

Omaisten mielen hyvinvointi

MIPA 2.0

Kyselytutkimuksen tuloksia
Työpaja 6.11.2019



Tutkimuksen taustaa

- Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelman ensimmäisessä vaiheessa (MIPA 2015-2019) omaisten erityiskysymykset jäivät vähälle tarkastelulle
- Omaiset tavoitettu tutkimuksiin usein läheisen ihmisen hoitosuhteen kautta; järjestöjen kautta tavoitettiin omaisia, joiden läheinen ei palvelujen piirissä
- Päihdeomaiset jääneet tutkimuksissa vähemmälle huomiolle kuin mielenterveysomaiset
- Tutkimus- ja kehittämishankkeet ovat kohdistuneet pitkälti omaishoitajiin, katveeseen jäänyt epävirallinen omaishoiva



- Tutkimuksissa on keskitytty psyykkiseen pahoinvointiin (masennus, ahdistuneisuus, stressi), MIPA-hankkeessa katse positiivisessa mielen hyvinvoinnissa ja arjesta selviytymisessä
- Tänäpä tarkastellaan
 - 1) Millainen on omaisten mielen hyvinvointi ja millaisia eroja siinä on omaisryhmittäin?
 - 2) Millaisia yhteyksiä läheisen palvelujen saannilla on omaisten hyvinvointiin?
 - 3) Millaisia hoivaan liittyvät kuormittavat ja palkitsevat tekijät ovat eri omaisryhmissä?



Aineisto

- Kerättiin hankejärjestöjen ryhmätoimintojen ja verkkosivujen kautta*
- 363 vastaajaa
- Vastaajista 91 prosenttia naisia
- Suhde läheiseen
 - 55 % vanhempia (n=198)
 - 21 % puolisoja/kumppaneja (n=77)
 - 8 % lapsia (n=28)+ sisaruksia, isovanhempia, ex-puolisoja, muita sukulaisia
- Läheisen ongelma
 - 42 %:lla mielenterveysongelma (n=144)
 - 22 %:lla päihdeongelma (n=77)
 - 36 %:lla mielenterveys- ja päihdeongelma (n=126)

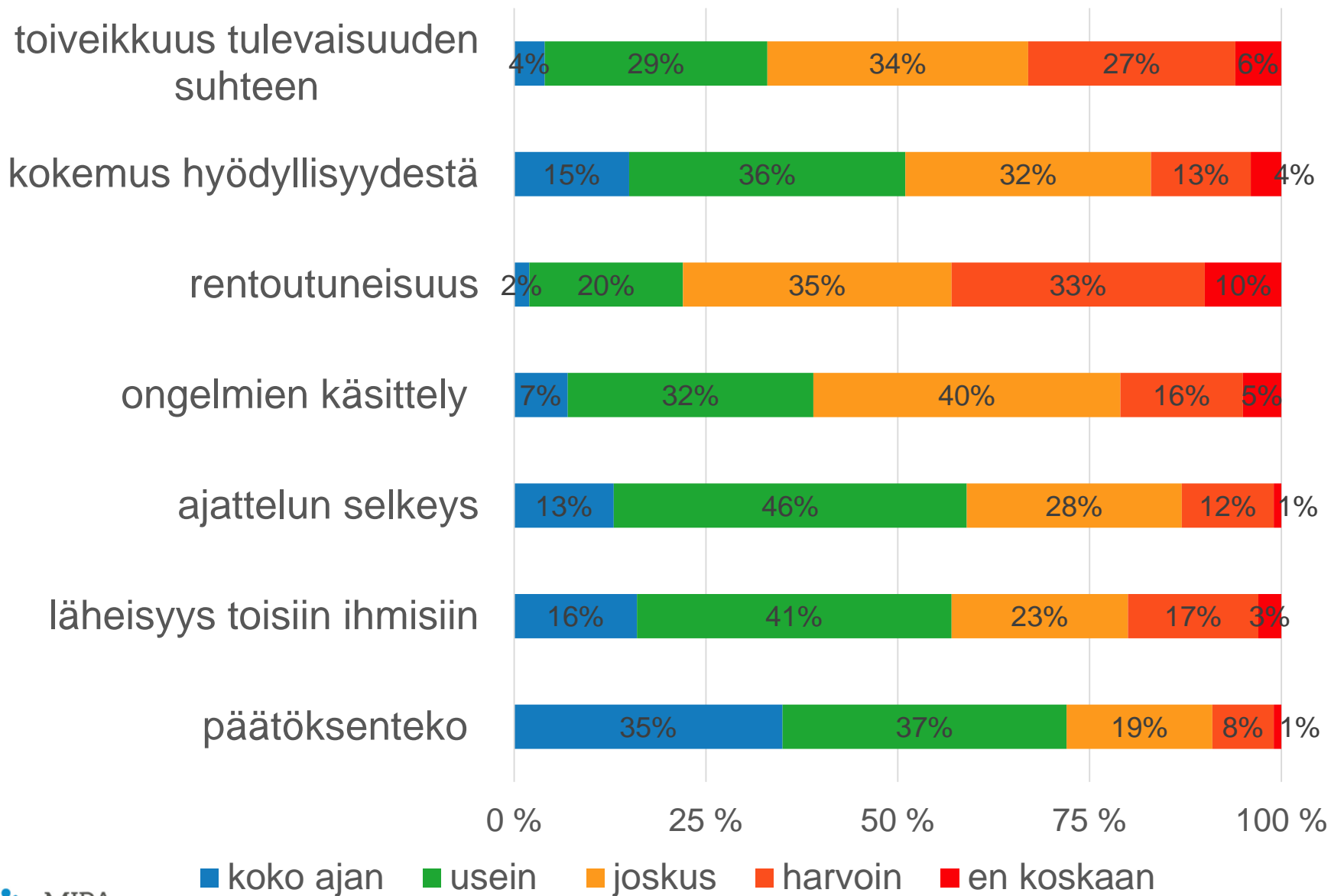
*A-Kiltojen Liitto ry, FinFami Uusimaa ry ja E-Pohjanmaa ry, Irti Huumeista ry, Sininauhaliitto, Tukikohta ry, Mielenterveyden keskusliitto



