

Valtioneuvoston julkaisu 2024

Valtioneuvoston periaatepäätös mielenterveyden edistämisestä

Valtioneuvosto, Helsinki 2024

Julkaisujen jakelu

Distribution av publikationer

**Valtioneuvoston
julkaisuarkisto Valto**

Publikations-
arkivet Valto

julkaisut.valtioneuvosto.fi

Julkaisumyynti

Beställningar av publikationer

**Valtioneuvoston
verkkokirjakauppa**

Statsrådets
nätbokhandel

vnjulkaisumyynti.fi

Publication distribution**Institutional Repository
for the Government
of Finland Valto**

julkaisut.valtioneuvosto.fi

Publication sale**Online bookstore
of the Finnish
Government**

vnjulkaisumyynti.fi

Valtioneuvosto

This publication is copyrighted. You may download, display and print it for Your own personal use. Commercial use is prohibited.

ISBN pdf: [VNK täyttää](#)

ISSN pdf: [VNK täyttää](#)

ISBN painettu: [VNK täyttää](#)

ISSN painettu: [VNK täyttää](#)

Taitto: Valtioneuvoston hallintoyksikkö, Julkaisutuotanto

Helsinki 2024

Mielenterveyden edistäminen Periaatepäätös

VNK täyttää, sarja ja numero	Teema	Napsauta ja kirjoita
Julkaisija	Valtioneuvosto	
Tekijä/t	Napsauta ja kirjoita	
Toimittaja/t	Napsauta ja kirjoita	
Yhteisötekijä	Valtioneuvosto	
Kieli	Suomi	Sivumäärä VNK täyttää
Tiivistelmä	<p>Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma julkaistiin helmikuussa 2020 linjaamaan pitkän aikavälin mielenterveyspolitiikkaa vuoteen 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös mielenterveyden edistämisestä on osa mielenterveysstrategian ja hallitusohjelman toimeenpanoa.</p> <p>Kansallisessa mielenterveysstrategiassa on kuvattu mielenterveyslinjaukset ja niiden sisällölliset tavoitteet sekä itsemurhien ehkäisyn tavoitteet vuoteen 2030 mennessä. Linjaukset ovat: mielenterveys pääomana, lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa, mielenterveysoikeudet, ihmisten tarpeiden mukaiset ja laaja-alaiset palvelut sekä hyvä mielenterveysjohtaminen. Periaatepäätöksen toimenpiteet pohjautuvat mielenterveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman tavoitteisiin. Tässä periaatepäätöksessä on kuvattu poikkihallinnollisia mielenterveyden edistämisen ja itsemurhien ehkäisyn sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen monialaisen yhteistyön kehittämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027. Poikkihallinnollinen toimeenpanosuunnitelma tehdään erikseen.</p> <p>Mielenterveyden edistämisen periaatepäätös on laadittu laaja-alaisessa yhteistyössä eri ministeriöiden, laitosten, järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa. Toimeenpanoa seuraa ja ohjaa mielenterveysstrategian ministeriöiden välinen yhteistyöryhmä.</p>	
Klausuuli	VNK täyttää	
Asiasanat	mielenterveys, mielenterveyden edistäminen, itsemurhien ehkäisy, mielenterveysstrategia, mielenterveyslinjaukset, poikkihallinnollisuus	
ISBN PDF	VNK täyttää	ISSN PDF VNK täyttää
ISBN nid.	VNK täyttää	ISSN painettu VNK täyttää
Asianumero	Napsauta ja kirjoita	Hankenumero Napsauta ja kirjoita
Julkaisun osoite	VNK täyttää	

Psykiskt hälsofrämjande arbete Principbeslut

VNK täyttää, sarjanimi ja numero		Tema	Napsauta ja kirjoita
Utgivare	Statsrådet		
Författare	Napsauta ja kirjoita		
Redigerare	Napsauta ja kirjoita		
Utarbetad av	Statsrådet		
Språk	Finska	Sidantal	VNK täyttää
Referat	Napsauta ja kirjoita tiivistelmä, enintään 1 400 merkkiä. Paina kappaleen lopussa Enter.		
Klausul	VNK täyttää		
ISBN PDF	VNK täyttää	ISSN PDF	VNK täyttää
ISBN tryckt	VNK täyttää	ISSN tryckt	VNK täyttää
Ärendenr.	Napsauta ja kirjoita	Projektnr.	Napsauta ja kirjoita
URN-adress	VNK täyttää		

Promoting mental health Government decision-in-principle

VNK täyttää, sarjanimi ja numero **Subject** [Napsauta ja kirjoita](#)

Publisher Finnish Government

Author(s) [Napsauta ja kirjoita](#)

Editor(s) [Napsauta ja kirjoita](#)

Group author Finnish Government

Language Finnish

Pages [VNK täyttää](#)

Abstract [Napsauta ja kirjoita tiivistelmä enintään 1 400 merkkiä. Paina kappaleen lopussa Enter.](#)

Provision [VNK täyttää](#)

Keywords mental health, mental health promotion, suicide prevention, mental health strategy, mental health policy guidelines, cross-administrative

ISBN PDF [VNK täyttää](#)

ISSN PDF [VNK täyttää](#)

ISBN printed [VNK täyttää](#)

ISSN printed [VNK täyttää](#)

Reference no. [Napsauta ja kirjoita](#)

Project no. [Napsauta ja kirjoita](#)

URN address [VNK täyttää](#)

Sisältö

	Lukijalle	7
1	Johdanto.....	9
2	Tausta	12
3	Mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027	18
3.1	Mielenterveys pääomana	18
3.2	Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa	21
3.3	Mielenterveysoikeudet.....	23
3.4	Ihmisten tarpeiden mukaiset, laaja-alaiset palvelut	25
3.5	Hyvä mielenterveysjohtaminen.....	27
3.6	Itsemurhien ehkäisy.....	29
4	Periaatepäätöksen toimeenpano ja seuranta.....	32
	Liitteet.....	34
	Liite 1. Mielenterveyden edistäminen strategioissa ja ohjelmissa	34
	Liite 2. Meneillään olevaa kehittämistä.....	46

Lukijalle

Mielenterveyden merkitys ihmisen kokonaishyvintöintiin tunnustetaan nyky-yhteiskunnassa laajasti. Maailmanlaajuiset ja kansalliset kriisit ovat tuoneet esille ihmisten mielenterveyden haavoittuvuuden yhä selkeämmin ja sen, kuinka keskeinen asia mielenterveys on ihmisten arjessa, opiskelussa ja työssä sekä koko yhteiskunnan toimivuuden näkökulmasta. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030 julkaistiin helmikuussa 2020.

Mielenterveysstrategian mielenterveyden edistämisen toimeenpanon tueksi sosiaali- ja terveysministeriö asetti poikkihallinnollisen ministeriöiden välisen yhteistyöryhmän huhtikuussa 2021. Yhteistyöryhmän vetovastuu on sosiaali- ja terveysministeriössä ja ryhmässä on ollut edustus eri ministeriöistä, jotka ovat valtiovarainministeriö, opetus- ja kulttuuriministeriö, työ- ja elinkeinoministeriö, sisäministeriö, ympäristöministeriö, puolustusministeriö, oikeusministeriö, maa- ja metsätalousministeriö sekä liikenne- ja viestintäministeriö. Lisäksi ryhmässä on pysyviä asiantuntijoita Työterveyslaitokselta, Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselta ja sosiaali- ja terveysministeriöstä. Ryhmä työskenteli kevääseen 2023 ja se asetettiin uudelleen joulukuussa 2023 pääministeri Orpon hallituskauden ajaksi. Ryhmän kokoonpanossa on ollut vain vähäisiä muutoksia.

Kansallisessa mielenterveysstrategiassa linjataan strategian viiden sisällöllisen painopisteen mukaiset tavoitteet vuoteen 2030. Mielenterveyden edistämisen periaatepäätös tukee mielenterveysstrategian toimeenpanoa. Periaatepäätöksen rakenteena ovat mielenterveysstrategian neljä sisällöllistä painopistettä eli mielenterveyslinjausta ja viides, palveluja koskeva linjaus siltä osin, kun siihen liittyy eri hallinnonalojen välistä yhteistyötä sekä itsemurhien ehkäisyohjelman tavoitekokonaisuus. Mielenterveys ja sen edistäminen näkyvät mielenterveysstrategian ja sen sisältämän itsemurhien ehkäisyohjelman lisäksi monissa muissakin strategioissa ja ohjelmissa. Tätä kokonaisuutta on avattu liitteessä 1. Tämä periaatepäätös on laadittu yhdessä eri ministeriöiden, tutkimuslaitosten, järjestöjen ja muiden toimijoiden

kanssa, ja sen sisältöä on työstetty poikkihallinnollisissa työpajoissa, asiantuntijaryhmissä ja kokouksissa. Taustamateriaalina on lisäksi hyödynnetty Järjestöt voimavarana – Kumppanuusraporttia mielenterveysstrategian toimeenpanosta 2020-2023. Periaatepäätöksessä on kuvattu mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027 painottuen erityisesti poikkihallinnollisiin ja yli sektorien ulottuviin toimenpiteisiin.

Hallitusohjelmaan on kirjattu useita keskeisiä lapsi- ja perhepoliittisia tavoitteita kuten esimerkiksi lapsimyönteisen politiikan edistäminen, lapsiperheiden monimuotoisuuden tunnistaminen ja lapsistrategian toimeenpanon jatkaminen sekä lapsi- ja perhevaikutusten arviointi päätöksenteossa.¹ Hallitusohjelman mukaista meneillään olevaa kehittämistä on avattu liitteessä 2. Samanaikaisesti toteutetaan kuitenkin säästötoimia sosiaaliturvaan sekä sosiaali- ja terveystalouden ja järjestöjen rahoitukseen. Eduskunta onkin edellyttänyt sosiaaliturvaan tehtyjä muutoksia hyväksyessään, että niiden vaikutuksia eri henkilöryhmien osalta seurataan ja arvioidaan. Sosiaali- ja terveysministeriö on syyskuussa 2024 julkaissut arvionsa sosiaaliturvamutosten yhteisvaikutuksista kotitalouksien taloudelliseen asemaan.² Hallitusohjelman mukaisesti käynnistetyssä toimeentulotukilain kokonaisuudistusta valmisteleavassa työryhmässä etsitään ratkaisuja, jotta mahdollisimman moni pääsisi kiinni työhön tai opintoihin eikä ajautuisi pitkäaikaiseen toimeentulotuen tarpeeseen, erityisen tärkeää tämä nähdään olevan juuri nuorten kohdalla. Eri ikäryhmien, ja erityisesti lasten ja nuorten mielenterveyttä tuetaan myös lisäämällä muun muassa järjestöjen tarjoamaa mielenterveyden tukea.

Mielenterveyden edistämisen periaatepäätöksen toimeenpanosta tulee vastaamaan kukin ministeriö ja hallinnonala toimivaltansa ja lainsäädännön mukaisesti. Periaatepäätöksen toimenpiteiden koordinoimiseksi ja seurannan tueksi tarvitaan jatkossakin poikkihallinnollista mielenterveysstrategian ministeriöiden välistä yhteistyöryhmää, jossa on edustus eri ministeriöistä ja keskeisistä tutkimuslaitoksista. Toimeenpanosta tehdään erillinen toimeenpanosuunnitelma, jossa kuvataan eri ministeriöiden vastuulla olevat mielenterveyden edistämisen toimenpiteet sekä seuranta- ja arviointimittarit. Tämän työn tueksi tarvitaan monialainen ohjaus- tai

¹ Vahva ja välittävä Suomi : Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma 20.6.2023 (valtioneuvosto.fi), [haettu 20.6.2024].

² Vuosien 2024 ja 2025 sosiaaliturvamutosten yhteisvaikutukset kotitalouksien taloudelliseen asemaan (valtioneuvosto.fi), [haettu 1.10.2024].

työryhmä, jossa on edustajia kansalaisjärjestöistä, tutkimuslaitoksista ja muista sidosryhmistä.

1 Johdanto

Mielenterveys on WHO:n määritelmän mukaan hyvinvoinnin tila, jossa ihminen tunnistaa omat kykynsä, pystyy selviytymään normaaleista elämään kuuluvista haasteista, opiskelemaan ja työskentelemään tuotteliaasti sekä ottamaan osaa yhteisönsä

toimintaan. *Mielenterveys on keskeinen yksilön hyvinvointiin vaikuttava tekijä. Kuitenkaan vaikeankaan mielenterveyden häiriön ei tarvitse estää yhteisöön kuulumisen, hyvinvoinnin tai elämänlaadun kokemuksia, kun perustarpeista ja yhtäläisistä oikeuksista huolehditaan.*³ Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat muun muassa terveelliset elintavat kuten terveellinen ruoka, fyysinen aktiivisuus ja liikunta, riittävä ja laadukas uni sekä päihteettömyys, resilienssi eli joustavuus vastoinkäymisissä, turvallisuuden tunne, sosiaalinen tuki, osallisuuden ja merkityksellisyyden kokemukset.⁴

Kuntien ja hyvinvointialueiden lakisääteinen tehtävä on edistää eri ikäisten hyvinvointia ja terveyttä. Asuin- ja elinympäristöjen puhdas ja monimuotoinen lähiluonto sekä viheralueet, turvallisuus, monipuoliset liikunta- ja harrastusmahdollisuudet, asukas- ja järjestötoiminta, taide- ja kulttuurielämykset, asumisen monimuotoisuus, työllisyyden ja työkyvyn tukeminen, riittävä toimeentulo sekä saavutettava julkinen liikenne ovat esimerkiksi asioita, jotka edistävät kaikenikäisten mielenterveyttä läpi elinkaaren.⁵

Voimakkaasti kasvaneet mielenterveyden häiriöistä johtuvat poissaolot työstä ja opiskelusta, ja lisääntynyt mielenterveyden kuormittuneisuus ovat herättäneet huolta yksilöiden selviämisestä ja tuen riittävydestä. Vaikka mielenterveyden ongelmat viime kädessä ilmenevät yksilötasolla, niiden taustalla on osaltaan monen tasoisia syitä yhteiskunnassa, toimintaympäristössä ja yksilöiden elämässä. Mielenterveyden haasteet näyttäytyvät etenkin oireina eivätkä varsinaisen sairastamisen lisääntymisenä. Monet tutkijat ovatkin sitä mieltä, että tulkitsemme elämään kuuluvia

³ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

⁴ Mental health (who.int), [haettu 20.6.2024].

