



# Mielenterveys- barometri 2021

Mielenterveyden keskusliitto

# Mielenterveysbarometri 2021: yleisökyselyn tulokset

Suomalaisten asenteet mielenterveyden häiriötä, avun hakemista, hoitoa ja mielenterveysjärjestöjä kohtaan

**Tuottaja:** Mielenterveyden keskusliitto

**Toteuttaja:** Kantar TNS

**Toteutustapa:** verkkopohjainen kuluttajapaneeli

**Aineisto:** 2231 vastaajaa, 15–79-vuotiaita suomalaisia (pl. Ahvenanmaa)

**Vastausaika:** 27.11. - 4.12.2020

**Tulosten virhemarginaali:** + 2,1 prosenttiyksikköä koko aineiston tasolla

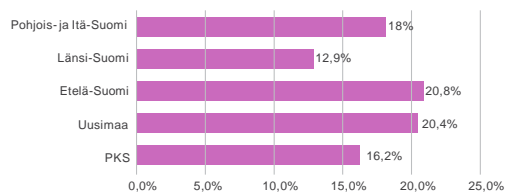
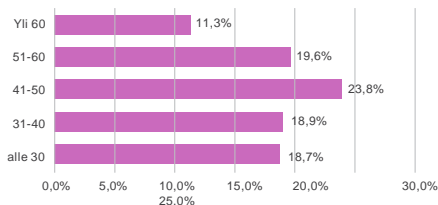
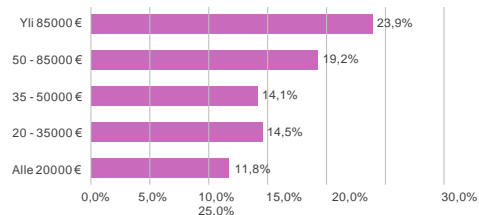
**Lisätietoja:** kehitysjohtaja Janne Jalava, Mielenterveyden keskusliitto



Asenteet  
mielenterveyden  
häiriötä kohtaan

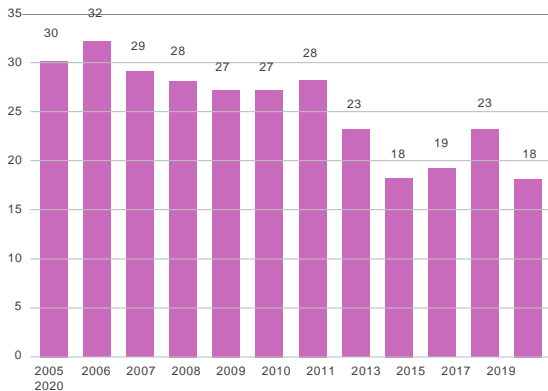
# Not in my Backyard 2021:

"En haluaisi mielenterveyskuntoutujaa naapuriksi"

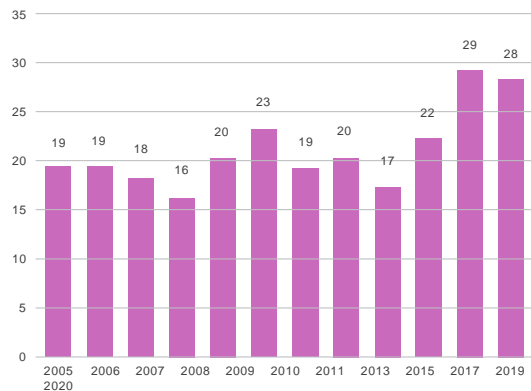


# Not in my Backyard: muutos 2005 - 2021

Ei halua mielenterveyskuntoutujaa naapuriksi,  
% vastaajista

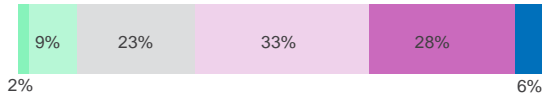


Ei halua maahanmuuttajaa naapuriksi,  
% vastaajista

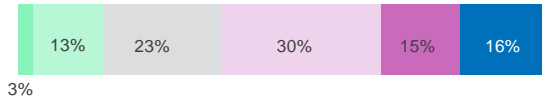


# Suhtautuminen mielenterveysongelmiin

Minusta on epämukavaa ja pelottavaa kohdata mielenterveysongelmia kokeneita henkilöitä



