

## Mielenterveyden ensiapukurssit Pöytyän kouluihin oppilaille ja opettajille

Yhä useampi lapsi oireilee ja voi pahoin. Kouluissa joka viides lapsi tarvitsee erityistä tai tehostettua tukea oppimiseensa, ja usein taustalla on erilaisia tunne-elämän ja käyttäytymisen vaikeuksia. Nämä vaikuttavat myös koulujen ja päiväkotien työrauhaan, turvallisuuteen ja opettajien kokemaan työstressiin. Perusta aikuisiän hyvinvoinnille rakentuu lapsuudessa. Alle 35-vuotiailla mielenterveyden häiriöt ovat jo yleisin syy sairauspoissaoloihin. Nuoruus ja nuori aikuisuus on monien mielenterveyshäiriöiden tyypillinen alkamisikä. On arvioitu, että kolme neljästä elämänaikaisesta mielenterveyden häiriöstä alkaa ennen 25 vuoden ikää (THL).

Ensiapukoulutus sydänkohtauksen tai onnettomuuden varalle on monelle tuttu kansalaistaito, mutta kuinka autetaan koulukaveria, jolla on paniikkikohtaus, tai ystävää, joka kokee itsetuhoisia ajatuksia.

Myös mielenterveyden ongelmien tunnistaminen ja kriisitilanteissa auttaminen ovat tarpeellisia kansalaistaitoja. Mielenterveystaitojen opettaminen on toimiva ja kustannustehokas keino ennaltaehkäistä ongelmia, joiden kasaantuminen aiheuttaa merkittäviä kustannuksia yhteiskunnalle. Kasvatuksessa ja koulutuksessa on panostettava entisestään arkipäivän mielenterveystaitojen opetteluun. Opetuksen tulee olla suunnitelmallista ja johdonmukaista. Näin voimme ehkäistä lasten ja nuorten mielenterveyden ongelmia, edistää tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä, ja vahvistaa koko kouluyhteisön hyvinvointia. Samalla ehkäistään kiusaamista mielenterveyden riskitekijänä.

Me allekirjoittaneet esitämme, että Pöytyän kaikissa yläkouluissa ja lukiossa toteutetaan oppilaille ja opettajille sekä varhaiskasvatuksen opettajille ja ohjaajille mielenterveyden ensiavun koulutus. Koulutus sisältää mielenterveyden ja oman hyvinvoinnin vahvistamisen perusteet, ohjeita riskitilanteiden tunnistamiseen ja muiden auttamiseen, ja oppimateriaalin elämänkriiseistä selviämiseen ja erilaisten mielenterveyden häiriöiden tunnistamiseen. Koulutus voidaan toteuttaa mielenterveyden ammattilaisen tai mielenterveyden ensiapukouluttajaksi koulutetun opettajan avulla. Koulutus tulee suunnata myös opettajille, jotta he saavat lisää välineitä ja tuoretta tietoa mielenterveystaitojen edistämiseen, ja oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin seuraamiseen ja vahvistamiseen.

Pöytyällä 3.5. 2021

Pöytyän Vihreä valtuustoryhmä  
Johanna Kuusenoja  
Kati Lyytinen  
Timo Kosonen

Terhi Saarijoki  
Aarno Toivonen  
Joonas Rantala

Marika Loponen  
Laura Naire-Koivisto  
Vilja Lahti  
Lauri Ojala

Matti Rajala