliset puitteet ryhmän-
ohjaustaitojen kehittämiseksi. Asiakasryhmä oli lähtökohtaisesti haastava, ja sille
ominaiset keskittymisvaikeudet näkyivät ryhmän toiminnassa muun muassa ajoit-
taisena levottomuutena ja nopeina vireystilan muutoksina. Osallistavat tehtävät
ja keskustelun rajaaminen riittivät kuitenkin pitämään nuorten fokuksen käsiteltä-
vissä aiheissa. Ohjaajiltani sain palautetta erityisesti nuorten tarpeiden ja näke-
mysten huomioidusta sekä empaattisesta, voimavaralähtöisestä ja joustavasta
työotteesta. Kiittävä palaute vahvisti ammatillista itsevarmuuttani, ja MIELI-ryhmä
kokonaisuudessaan antoi tulevaa työuraa ajatellen hyvät valmiudet myös erityis-
ryhmien ohjaukseen.

6.4 Keskeisiä havaintoja MIELI-ryhmästä

Tietyt teemat, kuten voimakas yksinselviämisen mentaliteetti, toistuivat nuorten
puheenvuoroissa kurssikerran aiheesta riippumatta. Mielenterveysongelmat (lu-
kuun ottamatta pitkäaikaista lääkehoitoa vaativia psykiatrisia sairauksia) nähtiin
itse ratkaistavina tai ohimenevinä tunnetiloina, joihin avun hakemista pidettiin
merkinä avuttomuudesta tai heikkoudesta.

Nuorten oli vaikea hyväksyä, että mieli voi sairastua siinä missä kehokin. Myös ero voimakkaiden tunteiden ja mielenterveyden häiriöiden, kuten surun ja masennuksen välillä oli usein vaikea hahmottaa. Avun hakemisen hyödyt kyseenalaistettiin vetoamalla muun muassa siihen, ettei kenenkään ole mahdollista kurkistaa toisen pään sisään; sellaista mitä ei voi omakohtaisesti nähdä tai kokea, ei voi myöskään ymmärtää tai auttaa korjaamaan.

Itsenäisyys ja riippumattomuus olivat toisin sanoen nuorille tärkeitä arvoja. Tämä nousi esiin myös Mika ”Immu” Ilménin elämäntarinaa käsittelevällä kurssikerralla, jonka keskeisiä teemoja olivat sosiaalinen tukiverkko ja hyvinvointia edistävät vuorovaikutussuhteet. Nuoret väheksyivät tukiverkon merkitystä ja osa kertoi kokevansa läheiset ihmissuhteet jopa uhkana hyvinvoinnilleen – mitä vähemmän elämässä on tärkeitä ihmisiä, sen pienempi on menettämisenpelko.

Kuten todettu, lapsuuden epävakaa kiintymyssuhteet ovat tavallisia nuorten vanhojen keskuudessa (Pekkarinen ym. 2019, s. 18). Rikosmyönteinen kaveripiiri tai viime vuosina yleistyneet katujengit saattavat siten olla osalle heistä läheisin kokemus perheeseen verrattavasta yhteisöstä. Jengielämän viehätystyö ja varjo- puoliin pureuduttiin MIELI-ryhmässä etenkin desistanssin, rikollisesta elämäntavasta irrottautumisen, näkökulmasta. Mielenkiintoista keskustelua heräsi muun muassa siitä, rakentuvatko jengisuhteet luottamuksen vai valheellisten illuusioiden varaan, ja missä jengielämään verrattavaa voimakasta yhteisöllisyyttä olisi mahdollista kokea rikollispiireistä irtauduttuaan.

Kurssin elämäntarinat tarjosivat lukuisia esimerkkejä siitä, miten haastava lapsuus voi heijastua vastoinkäymisinä nuoruuteen ja vielä pitkälle aikuisikään. Isänsä 9-vuotiaana menettänyt Lybäck koki jääneensä yksin surunsa kanssa, oppi kanavoimaan patoutuneet tunteensa aggressiiviseen käytökseen ja ajautui lopulta vuosikymmenen vankilakierteeseen. Väkivalta- ja huumausainerikoksista tuomittu Törrö todisti jo lapsuudenkodissaan päihteiden ongelmakäyttöä ja perheväkivaltaa. Kovalla kurilla kasvatettu Hyvönen eteni jääkiekkourallaan ammattilaisliigaan, mutta menestys ei riittänyt korvaamaan lapsuuden emotionaalista vaille jäämistä. Havainnollistavista esimerkeistä huolimatta MIELI-ryhmäläisten

oli vaikea hyväksyä yhteys lapsuuden kokemusten ja nuoruusiässä alkaneen päihde- ja rikoskierteen välillä. Osan mielestä ankara kasvatus oli jopa edellytys mielen vahvistumiselle ja sille, että lapsi oppii pitämään puolensa ja pärjäämään omillaan. Nuorten puheenvuoroissa korostui näkemys siitä, että jokainen on lähtökohdistaan riippumatta vastuussa niin omista valinnoistaan kuin niiden seurauksista.