Jos kertoo omista mielenterveysongelmista, ystävät jättävät



Mielenterveyden järkkymisestä saa syyttää pääosin itseään



Asenteet mielenterveysongelmaisia kohtaan ovat muuttuneet myönteisemmiksi viime vuosina



Täysin samaa mieltä

Jokseenkin samaa mieltä

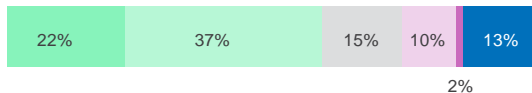
En samaa enkä eri mieltä

Jokseenkin eri mieltä

Täysin eri mieltä

En osaa sanoa

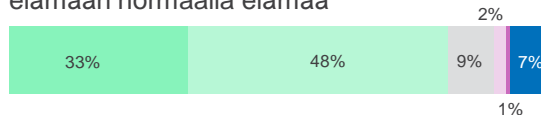
### Psykkisestä sairaudesta voi parantua täysin



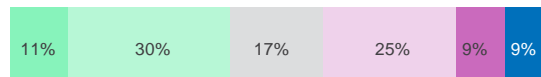
### Järjestöjen ja vapaaehtoistyön tuella mielenterveyskuntoutuja pystyy elämään normaalia elämää



### Hyvillä lääkkeillä, psykoterapialla tai muulla tuella mielenterveyskuntoutuja pystyy elämään normaalia elämää



### Mielenterveysongelmien parissa painiskeleva ei voi elää täysipainoista elämää



Täysin samaa mieltä

Jokseenkin eri mieltä

Jokseenkin samaa mieltä

Täysin eri mieltä

En samaa enkä eri mieltä

En osaa sanoa

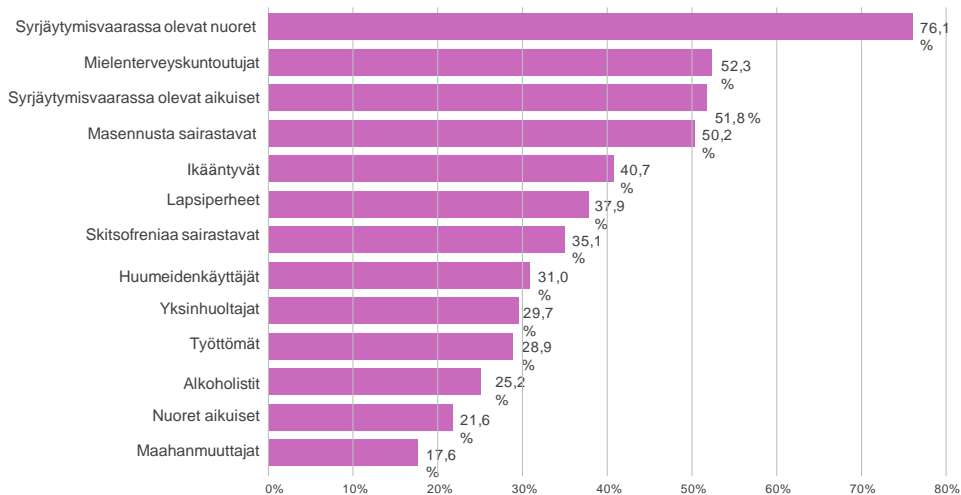
Kenelle lisää  
hoitoa ja tukea?

Mikä auttaa  
mielenterveyden  
häiriöissä?





