



Mielenterveyden keskusliitto

**Omat kokemukset toivoa
tuomassa ja viemässä**

Mielenterveysmessut 23.11.2022

Päivi Rissanen, Erityisasiantuntija, VTT
Mielenterveyden keskusliitto

Kyselyn taustaa

Aineisto kerättiin huhti-toukokuussa 2022

Mielenterveyden keskusliitto (Koulutus- ja kehittämissyksikkö ammattilaisille suunnatut) koulutukset, Talentia, JHL, Psyli, Soste ja Facebook-ryhmät (Kirkon Diakoniatyö, Sote- järjestöviestijät ja mt- ja päihdetoimijat) – vastausprosenttia ei voi määritellä

Vastaajia 540



Vastaajien taustatiedot

Sukupuoli	% (n=537)
Nainen	94,6
Mies	4,3
Muu	1,2

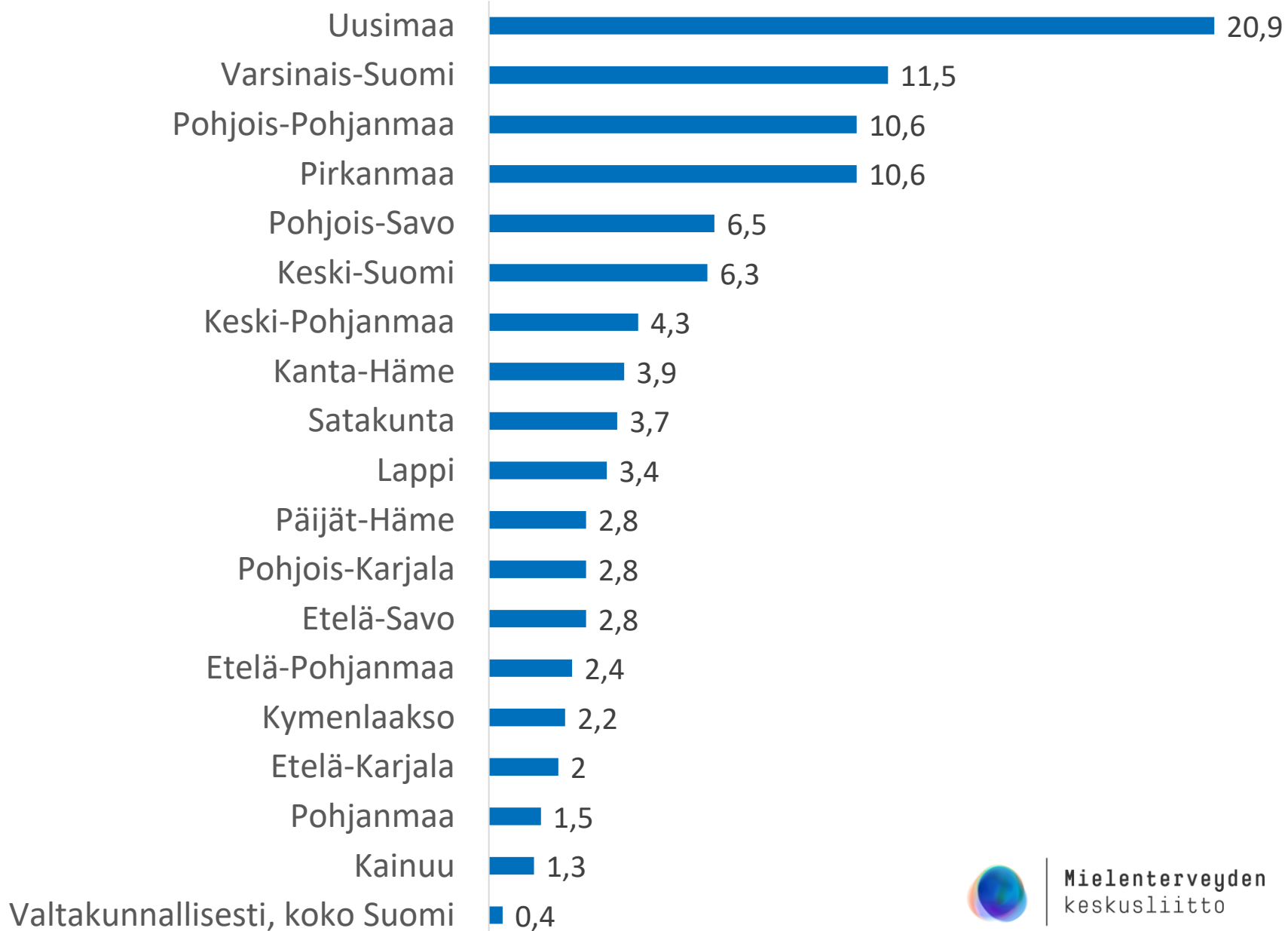
Ikäjakausma	%
18 - 29	6,3
30 -39	21,9
40-49	35,6
50-62	34,4
63 tai yli	1,9



Työssä	%
Julkinen	56,0
Järjestöt	18,7
Yksityinen	18,2
Työelämän ulkopuolella (eläke, sairausloma, vanhempainvapaa, muu)	4,8
Yrittäjä tai freelancer	1,5
Opiskelija	0,7



