



Kuva: Mikko Lehtimäki Oy

MIELENTERVEYTTÄ KOSKEVA KYSELYTUTKIMUS 2008

Arvoisa vastaanottaja!

Olemme valinneet satunnaisotannalla 5000 pohjalaista, jotka saavat tämän mielenterveyttä koskevan kyselylomakkeen. Tutkimus on osa *Pohjanmaa-hanketta*. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti, mikä tarkoittaa että nimeäsi ei voida yhdistää vastauslomakkeeseen.

Tutkimus tehdään yhteistyössä sairaanhoitopiirien kanssa, joiden pyrkimyksenä on alueellisen mielenterveystyön kehittäminen. Vastaamalla voit osallistua tähän työhön. Toivomme, että Sinulla on hetki aikaa vastataksesi kysymyksiimme. Tehtävän helpottamiseksi mukana on kynä ja vastaus-kuori. Tutkimuksen vastuuhenkilöinä toimivat professori *Kristian Wahlbeck* (Stakes ja Helsingin yliopisto) ja tutkija *Kjell Herberts* (Åbo Akademi).

Riippumatta siitä, onko Sinulla omakohtaista kokemusta mielenterveysongelmista, vastauksesi ovat tärkeitä terveys- ja sosiaalipalveluiden kehittämiseksi.

Lisätietoja kyselylomakkeesta löydät kyselyn kotisivulta www.stakes.fi/pohjanmaa tai soittamalla (06) 324 7152. Vastauksesi voit postittaa oheisessa kuoressa ilman postimaksua.

Osoitelähde: Väestötietojärjestelmä, Väestörekisterikeskus, PL 70, 00580 Helsinki.

Jos kysymyksemme herättävät Sinussa huolta omasta voinnistasi, ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen josta saat neuvontaa ja tarvittaessa käyntiajan.

Kiitämme jo etukäteen paneutumisestasi vastaamiseen!

Ystävällisin terveisin

Vaasassa maaliskuu 2008

Kristian Wahlbeck
professori, HY/Stakes

Esa Aromaa
projektikoordinaattori, VSHP

Jyrki Tuulari
projektikoordinaattori, EPSHP

Ulla Aspvik
ylihoitaja, KPSHP

Kjell Herberts
tutkija, ÅA



HELSINGIN YLIOPISTO



ETELÄ-POHJANMAAN SAIRAANHOITOPIIRI



KESKI-POHJANMAAN SAIRAANHOITOPIIRI
MELLERSTA ÖSTERBOTTENS SJUKVÅRDSDISTRIKT

Tämän kyselyn tarkoitus on selvittää pohjalaisten kokemuksia ja näkemyksiä mielen-terveydestä. Kerätyt tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti. Vastaa kysymyksiin rastittamalla omaa tilannettasi tai mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto. Jos olet epävarma, valitse se vaihtoehto joka tuntuu oikeimmalta.

1. Syntymävuotesi 19 _____

2. Sukupuolesi mies nainen

3. Missä kunnassa asut? _____

4. Mikä on siviilisäätyysi?

yksinasuja (naimaton, eronnut, leski) avoliitossa avioliitossa

5. Kuinka monta henkilöä kuuluu kotitalouteesi tällä hetkellä itsesi mukaan luettuna? _____

6. Peruskoulutuksesi

kansakoulu keskikoulu peruskoulu ylioppilastutkinto

7. Mikä on korkein peruskoulutuksen jälkeen suorittamasi koulutus tai tutkinto?

- ei mitään ammattikoulutusta
- ammatillinen kurssi tai työpaikkakoulutus
- ammattikoulu/amatillinen koulu
- ammatillinen opistotutkinto
- ammattikorkeakoulututkinto
- korkeakoulututkinto

Jos olet epävarma, kirjoita tutkintosi tähän: _____

8. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten tämänhetkistä pääasiallista toimintaasi?

(Pääasiallinen on se toiminta, johon käyttää eniten aikaa tai josta saa eniten tuloja.)