# Kenelle pitäisi keskittää sosiaali- ja terveyspalvelun resursseja nykyistä enemmän?



# Miten hyvin eri palvelut ja hoitomuodot sopivat mielenterveysongelmien hoitamiseen?

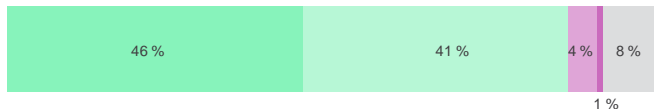
Keskusteluhoito (esim. psykoterapia)



Luonnossa liikkuminen

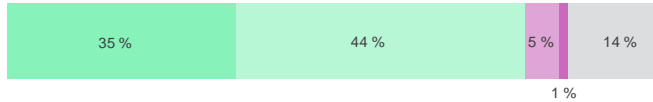


Liikunta

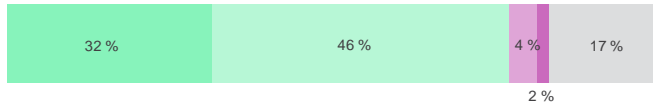


- Sopii erittäin hyvin
- Sopii melko hyvin
- Sopii melko huonosti
- Sopii erittäin huonosti
- En osaa sanoa

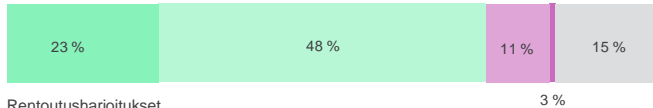
### Ryhmäkeskustelut toisten mielenterveysongelmista kärsivien kanssa



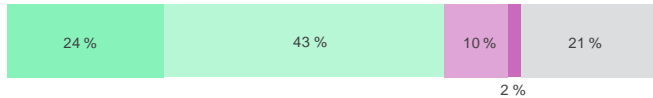
### Mielenterveysjärjestön toimintaan osallistuminen



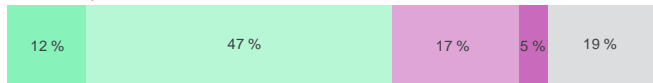
### Lääkehoito



### Rentoutusharjoitukset



### Keskusteluryhmä internetissä

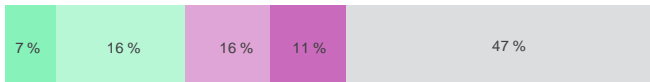


- Sopii erittäin hyvin
- Sopii melko hyvin
- Sopii melko huonosti
- Sopii erittäin huonosti
- En osaa sanoa

### Itsensä hemmotteleminen



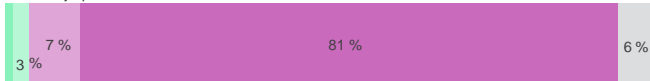
### Valohoito



### Luontaishoidot



### Alkoholi ja päihteet

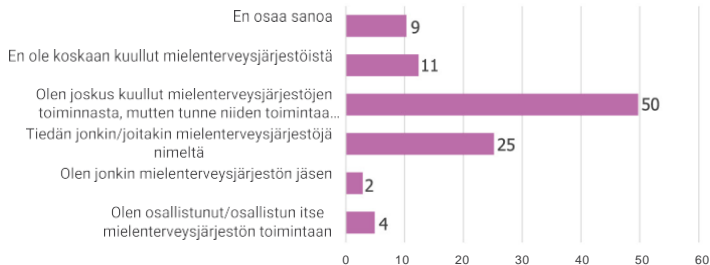


- Sopii erittäin hyvin
- Sopii melko hyvin
- Sopii melko huonosti
- Sopii erittäin huonosti
- En osaa sanoa

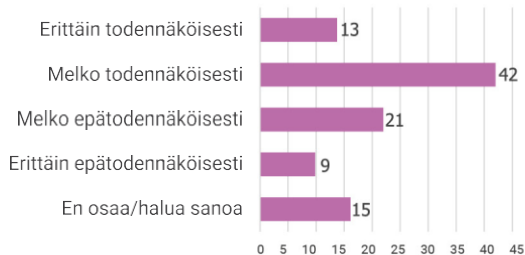


Mielenterveys-  
järjestöjen merkitys

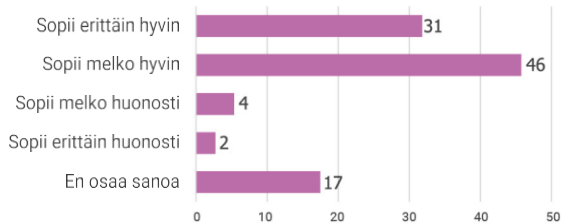
## Kuinka hyvin tuntee mielenterveysjärjestöjen toimintaa, % vastaajista