⁵ Konsensus 2020. Aivot ja mieli – terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Lääkäriseura Duodecim ja Suomen Akatemia.

tunteitamme ja kokemuksiamme mielenterveyden alueelle kuuluviksi. Hyvin monenlaiset kulttuuriset ja yhteiskunnalliset muutokset selittävät mielenterveyden nousemista mielenkiinnon kohteeksemme.

Suomessa täydelle työkyvyttömyyseläkkeelle jäämisen yleisin syy on nykyään mielenterveyden häiriöt. Erityisesti nuorten ikäryhmien lisääntyvät työkyvyttömyyseläkkeet ovat huolestuttava ilmiö, vaikka koko väestössä työkyvyttömyyseläkkeet ovat vähentyneet. Hyvä mielenterveys onkin yksilölle, yhteisöille ja koko yhteiskunnalle yhä tärkeämpi pääoma, jota tulee suojata. Tutkimusten mukaan työssä käymisellä on myönteinen vaikutus mielenterveyteen. Mielekkäät työtehtävät, työpaikan sosiaaliset suhteet ja sopiva työkuormitus ovat työikäisen mielenterveyttä vahvistavia tekijöitä. Väestön mielenterveyden ongelmilla on myös suuri kansantaloudellinen merkitys menetettyinä opiskelu- ja työvuosina, sairauspoissaoloina sekä vaikutuksina sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuksiin ja talouskasvuun. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030 laadittiin ohjaamaan pitkäjänteistä mielenterveyspolitiikkaa, jossa huomioidaan mielenterveyden merkitys kokonaisvaltaisesti ihmisten arjessa ja elämässä sekä yhteiskunnan eri toiminnoissa ja päätöksenteossa.⁶

Itsemurhat ovat vähentyneet Suomessa 1990-luvulta lähtien, ja sama kehitys on monessa muussakin maassa Euroopassa. Tämä myönteinen kehitys on esimerkki onnistuneesta pitkäjänteisestä työstä, joka on vaatinut paljon erilaisia toimenpiteitä ja kehittämistyötä. Ikäryhmien sekä miesten ja naisten välisten erojen lisäksi Suomessa on aina ollut suuria eroja eri alueiden välillä itsemurhien määrissä. Näihin voidaan kuitenkin vaikuttaa kohdennetuilla toimenpiteillä, joita ovat esimerkiksi valtakunnalliset itsemurhien ehkäisyn monialaiset hankkeet.⁷

Kriisit ja muutokset ihmisten asuin-, elin ja toimintaympäristöissä koettelevat ihmisten, yhteisöjen ja yhteiskuntien kykyä kohdata muutoksia ja häiriötilanteita sekä selviytymistä niistä eli resilienssiä. Resilientit yksilöt, organisaatiot ja yhteiskunta

⁶ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

⁷ Partonen T, Kiviruusu O, Grainger M, Eklind A & Suvisaari J (2022). Itsemurhakuolemat Suomessa vuosina 2016-2021. Tutkimuksesta tiivistä 47/2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

pystyvät selviytymään kriiseistä, sopeutumaan uuteen tilanteeseen ja näkemään kriisin myös mahdollisuutena.⁸

Mielenterveyden ja mielen hyvinvoinnin merkitys osana ihmisen kokonaisterveyttä on huomioitu myös muualla Euroopassa ja maailmassa. Euroopan komissio antoi kesäkuussa 2023 tiedonannon kokonaisvaltaisesta lähestymistavasta mielenterveyteen, jota myös OECD ja WHO tukivat. Suomi on ollut tässä työssä aktiivisesti mukana ja sosiaali- ja terveysministeriön EU:n työohjelman vuoden 2023 tärkein vaikuttamiskohde oli mielenterveyden edistäminen ja erityisesti mielenterveys kaikissa politiikoissa –näkökulman vahvistaminen. ”*Tiedämme, että mielenterveys on kallisarvoinen asia. On korkea aika toimia ja EU on sitoutunut tekemään osansa, jotta voimme tukea väestön mielenterveyttä vahvemmin, ei vain maailman mielenterveyspäivänä vaan joka päivä. Nyt pitää toimia, kuunnella ja tehdä visiosta todellisuutta sekä mielenterveydestä meidän kaikkien tärkein asia.*”⁹ Näin kirjoitti Euroopan unionin terveydestä ja elintarviketurvallisuudesta vastaava komissaari Stella Kyriakides maailman mielenterveyspäivän kynnyksellä lokakuussa 2022. Komission tiedonantoa voidaankin pitää EU:n ensimmäisenä merkittävänä askeleena kohti kokonaisvaltaisempaa näkemystä mielenterveyden merkityksestä ja vaikutuksesta väestön kokonaisterveyteen; mielenterveyden edistäminen ja sairauksien ehkäisy eri ympäristöissä ja koko elämän ajan on edellytys yhteiskuntien toimivuudelle sekä vaikeuksista ja kriiseistä selviytymiselle ja palautumiselle. Myös Euroopan työterveys- ja turvallisuusvirasto lanseeraa kampanjan mielenterveydestä vuosiksi 2026-2028, jossa mielenterveyttä edistäviä käytäntöjä levitetään työpaikoille Euroopassa.

Mielenterveyden poikkihallinnollinen ja sektorit ylittävä edistäminen edellyttävät laaja-alaista ja suunnitelmallista eri ministeriöiden ja muiden toimijoiden välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä, joita kuvataan tässä periaatepäätöksen. Keskiössä ovat pitkän aikavälin kehittäminen, kansalliset toimet ja laajat vaikutukset.

⁸ Ranki S (2023). HELP-katsaus: Työelämän muutosnäkökymät. Työterveyslaitos.

⁹ Statement by Commissioner Stella Kyriakides on World Mental Health Day: Mental health is a health emergency. European Commission - Statement. Brussels, 9 October 2022.

2 Tausta

Vastuu mielenterveyden edistämisestä ja ongelmien ehkäisemisestä kuuluvat kaikille yhteiskunnan toimijoille ja hallinnonaloille sekä niiden eri tasoille.¹⁰ Mielenterveyden edistäminen tarkoittaa erilaisia ihmisen voimavaroja vahvistavia toimintoja ja toimenpiteitä, jotka auttavat toimimaan arjessa ja sen muutoksissa sekä kriiseissä. Nämä asiat kuuluvat ihmisten elämään, ja merkittävin osa mielenterveyden edistämisestä tapahtuu sosiaali- ja terveydenhuollon ulkopuolella. Mielenterveyttä ja mielen hyvinvointia voidaan vahvistaa tietoisesti yhteiskunnan konkreettisilla toimenpiteillä, joita ovat esimerkiksi väestön mielenterveysosaamisen vahvistaminen, vanhemmuuden tukeminen, perheiden ja parisuhteiden tukeminen, kiusaamisen vastainen työ varhaiskasvatuksessa ja kouluissa, syrjimättömyys palveluissa ja yhteiskunnassa, harrastus-, liikunta-, taide- ja kulttuurimahdollisuuksien luominen kaikille, riittävän toimeentulon varmistaminen, osallisuuden vahvistaminen ja yksinäisyyden ehkäisy, työhyvinvoinnin edistäminen ja elin- kasvuympäristön turvallisuudesta huolehtiminen sekä kaikille yhtäläisesti kuuluvien ihmisoikeuksien turvaaminen. Asukas- ja järjestötoiminnalla sekä kunnilla on merkittävä rooli mielenterveyttä edistävässä työssä.¹¹ Oman kielen, perinteiden ja kulttuurisen tiedon säilyminen vaikuttavat myös mielenterveyteen. Tutkimusten mukaan esimerkiksi saamelaiskulttuurin, perinteisten elinkeinojen ja kielen säilyminen turvaavat saamelaisten hyvinvointia, ja niiden menetys puolestaan lisäävät riskiä mielenterveysongelmiin.¹²

Konkreettisten toimenpiteiden pitkäjänteisen kehittämisen ja niiden vaikuttavan kohdentamisen sekä koulutuksen ja yhteiskuntavaikuttamisen tueksi tarvitaan ajantasaista tutkimustietoa. Nuorten mielen hyvinvointia on selvitetty kansallisissa kouluterveyskyselyissä joka toinen vuosi vuodesta 2015 alkaen. Kevään 2021 kyselyn mukaan nuorten ahdistuneisuus- ja masennusoireilu sekä yksinäisyys yleistyivät verrattuna COVID19-pandemiaa edeltäneeseen aikaan. Erityisesti tyttöjen kohdalla oireilun yleistyminen oli merkittävää ja tytöt kertoivat myös mielen hyvinvoinnin

¹⁰ WHO's Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2020. Publication of the World Health Organization 2013.

¹¹ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

¹² SAAMI : saamelaisten sopeutuminen ilmastonmuutokseen -hankkeen tieteellinen loppuraportti - OuluREPO

heikentymisestä. Huomion arvoista on, että tyttöjen ahdistuneisuusoireilu oli jo ennen pandemiaa kasvussa. Pojilla huolta herättää tyttöjä heikompi koulumenestys sekä nuorten miesten naisia suurempi työttömyys, ylivelkaantuminen ja syrjäytyminen. Vaikka suurin osa suomalaisista nuorista voikin edelleen hyvin, voidaan todeta, että nuorten mielenterveys heikentyi pandemian aikana.¹³ Myös opiskeluhuoltopalvelujen ammattilaisten arvioiden mukaan nuorten mielenterveys- ja arjenhallinnan ongelmat, poissaolot ja opiskeluvaikeudet lisääntyivät keväästä 2021.¹⁴ Kevään 2023 kysely osoitti, että ahdistuneisuus- ja masennusoireilu oli yhä yhtä yleistä kuin keväällä 2021. Sitä vastoin yksinäisyys väheni.¹⁵ Vuosittain julkaistavassa Nuorisobarometrissa¹⁶ saadaan puolestaan tietoa 15-29 –vuotiaiden nuorten arvoista ja asenteista liittyen kulloinkin esillä oleviin ajankohtaisiin asioihin ja Amisbarometri¹⁷ tuottaa seurantatietoa ammattiin opiskelevien koulutuksesta, opintoihin hakeutumisesta, hyvinvoinnista ja tulevaisuudennäkymistä. Kohderyhmään kuuluvat nuoret ja aikuisopiskelijat, jotka suorittavat ammatillista tai valmentavaa tutkintoa tai muita ammatillisia opintoja. Valtakunnallinen korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimus (KOTT) tuottaa monipuolista tietoa 18-34 –vuotiaiden yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijoiden terveydestä, hyvinvoinnista, opiskelukyvyistä ja terveyspalveluista. Vuoden 2021 tutkimuksen mukaan joka neljäs korkeakoulussa opiskeleva nainen ja joka kolmas mies kertoivat, että eivät tunne kuuluvansa yhteenkään opiskeluunsa liittyvään ryhmään.

Suomalaisnuorten itsetuhoisuuden elämänaikaista esiintyvyyttä selvitettiin kouluterveyskyselyn vastausten avulla ensimmäisen kerran keväällä 2021. Tytöistä 27 prosentilla oli ollut itsemurha-ajatuksia vähintään viisi kertaa elämänsä aikana, pojista 8 prosentilla. Tytöistä 18 prosenttia oli tahallisesti vahingoittanut itseään vähintään viisi kertaa elämänsä aikana, pojista 3 prosenttia. Tytöistä 9 prosenttia oli tehnyt vähintään yhden itsemurhayrityksen, pojista 5 prosenttia. Nuoren perheen huono

¹³ Aalto-Setälä T, Suvisaari J, Appelqvist-Schmidlechner K & Kiviruusu O (2021). Pandemia ja nuorten mielenterveys - Kouluterveyskysely 2021. Tutkimuksesta tiiviisti 55/2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

¹⁴ Hietanen-Peltola M, Jahnukainen J, Laitinen K & Vaara S (2022). (Oppilaiden ja opiskelijoiden kasvavat ongelmat ja koronan heikentämät palvelut edelleen arkea opiskeluhuoltopalveluissa – OPA 2022 –seurannan tuloksia. Tutkimuksesta tiiviisti 32/2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

¹⁵ Kiviruusu O, Ranta K, Lindgren M, Haravuori H, Silén Y, Therman S, Lehtonen J, Sares-Jäske L, Aalto-Setälä T, Marttunen M & Suvisaari J (2024). Mental health after the COVID-19 pandemic among Finnish youth: a repeated, cross-sectional, population-based study. *Lancet Psychiatry* 11, 451-460.

