

**- ASKEL KERRALLAAN ETEENPÄIN -**

*"Saa olla oma itsensä. Turvallinen ympäristö.  
Sain apua moneen alueeseen, erityisesti itsetunto  
ongelmiin ja tulevaisuuden suunnitteluun."*

## 1. TÄSTÄ LÄHDIN



- Olen ollut kotona n. 2v, toimeettomana oleminen kyllästyttää ja toivon tähän muutosta
- Tuntuu, että olen poikkeava
- Nyt vahva usko siihen että opinnot voivat alkaa kunhan ala vain löytyy
- Sosiaalityöntekijä ohjasi minut mukaan hankkeen toimintaan

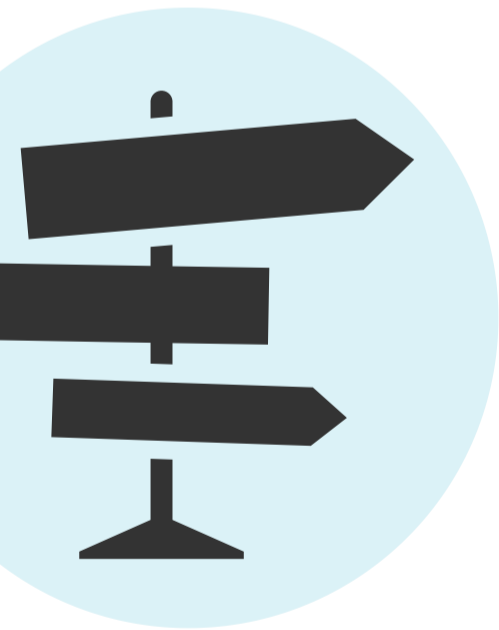
## 2. TAVOITTEENI

- Oman alan löytäminen ja opintojen aloitus mahdollisimman nopeasti
- Etuusasioissa ja kouluun hakeutumisessa neuvojen saaminen



## 3. MATKAN VARRELLA

- Polku opintoihin olikin mutkaisempi
- Alkujaan vahva usko omiin opiskelumahdollisuuksiin romahti työskentelyn aluksi
- Erilaiset menetelmät herätti ajattelemaan omaa outoa pahaa oloani
- Minua kannustettiin hakemaan apua lääkäristä, sain diagnoosin masennuksesta ja sosiaalisten tilanteiden pelosta.



## 4. TÄSSÄ OLEN NYT

- Yksilötyössä itsetuntotyöskentely
- Lääkityksen ja säännöllisen keskustelutuen aloittaminen helpotti oloani
- Kuntouttavan työtoiminnan aloitus 2pvä/vko, suunnitelmissa lisätä päiviä lähiaikoina
- Kiinnostuminen omasta hyvinvoinnista on lisääntynyt

