

MIELENTERVEYS- MESSUT 2021

Mielen hyvinvointia kokemuksella

23. -28.11.2021 **VERKOSSA**

**SEMINAARI-
OHJELMA**

TIISTAI 23.11.2021

AAMUPÄIVÄ

MIELENTERVEYSBAROMETRI 2021: MITEN PALVELUT TOIMIVAT?

Mielenterveyden keskusliiton ja Tampereen yliopiston yhteisseminaari, jossa käsitellään vuoden 2021 Mielenterveysbarometrin tuloksia ja verrataan niitä aiempiin. Miten mielenterveyspalvelut toimivat? Mikä auttaa ja mikä ei? Vieläkö mielenterveyden häiriöt kantavat entisenlaista stigmaa? Ja ennen kaikkea: mikä on muuttunut 15 vuodessa ja mitä siitä pitäisi ajatella?

9.00 Seminaarin aloitus

Puhujat: Professori Sami Pirkola, Tampereen yliopisto
Professori Jari Stenvall, Tampereen yliopisto
Kehitysohjaaja Janne Jalava, Mielenterveyden keskusliitto
Kehittäjä-sosiaalityöntekijä Päivi Rissanen, Mielenterveyden keskusliitto

Mielenterveysbarometriin vastaavat väestökyselyn lisäksi mielenterveysalan ammattilaiset ja mielenterveysongelmia itse kokeneet. Barometrin tuottaa Mielenterveyden keskusliitto yhteistyössä TNS Kantarin, Psykiatriyhdistyksen ja Psykologiliiton kanssa.

12.00 Seminaarin päätös

DIGIAUTTAJAN TYÖKALUPAKKI

Mielenterveystyötä on tehty verkossa jo pitkään, erityisen tiivistä tarve on ollut viime ja tänä vuonna. Kokosimme opit yhteen: miten sitouttaa ja motivoida, miten työskennellä vaikuttavammin, miten verkossa viestitään ja miten toimii kirjoitettu vertaistuki. Lisäksi kuulemme uusinta tietoa siitä, miten videopelit vaikuttavat aivoihin ja miten peleistä kehitetään digitaalisia terapioita.

9.30 Seminaarin aloitus ja ohjeistus

9.35 Etävastaanotosta vaikuttava: käytännön vinkkejä toimivaan etävastaanottoon

Jan-Henry Stenberg, psykologi, kouluttajapsykoterapeutti, HUS

10.20 Miten viestit verkkotyössä?

Satu Pihlaja, psykologi, kouluttajapsykoterapeutti

10.50 Tauko

11.00 Kirjoitetaan itsestämme eheämpiä – vertaistuen verkkokokemuksia

Päivi Tonteri, kuntoutussuunnittelija, Mielenterveyden keskusliitto
Elli Kaarnajärvi, vertaisohjaaja, Mielenterveyden keskusliitto

11.30 Videopeleistä lääkkeitä neuropsykiatrisiin sairauksiin?

Matias Palva, professori, tutkimusjohtaja, Aalto-yliopisto

Seminaarin päätös 12.30

Lounastauko ja virtuaalinäyttelyyn tutustuminen

ILTAPÄIVÄ

MAAHANMUUTTAJAT JA MIELENTERVEYDEN MONINAISUUS

Seminaari on tietopaketti sinulle, jolla on asiakkaita tai potilaita eri kulttuureista. Perehdymme siihen, mitä uusimmat tutkimukset kertovat maahanmuuttajien hyvinvoinnista ja mielenterveyspalvelujen käytöstä ja miten heidän mielenterveyttään voidaan tukea. Luvassa on myös käytännön neuvoja siihen, miten rakentaa omaa osaamistaan muista kulttuureista tulevien asiakkaiden kohtaamiseen.

13.30 Seminaarin aloitus ja ohjeistus

13.35 Maahanmuuttajan mielenterveys: tutkimustietoa ja kokemuksia

Antti Klemettilä, psykologi, psykoterapeutti, kehittämisspäällikkö, THL

14.25 Tauko

14.30 Pakolaisuuden trauma – miten se kohdataan?

Mari Tikkanen, sosiaalityöntekijä, psykoterapeutti, projektipäällikkö, Diakonissalaitos

15.20 Tauko

15.30 Kulttuurinen kompetenssi käytännössä

Anu Castaneda, psykologi, psykoterapeutti, tutkimuspäällikkö, THL

Seminaarin päätös 16.30

MITÄ TEEN, KUN NUOREN SUKUPUOLEN KOKEMUS EI OSU NORMIIN?

Lapset ja nuoret pohtivat sukupuoli-identiteetin ristiriitaa luotettaviksi kokemiensa aikuisten kanssa. Mitä aikuisen tulisi siinä tilanteessa tietää, että hän osaisi kohdata nuoren ja tukea häntä oikealla tavalla? Tarjolla on tietoa sukupuoli-identiteetin kehityksestä ja siihen liittyvästä psyykkisestä oireilusta, välineitä kohtaamiseen, keskusteluun ja rinnalla kulkemiseen sekä info valtakunnallisista tukipalveluista ja nuoren oma kokemus.