Ryhmässä heräsi keskustelua myös identiteetin ja minäkuvan käsitteistä sekä mahdollisista vankeusaikaan liittyvistä rooliritiriidoista. Osalla nuorista identiteetti vaikutti vielä olevan vahvasti kytköksissä rikolliseen elämäntapaan, kun taas toiset ilmaisivat huolensa siitä, miten rikostausta vaikuttaa tulevaisuudessa esimerkiksi työllistymiseen tai koulukavereiden asenteisiin. Yksi nuorista kuvaili muiden mielipiteitä yhdentekeviksi; hänelle oli tärkeintä tiedostaa itse ero väliaikaisen vangin roolin ja omien arvojen varaan rakentuvan identiteetin välillä.

Kriisejä tarkasteltiin MIELI-ryhmässä elämään kuuluvina juonenkäänteinä, jotka tarjoavat mahdollisuuden muutokseen sekä tilaisuuden pysähtyä pohtimaan omia arvoja, tavoitteita ja elämän suuntaa. Vastoinkäymisten myötä vahvistuva resilienssi oli nuorille uusi käsite, mutta kuntosalitreeniin ja voimaharjoitteluun liittyvien metaforien avulla ajatus psyykkisestä palautumiskyvystä oli lopulta helppo sisäistää.

Suurimmalle osalle nuorista omien heikkouksien ja vahvuuksien tunnistaminen oli haastavaa. Kaikki osasivat kuitenkin nimetä ainakin yhden tärkeäksi kokemansa tavoitteen tai haaveen – koetut vastoinkäymiset eivät siis olleet latistaneet nuorten toivoa tai uskoa mahdollisuuteen menestyä elämässä haluamallaan tavalla. Elämäntarinoissa nuoria inspiroivat erityisesti Lybäckin matka erityisellä vakiovieraasta lääketieteen tohtoriksi sekä Vuorion ponnistukset kutosen oppilaasta menestyväksi yksityisyrittäjäksi.

6.5 Arvio kurssin tavoitteiden toteutumisesta

MIELI-ryhmän arviointi perustuu omien havaintojeni lisäksi nuorten osaston työntekijöiden näkemyksiin sekä ryhmäläisten suulliseen ja heiltä anonyymisti keräämäni kirjalliseen palautteeseen. Palautelomakkeessa (liite 1) oli sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä. Sen tarkoituksena oli kartoittaa ennen kaikkea nuorten ajatuksia MIELI-ryhmässä käsiteltujen aiheiden tärkeydestä ja kiinnostavuudesta. Lisäksi nuorilta pyydettiin mielipiteitä kurssin toteutustavasta sekä ideoita tulevaisuuden jatkokehittelyyn. Kirjallinen palaute oli verrattain vähäsanaista, mutta sitä täydensi vapaamuotoisempi suullinen palaute, jota annettiin keskustelun lomassa lähes kaikilla ryhmäkerroilla.

Nuoret arvioivat mielenterveystaidot aiheena tärkeäksi ja ilmaisivat halukkuutensa perehtyä niihin jatkossa lisää. Kiitosta saivat erityisesti ryhmässä käyty rakentava ja pohdiskeluun kannustava keskustelu sekä mahdollisuus omien ajatusten jakamiseen. Palautteesta päätellen MIELI-ryhmällä on tavoitteiden mukaiset edellytykset arkipäiväistä mielenterveyden käsitettä ja lisätä nuorten valmiuksia kiinnittyä psyykkistä hyvinvointia tukeviin palveluihin niin vankeusaikana kuin siviiliin palattuaan.

Narratiivinen lähestymistapa jakoi mielipiteitä. Suurin osa nuorista koki elämäntarinat motivoivina ja mielenkiintoaan lisäävinä, kun taas toiset olisivat mieluummin hyödyntäneet ajan mielenterveysteemojen syvällisempään pohdiskeluun. Oman arvioni mukaan näkemyserot riippuivat pitkälti osallistujien lähtökohdista; nuoret, jotka olivat jo ennen kurssin alkua kiinnostuneet vahvistamaan mielenterveyttään, kokivat elämäntarinoihin käytetyn ajan ikään kuin valuvan hukkaan. Useimpien kohdalla tarinoiden virittämä keskustelu vaikutti kuitenkin myönteisesti motivaation syntyyn ja keskittymiskykyyn.

Vastasin kaksijakoiseen palautteeseen jo MIELI-ryhmän aikana, vähentämällä elämäntarinoille varattua aikaa ja lisäämällä fokusta mielenterveysteemojen omakohtaiseen pohdiskeluun. Elämäntarinoista poimin konkreettisia esimerkkejä, joilla pyrin havainnollistamaan mielenterveystaitojen suoraa vaikutusta arjen hallintaan, ongelmanratkaisukeinoihin ja vaikeisiin valintatilanteisiin.