Positiivinen mielen hyvinvointi

- Warwick Edinburgh Mental Well-Being Scale (SWEMWBS; lyhennetty versio)
- Hedonistinen hyvinvointi (tuntuu hyvältä) + eudaimonistinen hyvinvointi (psyhykinen toimintakyky)
- ”Valitse vastausvaihtoehto, joka kuvaa parhaiten tilannettasi viimeksi kuluneen 2 viikon aikana” (en koskaan, harvoin, joskus, usein, koko ajan)
 - 1) Olen tuntenut itseni **toiveikkaaksi** tulevaisuuden suhteen.
 - 2) Olen tuntenut itseni **hyödylliseksi**.
 - 3) Olen tuntenut itseni **rentoutuneeksi**.
 - 4) Olen **käsitellyt ongelmia** hyvin.
 - 5) Olen **ajatellut selkeästi**.
 - 6) Olen tuntenut **läheisyyttä** toisiin ihmisiin.
 - 7) Olen kyennyt tekemään omia **päätöksiä** asioista.

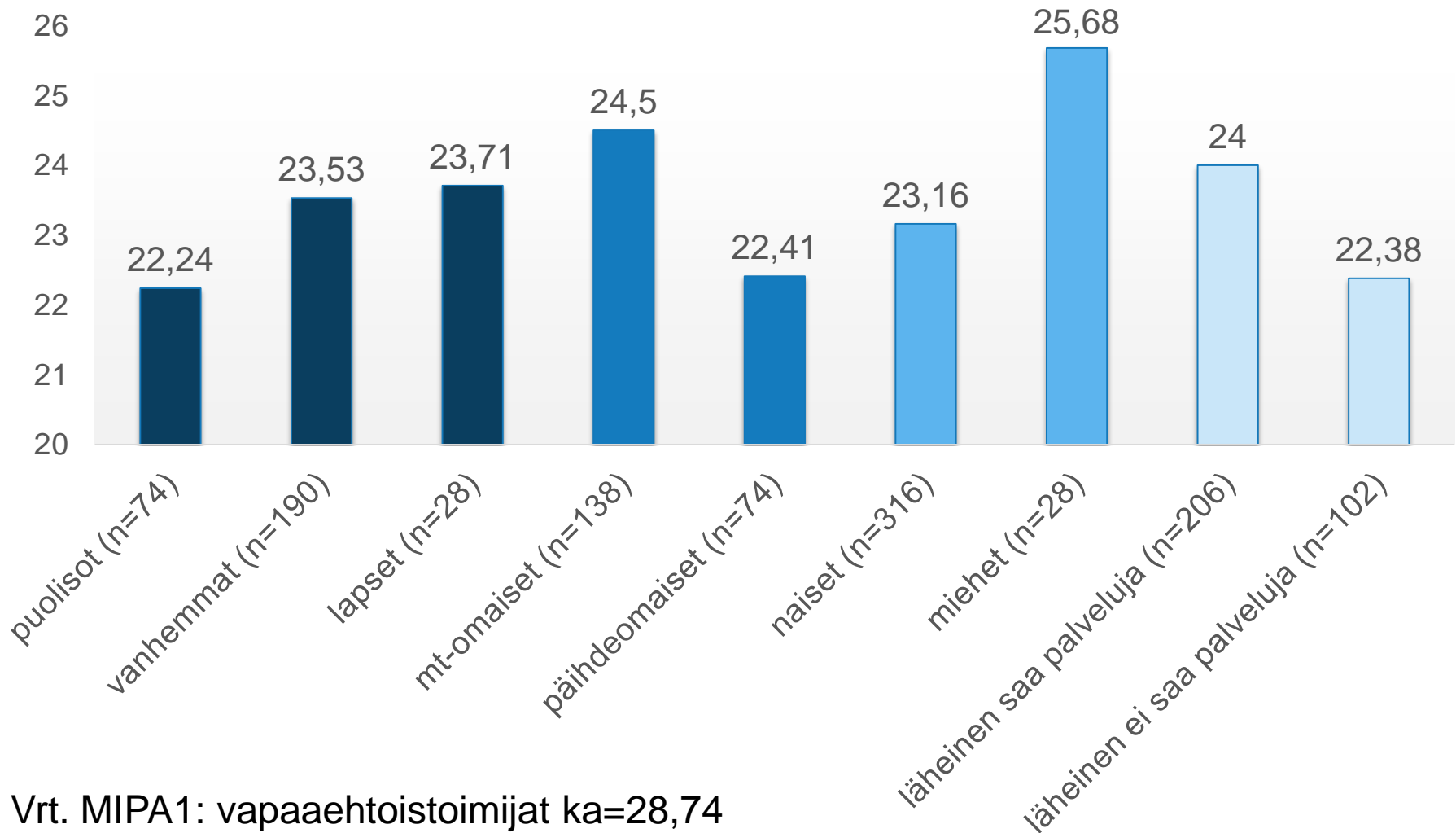
Positiivinen mielen hyvinvointi



■ koko ajan ■ usein ■ joskus ■ harvoin ■ en koskaan

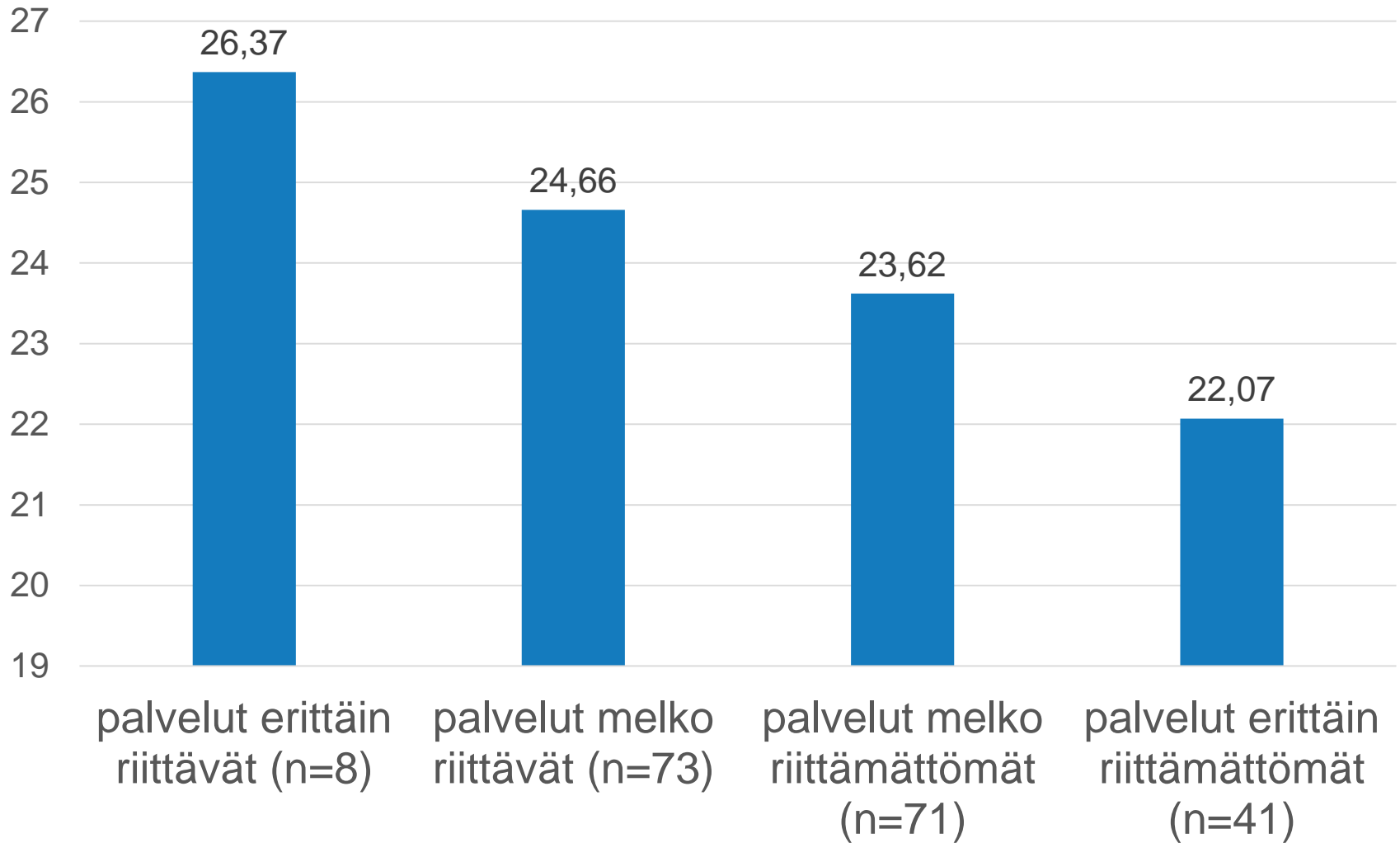


Positiivinen mielen hyvinvointi (summamuuttujan keskiarvo)



Vrt. MIPA1: vapaaehtoistoimijat ka=28,74

- Mitä riittävämmiksi läheisen saamat palvelut arvioitiin, sitä korkeampi oli omaisen mielen hyvinvointi



Kuormittavia ja palkitsevia tekijöitä



Missä määrin läheisesi tilanne aiheuttaa elämässäsi seuraavaa? “Paljon” tai “jonkin verran”