¹⁶ Nuorisobarometri - Valtion nuorisoneuvosto (tietoanuorista.fi), [haettu 20.6.2024].

¹⁷ Amisbarometri 2024 | Opetushallitus (oph.fi)

taloudellinen tilanne, nuoren ahdistuneisuus- ja masennusoireilu sekä syömishäiriöt, yksinäisyys ja koulukiusaamisen kokemukset sekä päihteiden käyttö olivat yhteydessä elämänaikaiseen itsetuhoisuuteen.¹⁸ Kevään 2023 kysely osoitti, että tytöillä itsensä vahingoittamiset, itsemurha-ajatukset ja itsemurhayritykset yleistyivät vuodesta 2021 vuoteen 2023. Sitä vastoin pojilla näiden yleistymistä ei tapahtunut.¹⁹

Aikuisväestön psyykkistä kuormittuneisuutta, itsemurha-ajatuksia ja terveystalvelujen käyttöä mielenterveyssyistä on mitattu Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksissa. Nämä tutkimukset osoittivat, että etenkin työikäisten psyykkinen kuormittuneisuus alkoi yleistyä vuosien 2018 ja 2020 välillä, ja tämä kielteinen kehitys on jatkunut vuodesta 2020 vuoteen 2022. Merkittävä psyykkinen kuormittuneisuus on yleistynyt sekä miehillä että naisilla erityisesti 20–64-vuotiaiden ikäryhmässä. Vuonna 2022 se oli yleisintä 20–39-vuotiailla, joista yli viidesosa miehistä ja yli neljäsosa naisista on merkittävästi psyykkisesti kuormittuneita.²⁰

Palvelujen käyttö mielenterveyteen liittyen on yleistynyt 20–64-vuotiaiden ikäryhmässä. Miehillä tämä tapahtui erityisesti vuodesta 2020 vuoteen 2022, naisilla muutos oli tasainen vuodesta 2018 vuoteen 2022. Palvelujen käyttö ja mielenterveysoireilu ovat yleisintä 20–39-vuotiailla. Tätä voidaan pitää myönteisenä asiana, koska palveluja on siten ollut saatavilla.²¹ Sitä vastoin muutoksia ei tapahtunut 65 vuotta täyttäneillä, mikä voi selittyä sillä, että näitä palveluita ei heille ole tai että koska niihin pääsy koetaan liian vaikeaksi, ne jätetään käyttämättä.²² Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen käyttö kasvoi etenkin syömishäiriöiden, depression ja ahdistuneisuushäiriöiden sekä neuropsykiatristen häiriöiden takia vuodesta 2017 vuoteen 2021, mutta samaan aikaan asiointi itsensä vahingoittamisen tai päihteiden käytön takia väheni. Tätä selittänee

¹⁸ Haravuori H, Kiviruusu O, Lindgren M, Therman S, Aalto-Setälä T & Marttunen M (2022). Nuorten itsetuhoisuuden esiintyvyys – Kouluterveyskyselyn 2021 tuloksia. Tutkimuksesta tiiviisti 49/2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

¹⁹ Kiviruusu O, Ranta K, Lindgren M, Haravuori H, Silén Y, Therman S, Lehtonen J, Sares-Jäske L, Aalto-Setälä T, Marttunen M & Suvisaari J (2024). Mental health after the COVID-19 pandemic among Finnish youth: a repeated, cross-sectional, population-based study. *Lancet Psychiatry* 11, 451-460.

²⁰ Mielenterveys ja palvelujen käyttö (thl.fi), [haettu 20.6.2024].

²¹ Suvisaari J, Appelqvist-Schmidlechner K, Solin P, Partonen T, Parikka S, Koskela T & Ikonen J (2021). Aikuisväestön mielenterveys ja avun hakeminen mielenterveysongelmiin – FinSote 2020. Tutkimuksesta tiiviisti 42/2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

²² Mielenterveys ja palvelujen käyttö (thl.fi), [haettu 20.6.2024].

koronaepidemiasta johtuneet muutokset avun hakemisessa ja lähetekäytännöissä sekä viipeet palveluihin pääsyssä.²³

Itsemurha-ajatukset ovat viime vuosina yleistyneet 20–64-vuotiailla, ja tämä muutos on ollut miehillä suurempi kuin naisilla. Muutoksia ei ole tapahtunut 65 vuotta täyttäneillä. Vuonna 2022 itsemurha-ajatukset olivat yleisimpiä 20–39-vuotiailla: heistä joka seitsemäs oli kokenut itsemurha-ajatuksia edeltäneen vuoden aikana. Itsemurha-ajatuksia kokeneiden mielenterveyspalvelujen käytössä ei ole tapahtunut muutoksia. Siten vaikka palvelujen käyttö on yleistynyt, ne eivät kohdennu aiempaa paremmin vakavia oireita kokeviin. Vain 40 prosenttia itsemurha-ajatuksia kokeneista miehistä ja 56 prosenttia naisista oli käyttänyt terveyspalveluja mielenterveyteen liittyvien ongelmiansa vuoksi. Harvinaisinta tämä oli 65–74-vuotiailla: heistä alle viidesosa miehistä ja alle kolmasosa naisista oli käyttänyt terveyspalveluja mielenterveyteen liittyvien ongelmiansa vuoksi.²⁴

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos selvitti Suomessa tapahtuneita itsemurhakuolemia vuosina 2016–2021 ikäryhmittäin 10–17-vuotiaista 90–99-vuotiaisiin. Miesten osalta myönteinen kokonaiskehitys jatkui, tosin 90–99-vuotiaiden miesten itsemurhakuolemien määrä suureni. Naisten itsemurhakuolemien määrissä ei myönteistä kokonaiskehitystä tapahtunut. Huomion arvoista on se, että 30–39-vuotiaiden naisten itsemurhakuolemien määrä suureni.²⁵ Vuosina 2022 ja 2023 itsemurhakuolemien määrä on edelleen pienentynyt, ja esimerkiksi vuonna 2022 ikävakioitu itsemurhakuolleisuus (100 000 kohden) oli Suomessa (11,9) jo pienempi kuin mitä se oli Ruotsissa (12,4).²⁶ Nuorten itsemurhakuolleisuus on Suomessa tästä huolimatta kuitenkin edelleen suurta muihin EU-maihin verrattuna. Itsemurhat ovat nuorilla keskeinen kuolemansyy, koska nuorten kuolleisuus muihin kuolemansyihin on

²³ Lasten ja nuorten mielenterveysperusteinen tutkimus ja hoito 2020 : Lähes joka viidennellä 18–22-vuotiaalla oli mielenterveyteen liittyvä käynti julkisessa terveydenhuollossa vuonna 2020 (julkari.fi)

²⁴ Mielenterveys ja palvelujen käyttö (thl.fi), [haettu 20.6.2024].

²⁵ Partonen T, Kiviruusu O, Grainger M, Eklin A & Suvisaari J (2022). Itsemurhakuolemat Suomessa vuosina 2016-2021. Tutkimuksesta tiiviisti 47/2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

²⁶ Nordic Council of Ministers. Prevention of suicide and suicide attempts in the Nordic countries: a situation analysis. TemaNord 2024:509. <https://pub.norden.org/temanord2024-509>.

vähäistä. Vuonna 2022 Suomessa 15–24-vuotiaana kuolleista lähes joka kolmas kuoli itsemurhaan ja nuorten osuus kaikista itsemurhakuolemista oli 12 prosenttia.²⁷

Yleisimmät syyt siirtyä työkyvyttömyyseläkkeelle olivat vuonna 2023 mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt (32 %) ja tuki- ja liikuntaelinten sairaudet (32 %). Jos tarkastellaan jo eläkkeellä olevia, ovat mielenterveyden häiriöt suurin syy työkyvyttömyyseläkkeisiin. Työkyvyttömyyseläkkeiden määrissä nousua ei kuitenkaan ole juuri ollut. Sen sijaan mielenterveyden häiriöistä johtuvien sairauspoissaolojen kasvu on ollut voimakasta ja lähes yhtäjaksoista vuoden 2016 jälkeen. Erityisesti ahdistuneisuushäiriöistä johtuvat sairauspoissaolot ovat viime vuosina kasvaneet. Mielenterveyden häiriöt ovat suurin syy pitkille sairauspoissaoloille ja vuonna 2023 jo yli 100 000 henkilöä sai sairauspäivärahaa mielenterveyssyistä. Mielenterveyssyyt sairauspoissaoloille korostuvat erityisesti nuorilla, alle 35-vuotiailla ja naisilla.²⁸ Työnsä henkisesti rasittavaksi kokevien osuus on lisääntynyt viime vuosina. Vuoden 2023 Työolobarometrin mukaan aikaisempaa useammin palkansaajat kokevat, että työ rasittaa henkisesti ainakin hieman. Palkansaajista 16 prosenttia oli täysin samaa mieltä, että työ rasittaa henkisesti ja miltei puolet (47 %) oli jokseenkin samaa mieltä. Naiset kokivat työn henkistä rasittavuutta miehiä useammin.²⁹

Stigma tarkoittaa ihmiseen tämän olemuksen, toiminnan tai sairauden vuoksi liitettyä kielteistä leimaa tai mielikuvaa. Masennukseen ja ahdistukseen liittyvä stigma on viime aikoina lieventynyt, mutta ei hävinnyt.³⁰ Vakavakampiin mielenterveyden häiriöihin liittyy edelleen vahvaa stigmaa. Stigma voi näkyä monin tavoin ihmisten arjessa; esimerkiksi organisaation tai yhteisön haluttomuutena panostaa palveluihin tai työntekijöiden toimintaedellytyksiin. Tämä voi johtaa muun muassa puutteelliseen palvelujen resursointiin ja syrjintään monenlaisissa yhteyksissä. Rakenteelliseen syrjintään voidaan vaikuttaa esimerkiksi kiinnittämällä huomiota viestinnän sisältöihin ja sävyihin, vahvistamalla ihmisten parissa työskentelevien ammattilaisten mielenterveys- ja päihdeosaamista ja varmistamalla, että palvelut ovat saavutettavia

²⁷ Suomen virallinen tilasto (SVT): Kuolemansyyt 2023 (verkkojulkaisu). ISSN=1799-5051. Helsinki: Tilastokeskus.

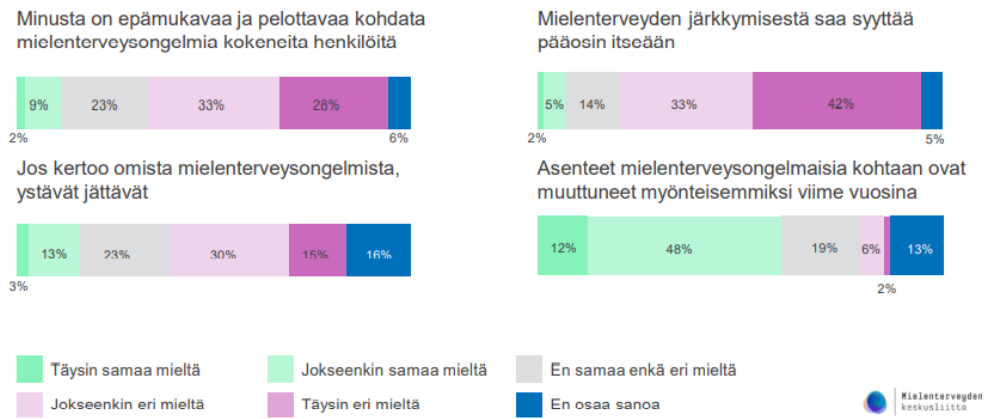
²⁸ Suomen virallinen tilasto (SVT): Suomen työeläkkeen saajat 2021. Eläketurvakeskuksen julkaisuja 2022:04.

²⁹ Työolobarometri 2023 - Valto (valtioneuvosto.fi), [haettu 20.6.2024].

³⁰ Wahlbeck K, Hietala O, Kuosmanen L, McDaid D, Mikkonen J, Parkkonen J, Reini K, Salovuori S & Tourunen J (2018). Toimivat mielenterveys- ja päihdepalvelut. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 89/2017.

ja saatavilla.³¹ Mielenterveyden keskusliiton Mielenterveysbarometrin 2021 tulosten mukaan 60%:a vastaajista arvioi, että asenteet mielenterveysongelmia kokevia ihmisiä kohtaan olivat muuttuneet myönteisemmiksi (kuvio 2) ³².

Suhtautuminen mielenterveysongelmiin



Kuvio 2. Mielenterveysbarometri 2021 yleisökyselyn graafi: Suhtautuminen mielenterveysongelmiin.

³¹ [The Lancet Commission on ending stigma and discrimination in mental health - The Lancet](#) [haettu 20.6.2024].

³² Mielenterveysbarometri 2021. Mielenterveyden keskusliitto. [Mielenterveysbarometrin 2021 tulokset, osa 1 | MTKL](#) [haettu 20.6.2024].

3 Mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027

Tässä periaatepäätöksessä linjataan eri ministeriöiden ja toimijoiden mielenterveyden ja sen edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027. Toimenpiteet on luokiteltu mielenterveysstrategian neljän sisällöllisen toimintalinjauksen ja itsemurhien ehkäisyohjelman tavoitekokonaisuuden mukaisesti. Viides, palveluja koskeva toimintalinjaus, liittyy sellaisiin toimenpiteisiin, jotka edellyttävät eri hallinnonalojen yhteistyötä. Mielenterveysstrategian yhdyspintoja eri ministeriöiden strategioihin ja ohjelmiin kuvataan liitteessä 1. Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmän kehittämistä ja muuta meneillään olevaa kehittämistyötä kuvataan liitteessä 2.

