



MEHILÄINEN

TAVOITTEENA
TOIPUMINEN VAI
SELVIYTYMINEN?

Jari Koskisuu, 15.2.2019

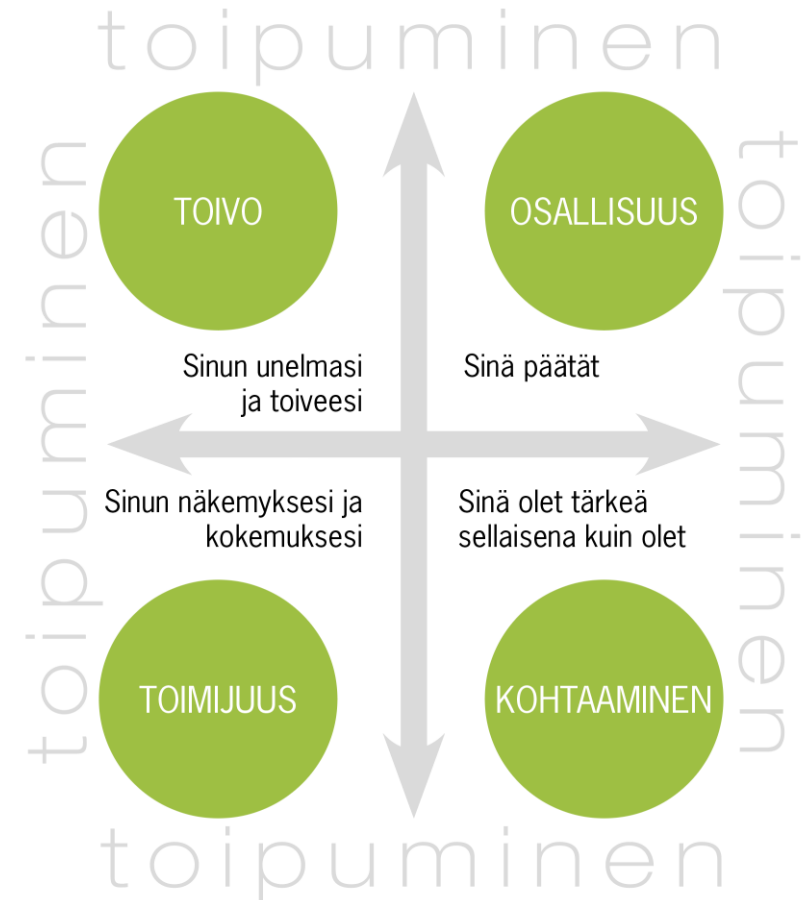


RECOVERY: TOIPUMINEN, KUNTOUTUMINEN, PARANEMINEN, SELVIYTYMINEN, ELÄMINEN

Sanoilla ja teoilla on merkitystä

- MISTÄ TOIVUTAAN, MISTÄ KUNTOUDUTAAN
 - TRAUMA, KOKEMUKSET, TARINA JA SEN TULKINNAT
- MIHIN TOIVUTAAN, MIHIN KUNTOUTUDUTAAN
 - PÄÄMÄÄRÄT, TAVOITTEET, UNELMAT
- MISSÄ TOIVUTAAN
 - YMPÄRISTÖ EI OLE YHDENTEKEVÄ
- MITEN TOIVUTAAN
 - KEINOT, TAVAT, MIKÄ TUKEE, MIKÄ ESTÄÄ
- MILLOIN TOIVUTAAN
 - AIKA, ”OIKEA-AIKAISUUS”, YKSILÖLLINEN AIKA, ”PITKÄ-AIKAINEN”

- Jaloista pyrkimyksistä vuorovaikutukseksi, asenteiksi, osaamiseksi, välineiksi, auttamisen tavoiksi...
- Jokainen ympyrä on myös teko
- Jokainen ympyrä voi edellyttää oppimista
- Uudelleenrakentuminen
- Mitä auttavat ihmiset osaavat tehdä
 - Usko, arvot, asenne
 - Tieto toipumisesta ja siihen liittyvistä tekijöistä
 - Taidot
 - Toimintaympäristö ja sen mahdollisuudet