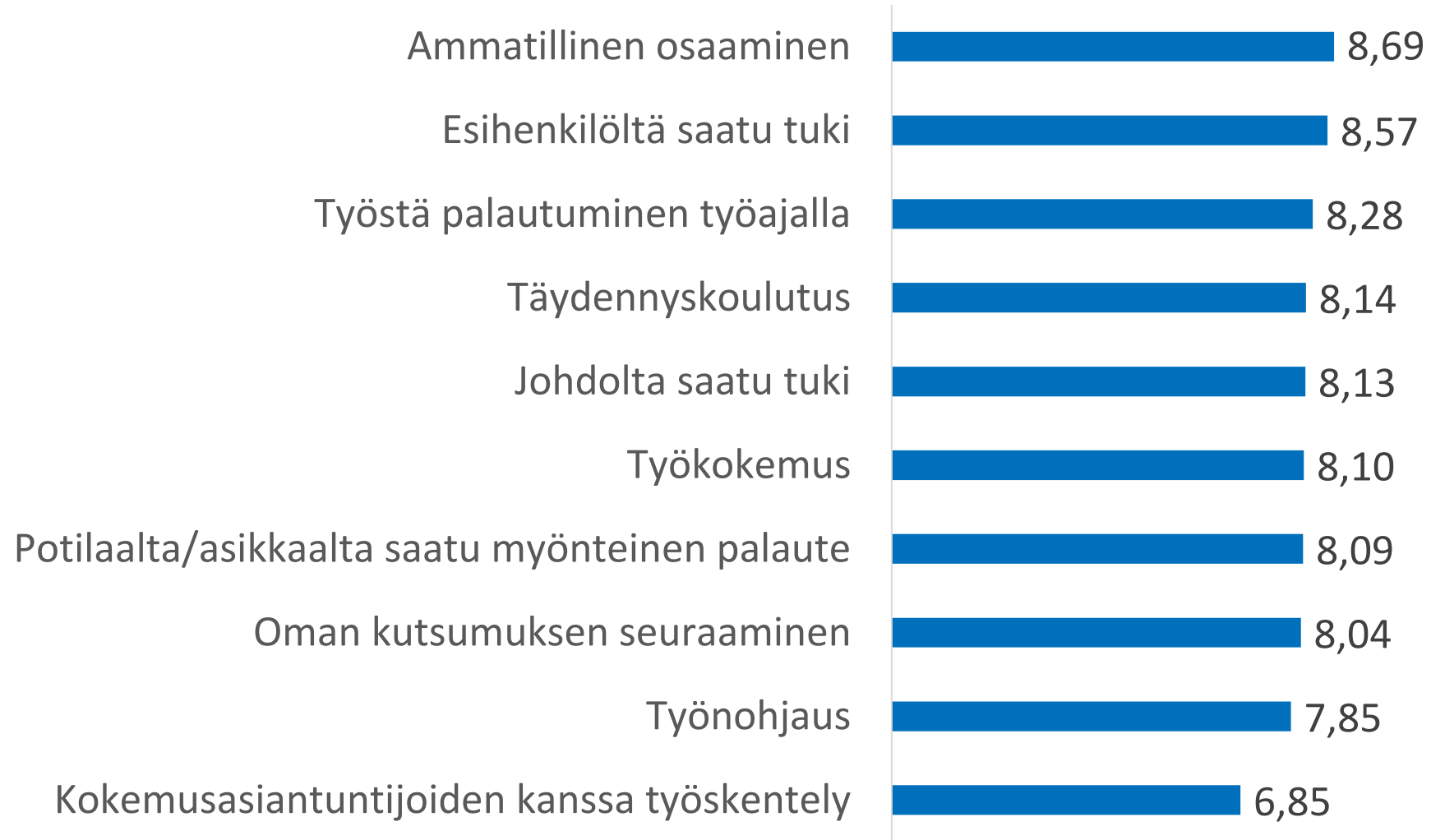
Maakunta, % vastaajista



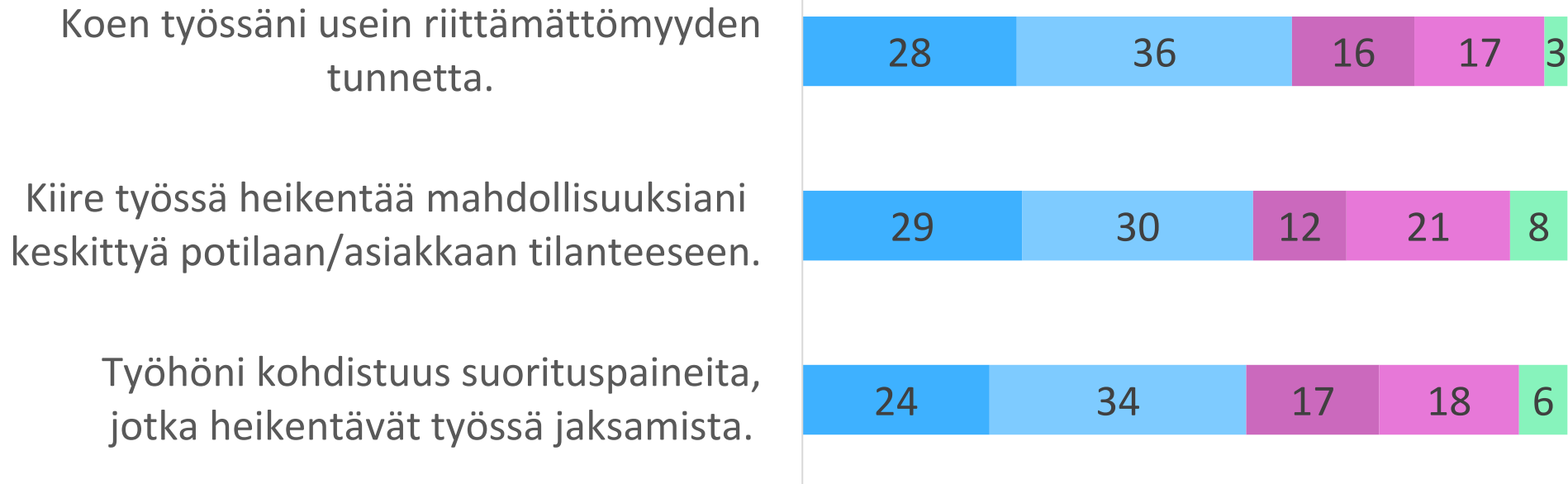
Toivoa vahvistaa työssä (asteikko 1-10, k.a.)