Havaitsin, että mielenterveydestä puhuminen oli nuorille helpompaa, kun keskustelua käytiin yleisellä tasolla tai narratiiveihin peilaten. Kynnys henkilökohtaisten kokemusten jakamiseen oli monille etenkin ryhmätilanteessa vielä turhan korkea.

MIELI-ryhmään osallistuvien nuorten vaihtuvuus näkyi ajoittain ryhmädynamiikassa, mutta keskustelu pysyi siitä huolimatta odotettua vilkkaampana läpi kurssin. Mielenterveys herätti paljon ajatuksia, eivätkä nuoret arastelleet haastaa omistaan eriäviä näkemyksiä. Keskustelu yltyi välillä kiivaaksi, mutta pysyi pääosin aiheessa, eikä edennyt henkilökohtaisuuksiin. Positiiviseksi haasteeksi muodostuikin keskustelun rajaaminen siten, että tärkeimmät teemat ehdittiin läpikäydä niille varattujen kurssikertojen aikana. Pidin ryhmän aktiivisuutta kuitenkin niin merkittävänä, että priorisoin sen ja tiivistin mieluummin etukäteen suunnittelemani materiaalia kuin vein nuorilta tilaisuuden ajatusten jakamiseen.

Kokonaisuudessaan arvioin opinnäytetyölle asettamieni tavoitteiden toteutuneen kiitettävästi niin kehittämistyön ja MIELI-ryhmän kuin ammatillisen kasvun ja ryhmänohjaustaitojen näkökulmasta. Sain positiivista palautetta myös ohjaajaltani Saara Niemiseltä, joka arvioi kurssin vastanneen nuorten tarpeisiin ja siten edistäneen myös nuorten rangaistusaikaisia tavoitteita. Mielenterveystaitoja vahvistavan toiminnan todettiin olevan linjassa Mielekkään elämän mallin mukaisten, kuntouttavaa toimintaa ohjaavien periaatteiden kanssa (Vilkas, 2019). Näin ollen MIELI-ryhmä olisi Niemisen mukaan mahdollista ja toivottavaa vakiinnuttaa osaksi nuorten osaston palvelukarttaa ja käytettävissä olevia työvälineitä (Saara Nieminen, erityisohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 11.2.2022).

6.6 Ideoita kurssin jatkokehittelyyn

Palautteessaan osa nuorista arvioi, että kurssikerroille olisi jatkossa hyvä varata enemmän aikaa. Keskittymisvaikeuksien ja muiden neurokirjon haasteiden yleisyys huomioon ottaen johtaisi ryhmäkertojen pidentäminen kuitenkin todennäköisesti nuorten lisääntyneeseen levottomuuteen ja motivaation laskuun. Sopivin väliajoin pidettävät tauot ehkä mahdollistaisivat pidemmät istunnot, mutta

toimintaympäristön joustamattomat aikataulut ja vankien kuljetukseen liittyvät käytännöt tekevät toteutuksesta haastavaa.

Kurssikertojen pidentämisen sijaan olisi viisainta tiivistää kurssimateriaaleja siten, että keskustelulle ja osallistaville harjoituksille jäisi enemmän aikaa. Toinen vaihtoehto olisi lisätä kurssikertoja yhdeksästä esimerkiksi kahteentoista, jolloin asiasisältö voitaisiin pilkkoa teemoittain nykyistä pienempiin osiin. Tällöin MIELI-ryhmästä kuitenkin tulisi kokonaisuutena pidempikestoinen, minkä seurauksena entistä harvempi nuori ennättäisi käydä sen tuomionsa aikana alusta loppuun.

Kurssimateriaalin kohdentaminen olisi helpompaa, jos ryhmäläiset haastateltaisiin etukäteen. Ihanteellinen MIELI-ryhmä muodostuisi 4—6 nuoresta, joilla olisi lähtökohtaisesti samansuuntaiset tarpeet, toiveet ja motivaatiotaso. Suljettu ryhmä edistäisi luottamuksellisen ilmapiirin syntyä ja rohkaisisi nuoria entistä avoimempaan keskusteluun. Haastatteluihin perustuva ryhmän muodostus ei kuitenkaan ole realistinen vaihtoehto osastolla, jossa toimintavelvoite edellyttää kaikilta vangeilta ryhmään osallistumista.

Havainto-lukuun (6.4.) perustuen painottaisin myös tulevien MIELI-ryhmien sisällössä identiteetin, arvojen ja itsetunnon teemoja. Niiden ohien lisäisin entisestään keskustelua itsemyötätunnon merkityksestä, kannustaen nuoria vastuunkantoon, mutta korostaen myös aikuisten roolia rakkautta ja rajoja tarjoavina suunnannäyttäjinä. Kehityspsykologian perusteet olisivat hyödyllinen lisä tarkasteltaessa lapsuuden kiintymyssuhteiden vaikutusta myöhemmällä iällä omaksuttuihin ongelmanratkaisu- ja selviytymiskeinoihin. Lisäisin kurssiin rohkeammin tietoisuuksia myös neuropsykologiasta, sillä aivojen toimintaan perustuvat selitysmallit näyttivät edistävän merkittävimmin muun muassa kielteisiksi koettujen tunteiden hyväksyvää kohtaamista sekä ymmärrystä riippuvuuksia ylläpitävistä mekanismeista.

