

# Mitä on mielensterveys?

## Muistitietokeruu 22.11.2021–21.4.2022

Miten sinä ymmärrät mielensterveyden? Aiheesta puhutaan paljon – sana voi esiintyä lehtiotsikoissa, verkossa tehtävissä testeissä ja itsehoito-oppaissa. Keräämme tietoja siitä, mitä mielensterveydellä oikeastaan tarkoitetaan nykyisin, mikä siihen vaikuttaa ja miten sen hoitaminen koetaan. Olemme kiinnostuneita mielensterveyteen liittyvistä arkisista käsityksistä, sairastaneiden ja omaisten kokemuksista, mielensterveysjärjestöydestä sekä terveydenhoitoalan työntekijöiden näkemyksistä. Kerro omat muistosi!

### Kirjoittamisen apuna voit käyttää seuraavia kysymyksiä:

- Mitä on hyvä mielensterveys? Miten sitä voi ylläpitää? Mikä sitä uhkaa?
- Miten mielensterveydestä mielestäsi keskustellaan?
- Tulevatko mielensterveyden ongelmat kuulluiksi? Miten niistä kärsiviä kohdataan?
- Millaisia mielensterveyteen liittyviä kysymyksiä sinä tai läheisesi olette kohdanneet? Onko sinulla mielensterveysongelmiin tai muistisairauksiin liittyviä kokemuksia? Miten ympäristö on suhtautunut niihin?
- Mistä näet mielensterveyden ongelmien johtuvan? Johtuvatko ne esimerkiksi ympäristöstä, henkilökohtaisista valinnoista vai perinnöllisistä syistä?
- Ovatko mielensterveyden ongelmat lisääntyneet ja miksi?
- Miten hyvin mielensterveysongelmia tunnistetaan ja hoidetaan? Mitä ajattelet mielensterveyspalveluista?
- Miten näet koronapandemian vaikuttaneen mielensterveyteen?
- Miten internet vaikuttaa mielensterveyteen? Tunnetko verkossa annettavia mielensterveyspalveluita? Vaikuttavatko verkossa käytävät keskustelut myönteisesti tai kielteisesti mielen hyvinvointiin?
- Oletko ollut mukana mielensterveysjärjestöjen toiminnassa? Onko sinulla kokemuksia vertaistuesta?

Keruu järjestävät Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Mielensterveyden keskusliitto ja tutkija Anna Kinnunen. Vastaukset arkistoidaan SKS:n arkistoon. Tiedotamme keruun tuloksista keväällä 2022 ja arvomme vastaajien kesken kirjapalkintoja.

### Lisätietoja:

Jukka Timonen, SKS:n arkiston Joensuun toimipiste, p. 040 730 1739, keruu@finlit.fi

Kuva: Jukka Timonen.

### Vastausohjeet

Kirjoita omalla kielelläsi ja tyylilläsi. Tekstien pituutta ei ole rajoitettu. Otamme vastaan myös valokuvia, äänitteitä, aikaisempia muistelutekstejä ja haastatteluita. Lähetä vain sellaista aineistoa, jonka lähettämiseen sinulla on oikeus ja/tai lupa. Jos lähetät vastauksen postitse tai liitetiedostona, kirjoita vastaukseesi nimesi tai nimimerkkisi, yhteystiedot, syntymäaika, ammatti ja lupa lähettämäsi aineiston arkistointiin nimellä tai nimimerkillä SKS:n arkistoon sekä lupa aineiston käyttöön arkiston sääntöjen mukaisesti.

Tutustu SKS:n arkiston keruuohjeisiin [www.finlit.fi/luovutus\\_ja\\_keruuohjeet](http://www.finlit.fi/luovutus_ja_keruuohjeet).

### Lähetä kirjoituksesi 21.4.2022 mennessä

- verkkolomakkeella osoitteessa [www.finlit.fi/mielensterveys](http://www.finlit.fi/mielensterveys) tai
- postitse osoitteeseen Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Arkisto/ Joensuun toimipiste, PL 111, 80101 Joensuu, merkitse kuoreen tunnus "Mielensterveys".