Toivoa vahvistaa työssä, (asteikko 1-10, k.a.) II



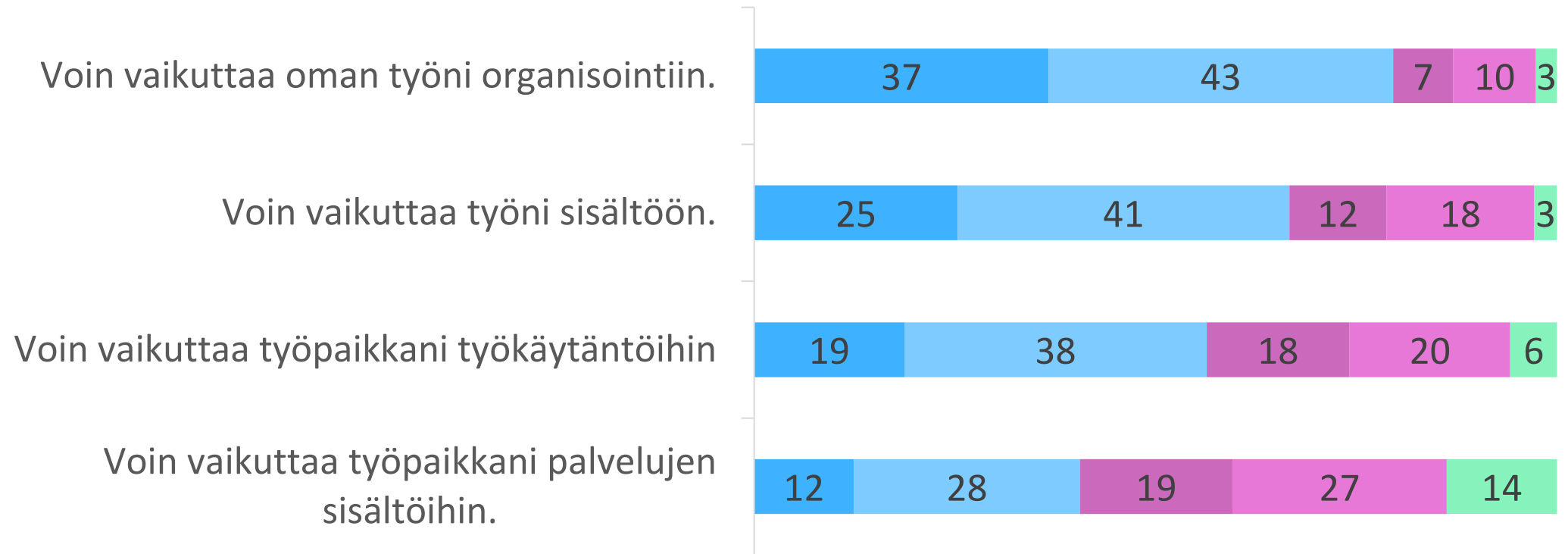
Kielteiset kokemukset työssä, % vastaajista



- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Ei samaa, eikä eri mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä



Vaikutusmahdollisuudet, % vastaajista

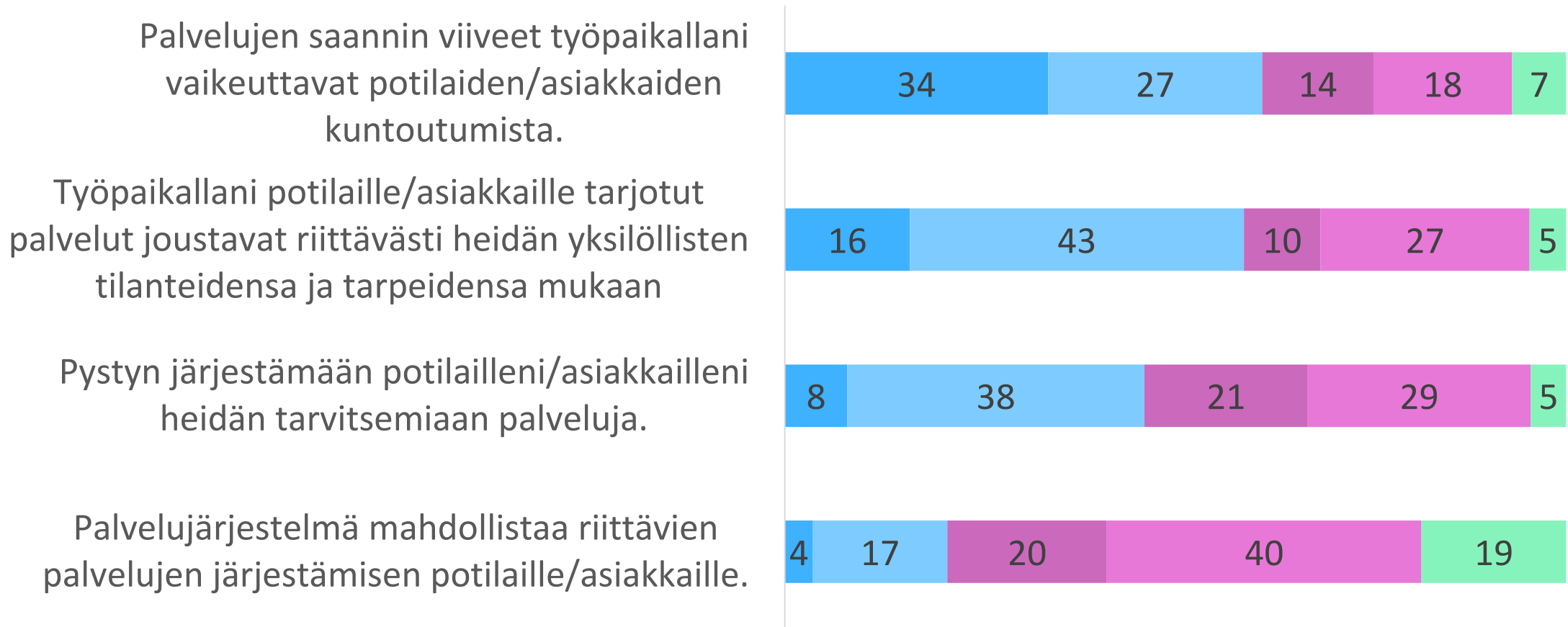


- Täysin samaa mieltä
- Ei samaa, eikä eri mieltä
- Täysin eri mieltä

- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä



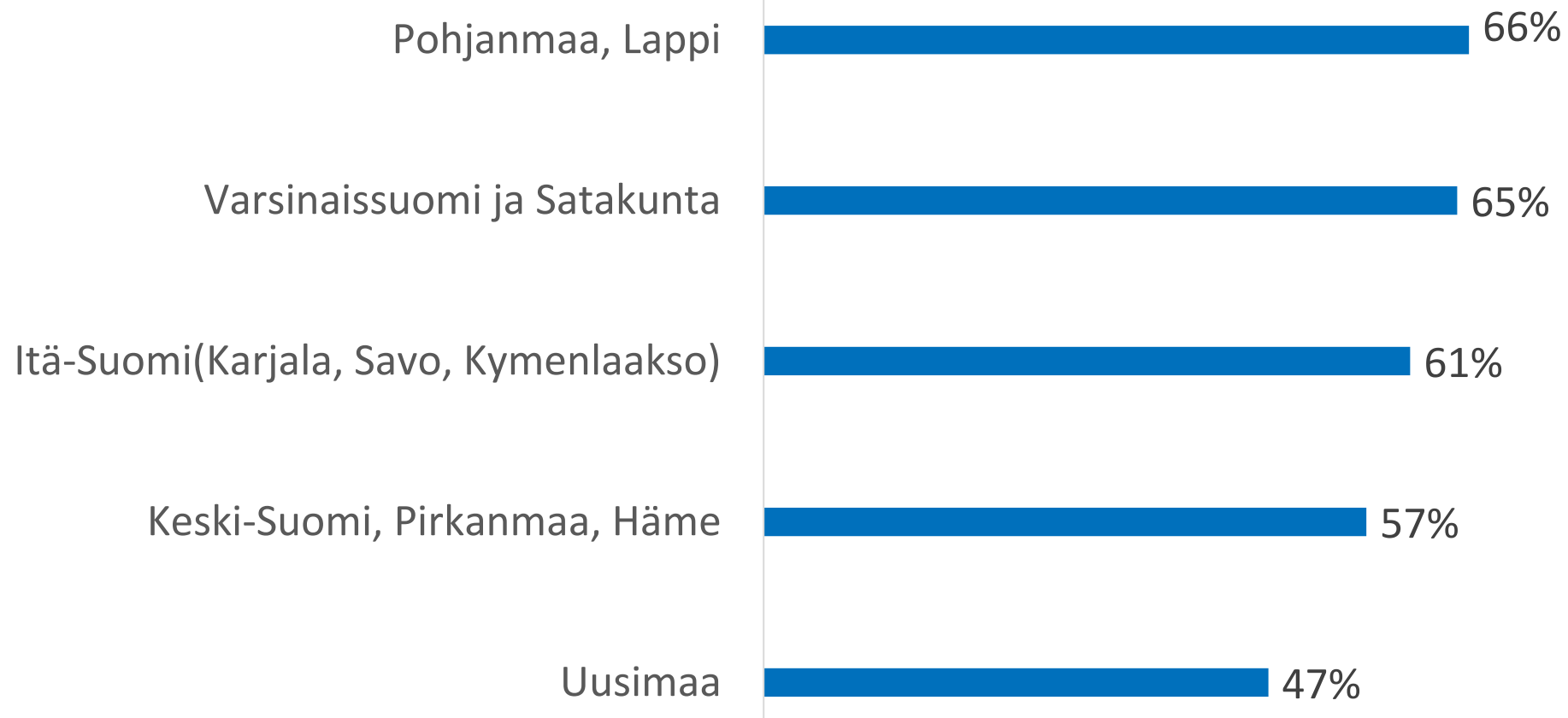
Käsityksiä palveluista ja palvelujärjestelmästä



- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Täysin eri mieltä



Työpaikalla tarjotut palvelut joustavat (samaa mieltä olevien osuudet)



Oikeudet, etiikka ja arvot, % vastaajista

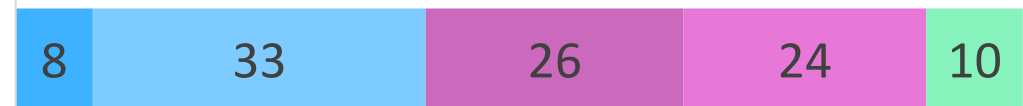
Työpaikallani kunnioitetaan potilaiden/asiakkaiden oikeuksia lain edellyttämällä tavalla.



Pystyn työssäni toimimaan ammatillisten eettisten periaatteiden ja arvojen mukaan.