- kokopäivätyössä
- osa-aikatyössä (myös osa-aikaeläkkeellä)
- opiskelija
- eläkkeellä
- työtön tai lomautettu
- hoitamassa omaa kotitaloutta tai perheenjäseniä
- varusmies- tai siviilipalvelussa
- muu, mikä? _____

9. Kuinka aktiivisesti osallistut yhdistystoimintaan?

erittäin aktiivisesti melko aktiivisesti melko vähän en ollenkaan

10. Oletko joskus ennen tätä kyselyä kuullut mielenterveys- ja päihdetyön Pohjanmaa-hankkeesta?

kyllä ei

11. Oletko joskus kuullut Pohjalaiset masennustalkoot -hankkeesta?

kyllä ei

12. Esitämme Sinulle seuraavaksi elämän hallintaan liittyviä väitteitä. Voit olla väitteen kanssa joko täysin samaa mieltä, osittain samaa mieltä, osittain eri mieltä tai täysin eri mieltä. Valitse Sinua parhaiten kuvaava vaihtoehto.

	<i>Täysin samaa mieltä</i>	<i>Osittain samaa mieltä</i>	<i>Osittain eri mieltä</i>	<i>Täysin eri mieltä</i>
a. Voin vaikuttaa vain vähän minulle tapahtuviin asioihin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. En pysty millään ratkaisemaan joitain ongelmiani.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. En voi tehdä paljoakaan muuttaakseni asioita elämässäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Tunnen usein avuttomuutta elämän ongelmien edessä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Joskus minusta tuntuu että elämä kohtelee minua miten tahtoo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Se mitä minulle tulevaisuudessa tapahtuu riippuu lähinnä minusta itsestäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Kykenen tekemään lähes kaiken sen minkä todella päätän tehdä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Seuraavaksi esitämme kysymyksiä ihmissuhteistasi.

- a. Kuinka monta sellaista läheistä Sinulla on, joihin voit luottaa kun Sinulla on vakavia henkilökohtaisia vaikeuksia?
 ei yhtään 1 – 2 3 – 5 enemmän kuin 5
- b. Kuinka paljon ihmiset osoittavat mielenkiintoa siihen, mitä teet?
 paljon mielenkiintoa jonkin verran mielenkiintoa olen epävarma vähän mielenkiintoa ei lainkaan
- c. Kuinka helppoa Sinun on tarvittaessa saada naapureiltasi käytännön apua?
 erittäin helppoa helppoa mahdollista vaikeaa erittäin vaikeaa

14. Tunnetko itsesi yksinäiseksi?

- usein joskus harvoin en koskaan

15. Valitse väittämien paikkansapitävyyttä kuvaavista vaihtoehdoista mielestäsi sopivin.

	<i>Pitää täysin paikkansa</i>	<i>Pitää melko lailla paikkansa</i>	<i>Ei juuri pidä paikkansa</i>	<i>Ei lainkaan pidä paikkansa</i>
a. Tunnen kuuluvani naapurustooni ja olevani osa sitä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Useimmat ihmiset naapurustossani ovat luotettavia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. On parasta olla luottamatta kehenkään.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Onko Sinulla viimeksi kuluneiden neljän viikon aikana ollut tunne-elämään liittyvien ongelmien johdosta (esimerkiksi masennus tai ahdistuneisuus) mitään seuraavista ongelmista työssäsi tai muissa päivittäisissä toiminnoissasi?

	<i>Kyllä</i>	<i>Ei</i>
a. Olen vähentänyt työhön tai muuhun toimintaan käyttämäni aikaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Olen saanut aikaan vähemmän kuin mitä olisin halunnut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. En ole pystynyt suorittamaan töitäni tai muita toimintojani yhtä huolellisesti kuin tavallisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**17. Haluaisimme tietää millainen voitisi on yleensä ollut viime viikkoina
Oletko viime aikoina....**

a. ... pystynyt keskittymään töihisi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> paremmin kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> yhtä hyvin kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> huonommin kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon huonommin kuin tavallisesti |

b. ... valvonut paljon huolien vuoksi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> en ollenkaan | <input type="checkbox"/> en enempää kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> jonkin verran enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon enemmän kuin tavallisesti |