Jatkokehittelyn kannalta on kiinnostavaa pohtia, miten narratiivista lähestymistapaa voitaisiin hyödyntää vaikuttavammin myös MIELI-ryhmän toiminnallisissa osuuksissa. Ajatus oman elämäntarinan laatimiseen ohjaavista tehtävistä on innostava. Käytännön toteutus edellyttäisi kuitenkin lisää resursseja (muun muassa

tehtävien purkuun varattavien yksilövastaanottojen muodossa) sekä eettisten näkökohtien perusteellista puntarointia.

7 POHDINTA

7.1 Kehittämistyön vaikuttavuus

Opinnäytetyön tavoitteena oli vastata Rikosseuraamuslaitoksen kuntouttavassa ohjelmatyössä havaittuun kehittämishaasteeseen. Tarkoitus toteutui suunnitelmalla mielenterveystaitoja vahvista kurssi nuorille rikoksentekijöille ja pilotoimalla se Helsingin vankilan nuorten osastolla loka-marraskuussa 2021.

MIELI-ryhmään osallistui kaiken kaikkiaan yhdeksän nuorta, joista osa tuli mukaan kesken kurssin ja osa lähti osastolta ennen sen päättymistä. Suurimmaksi haasteeksi eivät kuitenkaan osoittautuneet muutokset ryhmadynamiikassa, vaan odottamattoman vilkkaasta keskustelusta seurannut ajanpuute. Nuorten mielenkiinto, aktiivisuus ja kiittävä palaute vahvistivat ajatusta siitä, että mielenterveyttä edistävä toiminta olisi perusteltua juurruttaa osaksi nuorille rikoksentekijöille kohdennettua palvelukarttaa. Myös erityisohjaaja Saara Nieminen arvioi MIELI-ryhmän täydentäneen nuorten osaston kuntouttavia menetelmiä, samalla edistäen nuorten rangaistusaikaisia tavoitteita.

MIELI-ryhmän ensisijainen tarkoitus oli arkipäiväistä mielenterveyden käsitettä ja sen myötä lisätä nuorten motivaatiota mielenterveystaitojensa vahvistamiseen. Kurssista saatu palaute puhui tavoitteen toteutumisen puolesta, sillä nuoret ilmaisivat yksimielisesti halukkuutensa jatkaa tulevaisuudessa mielenterveysteemoihin syventymistä. Näillä tiedoin MIELI-ryhmän pidemmän tähtäimen vaikuttavuutta on liki mahdotonta arvioida. Haluan kuitenkin uskoa, että ryhmän jälkeen nuorilla on aiempaa paremmat valmiudet kiinnittyä psyykkistä hyvinvointiaan

tukeviin palveluihin, jotka voivat osaltaan tukea yhteiskuntaosallisuutta ja vaikuttaa rikosten uusimisriskiin. (Kämäräinen, 2019, s. 28.)

Helsingin vankilassa suorittamani työharjoittelun päätteeksi vierailin vielä kertaalleen MIELI ry:llä, jossa esittelin pilotoimani MIELI-ryhmän, sen aikana tekemäni keskeiset havainnot sekä nuorilta ja osaston ohjaajilta saamaani palautteeseen perustuvat jatkokehitysideat. MIELI ry:n nuorten tiimi kertoi verkostoyhteistyön tarjonneen uutta tietoa ja näkökulmia myös järjestön sisäiseen kehittämistyöhön ja motivoituneensa laajentamaan omaa palvelutarjontaansa rikostaustaisille nuorille kohdennetun toiminnan osalta.

7.2 Eettiset näkökohdat

Rikoslain nojalla vangit voidaan velvoittaa osallistumaan vankilan järjestämään tai hyväksymään toimintaan, joskin vangin nuori ikä on otettava huomioon velvoitteen eettisyyttä arvioitaessa (L 767/2005). MIELI-ryhmä on matalan kynnyksen toimintaa, jossa mielenterveydestä puhutaan lähtökohtaisesti yleisellä tasolla, vailla edellytystä syvälliseen itsetutkiskeluun tai menneiden vastoinkäymisten kohtaamiseen. On kuitenkin huomioitavaa, että luottamuksellinen ilmapiiri mahdollistaa avoimen keskustelun, minkä seurauksena myös henkilökohtaisten kokemusten jakaminen voi muodostua merkittäväksi osaksi ryhmän toimintaa ja vaikuttavuutta. Eettisyyden takaamiseksi on siten ensiarvoisen tärkeää, että yhteisiin pelisääntöihin sitoutuminen priorisoidaan ennen osallistumisvelvoitetta.