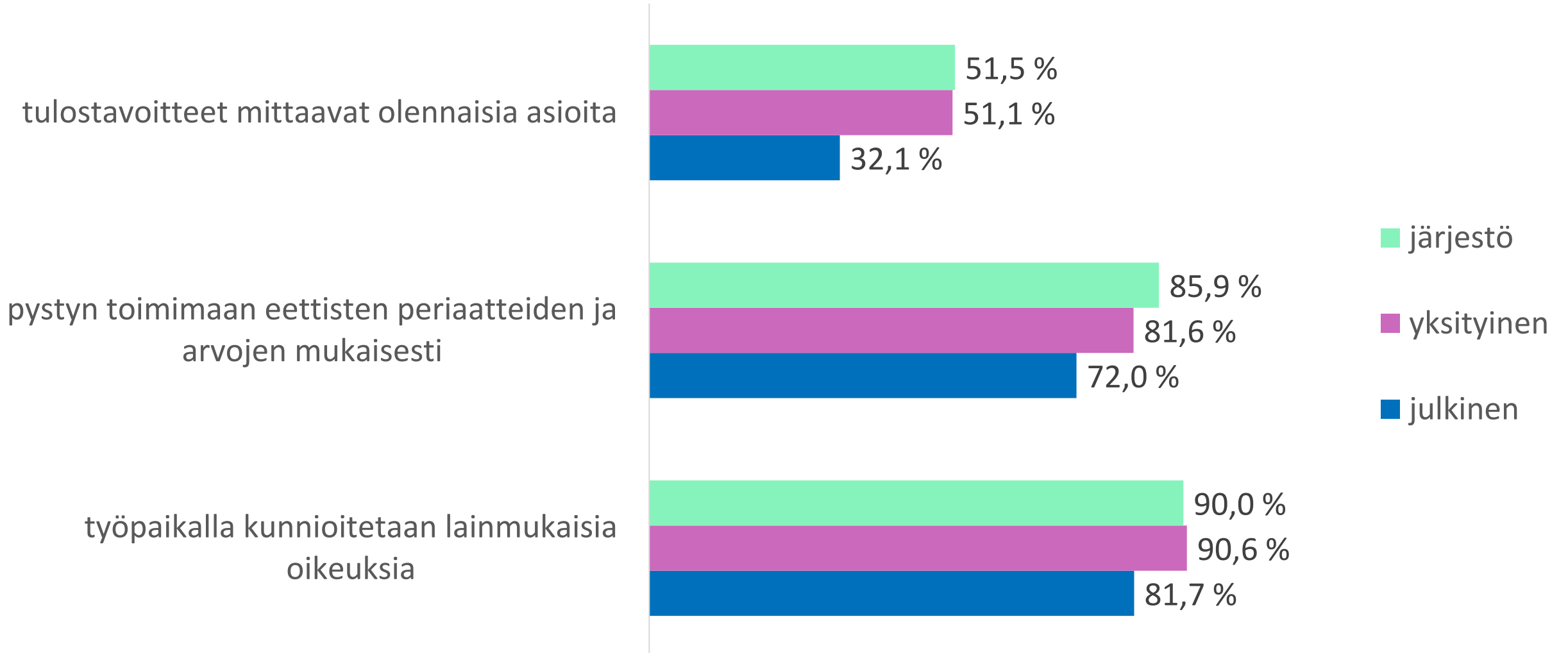
Palvelujen tulostavoitteet mittaavat potilaan/asiakkaan elämän kannalta olennaisia asioita.



- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Täysin eri mieltä

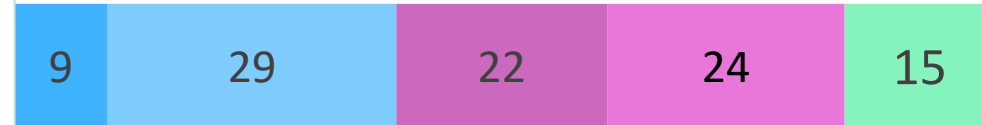


Oikeudet, eettisyys ja arvot sekä työ (samaa mieltä olevien osuudet)

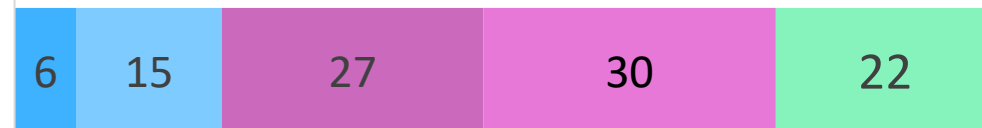


Keskustelu palveluista, % vastaajista

Kielteinen julkinen keskustelu mielenterveys- ja päihdepalveluista heikentää toivon ylläpitämistä.