c. ... tuntenut, että mukana olosi asioiden hoidossa on hyödyllistä?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> tavallista hyödyllisempää | <input type="checkbox"/> yhtä hyödyllistä kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> vähemmän hyödyllistä kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon vähemmän hyödyllistä kuin tavallisesti |

d. ... tuntenut kykeneväsi päättämään asioista?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> paremmin kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> yhtä hyvin kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> huonommin kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon huonommin kuin tavallisesti |

e. ... tuntenut olevasi jatkuvasti rasituksen alaisena?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> en ollenkaan | <input type="checkbox"/> en enempää kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> jonkin verran enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon enemmän kuin tavallisesti |

f. ... tuntenut, ettet voisi selviytyä vaikeuksistasi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ei ollenkaan | <input type="checkbox"/> ei enempää kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> jonkin verran enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon enemmän kuin tavallisesti |

g. ... kyennyt nauttimaan tavallisista päivittäisistä toimitasi?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> yhtä paljon kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> vähemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon vähemmän kuin tavallisesti |

h. ... kyennyt kohtaamaan vaikeutesi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> paremmin kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> yhtä hyvin kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> huonommin kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon huonommin kuin tavallisesti |

i. ... tuntenut itsesi onnettomaksi ja masentuneeksi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> en ollenkaan | <input type="checkbox"/> en enempää kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> jonkin verran enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon enemmän kuin tavallisesti |

j. ... kadottanut itseluottamuksesi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> en ollenkaan | <input type="checkbox"/> en enempää kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> jonkin verran enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon enemmän kuin tavallisesti |

k. ... tuntenut itsesi ihmisenä arvottomaksi?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> en ollenkaan | <input type="checkbox"/> en enempää kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> jonkin verran enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon enemmän kuin tavallisesti |

l. ... tuntenut itsesi kaiken kaikkiaan kohtalaisen onnelliseksi?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> enemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> yhtä paljon kuin tavallisesti |
| <input type="checkbox"/> vähemmän kuin tavallisesti | <input type="checkbox"/> paljon vähemmän kuin tavallisesti |

18. Tunnetko jonkun mielenterveysongelmista kärsivän henkilön? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- perhe- tai sukulaispiiristä ystäväpiiristä työn kautta
 harrastusten kautta muuta kautta. Kuinka? _____
 En tunne ketään

19. Oletko viimeksi kuluneiden 12 kk aikana käyttänyt mielenterveydellisten ongelmien takia jotain terveysterveystoimintaa?

- kyllä ei Jos vastasit ei, siirry kysymykseen 22.

20. Oletko käynyt mielenterveysongelmien takia terveysterveystoimintaa viimeksi kuluneiden 12 kk aikana? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- terveyskeskuksessa työterveyshuollossa
 oppilas/opiskelijaterveydenhuollossa mielenterveystoimistossa tai psykiatrisella poliklinikalla
 A-klinikalla perhe- tai kasvatusneuvolassa
 yksityisvastaanotolla (lääkäri, psykologi tai muu) psykiatrisessa sairaalassa
 muussa sairaalassa kuntoutuslaitoksessa
 päivystyksessä muualla, missä? _____

21. a. Onko saamastasi hoidosta ollut Sinulle apua?

- erittäin paljon melko paljon jonkin verran melko vähän hyvin vähän tai ei lainkaan

b. Sisälsikö hoitosi lääkehoitoa?

- kyllä ei

22. Masennusta voidaan hoitaa eri tavoilla. Miten sopivia seuraavat hoitomuodot ovat mielestäsi?

	<i>Erittäin sopiva</i>	<i>Jokseenkin sopiva</i>	<i>Sopimaton</i>
lomavietto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ryhdistäytyminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
valohoito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
rentoutusharjoitukset	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
liikunta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
masennuslääkkeet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
rauhottavat lääkkeet tai unilääkkeet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
luontaislääkkeet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
alkoholi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
itsensä hemmottelu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ryhmäkeskustelut masennuksesta kärsivien kanssa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
yksilöllinen keskusteluhoito (esim. psykoterapia)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
keskusteluryhmä internetissä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23. Mistä hakisit itse apua masennukseen?