Etäisyyttä tarjoaviin narratiiveihin punoutuessaankin mielenterveysteemat voivat nostaa pintaan hankalia tunteita ja ajatuksia, joiden kohtaamista nuoret ovat saattaneet aiemmin joko tiedostaen tai tiedostamattaan välttää. MIELI-ryhmän kaltainen aikataulutettu, ryhmämuotoinen toiminta ei kuitenkaan sovellu henkilökohtaisten traumojen purkuun, mistä johtuen nuorilla tulisi olla kurssin aikana mahdollisuus myös yksilötapaamisiin. Ryhmänohjaajan on arvioitava realistisesti oman ammattitaitonsa rajat ja ohjattava nuoret tarvittaessa osaston erityisohjaajan, vankiterveydenhuollon tai psykologin vastaanotolle. (Granfelt, 2007, s. 128.)

MIELI-ryhmän elämäntarinat herättivät keskustelua myös niin sanotun *true crime*-kirjallisuuden eettisyydestä. Nuorten kanssa pohdittiin muun muassa sitä, min-kälaisia motiiveja omaelämäkerrallisen rikoskirjallisuuden taustalta voi löytyä. Onko kyse ainoastaan taloudellisen hyödyn tavoittelusta, vai voiko syynä olla myös tarve jäsentää hajanaiselta tuntuva menneisyys johdonmukaiseksi tarinaksi, jossa kriisit edustavat tärkeitä juonenkäänteitä, omaa toimintaa selittävät selkeät syy-seuraussuhteet ja vaikeimmatkin vastoinkäymiset saavat merkityksen?

MIELI-ryhmään valikoitui pääosin rikos- ja päihdekierteestä irtautuneiden mieshenkilöiden elämäntarinoita, koska niiden arveltiin tarjoavan rikostaustaisille nuorille eniten motivaatiota ylläpitävää samaistumis pintaa. *True crime*-kirjallisuuteen pohjautuvien elämäntarinoiden kautta oli lisäksi hedelmällistä tarkastella niitä perustarpeita (*primary human goods*), joihin rikollisella elämäntavalla pyritään vastaamaan, ja toisaalta niitä vaihtoehtoisia keinoja (*secondary goods*), joita elämäntarinoiden päähenkilöt ovat rikollisesta elämäntavasta irtauduttuaan löytäneet perustarpeet tyydyttääkseen (Chu, Ward & Willis, 2014, s.3—4; Vilkas, 2009, s. 3—4). Jatkossa MIELI-ryhmän moninaisuutta olisi kuitenkin hyvä vahvistaa siten, että mielenterveysteemoihin punoutuvat elämäntarinat tarjoaisivat samaistumis pintaa myös eri sukupuolta ja kulttuuria edustaville nuorille.

Nuorten luku-, kirjoitus- tai kielitaidon puutteet eivät muodostuneet haasteeksi ensimmäisen MIELI-ryhmän ohjaamiselle. Neuropsykiatriset häiriöt, keskittymis- ja oppimisvaikeudet sekä maahanmuuttotaustasta ovat kuitenkin kohderyhmässä verrattain yleisiä, mikä on vankien yhdenvertaisuuden takaamiseksi tärkeää ottaa paremmin huomioon tulevissa jatkohankkeissa (Tuominen, 2008, s. 2—3; Huhta, 2006). Sama koskee Rikosseuraamuslaitoksen akkreditoimaa ohjelmatyötä, joka ei oman arvioni mukaan riitä vielä nykymuodossaan vastaamaan moninaisen vankipopulaation kuntoutuksellisiin tarpeisiin.

7.3 Sosionomin kompetenssin vahvistuminen ja ammatillinen kasvu

Opintojeni alkuvaiheessa olisin tuskin uskonut tätä opinnäytetyötä omakseni – en ollut koskaan harkinnut suuntautuvani rikosseuraamusosalalle, vaan haaveilin työllistyväni kolmannelle sektorille nuorten päihde- ja mielenterveyspalveluihin. Minulla ei ollut päivääkään kokemusta ryhmäohjauksesta, eikä liiemmin kiinnostusta sen hankkimiseen, sillä uskoin soveltuvani paremmin yksilötyöhön. Suunnittelin toteuttavani opinnäytetyöni kirjallisuuskatseuksena, ja toiminnallinen kehittämistyö oli vaihtoehtoistani viimeinen.

Tänä päivänä olen kiitollinen, että uskalsin pitää mieleni avoimena, sillä samantyyppistä ammatillista kasvua olisi tuskin tapahtunut, jos olisin kääntänyt haasteelle selkäni ja oikaissut maaliruutuun sieltä mistä aita on matalin. Opinnäytetyöni onkin minulle ennen kaikkea rohkaiseva muistutus siitä, että todellinen kehitys edellyttää omien ennakkoluulojen kyseenalaistamista, epämurkavuusalueelle astumista sekä rohkeutta epäonnistua ja yrittää uudelleen.

