

# Pitääkö olla aivan loppu, että uskaltaa hakea ja voi saada apua?

Maijan elämä olisi voinut edetä hyvin eri tavalla, jos hän olisi saanut tukea jo ennen kriisiin ajautumista. Matalan kynnyksen apua ja saavutettavuutta olisi parannettava.

## YSTÄVIÄ JA TUKEA OPINTOIHIN YLÄKOULUSSA

- Kiusaamiseen puututtiin jämäkästi.
- Tuki oppimisvaikeuksiin ja ammatinvalintaan auttoi ammattiopintoihin.
- Kokeilupassi harrastuksiin toi mahdollisuuden löytää kavereita.

## AMMATTIOPISTON KURAATTORI OTTI YHTEYTTÄ

- Ammattiopiston kuraattori huomasi poissaolot, otti yhteyttä ja tarjosi keskustelua.
- Kevennys lukujärjestykseen motivoi etsimään omaa alaa ammatinvalintapsykologin tuella.
- Taide- ja liikuntaryhmästä itsetunnon vahvistusta

## TIETOA JÄRJESTÖJEN PALVELUSTA NETTIPELISIVUSTOLTA

- Mainos sosiaalisten tilanteiden ahdistuksesta nettipelialustalla
- Mainosta klikkaamalla lisätietoja yksilöllisestä tuesta ja ryhmistä
- Ajanvaraus palveluihin suoraan netistä

## NEUVOLASTA TARVITTAVIEN PALVELUJEN PIIRIIN

- Masennus ja ahdistus diagnosoitiin, ja Maija sai niihin oikean avun.
- Tukihenkilöltä apua arkeen ja tukea vanhemmuuteen kasvamisessa
- Toimintakykyyn tukea osa-aikaisesta kuntouttavasta päivätoiminnasta

## OSASTOLTA TAKAISIN KOTIIN TUKIPALVELUJEN TURVIN

- Kriisipäivystyksestä hetkellisesti psykiatriseen osastohoitoon
- Lapsi hoitoon puolison vanhemmille
- Apu tukihenkilöltä kotitöihin ja sosiaalisten pelkojen voittamiseen
- Vertaistukea nuorten vanhempien ryhmästä

