



MIPA

Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelma

# Promootio mielenterveys- ja päihdetyössä

Onko hyvinvointia, jos on pahoinvointia?

Päihdepäivät 2017, 6.6.2017, Helsinki

Jukka Valkonen

Suomen Mielenterveysseura

# Promootio, terveyslähtöisyys ja hyvinvoinnin kokemukset

- Promootio ja preventio
  - Hyvinvointia edistetään myös muulla tavoin kuin ehkäisemällä pahoinvointia
- Mielenterveystyössä edistäminen, päihdetyössä ehkäisy
  - Päihteettömyyden edistäminen on toimintana päihteiden käytön ennaltaehkäisyä
- Mitä terveys tarkoittaa, jos se ei ole sairauden puuttumista?
- Salutogeeninen lähestymistapa ja koherenssin tunne (Antonovsky 1979)
- Terveysten (hyvinvoinnin) ja sairauden (pahoinvoinnin) samanaikaisuus
  - Skitsofreniaa sairastavien koettu elämänlaatu (Saarni ym. 2010)
  - MIPA-kyselyyn vastanneiden hyvinvoinnin kokemukset (Kammonen 2016, Pitkänen ym. 2017)
  - Yhteiskuntaan integroituneet huumeiden käyttäjät (Pitkänen ym. 2016)

# Promootio ja positiivinen mielenterveys

- Positiivinen mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt
  - Mikä tuottaa hyvinvointia, mikä ehkäisee pahoinvointia, mikä tekee molempia?
- Hedoninen ja eudaimoninen hyvinvointi
- Mielenterveyden edistäminen (Wahlbeck ym. 2017)
- Yksilön mielenterveyden vahvistaminen (esim. resilienssi, kyvykkyys, toiveikkaus, optimistisuus, minäkuva, itsetunto ...)
- Mielenterveys suhteessa omaan elämäntavoitteisiin (dialogisuus, relationaalisuus)
- Yhteisöjen, ympäristön ja kulttuurin merkitys mielenterveydelle (esim. perhepalvelut, varhaiskasvatus, koulutus, sosiaaliset suhteet, liikuntamahdollisuudet, taloudelliset mahdollisuudet...)

# Ehkäisevä päihdetyö

- Päihdetyön tavoitteena ehkäistä päihdeongelmia -> (yksiulotteinen) jatkumo päihdeongelmista niiden poissaoloon
- Ehkäisevän työn kohde: päihteiden tarjonta, kysyntä ja haittojen hallinta
- Valistuksella ja asennemuutoksella edistetään päihteettömyyttä (ehkäistään kysyntää)
- Alkoholipolitiikka: tarjonnan ja saatavuuden hallinta tehokas keino ehkäistä haittoja
- Päihdehäiriöiden hoito ja haittojen ennaltaehkäisy lisää ja ylläpitää hyvinvointia, vaikka toiminnan kohteena ovat ongelmat
- Mitä terveyslähtöisyys voisi tarkoittaa päihdetyössä?

# Päihteiden käyttö terveyden edistämisen näkökulmasta



<http://www.heretohelp.bc.ca/sites/default/files/understanding-substance-use-a-health-promotion-perspective.pdf>

<http://www.heretohelp.bc.ca/factsheet/helping-people-who-use-substances-a-health-promotion-perspective>

# Terveyden edistäminen ja päihdetyö

- Keskittyminen hyvinvointia tuottaviin tekijöihin pahoinvointia ehkäisevien sijaan/rinnalla (jokin asia voi tehdä molempia)
- Keskittyminen ihmiseen ja hänen pyrkimyksiinsä, kun preventiossa huomio päihteissä
- Päihteiden käyttö tavoitteellisena toimintana, keinona johonkin
- Hyvinvointitavoitteiden tukeminen joko ilman päihteitä tai päihteistä huolimatta (mahdollisuudet toimia toisin)
- Recovery –orientaatio: hyvinvointi on eri asia kuin oireettomuus
- Toimijuus: kokemus subjektiudesta, kyvystä toimia omien elämänpäämäärien mukaisesti ja olosuhteiden tarjoamista mahdollisuuksista (eudaimoninen hyvinvointi)

# Terveyslähtöinen mielenterveys- ja päihdetyö