Rikostaustaisten nuorten parissa toimiessani kohtasin lähes päivittäin tilanteita, jotka edellyttivät puntarointia omien arvojeni, asiakkaan tarpeiden ja toiveiden sekä ammattieettisten periaatteiden välillä. Kokemuksen kautta huomasin oppivani arvioimaan haastavia tilanteita lain velvoittaman ammattilaisen näkökulmasta, kuitenkin tinkimättä asiakkaan oikeuksista tai arvostavasta kohtaamisesta. MIELI-ryhmän ohjaaminen vahvisti entisestään voimavaralähtöistä työtottani ja ajatusta siitä, miten suojaavia tekijöitä lujittamalla voidaan minimoida riskitekijöiden vaikutukset yksilön kokemaan osallisuuteen ja hyvinvointiin.

MIELI ry:n ja Rikosseuraamuslaitoksen välillä toteutunut verkostoyhteistyö laajensi ymmärrystäni sosiaalialan palvelujärjestelmästä ja sen eri sektoreista. Etenkään nuorten rikosseuraamustyössä ei moniammatillisuuden merkitystä voida liikaa korostaa – rikosten uusimisriskiin vaikuttaminen edellyttää minulta ammattilaisena, että näen yksilön rikosten takana ja fokusoin tarjoamani tuen siihen elämään, joka kullekin nuorelle koittaa rangaistusajan jälkeen.

Opinnäytetyö antoi minulle myös mahdollisuuden punoa yhteen korkeakouluvuositani karttuneen tiedon, valottaen sitä erityisosaamista, joka juuri minulla on tarjottavanani työelämään. Ammatillinen itsevarmuuteni vahvistui, kun pääsin soveltamaan tietotaitoani käytännön kehittämistyöhön ja kun huomasin kykyni omak-sua uutta ja auttaa myös asiakkaita uusien oivallusten äärelle. Onnistumisen ko-kemukset puolestaan valoivat uskoa siihen, että minulla – siinä missä kenellä tahansa vastavalmistuneella – on kaikki edellytykset tulla ammattilaiseksi, oman alani asiantuntijaksi, jollaisten innostavaa ja ansiokasta työtä olen kuluneen vuo-den aikana päässyt niin läheltä seuraamaan.

On vaikea pukea sanoiksi sitä matkaa, jonka olen kulkenut omaa paikkaansa et-sineestä opiskelijasta vastikään rikosseuraamusalalle työllistyneeksi erityisohjaa-jaksi. Vankka kokemus rakentuu työvuosista, eikä valmistuminen tarjoa oikotietä onneen. Opinnäytetyön haasteita selättäessäni olen kuitenkin oppinut huomaamaan, että työkalupakkini kätköistä löytyvät jo tärkeimmät uran rakentamiseen tarvittavat välineet: motivaatio, empatia ja avoin mieli.

LÄHTEET

- Ainsworth, M. D. & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist*. 46 (4), 333—341.
https://is.muni.cz/el/1423/jaro2014/PSY103/um/46958257/ainsworth_bowlby_1991.pdf
- Autti-Rämö, I., Salminen, A-L., Rajavaara, M., Ylinen, A. (2016). *Kuntoutuminen*. Duodecim.
- Chu, C.M., Ward, T. & Willis, G. (2014). Practising the Good Lives Model (GLM). Teoksessa I. Durnescu & F. McNeill (toim.), Practicing the Good Lives Model. *Understanding penal practice* (s. 206—222.) London, UK: Routledge. <file:///C:/Users/asofi/Downloads/ChuWardWillis2014-PracticingtheGLM.pdf>
- Erikson, E. (1987). *Identity and the Life Cycle*. W. W. Norton & Company.
- Eskelinen, T. (2019). *WOP-kuntoutus. Kokonaisvaltainen toimintamalli nuorten vankien psykososiaalisessa kuntoutuksessa*. Työkirja. Rikosseuraamusviraston monisteita 2/2019. https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-monisteetjaraportit/6DIOM-FsPP/2_2009_WOP_kuntoutus.pdf
- Granfelt, R. (2007). ”Oppisin elämään riippuvuuteni kanssa.” *Tutkimus naisvankien päihdekuntoutuksesta Vanajan vankilassa*. (Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2/2007.) Rikosseuraamusvirasto. https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-riisenjulkaisusarja/OEH8hc2Fb/2-2007_Oppisin_elamaan_riippuvuuteni_kanssa.pdf
- Honkatukia, P. & Kivivuori, J. (2006). Nuorisoriikollisuuden syyt. Teoksessa P. Honkatukia & J. Kivivuori (toim.), *Nuorisoriikollisuus. Määrä, syyt ja kontrolli* (s. 344—346). (Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen julkaisuja 221). https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152459/221_Honkatukia_Kivivuori_2006.pdf?sequence=1
- Huhta, H. (16.12.2016). Etnisyys muurien sisällä. *Haaste*.
https://www.haaste.om.fi/fi/index/lehtiarkisto/haaste42016/etnisyys_muuriensisalla.html