	<i>Varmasti</i>	<i>Todennäköisesti</i>	<i>Tuskin</i>	<i>En koskaan</i>
terveyskeskuksesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
yksityiseltä lääkäriltä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
yksityiseltä keskusteluhoitoa tarjoavalta ammattilaiselta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
työterveys-/opiskelijaterveydenhuollosta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mielenterveystoimistosta tai psykiatriselta poliklinikalta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
papilta tai sielunhoitajalta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ystäviltäni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
perheeltä tai sukulaisilta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>En hakisi apua</i>		<input type="checkbox"/>		

24 a. Onko Sinulla viimeksi kuluneen vuoden aikana ollut 2 viikkoa tai pitempään kestänyt

jakso, jolloin olit surullinen, alakuloinen tai masentunut?

kyllä *ei*

b. Onko Sinulla viimeksi kuluneen vuoden aikana ollut vähintään 2 viikkoa tai pitempään

kestänyt jakso, jonka aikana menetit mielihyvän kokemuksen tai kiinnostuksesi melkein

kaikkean, kuten työhön, harrastuksiin tai muihin Sinulle tavallisesti mieluisiin tekemisiin? *kyllä* *ei*

Jos vastasit Ei molempiin kysymyksiin, siirry kysymykseen 26

25. Seuraavien muutaman kysymyksen aikana, ajattele tuota kahden viikon jaksoa viimeisen 12 kuukauden aikana, jolloin mielihyväsi menetys oli suurimmillaan tai masennus pahimmillaan.

a. Kestikö mielihyväsi tai mielenkiintosi menetys...

koko päivän *suurimman osan päivästä* *suunnilleen puolet päivästä* *vähemmän aikaa?*

b. Tuntuiko Sinusta tuon kahden viikon aikana tällaiselta...

joka päivä *miltei joka päivä* *harvemmin?*

Tuon kahden viikon aikana, mitä ongelmia esiintyi?

Kyllä* *Ei

c. Olitko voimattomampi tai väsyneempi kuin tavallisesti?

d. Nousiko painosi tai laihtuitko tahtomattasi (5 kiloa tai enemmän)?

e. Oliko Sinun tavallista vaikeampaa saada unta?

f. Oliko Sinun tuon kahden viikon aikana vaikea saada unta joka yö tai lähes joka yö?

g. Oliko Sinun selvästi vaikeampaa keskittyä asioihin kuin tavallisesti?

h. Jotkut voivat tuntea toisinaan itsensä arvottomiksi, hyödyttömiksi tai arvostella itseään.

Tuntuiko Sinusta tällaiselta?

i. Ajattelitko kuolemaa – joko omaasi tai jonkun muun, tai kuolemaa ylipäänsä?

Kyllä* *Ei

26 a. Onko Sinulla viimeisen 12 kuukauden aikana ollut itsemurha-ajatuksia?

b. Oletko viimeisen 12 kuukauden aikana yrittänyt itsemurhaa?

27. Oletko joskus nauttinut jotain alkoholia?

- Kyllä, viimeisten 12 kuukauden aikana Kyllä, mutta en viimeisten 12 kuukauden aikana
 En koskaan. Jos vastasit En koskaan, siirry kysymykseen 32.

28. Seuraavat kysymykset koskevat alkoholin käyttöäsi.

- | | Kyllä | En |
|---|--------------------------|--------------------------|
| a. Oletko koskaan ajatellut, että Sinun täytyisi vähentää juomistasi? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b. Ovatko ihmiset ärsyttäneet Sinua kriittisillä huomautuksillaan juomisestasi? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c. Oletko koskaan tuntenut syyllisyyttä juomisesi takia? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d. Oletko koskaan ottanut krapularyyppyjä aamulla? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

29. Oletko käynyt alkoholin käyttösi liittyen terveys- ja sosiaalipalveluissa viimeksi kuluneiden 12 kk aikana? kyllä ei Jos vastasit ei, siirry kysymykseen 32.