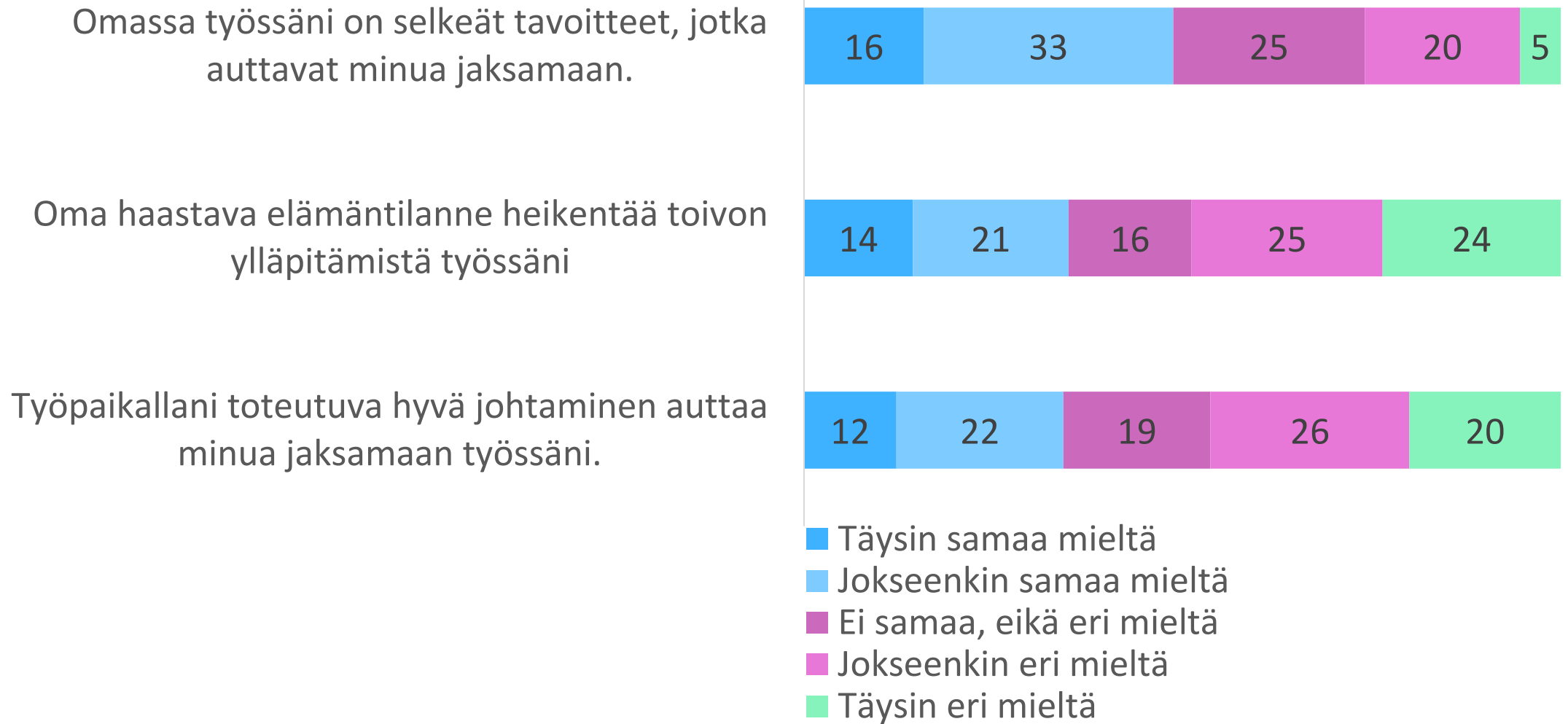
Kielteinen julkinen keskustelu mielenterveys- ja päihdepalveluista heikentää työmotivaatiota.



- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Ei samaa, eikä eri mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä



Työssä jaksaminen, % vastaajista



Suhde mielenterveysongelmiin ja omakohtaisen kokemuksen merkitys asiakastyössä

Suhde mielenterveysongelmiin	%
Itsellä on/on ollut mielenterveysongelma	53,0
Perhe- tai sukulaispiiri	79,8
Ystäväpiiri	80,2
Työn kautta	86,1
Harrastusten kautta	29,4
Muuta kautta	3,7

Omaehtainen tai perhe- tai sukulaispiirissä oleva kokemus (n=365)	%
Ollut hyötyä	62,2
Ollut haittaa	14,0
Asialla ei ole ollut merkitystä asiakastyössä.	12,6
En osaa/halua sanoa	11,2



Omakohtaisen kokemuksen hyödyt

- Ymmärrys: asiakkaat tai potilaat, heidän tilanteensa, kokemus, mitä arki mielenterveysongelman kanssa on, mielenterveyden haasteet, palvelujärjestelmä, tukitoimet, muiden suhtautuminen
- Suhtautuminen, kunnioittaminen, kuunteleminen, samaistuminen
- Tarina tuo toivoa
- Ymmärrystä voi välittää kertomatta tarinaansa
- Lisää: ammattitaitoa, kohtaamistaitoja, empatiakykyä ja tietoa
- Tunnistaa esimerkiksi masennuksen vaiheita

”Näen tilanteiden ja tapausten moninaisuuden, mikään ei ole mustavalkoista. Ymmärrän, että ihmisessä voi olla uupunut ja energinen puoli läsnä. Ymmärrän, että asioihin ei ole olemassa pikaratkaisuja, kaikkea ei voi eikä tarvitse yrittää ratkaista. Riittää että tulee jotenkin toimeen haasteiden kanssa.”



Omakohhtaisen kokemuksen haitat

- Jaksaminen – uupuminen
- Erilaisuuden kokeminen työyhteisössä
- Salaaminen ja häpeä
- Samankaltaiset ongelmat
 - voivat tulla liian lähelle
 - voivat herättää oireita
 - asiat, joita ei ole käsiteltyt
- Työuupumus – epäammattillisuus ja välinpitämättömyys



Mielenterveysongelmiin suhtautuminen, % vastaajista

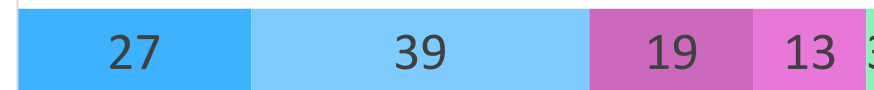
kertoisin mielenterveysongelmastani
esimiehelleni



kertoisin mielenterveysongelmastani
työkavereilleni



mielenterveyspalveluihin
hakeutumiseen liittyy häpeää.



- täysin samaa mieltä
- jokseenkin samaa mieltä
- ei samaa eikä eri mieltä
- jokseenkin eri mieltä
- täysin eri mieltä



Mielenterveysongelmat ja työyhteisö, % vastaajista

Mielenterveysongelmiin suhtaudutaan työpaikallani avoimesti ja ratkaisukeskeisesti.



Pystyisin keskustelemaan avoimesti tuen tarpeestani työyhteisössäni.



Jos tiedetään, että työntekijällä tai esimiehellä on mielenterveyden ongelmia, hän voi menettää työpaikkansa, asemansa tai arvostuksensa työyhteisössään.



