

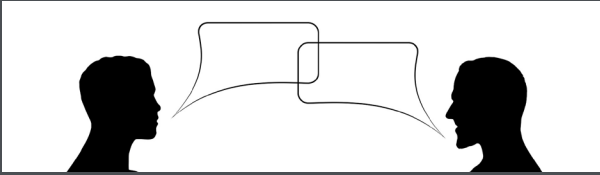


**HUOLI
KUMPPANIN
MIELENTERVEYDESTÄ?**

**HUOMIOI MIESOMAINEN
PUHEEKSI
OTTAMISEN MALLI
AMMATTILAISILLE**

Tunnista ja kartoita kokonaistilanne,
huomioi riskit ja ota mielenterveys puheeksi.

OTA PUHEEKSI...



OMAISEN KANSSA:

Oletko saanut tietoa kumppanisi tilanteesta ja sairaudesta?

Oletteko keskustelleet tilanteesta yhdessä?

Onko olemassa asioita, jotka kuormittavat sinua tällä hetkellä arjessa? Jos on, niin mitä?

Jos perheessä on lapsia, miten lapset voivat?

SAIRASTUNEEN KANSSA:

Miten kumppanisi jaksaa ja voi?

Koetko, että kumppanisi tarvitsee apua, jotta pärjäisitte arjessa?

Millaista apua haluaisitte, jotta arki sujuisi?

MIEHEN VÄSYMISEN RISKITEKIJÄT

- Mies ei tiedä kumppaninsa sairaudesta tai ei ymmärrä oireilua.

- Psykkisesti sairastuneen toimintakyky arjessa on heikko ja mies on päävastuussa arjen sujumisesta, mm. lastenhoidosta.

- Perheessä on taloudellisia ongelmia.

- Vuorovaikutus puolisoitten välillä on heikkoa eikä sairaudesta puhuta. Miehellä ei ole kokemusta tai vertailukohtaa aiemmista parisuhteista.

- Mies ei osallistu hoitotapaamiseen. Hänellä ei ole ajantasaista tietoa kumppanin tilanteesta eikä oikeutta saada tietoa kumppanin sairaudesta.

- Lapset oireilevat käytöksellään (esim. poissaolot koulusta).

KOHTAA KYSY KUUNTELE JA TARVITTAESSA OHJAA

Kun kumppanilla on mielen-terveys- tai päihdeongelma, tilanteen voi ottaa puheeksi joko miehen ja kumppanin kanssa yhdessä tai vain toisen ollessa paikalla. Keskeistä on selvittää, mitä konkreettista apua mies tarvitsee, jotta arki omaisena sujuisi ja koko perhe voisi paremmin.

Miten mies toivoo rooliaan omaisena, kumppanina ja isänä tuettavan ja huomioitavan? Miten mies kokee tulevansa kuulluksi parisuhteessa tai ammattilaisen kanssa keskusteltaessa?

Puheeksi ottamisen jälkeen miehelle sekä sairastuneelle puolisolalle tarjotaan tietoa eri palveluista, jotka voivat auttaa perhettä. Tällaisia palveluita ovat mm. FinFamin tarjoama omaisneuvonta ja vertaistuki, Kolmen kimppa -projektin laatima ohjausmalli miehille sekä perhetyö.

Kysymyksiin perheen tilanteesta voi aina palata uudestaan tietyn ajan kuluttua. Onko pari saanut apua vai tarvitaanko vielä lisää tietoa ja tukea?

Kolmen Kimppa