- Hänninen, V. (1999). *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampereen yliopisto.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/67873/951-44-5597-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. (2011). *Ryhmä liikkeelle. Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi*. PS-kustannus.
- Kaukkila, V. & Lehtonen, E. (2007). *Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle*. Suomen mielenterveysseura.
- Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T. (2007). *Ohjaaminen hoitotyössä*. WSOY.
- Kämäräinen, K. (2019). Mielenterveyden vahvistaminen ja psyykkinen toimintakyky. Mielenterveyden ensiapukurssit. Teoksessa K. Kaarlejärvi & J. Puumalainen (toim.), *Vankeusaika mahdollisuutena! -hankkeen loppuraportti. Hyviä käytäntöjä rikostaustaisten osallisuuden ja työllisyyden edistämiseen* (s. 28—31). Kuntoutussäätiön työselosteita 62/2019. <https://kuntoutussaatio.fi/assets/files/2019/06/Vankeusaika-mahdollisuutena-hankkeen-loppuraportti-final.pdf>
- L 417/2007. Lastensuojelulaki. 13.4.2007/417. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>
- L 767/2005. Vankeuslaki. 23.9.2005/767. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050767#O3L10P5>
- L 262/1940. Laki nuorista rikoksentekijöistä. 31.5.1940/262. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1940/19400262>
- L 812/2000. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. 22.9.2000/812. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>
- L 1301/2014. Sosiaalihuoltolaki. 30.12.2014/1301. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301#L1P3>
- L 1285/2016. Nuorisolaki. 21.12.2016/1285. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>
- Larivaara, M. (20.12.2021). *Mielenterveystaidot auttavat selviämään poikkeusoloissa*. Saatavilla 21.1.2022 <https://mieli.fi/vaikea-elamantilanne/koronaepidemia-ja-mielenterveys/mielenterveystaidot-auttavat-selviamaan-poikkeusoloissa/>
- MIELI ry. (2021a). *Mistä mielenterveys rakentuu?* Saatavilla 8.1.2022

- <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/mista-mielenterveys-rakentuu/>
- MIELI ry. (2021b). *Historia*. Saatavilla 8.12.2021 <https://mieli.fi/mieli-ry/historia/>
- MIELI ry. (2021c). *Jäsenet*. Saatavilla 8.12.2021 <https://mieli.fi/mieli-ry/jasenet/>
- MIELI ry (2021d). *Strategia*. Saatavilla 8.12.2021 <https://mieli.fi/mieli-ry/strategia/>
- MIELI ry. (i.a.) *Mielenterveyden ensiapu®*. Saatavilla 8.12.2021 <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/koulutukset/mielenterveyden-ensiapu-koulutukset/>
- Muurinen, T. (30.8.2021). *Alaikäiset ja nuoret vangit. Alaikäisten ja nuorten vankien vankilaan/vankiosastolle sijoittaminen sekä toimintojen ja turvallisuuden varmistaminen*. (Rikosseuraamuslaitoksen monisteita 5/2021). Rikosseuraamuslaitos.
- Niemi, H. (2019). Nuorten seuraamukset. Teoksessa H. Niemi (toim.), *Seuraamusjärjestelmä 2008. Kontrollijärjestelmä tilastojen ja tutkimusten valossa* (s.147—159). (Katsauksia 38/2019.) Helsingin Yliopisto. Kriminologian ja oikeuspolitiikan instituutti.
- Ojanen, M. (2007). *Positiivinen psykologia*. Edita Prima Oy.
- Pekkarinen, E., Haikkola, L., Hästbacka, N., Karhunen, H. & Schalin A. (2019). Nuorten rikokset ja siihen puuttuminen. Teoksessa L. Haikkola, N. Hästbacka & E. Pekkarinen (toim.), *Kuka vastaa nuorten rikoksiin? Ammattilaisten, nuorten ja kustannusten näkökulmia palveluihin* (s.15—23). (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2019:34). Valtioneuvoston kanslia. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161548/34_Kuka%20vastaa%20nuorten%20rikoksiin.pdf
- Pietilä, A-M., Eirola, R. & Vehviläinen-Julkunen, K. (2002). Työmenetelmiä terveyttä edistävässä asiakastyössä. Teoksessa A-M. Pietilä, T. Hakulinen, E. Hirvonen, P. Koponen, E-M. Salminen & K. Sirola (toim.) *Terveyden edistäminen. Uudistuvat työmenetelmät* (s.148—168). WSOY.
- Piispa, M. & Lind, H. (2021). *Taustalla rikos, edessä muutos. Suositukset viranomaisten saumattomalle yhteistyölle rikostaustaisten yhteiskuntaan*