■ Täysin samaa mieltä

■ Jokseenkin samaa mieltä

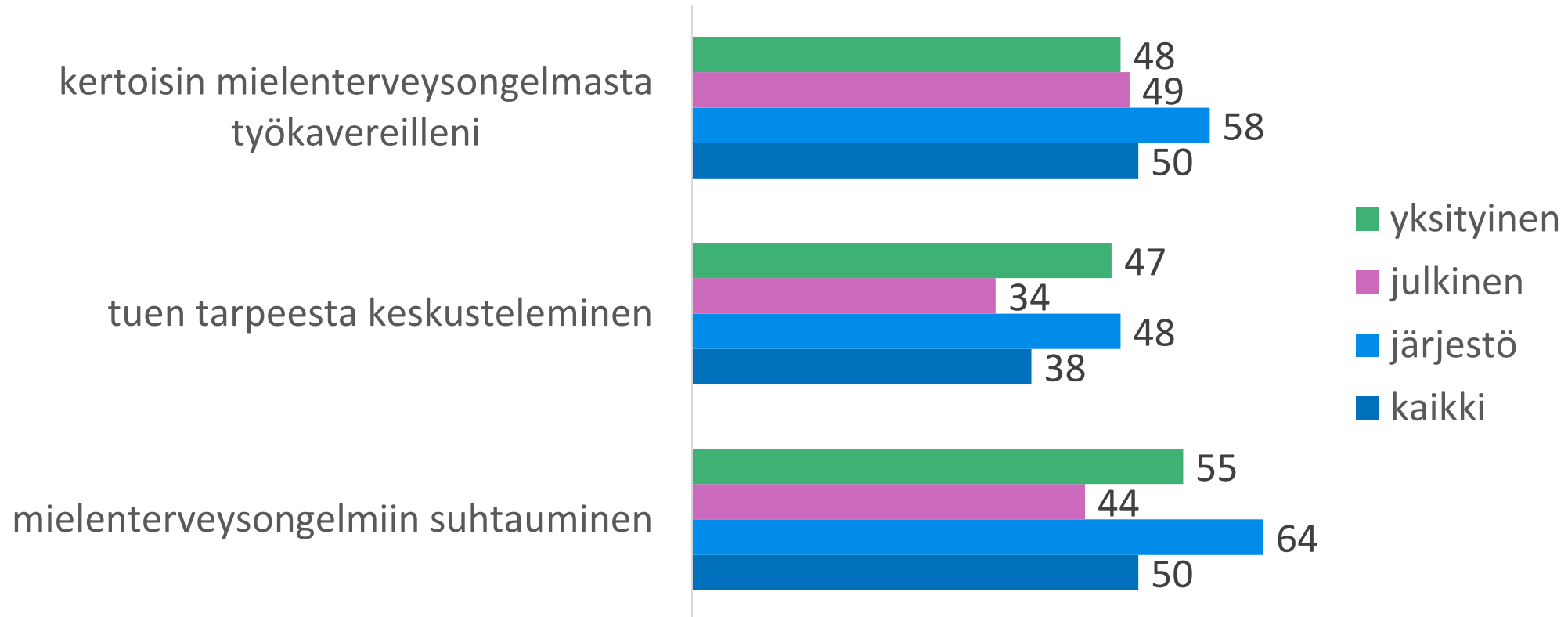
■ Ei samaa, eikä eri mieltä

■ Jokseenkin eri mieltä

■ Täysin eri mieltä



Mielenterveysongelmat ja työyhteisö (samaa mieltä %)

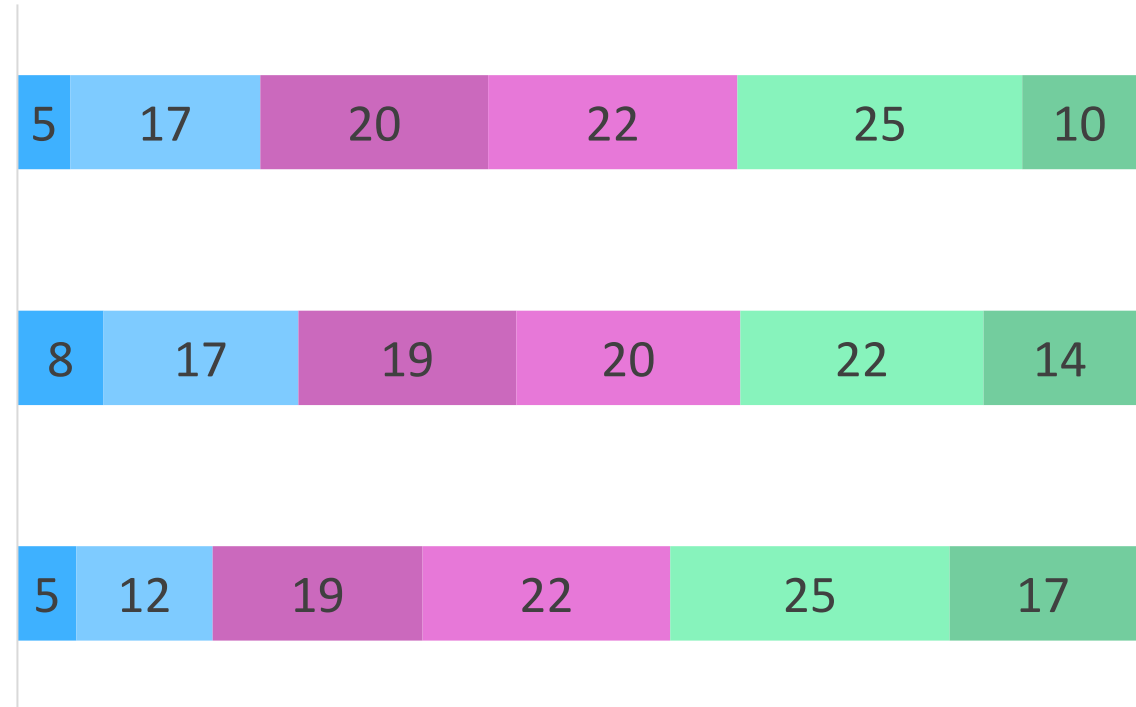


Osaaminen mielenterveyden tukemisessa, % vastaajista

Esihenkilöt toimivat aktiivisesti työntekijöiden mielen hyvinvoinnin edistämiseen liittyvissä asioissa.