Kansallisella mielenterveysstrategialla ja itsemurhien ehkäisyohjelmalla ohjataan pitkjänteistä, tuloksellista ja ajantasaista mielenterveyspolitiikkaa ja sen toimeenpanoa vuoteen 2030 asti. Tämä edellyttää eri ministeriöiden, hallinnonalojen ja toimijoiden välistä poikkihallinnollista yli hallituskausien ulottuvaa yhteistyötä. Mielenterveysstrategian viisi painopistettä eli mielenterveyslinjausta ovat seuraavat: mielenterveys pääomana, lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa, tarpeenmukaiset ja laaja-alaiset palvelut sekä mielenterveysjohtaminen.³³

3.1 Mielenterveys pääomana

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

"Mielenterveys on yksilön, perheiden, yhteisöjen ja yhteiskunnan pääomaa, josta pidetään huolta ja johon sijoitetaan

- *kaikissa elämän vaiheissa,*
- *opiskelussa ja työssä,*

³³ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

- *arkiympäristöissä, yhteisöissä ja vapaa-ajan toiminnassa,*
- *yhteiskunnan ja ympäristön muutoksissa.*
- *Yleisen kansanterveydellisen näkökulman lisäksi erikseen otetaan huomioon eri vähemmistöryhmät, kielelliset ja kulttuuriset ryhmät.”³⁴*

Mielenterveys pääomana toimenpiteitä 2024-2027

- Tunnistetaan mielenterveysosaamisen taitoja vaativia ammattiryhmiä ja heidän koulutustarpeitaan sekä vastataan niihin.
- Edistetään koko väestön mielenterveyttä kuntien ja hyvinvointialueiden hyvinvointityössä poikkihallinnollisena ja sektorit ylittävänä verkostotyönä yhdessä järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa.
- Edistetään vapaaehtois- ja kokemusasiantuntijatoiminnan näkyvyyttä ja arvostusta mm. mukaan ottamalla hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työhön ja yhteistyöverkostoihin osallisina ja vaikuttajina.
- Laaditaan ja pilotoidaan mielenterveyden edistämisen ja arvioinnin kansallinen malli, joka on sovellettavissa eri kohderyhmille.
- Levitetään ja vakiinnutetaan Työelämän mielenterveysohjelmassa kehitettyjä työkaluja ja toimintamalleja; työpaikoilla on käytössä mielenterveyden edistämisen, varhaisen sekä työkyvyn tuen toimintamalleja ja hyvä yhteistyö työterveyshuollon kanssa.
- Lisätään muuttuvan työelämän ja toimintaympäristön edellyttämiä jatkuvan oppimisen mahdollisuuksia sekä varmistetaan laadukkaiden tieto-, neuvonta- ja ohjauspalveluiden saatavuus. Edistetään jatkuvaa oppimista elämän, koulutuksen ja työn siirtymävaiheissa kansallisen Elinikäisen ohjauksen strategian (ELO) mukaisesti.
- Tuetaan työuran alussa koulusta työelämään siirtymistä ja huolehditaan perehdytyksestä. Varmistetaan työelämävalmiuksien, työelämän metataitojen ja omasta työkyvystä ja työterveydestä huolehtimisen hallinta.
- Edistetään haavoittuvassa asemassa olevien kieli-, sukupuoli-, seksuaali- ja kulttuurivähemmistöryhmien mielenterveyttä yhteistyössä eri sidosryhmien kanssa.

³⁴ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

- Tuetaan mielenterveyttä vahvistamalla väestön talousosaamista.
- Edistetään yhdenvertaista ja esteetöntä luonnon virkistyskäyttöä, lähiluonnon saavutettavuutta sekä kaupunkiympäristöjen viheralueiden säilyttämistä ja kulttuuriympäristöjen hoitoa keinona vahvistaa väestön mielenterveyttä.
- Hyödynnetään liikunnan ja liikkumisen mahdollisuudet mielenterveyden edistämässä levittämällä ja kehittämällä liikunnallisia menetelmiä ja työkaluja sekä vahvistamalla eri alojen ammattilaisten osaamista niiden käytössä. Jatketaan valtakunnallisen Liikkuvat-kokonaisuuden toimeenpanoa väestön hyvinvoinnin vahvistamiseksi.
- Hyödynnetään taiteen ja kulttuurin sekä luovan toiminnan mahdollisuudet koko väestön mielenterveyden edistämässä levittämällä ja kehittämällä taiteellisia menetelmiä ja työkaluja sekä vahvistamalla eri alojen ammattilaisten osaamista niiden käytössä.
- Tunnistetaan vapaan sivistystyön oppilaitosten merkitys mielenterveyden edistämässä ja tuetaan väestön yhdenvertaisia mahdollisuuksia aktiiviseen kansalaisuuteen ja elinikäiseen oppimiseen vapaassa sivistystyössä.
- Viedään eteenpäin eri hallinnonalojen toimenpiteitä, jotka edistävät väestön turvallisuutta ja turvallisuuden tunnetta arjessa.
- Vahvistetaan eri väestöryhmien, yhteisöjen ja organisaatioiden henkistä kriisinkestävyyttä.

Mielenterveys pääomana edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Mielenterveysosaamisen vahvistamista jatketaan eri kohderyhmissä poikkihallinnollisesti ja laajassa yhteistyössä järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa; eri alojen ammattilaiset, työpaikkojen esihenkilöt ja johto, viranomaiset sekä eri väestöryhmät.
- Arjen turvallisuuden ja väestön resilienssin vahvistamista jatketaan eri ammattilaisten, kansalaisten, viranomaisten, järjestöjen ja muiden toimijoiden välisenä tiiviinä yhteistyönä.

3.2 Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

”Lapsuuden ja nuoruuden kasvuolosuhteet vaikuttavat merkittävästi mielenterveyteen. Lasten ja nuorten mielenterveys vahvistuu, kun yhteiskunta toimii niin, että

- *luodaan edellytykset turvalliselle elämälle perheissä ja muissa keskeisissä kasvuympäristöissä ja yhteiskunnan muutoksissa,*
- *turvataan jokaiselle lapselle yhtäläiset mahdollisuudet hyvään itsetuntoon ja mielenterveystaitoihin, oppimiseen ja onnistumisen kokemuksiin,*
- *annetaan jokaiselle lapselle ja nuorelle yhtäläinen mahdollisuus osallistua turvallisiin ja kehitystä edistäviin harrastuksiin,*
- *turvataan haavoittuvassa asemassa tai elämäntilanteessa olevien lasten ja nuorten oikeudet,*
- *vähennetään lapsiperheköyhyyttä,*
- *vähennetään lasten ja nuorten syrjäytymistä”³⁵*

Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentumista edistäviä toimenpiteitä 2024-2027

- Tuetaan vanhempien kasvatustuuta ja vanhemmuutta sekä kehitetään lasten, nuorten ja perheiden palveluita ja yhdenvertaisuutta vahvistavia toimintamalleja.
- Lasten ja nuorten kanssa työskentelevät sekä esihenkilöstö ja johto saavat koulutusta, perehdytystä ja tietoa mielenterveyden edistämisestä ja sen merkityksestä, mielenterveyttä suojaavista ja sitä vaarantavista tekijöistä.
- Suunnitellaan ja muutetaan lasten ja nuorten kasvu-, oppimis- ja toimintaympäristöjä mielenterveyttä tukeviksi, jolloin ne edistävät vuorovaikutusta, osallistumista ja paikallislähtöistä kehittämistä sekä

³⁵Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:6.

houkuttelevat mm. liikkumaan ja leikkimään, harrastamaan ja toimimaan yhdessä.

- Vahvistetaan kansalaisjärjestöjen tukea mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusteemoista lapsille sekä nuorille. Lisätään järjestötukea erityisesti lasten ja nuorten suosimilla verkkoalustoilla ja puhelimitse.
- Lisätään laaja-alaista ehkäisevää päihdetyötä (alkoholi, tupakka- ja nikotiini, huumeet ja rahapelit) huomioiden myös mielenterveyden tuki yhdessä järjestöjen, kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa. Erityisenä kohderyhmänä ovat haavoittuvassa asemassa olevat nuoret sekä heidän perheensä ja läheisensä.
- Lisätään tietoa kouluruokailun, ja sen sosiaalisen ulottuvuuden merkityksestä lapsen ja nuoren mielenterveyteen osana kokonaisyhyvinvointia ja oppimiseen sekä tunnistetaan ja ehkäistään yksinsyömisen pelko.
- Alaikäisten osastoja vankiloissa kehitetään siten, että ne kohtaavat paremmin alaikäisten vankien mielenterveyden haasteet ja tukevat rikoksetonta elämää.
- Edistetään myönteistä ryhmäytymistä ja yhteisöllistä toimintakulttuuria kouluissa ja oppilaitoksissa ja näin ehkäistään osaltaan jengiytymistä. Henkilöstöä koulutetaan ehkäisemään kielteistä ryhmäytymistä ja häiriökäyttäytymistä.
- Edistetään lasten ja nuorten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetusta kaikilla koulutusasteilla varhaiskasvatuksesta alkaen.
- Vahvistetaan moniammatillista hyvinvointityötä, sekä yhteisöllistä oppilashuoltoa ja turvallista oppimisympäristöä varhaiskasvatuksessa sekä esi- ja perusopetuksessa sekä lukiokoulutuksessa ja ammatillisessa koulutuksessa.
- Vahvistetaan kuntien nuorisotyön ja opiskeluhuollon toimijoiden yhteistyötä. Huomioidaan myös lapsen ja nuoren perhe sekä lähipiiri.
- Mahdollistetaan kaikille lapsille ja nuorille hyvinvoiva ja liikunnallinen arki toimeenpanemalla Liikkuvat -kokonaisuutta.
- Jatketaan Harrastamisen Suomi -mallin toimeenpanoa.
- Häirintää, kiusaamista ja väkivaltaa ehkäistään sekä niihin puututaan tehokkaasti tukemalla olemassa olevia välineiden ja uusien työkalujen kehittämistä. Tunnistetaan väkivallan ja sen uhan vaikutukset mielenterveyteen sekä varmistetaan riittävä apu ja tuki lapselle ja nuorelle sekä läheisille.

- Lisätään työyhteisöjen ja esihenkilöiden mielenterveysosaamista sekä valmiuksia tukea ja perehdyttää erityisesti nuorta työntekijää. Turvataan nuoren työntekijän oikeus työterveyteen ja vahvistetaan työterveyshuollon osaamista nuorten mielenterveyden tukemisessa.
- Jatketaan keskustelua viranomaisten ja lasten sekä nuorten välillä ilmaston-, luonnonmonimuotoisuuden- ja ympäristön muutoksiin liittyvistä asioista, ja vahvistetaan heidän mahdollisuuksiaan vaikuttaa.

Lasten ja nuorten mielenterveyden edistäminen edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentumista edistäviä toimenpiteitä jatketaan poikkihallinnollisena yhteistyönä, jossa huomioidaan lapsen ja nuoren elämän kokonaistilanne, heidän erilaiset arjen toimintaympäristönsä sekä läheiset ja perhe.
- Vahvistetaan sellaisia lapsi- ja perhepoliittisia toimenpiteitä, joilla mm. vähennetään lapsiperheköyhyyttä, edistetään perhe-etuuksien ja vanhemmuuden tuen vaikuttavien keinojen kehittämistä sekä perheystävällistä työelämää.

3.3 Mielenterveysoikeudet

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

”Mielenterveysoikeuksien toteutuminen suojaa kaikkien mielenterveyttä.

Mielenterveysoikeuksiin kuuluvat

- *hyväksytyksi tuleminen ja syrjimättömyys,*
- *ihmisarvon ja perus- ja ihmisoikeuksien kunnioitus,*
- *yhdenvertainen oikeus asumiseen, opintoihin, työhön, toimeentuloon ja sosiaaliseen osallisuuteen,*
- *oikeus määritellä itse ne asiat, jotka auttavat selviytymään arjessa, ja saada siihen tarvittava tuki,*

- *oikeus vaikuttaa kansalaisena, päätöksenteon osapuolena, vertaistoimijana ja kokemusasiantuntijana,*
- *oikeus hyvään ja vaikuttavaan hoitoon, kun se on tarpeen,*
- *oikeus ja mahdollisuus käyttää kansalliskieliä ja muita Suomessa puhuttuja kieliä sekä saada riittävä tuki.*
- *Mielenterveysoikeuksien saavuttamiseksi tarvitaan työtä ennakkoluulojen, virheellisten käsitysten ja vastakkainasettelun voittamiseksi.*
- *Tulkkaukset ja käännösapu mielenterveyspalveluissa.”³⁶*

Mielenterveysoikeuksia edistäviä toimenpiteitä 2024-2027

- Vahvistetaan selkeä- ja selkokieliisyyttä mm. viranomaisviestinnässä ja palveluissa, joka edistää kaikkien oikeutta ymmärtää ja tulla ymmärretyksi.
- Edistetään mielenterveyspalvelujen saatavuutta molemmilla kansalliskielillä.
- Vahvistetaan koulutuksilla eri viranomaisten osaamista rasismin ja syrjinnän vaikutuksista.
- Vahvistetaan vankiloiden sosiaalisen kuntoutuksen sisältöjä mielenterveyden tukemiseksi ja turvataan rangaistusta suorittaville palvelujatkumot siirryttäessä laitoksista kuntiin ja hyvinvointialueille.
- Vahvistetaan asiakkaan ja potilaan itsemääräämisoikeutta ja vähennetään rajoitustoimien käyttöä sosiaali- ja terveydenhuollossa. Lainsäädännön uudistamisen lisäksi kehitetään myös toimintatapoja, jotka lisäävät asiakkaan ja potilaan osallisuutta ja vähentävät rajoitustoimien käyttöä.
- Edistetään vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuutta yhteiskunnassa; heidän oikeuttaan itsenäiseen elämään, osallisuuteen, opiskeluun ja työhön.
- Jatketaan syrjinnän vastaista työtä työelämässä huomioiden esimerkiksi vammaiset henkilöt, ikääntyneet, maahanmuuttajat, raskaana olevat ja osatyökykyiset.
- Lisätään osatyökyvyttömyysetuuksien käyttöä, työkokeilun hyödyntämistä ja muita työkaluja, joilla mahdollistetaan työelämään osallistuminen.

