

Maksuton
verkko-
luento

Toipumisen polulla

- merkityksellisyyttä etsimässä

Miten tukea mielenterveyden ongelmia kokevaa ihmistä eteenpäin elämässään? Riitänkö ja osaanko minä?

Mikä on merkityksellisyyden rooli toipumisen polulla? Milloin koemme, että oma elämämme on merkityksellistä? Jokainen meistä tarvitsee kokemuksen siitä, että on osa yhteiskuntaa ja merkityksellinen – silloinkin kun psyykkisen sairastumisen takia on pois työelämästä ja elämä saattaa hetkellisesti kaventua kodin tai psykiatrisen osaston seinien sisälle. Kuinka tukea merkityksellisyyden kokemusta ja motivaation syttymistä silloin?

Pohdimme yhdessä toipumista ja sen tukea. Mitä lopulta ovat mielenterveystyössä käytetyt termit ”toipumisorientaatio” tai ”Recovery” arkisissa tilanteissa? Mitä tarkoittaa toipumislähtöinen ajattelutapa ja miten voin soveltaa sitä käytännössä ihmisiä kohdatessani?

Esittelemme myös harjoituksia, joita voit käyttää esimerkiksi ryhmiä ohjatessasi ja keskustelun virittäjinä.

Kenelle?

Vapaaehtois- tai järjestötyötä tekeville, jotka haluavat syventää ymmärrystään toipumislähtöisestä ajattelusta ja merkityksellisyydestä sekä muille mielenterveyskysymyksiä toiminnassaan kohtaaville.

Verkko

Ajankohta: 10.4.

Paikka: Teams

Kellonajat: 13–15

Kouluttajat:

Merja Matilainen ja Päivi Rissanen, Mielenterveyden keskusliitto

Ilmoittaudu viimeistään:
9.4. klo 10 mennessä

Koulutukseen mahtuu: 995

Mitä maksaa? Ei mitään!

Ilmoittaudu mukaan:
www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri



Mielenterveyden
keskusliitto