

Lähteet ja materiaalia

Joukamaa, M. ja työryhmä: Aarnio, J., von Gruenewaldt, V., Hakamäki, S., Hypén, K., Lauerma, H., Lintonen, T., Mattila, A., Tyni, S., Vartiainen, H., Viitanen, P. & Wuolijoki, T. (2010) Rikosseuraamusasiakkain terveys, työkyky ja hoidontarve. Perustuloraportti. Rikosseuraamuslaitoksen julkaisuja 1/2010.

Linehan, M.L. (2015) DBT Skills Training Handouts and Worksheets. Second edition. Guilford Press.

McKay, M., Wood, J. F. & Brantley J. (2007) The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook Practical DBT Exercises for Learning Mindfulness, Interpersonal Effectiveness, Emotion Regulation & Distress Tolerance. New Harbinger Publications.

Myllyviita K. (2020): Häpeän hoito. 1.–2. painos. Duodecim.

Pietikäinen, A. (2016). Joustava mieli. Vapaudu stressin, uupumuksen ja masennuksen ylivallasta. Duodecim & Arto Pietikäinen.

Sadeniemi, M., Hakkinen, M., Koivisto, M., Ryhanen, T. & Tsokkinen, A-L. (2019): Viisas mieli. 1. painos. Duodecim.

[Miten tunnesäätelyongelmani ilmenee? | Mielenterveystalo.fi](#)

[Väkivallan muodot - THL](#)

[Väkivallan puheeksi ottaminen - THL](#)