SELVIITYMINEN

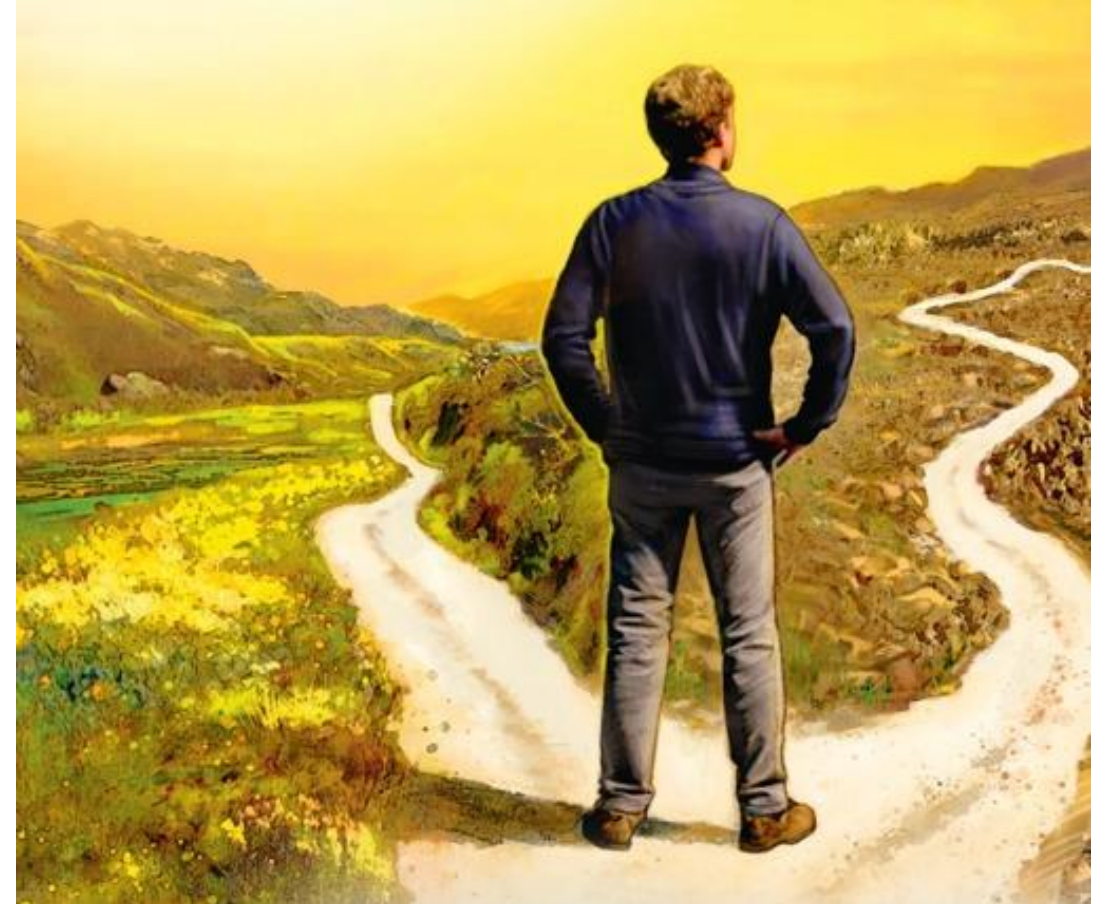
”Kunhan koossa pysyy”

SELVIITYMINEN

Jokainen päivä on samanlainen. Kun ei odota mitään, ei pety.

- Kieli
- Kohtaaminen
- Odotukset
- Suojeleva vai paternalistinen työote
- Mahdollisuudet

- Myönteisempi minäkuva
- Mielen terveysongelman/ sairauden/ oman tilanteen uudelleen määrittely
- Itsen hoitaminen
 - Eri ihmisille eri asioita
 - Oireiden hallinta, uudelleen määrittely, vaikutusten pienentäminen
- Henkilökohtaisesti merkityksellisten sosiaalisten roolin kehittyminen/ luominen tai ylläpitäminen



TOIPUMISEN (4 ULOTTUVUUTTA)

- Toivo
 - Mitä minulle tulee tapahtumaan
 - Identiteetti
 - Kuka minä olen (kaiken tämän jälkeen, nyt)
 - Merkitys
 - Mitä tämä tarkoittaa?
 - Mitä tämä tarkoittaa minulle?
 - Mielekkyyys, tarkoituksellisuus, päämäärät
 - Henkilökohtainen vastuu
 - Mitä minä voin tehdä
- Retta Andresen et al. / Slade



- Tukea toivoa
- Tukea myönteisen identiteetin kehittymistä
- Tukea henkilökohtaisen mielekkyyden ja merkityksellisyyden kokemusta
- Tukea henkilökohtaista vastuuta – valintoja ja mahdollisuuksia





MEHILÄINEN

KIITOS

JARI KOSKISUU