³⁶ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

- Edistetään kieli-, sukupuoli-, seksuaali- ja kulttuurivähemmistöihin kuuluvien mielenterveyttä yhteistyössä kohderyhmien ja eri sidosryhmien kanssa.
- Edistetään mielenterveyskuntoutujien asumista kehittämällä asumisneuvontaa ja investointiavustusten kohdentamista. Asuinalueiden kehittämisessä edistetään monipuolista asuntojen hallintamuotojakaamaa ja asumisratkaisuja, viheralueiden saavutettavuutta sekä segregaaation vähentämistä ja ehkäisyä mm. hyödyntämällä Lähiöohjelman hyviä käytäntöjä. Vahvistetaan asukasosallisuutta lähiympäristöjen suunnittelussa, ja ylläpidetään arjen kulttuuriympäristöjen viihtyisyyttä resilienssiä lisäävänä tekijänä.

Mielenterveysoikeuksien edistäminen edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Syrjinnän, rasmin ja väkivallan vastaisia toimenpiteitä jatketaan poikkihallinnollisena yhteistyönä.
- Mielenterveyteen, päihteisiin ja muihin riippuvuuksiin liittyvän syrjinnän ja leimautumisen vastaisen ohjelman toimeenpanoa ja juurrutusta jatketaan eri hallinnonaloilla.
- Työkyvyn vaihtelun hyväksyvän ja työhön osallistumista tukevan toimintakulttuurin vahvistaminen ja vaikuttavien keinojen levittäminen.

3.4 Ihmisten tarpeiden mukaiset, laaja-alaiset palvelut

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

”Palvelut vastaavat ihmisten tarpeita, kun varmistetaan, että

- *ne ovat asiakaslähtöisiä, ikä- ja kehitysvaiheeseen sopivia ja käyttäjät kokevat ne itselleen soveltuviksi,*
- *ne ovat saavutettavia, oikea-aikaisia, laadukkaita ja vaikuttavia,*
- *ne ovat joustavia, yhteen sovitettavia ja jatkuvuutta tukevia,*
- *ne edistävät kuntoutumista,*

- *ne noudattavat yhdenvertaisuusperiaatetta; palvelujen suunnittelussa otetaan erityisesti huomioon ryhmät, jotka muuten olisivat vaarassa jäädä eriarvoiseen asemaan,*
- *ne ottavat huomioon omaiset ja läheiset sekä voimavarana että tuen tarvitsijoina,*
- *henkilöstön ammattitaitoa ja työhyvinvointia pidetään yllä,*
- *vakavia psyykkisiä sairauksia ja päihdehäiriöitä sairastavien ihmisten fyysisen terveyden hoito toteutuu yhdenvertaisesti muun väestön kanssa.*³⁷

Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen monialaisen yhteistyön kehittämisen toimenpiteitä 2024-2027

- Jatketaan eri toimijoiden monialaisen yhteistyön kehittämistä. Edistetään jo kehitettyjen viranomaisyhteistyön hyväksi todettujen toimintamallien pysyvää käyttöönottoa uusilla alueilla.
 - Edistetään asunnottomuuden ehkäisemiseen ja vähentämiseen liittyvää yhteistyötä, johon kuuluvat asuntojen osoittaminen tähän tarkoitukseen, asumisneuvonta, ennakoiva talousneuvonta ja asumista tukevat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut.
 - Jatketaan matalan kynnyksen psykososiaalisen tuen Onni-toimintaa nuorten Ohjaamoissa sekä vahvistetaan nuorten Ohjaamojen monialaisuutta ja sosiaali-, terveys- ja koulutusalan asiantuntijaresursseja Ohjaamojen kannustinmallin valtionavustuksella 2021-2026.
 - Varmistetaan TE-palvelut 2024 –uudistuksen yhteydessä sujuva yhteistyö uusien työvoimaviranomaisten, hyvinvointialueen palvelujen sekä toiminnan kanssa.
 - Jatketaan lähisuuhdeväkivallan riskinarviointiin ja uhrin auttamiseen sekä nuorten rikoskierteen katkaisemiseen liittyvää viranomaisyhteistyötä.

³⁷ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:6.

- Edistetään etsivää nuorisotyötä³⁸ yhteistyössä hyvinvointialueen, kuntien, järjestöjen ja poliisin kanssa.
- Vahvistetaan monialaista yhteistyötä kuntien ja hyvinvointialueiden välillä mm. nimeämällä kuntien nuorisolain mukaiseen ohjaus- ja palveluverkoston jäseneksi hyvinvointialueen edustajia.
- Lisätään talous- ja velkaneuvonnan ja mielenterveyspalvelujen yhteistyötä.
- Edistetään mahdollisimman varhaisessa vaiheessa talousasioiden puheeksiottamista työterveyshuollossa ja mielenterveystyössä. Vahvistetaan asiantuntijoiden kykyä puhua talousasioista.
- Vahvistetaan vankiloiden kuntoutussisältöjä ja toimintatapoja mielenterveyden edistämiseksi ja turvataan rangaistusta suorittaville palvelujatkumot siirryttäessä laitoksista kuntiin ja hyvinvointialueille.

Palvelut edellyttävät pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Erilaisten palvelujen yhteiskehittämisessä hyödynnetään tutkimustiedon rinnalla laajasti erilaista osaamista ja tietoa, jota saadaan mm. järjestöiltä ja muilta sidosryhmiltä sekä asiakaspalautteista ja kokemusasiantuntijoilta.
- Sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden ohella on tärkeää kehittää palveluja, jotka edistävät arkielämää ja mahdollisuuksia osallistua lähiyhteisön ja yhteiskunnan toimintaan.

3.5 Hyvä mielenterveysjohtaminen

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

Mielenterveyden huomioiminen sisältyy kaikkeen johtamiseen. Mielenterveystyötä ohjataan ja johdetaan suunnitelmallisesti kokonaisuutena ylittäen hallinnolliset rajat.

³⁸ <https://entit.fi/>

- *Johtaminen sopeuttaa organisaatiot ja niiden toiminnot mielenterveyteen vaikuttaviin ajankohtaisiin ilmiöihin ja talouden realiteetteihin sekä valmistelee ne kohtaamaan tulevaisuuden haasteet.*
- *Johtamisessa tukeudutaan ajantasaiseen tietoon ja teknologiaan.*
- *Varmistetaan ajankohtaisen ja ennakoivan tutkimustiedon saatavuus.*
- *Johtamisessa käytetään parhaiten soveltuvia indikaattoreita ja niitä seurataan.*
- *Mielenterveysstrategian toteutumista arvioidaan säännöllisesti ja sen toimenpide-ehdotuksia painotetaan ja muotoillaan uudestaan tarpeen mukaan.*

Mielenterveysjohtamista edistäviä toimenpiteitä 2024-2027

- Edistetään mielenterveysvaikutusten (MIVA) käyttöönottoa eri hallinnonaloilla ja johtamisen tasoilla.
- Parannetaan mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusasioiden tietopohjaa tiedolla johtamisen ja toimenpiteiden seurannan tueksi.
- Vakiinnutetaan eri ministeriöiden välisen mielenterveysstrategian poikkihallinnollisen yhteistyöryhmän työskentelyn jatkuvuus sekä yhteistyön rakenne ja toimintatavat järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa.
- Tuetaan eri ikäisten mielenterveyttä ja työkykyä työuran eri vaiheissa ja muutoksissa hyvinvointialueiden, työllisyysalueiden, työterveyshuoltojen ja työpaikkojen yhteistyössä. Edistetään työelämän joustoja ja työurasuunnittelua.
- Vahvistetaan työkykyjohtamista osana työpaikkojen strategista johtamista ja esihenkilöiden mielenterveysosaamista. Varmistetaan, että esihenkilökouluttajien käytössä on mielenterveyden tukemisen oppimateriaali sekä jatketaan johtamisen kehittämistä työelämässä TYÖ2030 –ohjelman johtamisverkostossa osana jo käynnistettyä kehittämiskokonaisuutta.
- Vahvistetaan psykososiaalisen kuormituksen arvioinnin ja hallinnan osaamista työpaikoilla. Tuodaan työpaikoille keinoja ja menetelmiä vahvistaa työn voimavaroja ml. yhteisöllisyys.
- Edistetään tietoisuutta mielenterveydestä ja sen edistämisen keinoista osana kuntien ja hyvinvointialueiden poikkihallinnollista ja monitoimijuuteen perustuvaa hyvinvointityötä sekä tiedolla johtamista ja päätöksentekoa.

- Jatketaan mielenterveyden edistämisen ja itsemurhien ehkäisyn kansainvälistä vaikuttamistyötä kansainvälisissä rakenteissa ja verkostoissa kuten EU, WHO ja OECD.

Mielenterveysjohtaminen edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Eri sektoreiden palvelujen kokonaisuutta ja yhteistoiminnallisuutta korostava vastuunjako kirjoitetaan selkeiksi toimintamalleiksi niin, että tarvittavat voimavarat, kustannusvastuut ja kompensatiomekanismit samalla todetaan. Laaditaan eri hallinnonalojen välisille yhteistoiminnoille mallit, joissa kuvataan toimijoiden roolit, kustannusten jakautuminen ja toimintojen johtaminen.³⁹
- Jatketaan toimenpiteitä, joilla edistetään mielenterveyttä osana kaikkien hallinnonalojen päätöksentekoa.

3.6 Itsemurhien ehkäisy

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

”Itsemurhien ehkäisy vaatii tehostamista ja lisää uusia keinoja.

- *Itsemurhaa yrittäneitä kohtaavien asenteet ovat muokattavissa sellaisiksi, että itsemurhaa yrittäneitä ei syyllistetä tai pidetä huomionhakuksina.*
- *Itsemurhakeinojen ja itsemurhavälineiden saatavuutta on ehkäistävä.*
- *Matalan kynnyksen kriisipalveluita tulee olla saatavilla kaikkialla Suomessa, ja niistä tulee tiedottaa siten, että jokainen Suomessa asuva tietää, missä tällaiset palvelut omalla alueella sijaitsevat ja miten ne ovat tavoitettavissa.*
- *Hoitoon pääsyä helpotetaan ja nopeutetaan priorisoimalla paitsi itsemurhavaarassa olevan henkilön hoito, myös huomioimalla ja antamalla tukea itsemurhaan kuolleen läheisille; varhainen tuki vaikeissa elämäntilanteissa ja kriiseissä ehkäisee ongelmien pahenemista ja voi estää myös itsemurhia.*

³⁹ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

- *Päihtyneiden tai päihde- ja riippuvuusongelmista kärsivien itsemurhavaaran vakavuutta arvioidaan kuten muillakin itsemurhavaarassa olevilla.*
- *Median osaaminen itsemurhaviestinnässä voi edistää itsemurhien ehkäisyä; myönteiset tarinat selviytymisistä auttavat löytämään apua vaikeissa tilanteissa.*
- *EU-lainsäädännön kehittäminen tavoitteena itsemurhiin rohkaisevan sisällön rajaaminen sosiaalisessa mediassa, videoissa, televisiosarjoissa ja elokuvissa.*
- *Ajankohtaista tilastotietoa tarvitaan eri ikäryhmistä ja riskiryhmistä itsemurhien, itsemurhayritysten, hoitoon pääsyn ja hoidon laadun sekä varhaisen tuen osalta.”⁴⁰*

Itsemurhien ehkäisyn toimenpiteitä 2024-2027

- Itsemurhien ehkäisyn verkkokoulun sisältöä kehitetään ja laajennetaan uusille kohderyhmille soveltuvaksi.
- Vahvistetaan kansallista itsemurhien ehkäisyn laadun seuraamista ja arviointia sekä monitieteistä itsemurhatutkimusta mm. itsemurhien estämisen vaikuttavuuden ja osaamisen lisäämiseksi.
- Vahvistetaan itsemurhien ehkäisyä kieli-, sukupuoli ja kulttuurivähemmistöissä tiiviissä yhteistyössä kohderyhmien ja muiden sidosryhmien kanssa (esim. romani- ja saamelaisväestö).
- Vahvistetaan itsemurhaa yrittäneiden tukea huolehtimalla palveluiden yhteensovittamisesta katkeamattomien hoitopolkujen varmistamiseksi.
- Vahvistetaan itsemurhien ehkäisyä suljetuissa ympäristöissä (esimerkiksi vankilat ja koulukodit).
- Vahvistetaan työterveyshuollon osaamista itsemurhien ehkäisyssä.
- Tuetaan edelleen raideliikenteen allejäätien ennaltaehkäisyn yhteistyöryhmän toimintaa.
- Tuetaan ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä tekemällä tiivistä poikkihallinnollista yhteistyötä viranomaisten ja järjestöjen sekä muiden

⁴⁰ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

toimijoiden kesken sekä sovitetaan tie- ja raideliikenteen itsemurhien ehkäisy yhdeksi näkökulmaksi muihin julkisen hallinnon strategioihin.

