

**Toiminnanjohtaja Timo Peltovuori**  
Mielenterveyden keskusliitto

## Kommentteja mielenterveysbarometrin tuloksiin

- Juuri julkistettu "Ei hullumpi-barometri" 2005 on ensimmäinen mielenterveysbarometri. Se tullaan toistamaan vuosittain ja tulee olemaan mielenkiintoista seurata tuloksia. Lähes 1000 haastattelua antavat luotettavan kuvan siitä, miten suomalainen väestö, mielenterveyskuntoutujat ja heidän omaisensa ajattelevat mielenterveysasioista ja mitä he arjessaan kokevat. Tämän barometrin ovat tilanneet Mielenterveyden keskusliitto ja Käsikädessä –lehti Suomen Gallupilta.

***Lähes kolmannes (30 %) suomalaisista ei haluaisi mielenterveysongelmista kuntoutuvaa henkilöä naapurikseen. Vähemmän toivottuja olivat vain narkomaanit, alkoholistit ja rikoksista tuomitut.***

- Tulos kertoo siitä, että psyykkisesti sairastuneita ja sairauksista kuntoutuvia pidetään ympäristön kannalta häiriötekijöinä. Joka viides suomalainen tarvitsee jossain elämänsä vaiheessa apua psyykkisiin ongelmiin ja keskuudessamme on suuri joukko ihmisiä, jotka käyttävät erilaisia lääkkeitä mielenterveyssyistä. Useimmat heistä ovat ihan tavallista työssäkäyvää väkeä, joiden ongelmat eivät näy päälle. Henkilöt, joilla on vakavia psyykkisiä ongelmia, ovat yleensä syrjäänvetäytyviä ja arkoja. Lehtien kertomat tapaukset, joista mielikuvat syntyvät, ovat harvinaisia poikkeuksia.

***Kaksi viidestä (39 %) mielenterveyskuntoutujasta kokee joutuneensa leimatuksi sairautensa tähden. Heidän maisistaan useampi kuin joka toinen (53 %) arvioi oman läheisensä kuntoutujan joutuneen leimatuksi sairautensa vuoksi. 38 prosenttia omaisista uskoo, että muut ihmiset välttelevät heidän läheisensä seuraa. Kuntoutujista jonkin verran pienempi osa (23 %) kokee joutuneensa vastaavaan tilanteeseen.***

- Mielenterveyskuntoutujia syrjitään yhä. Monet eivät halua naapureiksi, vielä harvemmat ystäväksi tai aviopuolisoksi. Entiset ystävät ja tuttavat välttelevät ja se vie itsetuntoa entisestäänkin alaspäin. Liitollamme on suuri haaste siinä, että saamme asenteita muutettua hyväksyvämpään suuntaan.

### Täysipainoinen elämä vaikeaa, mutta ei mahdotonta

***Joka toinen suomalainen (51 %) on vähintään jokseenkin varma siitä, ettei mielenterveysongelmainen voi elää täysipainosta elämää. Kuntoutujien parissa näkemys on yhtä yleinen (50 %) ja omaisista vieläkin useampi, 65 prosenttia, jakaa tämän mielipiteen.***

***Kymmenportaisella asteikolla, missä arvo 1 tarkoittaa, että kyseinen ryhmä on täysin yhteiskunnan ulkopuolella ja 10, että he ovat sen täysivaltaisia jäseniä, keskiarvot jäivät 5 ja 6 väliin. Kuntoutujat arvioivat oman tilanteensa 5,60:ksi. Omaisten antama keskiarvo oli 5,79 ja kansalaisten joukon alin eli 5.***

- Tulosten perusteella voi varovaisesti arvioida, että ainakin 100.000 mielenterveysongelmista kärsivää tuntee jäävänsä enemmän tai vähemmän suomalaisen yhteiskunnan ulkopuolelle. Psyykkisistä syistä jää vuosittain eläkkeelle 8000 henkilöä. Monet heistä ovat nuoria eikä heille ole ehtinyt kertyä työeläkettä,

joten tiedossa on toimeentulovaikeuksia, mikä väistämättä vaikeuttaa täysipainoista elämää.

- Tulos on meille haasteellinen. Kaikkien tutkittujen ryhmien mielestä mielenterveyskuntoutujat ovat vain puolittain suomalaisen yhteiskunnan jäseniä. Liiton tavoite on madaltaa mielenterveyskuntoutujien ja muun yhteiskunnan välistä raja-aitaa sekä tuoda mielenterveysongelmat ja niistä kuntoutuminen luontevaksi osaksi jokapäiväistä elämää. Tärkeää on saada jokaiselle riittävä perusturva.

***Enemmistö eläkkeellä olevista (78 % kuntoutujista) ei kaipaa takaisin työelämään. Vain 22 prosentilla on tällaisia haluja. Sen sijaan sopivan paikan aukeaminen voisi houkuttaa melko suuren osan kuntoutujista osa-aikaiseen työhön. 41 prosenttia kertoi valmiudestaan tällaiseen ratkaisuun. Omaiset suhtautuivat hieman skeptisemmin kumpaankin vaihtoehtoon.***

- Monen taloudellista tilannetta parantaisi mahdollisuus tehdä edes jotain palkallista työtä vaikka osa-aikaisena.