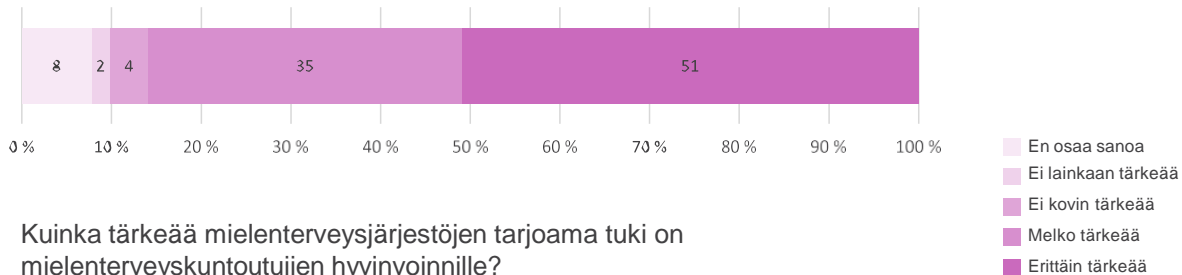
## Kuinka todennäköisesti hakisi apua mielenterveysjärjestöstä, % vastaajista



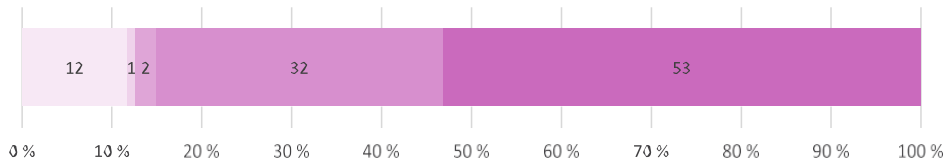
## Kuinka hyvin mielenterveysjärjestön toimintaan osallistuminen soveltuu mielenterveysongelmien hoitamiseen, % vastaajista



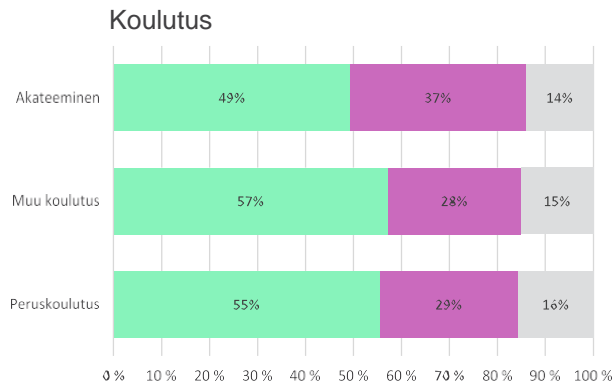
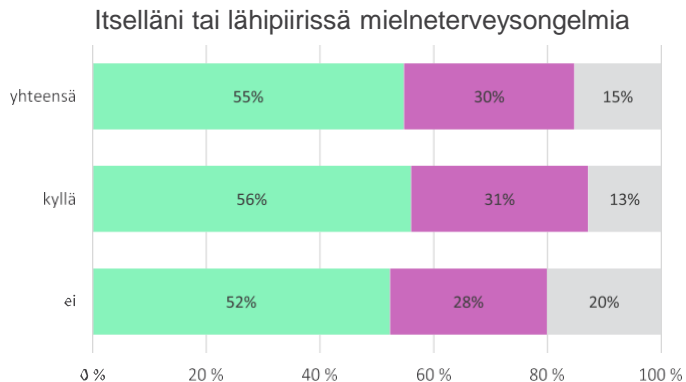
Kuinka tärkeää on, että mielenterveysjärjestöjen rahoitus hoidetaan jatkossakin julkisin varoin, % vastaajista



Kuinka tärkeää mielenterveysjärjestöjen tarjoama tuki on mielenterveyskuntoutujien hyvinvoinnille?



# Kuinka todennäköisesti hakisit apua mielenterveysjärjestöstä?



 Todennäköisesti  Epätodennäköisesti  Ei osaa sanoa