- Lisätään eri toimijoiden välistä poikkihallinnollista yhteistyötä tahallisten allejäätien ehkäisemiseksi tie- ja raideliikenteessä ja varmistetaan, että tahallisten allejäätien ehkäisy otetaan huomioon eri hallinnonalojen hankkeissa.
- Lisätään raideliikenteen parissa työskentelevien henkilöiden kykyä tunnistaa käyttäytymistä, joka viittaa henkilön itsetuhoisuuteen sekä puuttumaan tilanteeseen turvallisesti.
- Edistetään itsemurhien ehkäisyä vaikuttamalla liikenne-, ympäristö- ja sisustusturvallisuuden suunnitteluun raideliikenteen allejäätien ennaltaehkäisyn yhteistyöryhmän sekä ministeriöiden välisen yhteistyöryhmän toiminnan kautta.
- Jatketaan Aikalisätoiminnan kehittämistä ja toteutusta kutsuntojen yhteydessä.
- Hyödynnetään järjestöjen itsemurhien ehkäisy- ja kriisiosaamista kunnissa, hyvinvointialueilla ja yhdyspintatyössä (esim. kriisiavun kanavat, vertaistuki, itsemurhaa yrittäneiden ja itsemurhan tehneiden läheisille suunnattu tuki).
- Selvitetään taustasyitä niissä ikäryhmissä, joissa itsemurhakuolemat ovat yleistyneet.
- Edistetään itsemurhien muistilistan käyttöä vastuullisessa uutisoinnissa⁴¹.
- Kehitetään itsemurhavaaran kirjaamiskäytäntöjä teknisillä ratkaisuilla ja kirjaamisen sisältöjen systemaattisella käyttöönnotolla.
- Jatketaan ja tehostetaan hallituskaudella 2023-2027 uudelleen käynnistynyttä itsemurhien ehkäisyn poikkihallinnollista ohjelmatyötä ministeriöiden välisen yhteistyöryhmän toiminnan avulla yhteistyössä järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa.

Itsemurhien ehkäisy edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Suunnitellaan ja otetaan käyttöön kansallinen tietokanta, jossa on ajantasainen tieto itsetuhoisuuden vuoksi tehdyistä pelastustehtävistä, itsemurhayrityksistä ja itsemurhakuolemista.

⁴¹ Toimittajille avuksi muistilista itsemurhista uutisointiin - JSN, [haettu 20.6.2024].

- Tunnistetaan itsemurhavälineisiin liittyvät haasteet, ja vaikutetaan niihin tarvittaessa sääntelyllä, mukaan lukien ampuma-aseet, räjähteet, lääkkeet ja myrkyt.
- Edistetään edelleen valtakunnallisesti yhdenmukaisia käytänteitä itsemurhaa yrittäneille ja heidän läheisilleen tarjottavan tuen osalta.

4 Periaatepäätöksen toimeenpano ja seuranta

Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma linjaavat pitkän aikavälin mielenterveyspolitiikkaa ja tavoitteita vuosille 2020-2030. Kansallisessa mielenterveysstrategiassa on kuvattu mielenterveyslinjaukset ja niiden sisällölliset tavoitteet sekä itsemurhien ehkäisyn tavoitteet vuoteen 2030 mennessä. Linjaukset ovat: mielenterveys pääomana, lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa, mielenterveystoimet, ihmisten tarpeiden mukaiset ja laaja-alaiset palvelut sekä hyvä mielenterveysjohtaminen. Tässä mielenterveyden edistämisen periaatepäätöksessä kuvataan eri ministeriöiden ja sidosryhmien toimenpiteitä vuosina 2024-2027, joilla edistetään eri väestö- ja ikäryhmien mielenterveyttä. Useimmat toimenpiteet edellyttävät monialaista ja yli sektorit ylittävää yhteistyötä. Periaatepäätöksessä esitetyt toimenpiteet on laadittu poikkihallinnollisena virkatyönä, ja niiden toimeenpano edellyttää myös erillisen toimeenpanosuunnitelman laatimista.

Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030⁴² sisältää myös seurantamittareita, joita voidaan hyödyntää periaatepäätöksen toimenpiteiden seurannassa. Väestön ja eri ikäryhmien mielenterveyttä ja itsemurhia seurataan myös kansallisilla mittareilla, joiden avulla saadaan tietoa eri ikäryhmien mielenterveydestä sekä itsemurhien ja niiden yritysten määristä. Eri ministeriöissä ja järjestöissä on laadittu pitkän aikavälin strategioita, suunnitelmia ja ohjelmia, joiden toimenpiteet edistävät ihmisten mielenterveyttä. Näiden strategioiden ja ohjelmien sisältämiä seurantamittareita voidaan lisäksi hyödyntää periaatepäätöksen toimenpiteiden arvioinnissa.

Hyvinvointialueiden tehtäviin kuuluu sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisen lisäksi hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Pääministeri Petteri Orpon hallituksen tavoite on, että hyvinvointialueiden valtion ohjaus muodostaa toimivan ja tarkoituksenmukaisen kokonaisuuden sekä hyvinvointialueiden että valtion itsensä

⁴² Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

näkökulmasta. Ministeriöiden väliseen yhtenäiseen ohjaukseen pyritään koordinaatiolla ja johtamisella valtioneuvoston sisäisesti. Hallituskaudella varmistetaan, että hyvinvointialueiden ohjaus on yhteensopivaa valtioneuvoston asettamien talous- ja finanssipoliittisten tavoitteiden kanssa. Tarkoituksena on edelleen uudistaa hyvinvointialueiden rahoitusmallia ja purkaa tarpeettomaksi käyneitä normeja ja velvoitteita. Sosiaali- ja terveysministeriö on julkaissut valtakunnalliset tavoitteet sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämiselle. Niiden mukaan sosiaali- ja terveydenhuollon toiminnan pitää olla sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä. Tavoitteiden saavuttaminen edellyttää laajaa yhteistyötä kansallisten ja alueellisten toimijoiden kesken, mutta myös alueellista yhteistyötä toisten hyvinvointialueiden sekä alueen kuntien ja sidosryhmien kanssa.

Mielenterveyden edistämisen periaatepäätöksen toimenpiteiden tuleva koordinointi, arviointi, tuki ja seuranta edellyttävät eri ministeriöiden ja muiden keskeisten sidosryhmien välistä tiivistä yhteistyötä sekä poikkihallinnollista verkostoa ja yhteistyörakenteita. Tätä varten muodostetaan poikkihallinnollinen, laaja-alainen ohjausryhmä ja nimetään toimeenpanoa varten sihteeristö.

Liitteet

Liite 1. Mielen terveyden edistäminen strategioissa ja ohjelmissa

Mielen terveys ja sen edistäminen näkyvät mielen terveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman lisäksi monissa muissakin strategioissa, ohjelmissa ja suosituksissa. Näiden sisältöä on avattu tässä liitteessä. Alla olevassa kuviossa on kuvattu keskeisimpiä kansallisia strategioita ja ohjelmakokonaisuuksia, jotka liittyvät kiinteästi valtioneuvoston periaatepäätökseen mielen terveydestä (kuvio 1).



Kuvio 1. Mielen terveysstrategia sekä muut strategiat ja ohjelmat

Päihde- ja riippuvuusstrategian 2030⁴³ (STM) painopisteissä ja niiden tavoitteissa on vahva yhteys mielen terveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman sisältöön.

Päihde- ja riippuvuusstrategiaa täydentää **Ehkäisevän päihdetyön**

⁴³ Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2021:17.

toimintaohjelma⁴⁴ ja Rahapelipoliittinen ohjelma⁴⁵. Mielen terveyden häiriöiden ohella päihdeongelmiin ja riippuvuuksiin liittyy erilaisia kielteisiä ennakkoluuloja eli stigmaa sekä siitä johtuvaa syrjintää. Ennakkoluulojen, asenteiden ja syrjivien käytänteiden muuttaminen edellyttää tiivistä yhteistyötä eri toimijoiden kesken. Vahvistamalla esimerkiksi päihderiippuvuutta sairastavien tai päihdeongelmien kanssa elävien ihmisten osallisuutta ja yhdenvertaista mahdollisuutta saada tarvitsemiaan palveluita, koulutusta ja työtä, tuetaan myös mielen terveyttä ja ehkäistään itsemurhia. **Ehkäisevän päihdetyön ja päihde- ja riippuvuuspalvelujen laatusuosituksen** päivityksen (STM) tavoitteena on tukea päihde- ja riippuvuushoidon sekä sosiaalihuollon päihde- ja riippuvuustyön ja sen erityisten palveluiden järjestämistä ja kehittämistä.

Hyvät arkiympäristöt ovat yhtenä painopisteenä **Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen periaatepäätöksessä** (STM). Mielen terveystaitojen vahvistaminen on osa terveellistä, turvallista, esteetöntä ja esteettistä arjen ympäristöä.⁴⁶ Periaatepäätöksen toimeenpanosuunnitelma sisältää useita poikkihallinnollisia toimenpiteitä, jotka liittyvät eri ikä- ammattiryhmien mielen terveystaitojen ja –osaamisen, osallisuuden sekä mielen terveyttä edistävän toimintakulttuurin vahvistamiseen ja kehittämiseen.⁴⁷ **Kansallisen terveys- ja hyvinvointiohjelman 2023-2027 (Terveyskeskus –ohjelma)** keskiössä ovat poikkihallinnolliset ennaltaehkäisevät toimenpiteet, joilla edistetään ihmisten hyvinvointia ja terveyttä sekä työ- ja toimintakykyä. *Kansansairauksia voidaan ehkäistä merkittävästi vaikuttamalla riskitekijöihin, kuten tupakointiin, alkoholinkäyttöön, ruokavalioon, liikkumattomuuteen ja ylipainoon sekä yksinäisyyteen, joka on yksi mielen terveyttä vaarantava tekijä.*⁴⁸ Terveyskeskus –ohjelman toimenpidekokonaisuudet sisältävät esimerkiksi ravitsemusterveyden edistämisen, lasten ja nuorten empatiataitojen ja terveyden lukutaidon kehittämisen sekä yhteisöllisyyden lisäämisen

⁴⁴ Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Väliarviointi ja tehostettavat toimet vuoteen 2025. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja ja muistioita 2021:13.

⁴⁵ Rahapelipoliittinen ohjelma. Valtioneuvoston julkaisuja 2022:40. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-871-0>

⁴⁶ Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:14.

⁴⁷ Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Toimeenpanosuunnitelma. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:27.

⁴⁸ Terveyskeskus – kansallinen terveys- ja hyvinvointiohjelma - Sosiaali- ja terveysministeriö (stm.fi)

ja yksinäisyyden ehkäisyn toimenpiteitä. Toimenpiteillä on myös mielenterveyttä edistäviä vaikutuksia.

Kansalliseen lapsistrategiaan (STM) on kirjattu lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja oikeuksien toteutumisen nykytila Suomessa sekä keskeiset tavoitteet ja toimenpiteet niiden edistämiseksi. Kansallinen lapsistrategia koskee kaikkia alle 18-vuotiaita. Lapsistrategia perustuu YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen.⁴⁹

Väkivallaton lapsuus –toimenpidesuunnitelmassa 2020-2025 (STM) on kansallisia tavoitteita ja toimenpiteitä 0-17 –vuotiaisiin lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyyn. Lasten arkiympäristöissä ja perusopetuksessa on tärkeää, että edistetään lasten mielenterveystaitoja, joita ovat esimerkiksi tunne- ja kaveritaidot, keinot selviytyä pettymyksistä ja vaikeuksista, hyvä itsetunto, empatiakyky ja monet arjen taidot, joiden kautta opitaan arvostamaan itseä ja muita. On myös tunnistettu, että perhe ja vanhemmat tarvitsevat mielenterveystaitojen opastusta, ja tietoa esimerkiksi mielenterveyttä suojaavista ja vaarantavista tekijöistä sekä turvallisen kasvuympäristön merkityksestä lapsen ja nuoren mielenterveyteen ja kokonaisuhyvinvointiin.⁵⁰

Valtakunnallisen nuorisotyön ja –politiikan ohjelman 2024-2027 (OKM) keskeinen näkökulma on, että nuorten mielenterveyden tukemisessa tarvitaan monipuolista tietoa ja välineitä. Tavoitteena on, että jokaisella nuorella on pääsy oikea-aikaisiin ja laadukkaisiin mielenterveyspalveluihin. Tämä tarkoittaa mm. sitä, että kouluissa ja nuorisotyössä tunnistetaan mielenterveyden tuen tarpeita ja apua on saatavilla helposti ja ajoissa. Tavoitteena on myös, että jokaisella nuorella on mielenterveyttä vahvistavaa mielekästä vapaa-ajan toimintaa. Lisäksi on tavoitettava koulun ja työn ulkopuolella olevia nuoria (NEET-nuoret) sekä turvattava heille mielenterveyden tukea. Moniammatillinen yhteistyö, nuorten mielenterveyden edistäminen ja mielenterveystaitojen vahvistaminen tapahtuvat nuorten omassa arjessa ja ympäristöissä.⁵¹

⁴⁹ Lapsistrategia, [haettu 20.6.2024].