## **Psyykkisestä sairaudesta voi parantua täysin**

***Enemmistö suomalaisista (65%) pitää jokseenkin mahdollisena, että psyykkisestä sairaudesta on mahdollista parantua. Sairautta ei pidetä myöskään itse aiheutettuna, sillä 85 % on suomalaisista on tätä mieltä, 87 % omaisista ja 80 % kuntoutujista.***

- Minua ilahduttaa tulos, että psyykkistä sairautta ei pidetä yleisesti itse aiheutettuna, vaan ymmärretään näinkin hyvin sen olevan yksi sairaus muiden joukossa. Mutta jos tarkastelee asiaa toisinpäin eli kuinka suuri prosentti kussakin ryhmässä piti sitä itse aiheutettuna, ei voi olla ihmettelemättä, miksi kuntoutujista 17 % on tätä mieltä, omaisista 9 % ja väestöstä 8 %. Olisi mielenkiintoista tietää, miksi kuntoutujista näinkin suuri osa ajattelee olevansa itse syypää sairauteensa.

***Kolmen ryhmän mielipiteisiin syntyi eroja väitettäessä, että ”mielenterveysongelmiin tai kansanomaisemmin sanottuna hulluuteen liittyy usein tietty positiivinen energialataus”. Kuntoutujista suurempi osa kuin kahdesta muusta ryhmästä, 41 prosenttia, piti väittämässä esitettyä todenperäisenä. Omaisista tätä mieltä oli joka kolmas (33 %) ja väestöstä 23 prosenttia.***

- Tämä hieman raflaava väite päätettiin esittää, koska mielenterveysongelmien karnevalisointi hulluudesta puhumisineen on Mielenterveyden keskusliitolle tärkeä työväline sen laajempien tavoitteiden saavuttamisessa ja toteuttamisessa. Hyvä käytännön esimerkki tästä ovat mm. liiton myymät t-paidat, joihin on painettu esim. sellaisia tekstejä kuten ”ihan hullu”, ”liian laiska maanikoksi”, ”olen paikalla, en läsnä” tai ”I hear voices”.

## **Kuntoutujat melko tyytyväisiä mielenterveyspalveluihin, omaiset vähän kriittisempiä**

***Kuntoutujien enemmistö on varsin tyytyväinen saamiinsa mielenterveyspalveluihin. Neljä viidestä kokee saaneensa riittävästi mielenterveyspalveluja ja pitää niitä hyvinä. Kaksi kolmesta omaisestakin totesi kuntoutumisen sujuvan hyvin mielenterveyspalvelujen työntekijöiden avulla. Muuten omaisten mielipiteet olivat piirun – parin verran kuntoutujien näkemyksiä kriittisempiä.***

- Tätä tulosta arvioitaessa täytyy ottaa huomioon, että haastattelujen kohteina on ollut Mielenterveyden keskusliiton jäsenistö. Jäseneksi liittyvät ovat usein muita kuntoutujia aktiivisempia ja pitemmälle kuntoutuneita. He ovat luultavasti

keskimääräistä tyytyväisempiä saamaansa hoitoon ja kokevat arkensa positiivisempina kuin muut psyykkisesti sairastuneet.

- Omaiset ovat yleensä kriittisempiä. Heillä on vaara itsekin väsyä ja sairastua vaikeassa perhetilanteessa.

### **Mielenterveyskuntoutujia ei saa unohtaa suunnattaessa sosiaali- ja terveyspalvelun resursseja**

***Suomalaisten enemmistö (52 %) keskittäisi mielenterveyskuntoutujille nykyistä enemmän sosiaali- ja terveyssektorin resursseja. Vain syrjäytymisvaarassa olevat nuoret saivat enemmän sympatiaa osakseen. Sosiaali- ja terveyspalvelun resursseihin omakohtaisesti tutustuneet mielenterveyskuntoutujat ja heidän omaisensa esittivät vaatimuksensa voimakkaammin kuin väestö. Lähes kaikki omaiset ja kuntoutujistakin neljä viidesosaa haluavat resurssien kohdentamista nykyistä voimakkaammin mielenterveystyöhön.***

- Tuloksesta näkyy, että kaikkien mielestä mielenterveystyöhön pitää panostaa nykyistä enemmän. Resurssien lisääminen ei kuitenkaan riitä ellei samalla mietitä, miten niitä käytetään tehokkaasti ja opita tekemään parempaa yhteistyötä yli hallinnon rajojen sekä järjestöjen ja eri palvelujen tuottajien kanssa. Tässä on paljon tekemistä.

Lisätietoja: Timo Peltovuori, puh. (09) 5657 7332, 0500 438 858