- kiinnittymisessä.* (Oikeusministeriön julkaisuja. Mietintöjä ja lausun-
toja. 2021:3.) Oikeusministeriö Helsinki. [https://julkaisut.valtioneu-
vosto.fi/bitstream/handle/10024/162849/OM_2021_3_ML.pdf?se-
quence=4](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162849/OM_2021_3_ML.pdf?sequence=4)
- Poliisi. (i.a.). *Nuori rikoksentekijä.* Saatavilla 27.5.2021 [https://poliisi.fi/nuori-ri-
koksen-tekija](https://poliisi.fi/nuori-ri-
koksen-tekija)
- Puusa A., Hänninen V. & Mönkkönen K. (2020). Narratiivinen lähestymistapa or-
ganisaatiotutkimuksessa. Teoksessa A. Puusa & R. Juuti (toim.)
Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.
- Rikosseuraamuslaitos. (2020a). Strategiakartta 2020—2023. Saatavilla
[https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/ri-
senasiakirjoja/uRujBYQ25/Strategia2020_2023_verkkoon.pdf](https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/ri-
senasiakirjoja/uRujBYQ25/Strategia2020_2023_verkkoon.pdf)
- Rikosseuraamuslaitos. (2020b). *Kuntouttava toiminta, ohjelmatyö.* Saatavilla
7.12.2021 [https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytanton-
pano/toiminnot/kuntouttavatoiminta-ohjelmatyo.html](https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytanton-
pano/toiminnot/kuntouttavatoiminta-ohjelmatyo.html)
- Rikosseuraamuslaitos. (29.10.2021). *Helsingin vankila.* Saatavilla 7.12.2021
[https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/toimipaikatjayhteystie-
dot/vankilat/helsinginvankila.html](https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/toimipaikatjayhteystie-
dot/vankilat/helsinginvankila.html)
- Ruponen, R., Nummenmaa, A.R. & Koivuluhta, M. (2000). Ryhmänohjaus muu-
toksen mahdollisuuden maisemana. Teoksessa J. Onnismaa, H. Pa-
sanen & T. Spangar (toim.) *Ohjaus ammattina ja tieteenalana 1. Oh-
jauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus* (162—188). PS-kustan-
nus.
- Rämö, H. (2008). *Rikollisen alakulttuurin voima. Narratiivinen tutkimus viiden
vangin kertomuksista.* [Sosiaalityön pro gradu-tutkielma. Tampereen
yliopisto.] [https://trepo.tuni.fi/bitstream/han-
dle/10024/78906/gradu02452.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/han-
dle/10024/78906/gradu02452.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Stevens, A. (2011). 'I am the person now I was always meant to be': Identity
reconstruction and narrative reframing in therapeutic community
prisons. *Criminology & Criminal Justice*, 0 (0), 1—21. [http://citese-
erx.ist.psu.edu/viewdoc/down-
load?doi=10.1.1.895.4938&rep=rep1&type=pdf](http://citese-
erx.ist.psu.edu/viewdoc/down-
load?doi=10.1.1.895.4938&rep=rep1&type=pdf)
- Sutinen, J. (2010). *Self Story. Elämäntarinamenetelmä. Menetelmäopas.* Suo-
men Psykologinen instituutti. <https://docplayer.fi/57117046->

Selfstory-elamantarinamenetelma.html

- Underwood, L. & Washington, A. (2016). *Mental Illness and Juvenile Offenders*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 13, 228.
- Vilkas, A. (2019). *Mielekkään elämän malli (GLM)*. MINUIKSI ITSENI KANSSA™ -teoria- ja sisältökäsikirjan GLM-osiota mukaillen. (4/2019). https://www.goodlivesmodel.com/GLM_finnish.pdf
- Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M. & Kosloff, A. (2020). *Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020—2030*. (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6). Sosiaali- ja terveysministeriö. [Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030 \(valtioneuvosto.fi\)](https://www.valtioneuvosto.fi/kansallinen-mielenterveysstrategia-ja-itsemurhien-ehkaisyohjelma-vuosille-2020-2030)
- World Health Organization. (2018). *Mental Health: strengthening our response*. Saatavilla 25.5.2021 <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yleissopimus lapsen oikeuksista, 20.11.1989. https://unicef.studio.crasman.fi/pub/public/pdf/LOS_A5fi.pdf

LIITE 1. PALAUTELOMAKE

MIELI-ryhmä

Kurssipalaute

Ryhmän ohjaaja: Sofia Pekkarinen**Paikka ja aika:** Helsingin vankilan nuorten osasto, 12.10—18.11.2021

Ympyröi mielestäsi sopivin vaihtoehto:

Yleisfiilis kurssista:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kurssi oli hyödyllinen:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kurssilla käsiteltiin tärkeitä teemoja:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Elämäntarinat lisäsivät kurssin kiinnostavuutta:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Mainitse ainakin yksi asia, joka kurssista jäi mieleen:

Olivatko ryhmäkerrat sopivan mittaisia? Jos ei, niin tarkenna vastaustasi kertomalla oliko aikaa liikaa vain liian vähän.

Miltä mielenterveydestä puhuminen tuntui? Lisäsikö kurssi kiinnostustasi mielenterveysteemoihin?

Mikä kurssissa oli erityisen hyvää?

Mitä voisi jatkossa kehittää? (esim. Minkälaista toimintaa/aiheita olisit toivonut lisää? Mitä olisi voinut tehdä toisin?)

Kiitos palautteestasi!