⁵⁰ Väkivallaton lapsuus. Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020-2025. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2019:27.

⁵¹ Valtakunnallinen nuorisotyön ja –politiikan ohjelma (VANUPO) 2024-2027- Vahvistetaan nuorten hyvinvointia monialaisin toimenpitein. Valtioneuvoston periaatepäätös OKM/2024/17.

YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksien yleissopimuksen kansallisessa toimintaohjelmassa 2020-2023 (STM) korostettiin vammaisten ihmisten oikeutta asiakaslähtöisiin, tarpeenmukaisiin ja oikea-aikaisiin terveydenhuollon palveluihin ja kuntoukseen. Mielenterveys- ja päihdehoidon näkökulmasta on nostettu esille erityisesti yhdenvertainen hoitoon ja palveluihin pääsy sekä eri palvelujen yhteensovittaminen ja jatkuvuus.⁵² **EU:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevassa strategiassa 2021-2030** todetaan mm. seuraavasti: *”Vammaisilla on oikeus hyviin oloihin työpaikalla, itsenäiseen elämään, yhtäläisiin mahdollisuuksiin ja täysipainoiseen osallistumiseen yhteisönsä elämään. Kaikilla on oikeus esteettömään elämään. Yhteisönä velvollisuutemme on varmistaa heidän täysipainoinen osallistumisensa yhteiskuntaan yhdenvertaisesti muiden kanssa.”* Strategiasa korostetaan vammaisuuden moninaisuutta ja puuttumista niihin esteisiin, joita vammaiset usein kohtaavat. Esteet voivat liittyä esimerkiksi etniseen alkuperään, seksuaalisuuteen, uskontoon tai vaikeaan sosioekonomiseen asemaan. Erityistä huomiota on kiinnitettävä myös naisiin, lapsiin, ikääntyneisiin, kodittomiin, pakolaisiin, maahanmuuttajiin, romaneihin ja muihin etnisiin vähemmistöihin.⁵³

Yhdistyneiden kansakuntien (YK) ja Euroopan neuvoston (EN) piirissä on neuvoteltu keskeisimmät **ihmisoikeussopimukset**, joita allekirjoittajamaat ovat sitoutuneet noudattamaan. Ihmisoikeusvelvoitteiden täytäntöönpanosta raportoidaan säännöllisesti YK:n ja EN:n sopimusvalvontaelimille, jotka antavat raporttien käsittelyn jälkeen kansallisia suosituksia velvoitteiden täytäntöönpanosta.⁵⁴ **YK:n lapsen oikeuksien komitea** antoi 2023 Suomelle suosituksia, jotka koskivat mm. lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen saatavuuden parantamista, ammattilaisten osaamisen vahvistamista, ehkäisevien ja varhaisen puuttumisen toimien tehostamista, heikommassa asemassa ja tilanteessa olevien lasten, nuorten ja heidän perheidensä tarpeiden parempaa huomioimista sekä itsemurhien ehkäisyn vahvistamista.⁵⁵ **YK:n taloudellisten, sosiaalisten ja sivistyksellisten oikeuksien komitea** kiinnitti huomiota 2021 loppupäätelmässään myös mielenterveyden hoidon yhdenvertaisen

⁵² Oikeus osallisuuteen ja yhdenvertaisuuteen. YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksien yleissopimuksen kansallinen toimintaohjelma 2020-2023. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2021:2.

⁵³ EUR-Lex - 52021DC0101 - EN - EUR-Lex (europa.eu)

⁵⁴ Ihmisoikeussopimukset ja -raportit - Ulkoministeriö [haettu 4.11.2024]

⁵⁵ Convention on the Rights of the Child. CRC/C/FIN/CO/5-6. United Nations, Committee on the Rights of the Child 15.11.2023.

saatavuuden vahvistamiseen erityisesti tilanteissa, joissa henkilö on menettänyt vapautensa kuten esimerkiksi vankeusaikana⁵⁶. **YK:n kidutuksen vastaisen komitean loppupäätelmissä 2024** todettiin mielenterveyspalvelujen saatavuuden parantamisen lisäksi esimerkiksi, että Suomen tulee vahvistaa laitoksissa olevien henkilöiden mahdollisuutta virkistys- ja koulutustoimintaan, ja näin edistää kuntoutumista ja paluuta yhteiskuntaan⁵⁷. **YK:n naisten syrjinnän poistamista käsittelevä komitea** suositteli 2022 mm. syömishäiriöiden varhaisempaa tunnistamista ja puuttumista sekä nuorten ikäluokkien itsemurhien ehkäisyn tehostamista⁵⁸. **Ihmiskaupan vastaisen toiminnan asiantuntijaryhmä (GRETA)** kiinnitti huomiota raportissaan 2024 mm. ihmiskaupan uhrien psyykkisen tuen oikea-aikaisen saatavuuden vahvistamiseen⁵⁹. **YK:n ihmisoikeuskomitean loppupäätelmissä 2021** nostetaan esille esimerkiksi potilaan oikeuksien turvaaminen tahdosta riippumattoman psykiatrisen hoidon aikana⁶⁰. Suomi on saanut kansainvälisten ihmisoikeussopimusten täytäntöönpanoa valvovalta sopimusvalvontaelimiltä useita suosituksia, jotka koskevat eri vähemmistöryhmiin tai muusta syystä haavoittuvassa tai eriarvoisessa tilanteessa olevien ihmisten mielenterveyden edistämistä, ehkäiseviä toimia ja pääsyä mielenterveyspalveluihin.

Toimintaohjelmassa rasismien torjumiseksi ja hyvien väestösuhteiden edistämiseksi (OM) keskeisenä tavoitteena on poistaa eri hallinnonalojen yhteisillä toimenpiteillä yhteiskunnan eriarvoistavia rakenteita, vahvistaa työelämän syrjimättömyyttä sekä lisätä viranomaisten tietoisuutta yhdenvertaisuudesta ja rasismien ilmenemismuodoista.⁶¹ **Uutta vauhtia yhdenvertaisuuteen Suomessa: Valtioneuvoston toimenpideohjelmassa rasismien torjumiseksi ja yhdenvertaisuuden edistämiseksi (VN) 2024** on koottuna yhteiskunnan eri alueilta aktiivisia ja konkreettisia toimia rasismien torjumiseksi. Toimenpideohjelma sisältää

⁵⁶ Economic and Social Council. E/C.12/FIN/CO/7. United Nations, Committee on Economic, Social and Cultural Rights 30.3.2021.

⁵⁷ Convention against Torture and Other Cruel, Inhuman or Degrading Treatment or Punishment. CAT/C/FIN/CO/8. United Nations, Committee against Torture 3.6.2024.

⁵⁸ Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women. CEDAW/C/FIN/CO/8. United Nations, Committee on the Elimination of Discrimination against Women 1.11.2022.

⁵⁹ Evaluation report – Finland. Third evaluation round. Access to justice and effective remedies for victim of trafficking in human beings. GRETA 10.6.2024.

⁶⁰ International Covenant on Civil and Political Rights. CCPR/C/FIN/CO/7. United Nations, Human Rights Committee 3.5.2021.

⁶¹ Yhdenvertainen Suomi. Valtioneuvoston toimintaohjelma rasismien torjumiseksi ja hyvien väestösuhteiden edistämiseksi. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:34.

uusia avauksia esimerkiksi *yhteiskunnallisen ilmapiirin ja väestöryhmien välisten suhteiden parantamiseen, tietoisuuden lisäämiseen haasteista ja ratkaisuista sekä erityisesti työelämässä ja koulutuksessa tapahtuvan rasismien ja syrjinnän torjumiseen*.⁶² Syrjinnästä seuraa usein mielenterveyden haasteita ja tukemalla syrjimättömyyttä, edistetään myös mielenterveyttä.

Toimenpideohjelmassa nuoriso- ja jengirikollisuuden ehkäisemiseksi ja torjumiseksi 2024-2027 (OM) tunnistetaan mielenterveyden tuen merkitys, varhaisen puuttumisen ja poikkihallinnollisen ennaltaehkäisevän työn tärkeys esimerkiksi rikoskierteen katkaisemiseksi. Rangaistukset eivät yksin riitä vaan lisäksi tarvitaan esimerkiksi mielenterveys-, päihde- ja asumispalveluita sekä keinoja irrottautua rikollisesta elämäntavasta. Ohjelman tavoitteena on antaa varhaisen vaiheen tukea lapsille, nuorille ja perheille, puuttua nopeasti nuorten rikolliseen käyttäytymiseen rikosprosessin yhteydessä, lisätä nuorten ja huoltajien vastuuta rikoksella aiheutetuista vahingoista, parantaa viranomaisten yhteistyötä ja tiedonvaihtoa, tehostaa rikosprosessia nuoriso- ja katujengirikollisuuden torjumiseksi, kiristää rangaistuksia, lisätä velvoittavuutta nuorten rikosseuraamuksiin ja ehkäistä katujengeihin liittymistä yhteisöissä ja alueilla. Ohjelman toimet keskittyvät riskiryhmiin ja rikoksiin jo syyllistyneisiin.⁶³

Kansallisen talousosaamisen strategian (OM) tavoitteena on parantaa kansalaisten talousosaamista ja ymmärrystä talousosaamisen merkityksestä omassa elämässään. On tärkeää, että ihminen pystyy tekemään taloudenpitonsa kannalta sellaisia päätöksiä, jotka edistävät arjen hallintaa. Hyvä oman talouden hallinta myös suojaa mielenterveyttä, vahvistaa taloudellista hyvinvointia ja lisää joustavuutta elämän eri muutostilanteissa.⁶⁴

Ohjelma pitkäaikaisasunnottomuuden poistamiseksi vuoteen 2027 mennessä (YM) vahvistaa valtion, hyvinvointialueiden, kaupunkien sekä järjestöjen yhteistyötä pitkäaikaisasunnottomuuden poistamiseksi. Jotta tavoitteeseen päästään, tarvitaan räätälöityjä asumisratkaisuja kuten tuetun asumisen yksiköitä ja samanaikaisesti

⁶²Uutta vauhtia yhdenvertaisuuteen Suomessa : Valtioneuvoston toimenpideohjelma rasismien torjumiseksi ja yhdenvertaisuuden edistämiseksi - Valto

⁶³ Toimenpideohjelma nuoriso- ja jengirikollisuuden ehkäisemiseksi ja torjumiseksi. Oikeusministeriön julkaisuja. Mietintöjä ja lausuntoja 2024:13.

⁶⁴ Talousosaamisen edistäminen - Oikeusministeriö (oikeusministerio.fi), [haettu 20.6.2024].

asumista tukevia sosiaali- ja terveyspalveluja ja muita tukipalveluja. Pitkäaikaisasunnottomuuteen liittyy usein esimerkiksi talousneuvonnan, mielenterveys- ja päihdepalvelujen tarvetta, jolloin tarvitaan yli hallintorajat ylittäviä toimenpiteitä.⁶⁵

Kansallisen Ikäohjelman vuoteen 2030: Tavoitteena ikävyväkäs Suomi (STM) keskeinen näkökulma on esimerkiksi ennaltaehkäisevät ja ikääntyneen toimintakykyä vahvistavat toimet. Hyvä mielenterveys on osa psyykkistä toimintakykyä ja tavoitteena onkin, että uusilla innovatiivisilla tavoilla voidaan tukea ja motivoida iäkkäiden terveyttä ja hyvinvointia sekä näin edistää heidän osallisuuttaan, mielenterveyttään ja terveellisiä elintapoja. Ikäohjelman mukaan päihteiden käyttö, mielenterveyden ongelmat ja yksinäisyys ovat iäkkäiden hyvinvointia ja toimintakykyä heikentäviä haasteita, joita pitäisi ennaltaehkäistä.⁶⁶ **Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävän palvelujen turvaamiseksi 2024-2027** (STM) korostaa iäkkään ihmisen toimintakyvyn ylläpitämistä, joka luo perustan elää omannäköistä elämää ja selviytyä itselle merkityksellisistä sekä välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista. Laatusuosituksen vaikuttavuustavoitteessa ”iäkkäät ovat toimintakykyisiä pidempään” suositellaan, että mielen hyvinvointi tunnustetaan osana iäkkäiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja toimintakykyä.⁶⁷

Mielenterveyden häiriöt ovat yksi suurimmista syistä työkyvyttömyyden taustalla ja kehityssuunnan muuttamiseksi tarvitaan erilaisten palvelujen sovittamista yhteen, monialaista työtä ja yhteistyörakenteita sekä asiakaslähtöisyyttä. Työkyvyn ja työllistymisen tukeminen edistävät mielenterveyttä ja toimintakykyä sekä ehkäisevät syrjäytymistä. Nykyisen **Työkykyohjelman** (STM) toimenpiteet kohdistuvat koko työikäiseen väestöön huomioiden myös ikääntyvät työntekijät. **Työelämän mielenterveysohjelma** (STM) on osa kansallista mielenterveysstrategiaa ja sen konkreettisina pitkän aikavälin tavoitteina ovat mielenterveysperusteiset sairauspoissaolojen ja työkyvyttömyyseläkkeiden väheneminen sekä työyhteisöjen

⁶⁵ Ohjelma pitkäaikaisasunnottomuuden poistamiseksi vuoteen 2027 mennessä - Ympäristöministeriö, [haettu 20.6.2024].