Esihenkilöillä on riittävästi osaamista mielen hyvinvoinnin tukemisesta ja sen mahdollisista haasteista.

Mielenterveyden tukemiseen liittyvät roolit ja vastuut on määritelty hyvin työpaikallamme.



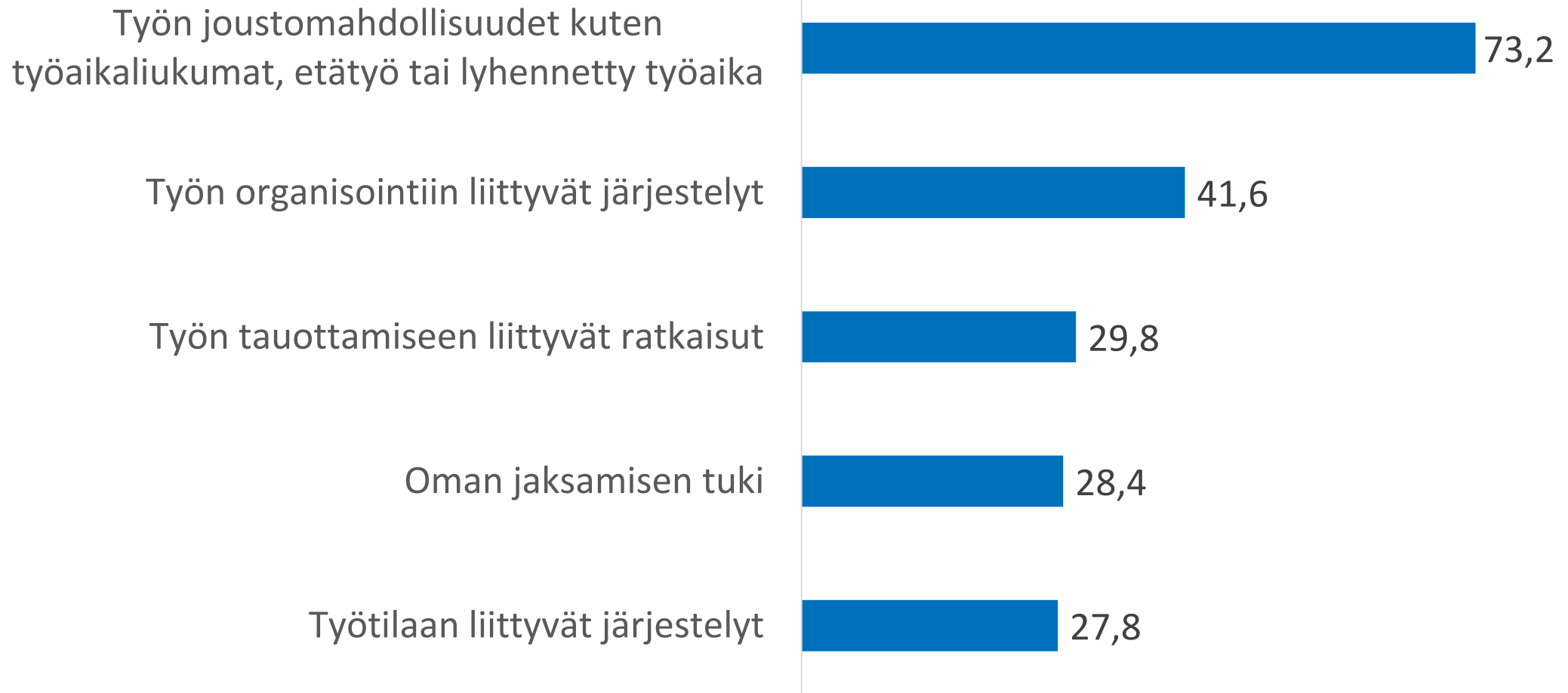
- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Ei samaa, enkä eri mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä
- EOS



Työpaikoilla toteutetut psyykkistä työkykyä tukevat toimenpiteet, % vastaajista



Työpaikalla käytetyt työkyvyn tukemisen toimenpiteet, jos työkyky on alentunut psyykkisistä syistä, (n=507), % vastaajista



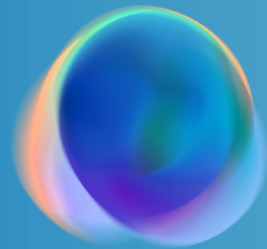
Keino on toimiva (% niistä, joiden työpaikalla keino on käytössä)



Toivo työssä tarkoittaa

- Usko siihen, että itsellä on merkitystä asiakkaan hyvinvointiin
- Myönteinen ote elämään ja työhön
- Tulevaisuuden luomisen rakennusaineita
- Alusta aloittamista – eteenpäin jaksamista
- Uskoa asiakkaan puolesta
- Hetki muutokseen voi olla nyt
- Mahdollisuus levätä
- Yhdenvertaiset mielenterveyspalvelut – oikeudenmukaisuus
- Tutkitun tiedon hyödyntämistä





Mielenterveyden keskusliitto

Mielenterveysongelmia itse kokeneiden ihmisten järjestö

Malmin kauppatie 26
00700 Helsinki

etunimi.sukunimi@mtkl.fi