



VIIKON KOONTI NRO 5

ATL-valmentajan koulutusohjelma
Mielenterveys ja toipuminen



Toipumista edistävä lähestymistapa

Mielenterveysongelmien käsittely on vaikeaa, koska niiden kehittymiseen liittyy suuri määrä yksilöllisiä muuttujia. Toipumiseen keskittyvässä lähestymistavassa henkilön elämää tarkastellaan kokonaisvaltaisesti.

Toipuminen mielenterveyshäiriöistä ja/tai päihdeongelmista on "muutosprosessi, jonka avulla yksilöt parantavat terveyttään ja hyvinvointiaan, elävät itseohjautuvaa elämää ja pyrkivät saavuttamaan täyden potentiaalinsa". (Lyon S., 2020)

Toipumiseen keskittyvä ja lääketieteellinen malli

Toipumisorientaatio haastaa mielenterveystyössä pitkään vallalla ollutta lääketieteellistä mallia.

Läketieteellisen mallin mukaan mielenterveyden häiriöillä on fysiologiset syyt, ja 70-luvun puoliväliin asti monet hoitajat uskoivat, että mielenterveyspotilaat olivat tuomittuja elämään sairautensa kanssa ikuisesti.

Tämä uskomus vaikutti erityisesti skitsofreniaa, skitsoaffektiivista häiriötä ja kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaviin, ja hoidossa keskityttiin tiukasti lääkkeiden käyttöön.

Toipumisorientaation tunnusomainen periaate on sen sijaan usko siihen, että ihmiset voivat toipua mielenterveysongelmista ja elää täyttä, tyydyttävää elämää. Toipumisen tukena pidetään neljää ulottuvuutta: 1. Terveys: Jotta ihmiset voivat hallita mielenterveysongelmiaan tai toipua niistä, heidän on tehtävä valintoja, jotka tukevat sekä fyysistä että henkistä hyvinvointia. 2. Koti: Ihmiset tarvitsevat turvallisen ja vakaan asuinpaikan. 3. Tarkoitus: Mielekkäät päivittäiset rutiinit, kuten koulunkäynti, työ, perhe ja osallistuminen yhteisöön, ovat tärkeitä toipumisprosessin aikana ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi. 3. Yhteisö: Tukevat sosiaaliset suhteet tarjoavat ihmisille rakkautta, emotionaalista saatavuutta ja kunnioitusta, joita he tarvitsevat selviytyäkseen ja menestyäkseen. (Lyon S., 2020)



Tiesitkö, että asunnottomat ja haavoittuvassa asemassa olevat ihmiset kärsivät yleisemmin mielenterveysongelmista kuin muu väestö? Yleisten mielenterveysongelmien esiintyvyys on yli kaksi kertaa suurempi sosiaalisesti syrjäytyneillä henkilöillä, ja psykoosien on todettu olevan 4-15 kertaa yleisempiä asunnottomilla.

Yli kaksi kolmasosaa asunnottomien palveluiden asiakkaista Englannissa kärsii mielenterveysongelmista, joista monet ovat diagnosoimattomia. (Mental Ill Health in the Adult Single Homeless Population 2009).



Lue lisää:

[Recovery in Homelessness](#)

[Effect of Full-Service Partnerships on](#)

[Homelessness](#)

[Mental Ill Health in the Adult Single](#)

[Homeless Population 2009](#)

[The unhealthy state of homelessness](#)

Yhteisrahoitettu
Euroopan unionin
Erasmus+ -ohjelmasta