13.30 Nuoren sukupuoli-identiteetin kehittyminen ja psyykinen oireilu

Maria Sumia, lastenlääkäri, nuorisopsykiatrian erikoislääkäri, Psykiatriakonsultaatiot Hilla Oy

14.40 Tauko

14.45 Sukupuoliristiriitaa kokevan nuoren kohtaaminen ja tukeminen

Hannaleena Kohvakka, psykoterapeutti ja asiantuntijahoitaja, TAYS Transpoliklinikka

15.30 Tauko

15.35 Setan nuorten tukipalvelut ja kokemuskouluttajan puheenvuoro

Enni Happonen, sosiaaliohjaaja, Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus Seta
Kokemuskouluttaja, Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus Seta

Seminaarin päätös 16.30

AAMUPÄIVÄ

PAKKO-OIREINEN HÄIRIÖ

9.00 Seminaarin aloitus

Monella meistä on pitkäaikaisia, voimakkaita rutiineja. Emme esimerkiksi kulje tikkaitten alta tai astu jalkakäytävän urille, etsimme onnenapiloita tai käytämme korostuneesti onnea tuovia lukuja tai sanoja.

Pakko-oireet ovat aivan muuta. Pakkotoimintoja, pakonomaisia ajatuksia tai molempien yhdistelmiä, jotka aiheuttavat jokapäiväistä haittaa ja kärsimystä. Pakko-oireisen häiriön diagnoosi perustuu taustatietoihin ja kliiniseen tutkimukseen.

Nykyisin tiedetään, että häiriön syynä ovat keskushermoston toiminnan poikkeavuudet. Pakko-oireita hoidetaan psykoterapialla ja lääkkeillä. Seminaarissa avataan oireita, niiden syitä sekä hoidon aivo vaikutuksia ja käsitellään myös kotona itsenäisesti suoritettavaa altistus-vastehoitoa.

Pertti Rintahaka, LKT, lastenneurologian ja nuorisopsykiatrian erikoislääkäri

Seminaarin päätös klo 12.00

PARISUHDE MIELENTERVEYDEN TUkena

Yhteistyössä:

Parisuhteen laatu vaikuttaa merkittävästi psyykkiseen hyvin- tai pahoinvointiin, ja siksi parisuhdetta kannattaa tukea myös silloin, kun hoidetaan mielenterveysongelmia. Perehdymme mm. siihen, mitä tutkimukset kertovat pariterapian vaikutuksista, miten parisuhde ja perhe otetaan puheeksi mielenterveyspalveluissa ja miten otetaan huomioon omaisen uupumisriski.

9.00 Miksi parisuhteesta pitää puhua, kun hoidetaan mielenterveyttä?
Aku Kaura, traumapsykoterapeutti VET, perheterapeutti VET

9.50 Kokemustarinoita

10.00 Tauko

10.05 Parisuhde puheeksi, mutta miten se tehdään käytännössä?

Riina Nissinen, asiantuntija, TM, Parisuhdekeskus Kataja ry
Laura Huuskonen, asiantuntija, sosionomi, Parisuhdekeskus Kataja ry

11.00 Tauko

11.05 Kokemustarinoita

11.15 Auta myös omaista - työkalu riskien arviointiin

Tiina Vartiainen, vastaava hanketyöntekijä, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n ITUA-hanke

Seminaarin päätös klo 12.00



Lounastauko ja virtuaalinäyttelyyn tutustuminen

ILTAPÄIVÄ

PERSOONALLISUUSHÄIRIÖT: MYYTIT JA TODELLISUUS

Personallisuushäiriöitä käsitellään jatkuvasti mediassa, viime aikoina esimerkiksi nuorisoväkivaltaan liittyvien uutisten yhteydessä. Tule päivittämään tietosi erityisesti nuoruusiän persoonallisuushäiriöistä. Millaisia ovat varhaiset merkit, entä varhaiset interventiot? Mitä voidaan havaita jo ennen kouluikää? Entä mitä tutkimukset kertovat psykoterapian tehosta?

13.30 Seminaarin aloitus ja ohjeistus

13.35 Lasten ja nuorten käytöshäiriöt ja antisosiaalisuus

Taina Laajasalo, PsT, oikeuspsykologian dosentti, Helsingin yliopisto

14.35 Tauko

14.45 Psykoterapeuttinen hoito – mitä sen tehosta nykyisin tiedetään?

Thea Strandholm, PsT, psykoterapian erikoispsykologi, psykoterapeutti

15.35 Tauko

15.40 Kokemuspuheenvuoro

Kokemusasiantuntija lida

Seminaarin päätös 16.30

ADHD JA MIELENTERVEYS

Yhteistyössä:

Mistä tukea ja mistä toivoa? Yhteistyöseminaari tarjoaa asiantuntijatietoa, työkaluja ja kokemuksia. Mistä tietää, milloin on kyse adhd:sta ja milloin jostain muusta? Miten tukea sisaruksia, vanhempia ja heidän parisuhdettaan? Entä millaista on palveluviidakossa, kun perheessä on sekä adhd:ta että mielenterveysongelmia?

13.30 Kaikki alkaa varhain – adhd:n tunnistaminen ja hoito

Anita Puustjärvi, osastonylilääkäri, lastenpsykiatrian palvelulinjajohtaja, KYS

14.15 Tauko

14.20 Äidin puheenvuoro: Sukkulointia ja paniikkia palveluviidakossa

Kokemusasiantuntija, ADHD-liitto

14.50 Adhd koko perheen haasteena

Kaisa Hulmaljoki, pari- ja perhepsykoterapeutti

15.25 Tauko

15.30 Järjestön palvelut ja vertaistuki

Elina Tihinen, asiantuntija, ADHD-liitto

15.45 Mistä toivo syntyy? Adhd voimavarana

Klaus Karkia, kokemusasiantuntija

Seminaarin päätös klo 16.30



HINNAT

2 päivän lippu	349 €
1 päivän lippu	239 €
Seminaarilippu	169 €
Mielenterveysbarometri 2021 seminaari	124 €
Ryhmälippu	499 €

Ilmoittaudu viimeistään 16.11.2021!