30. Oletko käyttänyt seuraavia terveys- ja sosiaalipalveluja viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana alkoholin käyttösi liittyen? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> terveyskeskuksessa | <input type="checkbox"/> työterveyshuollossa |
| <input type="checkbox"/> oppilas/opiskelijaterveydenhuollossa | <input type="checkbox"/> mielenterveystoimistossa tai psykiatrisella poliklinikalla |
| <input type="checkbox"/> A-klinikalla | <input type="checkbox"/> perhe- tai kasvatusneuvolassa |
| <input type="checkbox"/> yksityisvastaanotolla (lääkäri, psykologi tai muu) | <input type="checkbox"/> psykiatrisessa sairaalassa |
| <input type="checkbox"/> muussa sairaalassa | <input type="checkbox"/> kuntoutuslaitoksessa |
| <input type="checkbox"/> päivystyksessä | <input type="checkbox"/> muualla, missä? _____ |

31. Onko saamastasi hoidosta ollut Sinulle apua?

- erittäin paljon melko paljon jonkin verran melko vähän hyvin vähän tai ei lainkaan

32. Valitse väittämien paikkansapitävyyttä kuvaavista vaihtoehdoista sopivin.

	Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
a. Alkoholiongelma ei ole oikea sairaus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Terveystieteiden henkilökunta ei ota alkoholiongelmaa vakavasti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Alkoholiongelmaa ei voida hoitaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Alkoholiongelmaa pidetään häpeällisenä ja leimaavana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

33. Alla on väittämiä yleisestä suhtautumisesta mielenterveysongelmiin. Valitse väittämien paikkansapitävyyttä kuvaavista vaihtoehdoista sopivin.

	Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
a. Mielenterveysongelma on merkki ihmisen heikkoudesta ja yliherkkyydestä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Mielenterveysongelmat eivät koskaan parane.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Mielenterveyspotilaat ovat arvaamattomia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Yhteiskunnan tulisi panostaa enemmän mielenterveysongelmaisten avohoitoon (ei sairaalahoitoon).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Jos kertoo omista mielenterveysongelmista, ystävät jättävät.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Terveystieteiden henkilökunta ei ota vakavasti mielenterveysongelmista.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. On vaikeaa puhua henkilön kanssa, joka kärsii mielenterveysongelmista.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Jos työnantaja saa tietää työntekijän mielenterveysongelmista, työsuhte vaarantuu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

34. Alla on väittämiä masennuksesta. Valitse väittämien paikkansapitävyyttä kuvaavista vaihtoehdoista mielestäsi sopivin.

	<i>Täysin eri mieltä</i>	<i>Osittain eri mieltä</i>	<i>Osittain samaa mieltä</i>	<i>Täysin samaa mieltä</i>
a. Masennusta ei voida hoitaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Masennus ei ole oikea sairaus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Masennus on merkki epäonnistumisesta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Masennuslääkkeet eivät ole riippuvuutta aiheuttavia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Masentuneen pitäisi ottaa itseään niskasta kiinni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Masennuslääkkeillä on paljon sivuvaikutuksia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Masennuksesta kärsivät henkilöt ovat itse aiheuttaneet ongelmansa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Masennusta pidetään häpeällisenä ja leimaavana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

35. Lopuksi pyydämme Sinua vastaamaan seuraaviin kysymyksiin, joissa Sinun tulisi kuvitella eri tilanteita.

	<i>Kyllä</i>	<i>Luultavasti</i>	<i>Luultavasti ei</i>	<i>Ei</i>
a. Olisitko valmis solmimaan avio-/avoliiton henkilön kanssa, jolla on mielenterveysongelmia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Antaisitko lapsesi hoidettavaksi henkilölle, jolla on mielenterveysongelmia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Olisitko valmis valitsemaan työtoveriksi mielenterveysongelmista kärsineen henkilön?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Kuulet että naapurustoosi ollaan suunnittelemassa mielenterveyskuntoutujien tuettua asumisyksikköä. Herättäisikö suunnitelma Sinussa vastustusta?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Tuttavasi joutuu mielenterveysongelmien vuoksi sairaalahoitoon. Kävisitkö katsomassa häntä siellä?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

36. Toivomme Sinun kirjoittavan ajatuksistasi ja kokemuksistasi siitä, miten muut ihmiset liittyvät hyvinvointiisi.

Kommenteja. Toivomme Sinun vielä kirjoittavan ajatuksiasi ja mielipiteitäsi tästä kyselytutkimuksesta.

KIITOS!