aiheuttaa ongelmia parisuhteessa



aiheuttaa häpeän tunteita



vaikuttaa fyysiseen terveyteen



aiheuttaa syyllisyyden tunteita



saa eristäytymään muista ihmisistä



rajoittaa vapaa-ajan viettoa



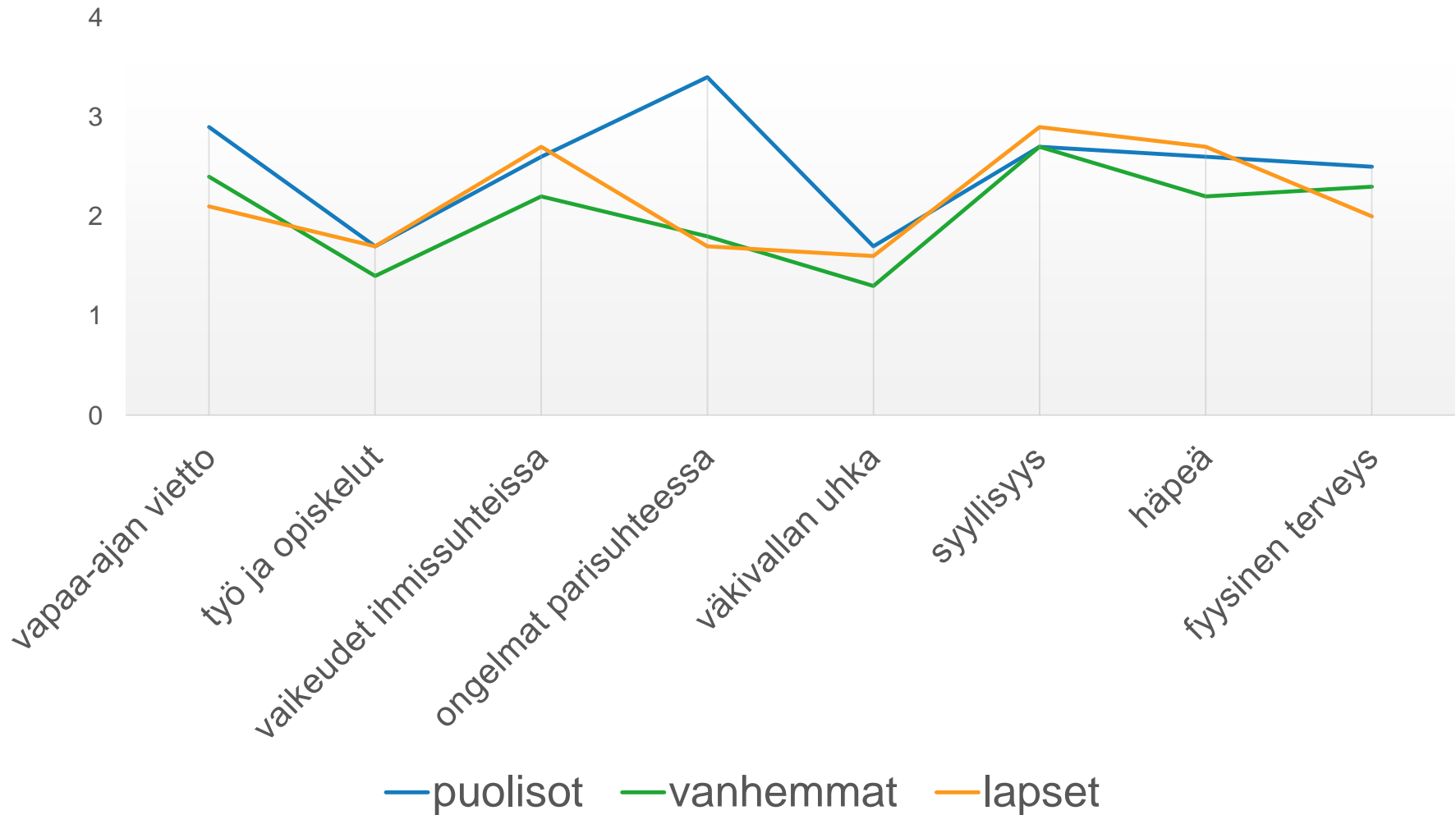
aiheuttaa väkivallan uhkaa



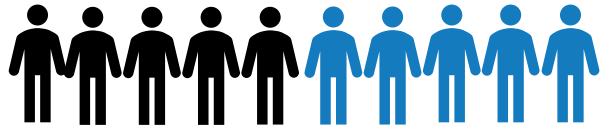
rajoittaa työssäkäyntiä tai opiskeluja



Kuormittavat tekijät omaisryhmittäin



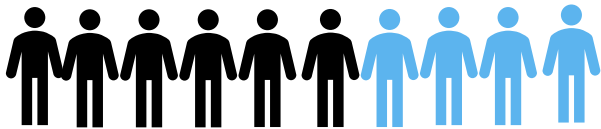
Missä määrin läheisesi tilanne aiheuttaa elämässäsi seuraavaa? “Paljon” tai “jonkin verran”



antaa mahdollisuuden olla avuksi ja hyödyksi



saa arvostusta läheisen tukemisesta



vahvistanut perheenjäsenten välisiä suhteita



lähentänyt suhdetta läheiseen



tuo merkitystä elämään

Palkitsevat tekijät omaisryhmittäin

4

3

2

1

mahdollisuus olla hyödyksi vahvistanut perheenjäsenten suhteita tuo elämään merkitystä lähentänyt suhdetta läheiseen arvostus

— päihdeomaiset — mielenterveysomaiset — puoliset — vanhemmat — lapset



Yhteenvetoa

- Positiivinen mielen hyvinvointi alentunut kaikissa omaisryhmissä
- Hyvinvointi ja kuormittavat ja palkitsevat tekijät eroavat sen mukaan, millainen on suhde läheiseen ja millainen läheisen ongelma on
- Erityisiä haasteita puolisoilla, joilla myös kuormittavat tekijät korostuivat
- Stigma ja läheisen kiinnittymättömyys palveluihin vaikeuttavat myönteisten kokemusten saamista hoivatehtävästä erityisesti päihdeomaisilla
- Läheisen kiinnittyminen palveluihin tukee omaisen mielen hyvinvointia ja omaa tuen saantia, samoin kokemus siitä, että läheinen saa tarvitsemansa päihde- ja mielenterveyspalvelut