⁶⁶ Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030. Tavoitteena ikävyväkäs Suomi. Sosiaali- ja terveydenhuollon julkaisuja 2020:31.

⁶⁷ Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024-2027. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2024:4.

hyvän mielenterveyden merkityksen nykyistä parempi ymmärrys työelämän menestystekijänä.⁶⁸

Työympäristön ja työhyvinvoinnin linjaukset vuoteen 2030 täsmentävät sosiaali- ja terveysministeriön strategiaa ja ohjaavat ministeriön ja sen hallinnonalan toimintaa, jotta työ olisi terveellistä ja turvallista. Työn psykososiaalisen kuormituksen arvioidaan lisääntyvän työn muutoksen myötä. Toisaalta muuttuva työ edellyttää mm. oppimiskyvykkyyttä, motivaatiota ja jatkuvaa oppimista. Hyvä mielenterveys on edellytys näiden työelämän metataitojen omaksumiselle. Mielenterveyttä voidaan edistää työpaikoilla ja työterveysyhteistyössä monin eri tavoin ja työpaikat ovatkin tärkeitä mielenterveyden edistämisen areenoja.⁶⁹

Työ- ja elinkeinoministeriö on asettanut työryhmän vaikeassa työmarkkina-asemassa olevien työllistymiseksi ja työelämäosallisuuden lisäämiseksi. Työryhmän toimikausi on 1.4.2024-31.3.2027. Työryhmän tavoitteena on työelämän vastaanottokyvyn vahvistaminen, jonka seurauksena vaikeassa työmarkkina-asemassa olevien henkilöiden työllistyminen ja työelämäosallisuus lisääntyvät. Työryhmän tehtävä on valmistella **toimintaohjelma vaikeassa työmarkkina-asemassa olevien ryhmien työelämään osallistumisen lisäämiseksi** ja seurata ohjelman toteutusta.⁷⁰

Kielibarometrissa 2020⁷¹ ilmenee että mielenterveyspalveluiden saatavuus ruotsin kielellä on heikompaa kuin suomen kielellä. Tilanne on edelleen huonontunut vuodesta 2016. Vuonna 2020 on toteutettu myös **saamebarometri**⁷² ja **viittomakielibarometri**⁷³. Kyselyissä ei ole erikseen selvitetty omakielisten mielenterveyspalveluiden saatavuutta, mutta yleisesti voidaan todeta, että saamenkielisten terveys- ja sosiaalipalveluiden saatavuudessa on haasteita. Viittomakielisiä sosiaali- ja terveyspalveluja ei juurikaan ole saatavilla, mutta viittomakielibarometrin perusteella voi sanoa, että kaikkein todennäköisimmin tulkki on

⁶⁸ Työelämän mielenterveysohjelma - Sosiaali- ja terveysministeriö (stm.fi), [haettu 5.1.2023].

⁶⁹ Työympäristön ja työhyvinvoinnin linjaukset vuoteen 2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2019:3.

⁷⁰ <https://tem.fi/hanke?tunnus=TEM017:00/2024>, [haettu 20.6.2024].

⁷¹ Lindell M (2021). Kielibarometri 2020. Selvityksiä ja ohjeita. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:2.

⁷² Arola L (2021). Saamebarometri 2020 – selvitys saamenkielisten kielellisten oikeuksien toteutumisesta. Selvityksiä ja ohjeita. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:1.

⁷³ Rainó P (2021). Viittomakielibarometri 2020 – Tutkimusraportti. Selvityksiä ja ohjeita. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:4.

viranomaisen toimesta tilattu sairaalaan ja terveydenhuollon palveluihin, mutta enimmäkseen vain osaksi aikaa. Saamelaisten ja Suomen valtion välistä totuus- ja sovintokomissiotyötä tukemaan on vuonna 2022 perustettu saamelainen psykososiaalisen tuen yksikkö. Kuurojen ja viittomakielisten totuus- ja sovintoprosessiin liittyvä työ jatkuu oikeusministeriössä. Työn yhtenä osa-alueena on kohderyhmän psykososiaalisen tuen järjestäminen.

Kansalliskielistrategian (VN/OM) mukaan Suomi rakentaa kansallista ja kansainvälistä tulevaisuuttaan osana vakaata ja turvallista pohjoiseurooppalaista yhteisöä. Kansalliskielten, suomen ja ruotsin, tosiasiallinen kielellinen yhdenvertaisuus edellyttää eräissä tapauksissa erityisjärjestelyjä vähemmän käytetyn kieliryhmän kielellisten oikeuksien turvaamisesta.⁷⁴ Mielenterveyttä edistävien toimien tulee olla yhdenvertaisesti saatavilla molemmilla kielillä.

Yhteiskunnan turvallisuusstrategiassa (Turvallisuuskomitea, PLM) tarkastellaan henkisen kriisinkestävyuden merkitystä yksilöiden, yhteisöjen ja koko yhteiskunnan kriiseistä selviytymisen näkökulmasta. Hyvä henkinen kriisinkestävyys auttaa toimimaan kriiseissä, mutta se edistää myös toipumaan niistä. Kun yhteiskunta torjuu eriarvoisuutta, ehkäisee syrjäytymistä ja tekee päätöksiä sekä toimenpiteitä, jotka edistävät hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn tasaista jakautumista, se tukee väestönsä henkistä kriisinsietokykyä ja vakaata yhteiskuntaa. Henkisen kriisinkestävyuden rakentamiseen tarvitaan kaikkia eri toimijoita, joita ovat viranomaisten lisäksi esimerkiksi kansalaiset itse, järjestöt, kuntien eri toimijat ja koulutuspalvelut.⁷⁵

Poliisin liikennevalvonnan ja –turvallisuuden ohjelmassa (SM) mielenterveyden ongelmat ovat yhtenä liikenteen riskikäyttäytymisen ja itsemurhien taustatekijänä. Päihteiden ja lääkkeiden käyttö, mielentilaan liittyvät tekijät ja vaikea elämäntilanne ovat usein kietoutuneet toisiinsa. Tieliikenneitsemurhien tekijöistä valtaosa on miehiä ja useimmilla on taustalla elämän hallinnan ja mielenterveyden ongelmia. Itsemurhavaaran huomioiminen liikenneturvallisuustyössä ja liikenneväylien

⁷⁴ Kansalliskielistrategia – Nationalspråksstrategi. Valtioneuvoston periaatepäätös – Principbeslut av statsrådet. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja | Statsrådets kanslis publikationsserie 4/2012.

⁷⁵ Yhteiskunnan turvallisuusstrategia 2017. Valtioneuvoston periaatepäätös 2.11.2017. Turvallisuuskomitea.

ympäristösuunnittelussa, mielenterveyden ongelmien tunnistaminen ja niihin puuttuminen sekä turmien ennaltaehkäisy edellyttävät poliisin ja terveydenhuollon välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä.⁷⁶

Liikenneturvallisuusstrategissa (LVM) liikenneturvallisuus ja -kasvatus nähdään hyvin laajana koko yhteiskuntaa koskevana asiana. Se koskee eri hallinnonaloja ja sen eri tasoja sekä kaikkia liikennemuotoja. Liikenneturvallisuustyöhön liittyy myös ennaltaehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö. Liikenneitsemurhien ehkäisyllä on aina laajempia hyvinvointivaikutuksia, koska itsemurha vaikuttaa läheisten lisäksi tilanteissa usein mukana oleviin sivullisiin. Poikkihallinnollinen yhteistyö viranomaisten ja eri toimijoiden välillä tukee siten ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä ja itsemurhien ehkäisyä.⁷⁷

Kestävän kehityksen toimikunnan Agenda 2030 tiekartassa Hyvinvointi, terveys ja yhteiskunnallinen osallisuus – teema on määritetty yhdeksi muutosalueeksi, koska hyvinvointi- ja terveyserot eivät ole kaventuneet toivotulla tavalla. Yhtenä sisältönä ja muutoksen kohteena on nostettu esille niin nuorten kuin työikäistenkin kasvanut psyykinen kuormittuneisuus ja mielenterveyden haasteet. Muutos edellyttää mm. matalan kynnyksen mielenterveyspalvelujen parempaa tarjontaa ja saatavuutta sekä kaikkien ikäryhmien monipuolisten vapaa-ajan ja harrastamisen mahdollisuuksien turvaamista.⁷⁸

Liikuntapolitiisessa selonteon (VN/OKM) mukaan liikunnalla on suuri merkitys yksilön psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Liikunnalla on todettu olevan merkittäviä hyötyjä useiden kansansairauksien ehkäisyssä ja hoidossa, joihin kuuluvat myös mielenterveyden ongelmat. Jokaisella ihmisellä on oikeus saada mielihyvää ja myönteisiä kokemuksia liikunnasta.⁷⁹

Suomi liikkeelle -ohjelman 2024-2027 (OKM) tavoitteena on, että eri ikäiset ihmiset liikkuvat aiempaa enemmän. Ohjelmalla edistetään mahdollisuuksia liikkua ja

⁷⁶ Poliisin liikennevalvonnan ja –turvallisuuden ohjelma vuosille 2021-2030. Sisäministeriön julkaisu 2021:14.

⁷⁷ Liikenneturvallisuusstrategia 2022-2026. Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisu 2022:3.

⁷⁸ Kestävän kehityksen toimikunnan Agenda2030 –tiekartta. Valtioneuvoston kanslian julkaisu 2022:9.

⁷⁹ Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta. Valtioneuvoston julkaisu 2018.

liikkumista tukevia arjen valintoja. Liikunnan harrastaminen ei ole riittänyt korvaamaan vähentyntä arjessa liikkumista, mikä on heikentänyt väestön terveyttä ja hyvinvointia sekä työ- ja toimintakykyä. Liikkumisella on vahva yhteys myös mielenterveyteen. Suomi liikkeelle -ohjelman toimenpiteissä nostetaan esiin myös liikunnan merkitys mielenterveyden edistämässä.⁸⁰

Kansallisen CAP-suunnitelman 2022-2027 toimenpiteillä edistetään muun muassa yhteistyötä sosiaalisen hyvinvoinnin, osallisuuden ja jaksamien lisäämiseksi. Esimerkiksi älykkäiden kylien yhteistyötoimenpiteessä edistetään kestävää hyvinvointia, ennaltaehkäistään segregatiota ja eriarvoisuutta ihmisten välillä, parannetaan maahanmuuttajien kotoutumista, turvallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Hyvinvointi, jaksaminen, sosiaalinen huolenpito maaseutuyhteisöissä on keskeinen sosiaalinen ulottuvuus myös neuvontapalveluiden (Neuvo) toimenpiteessä. Laaja-alaiseen CAP-suunnitelman toimenpiteisiin sisältyy myös luontopohjaisten hyvinvointipalveluiden kehittämisen toimenpide.⁸¹

Kansallisessa metsästrategiassa 2035 (MMM) tunnistetaan myös alueiden erilaistuminen sekä väestön ikääntyminen ja sen vaikutukset yhteiskunnassa, kaupungistuminen, globaali väestönkasvu ja tietoisuus luonnon terveys- ja hyvinvointihyödyistä. Luonnosta haetaan terveyttä, iloa, elämyksiä, luonnon tuotteita ja luonnossa liikutaan paljon. Lähimetsät ovatkin tärkeä hyvinvoinnin ja virkistyksen lähde eri ikäisille asukkaille.⁸² **Kansallisessa luonnon virkistyskäytön strategiassa 2030** (YM) tunnistetaan myös lähi- ja kaupunkiluonnon merkitys väestön terveyteen ja hyvinvointiin. Mielen hyvinvointia edistävät mm. kaupunkien viheralueet ja erilaisten alueiden lähiluonto, joihin kaikilla on vapaa pääsy.⁸³ **Maaseutupoliittisen selonteon 2023-2027** (VN) valmistelu on käynnissä maa- ja metsätalousministeriön johdolla poikkihallinnollisesti ja osallistavasti. Ihmisten arjen sujuminen ja hyvä toimintakyky muuttuvassa ympäristössä sekä maantieteeseen perustuvan eriarvoisuuden kasvun tunnistaminen ja ehkäiseminen, liikkumisen mahdollisuuksien turvaaminen, kansalaistoiminnan ja osallisuuden vahvistaminen, palvelujen digitaalinen ja fyysinen

⁸⁰ Suomi liikkeelle - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö, [haettu 20.6.2024].

⁸¹ Suomen+viimeistely+CAP-suunnitelma+2023-2027.pdf (valtioneuvosto.fi), [haettu 20.6.2024].

⁸² Kansallinen metsästrategia 2035. Maa- ja metsätalousministeriön julkaisuja 2023:22.

⁸³ Kansallinen luonnon virkistyskäytön strategia 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös. Valtioneuvoston julkaisuja 2022:13.

saavutettavuus ovat ihmisten kokonaishyvinvoinnin ja siten myös mielenterveyden näkökulmasta keskeisiä asioita.⁸⁴

Ympäristötunteista puhutaan paljon ja erityisesti nuoret kokevat tarvetta vaikuttaa ilmastoasioihin ja –politiikkaan. Kansallisia tavoitteita ja linjauksia sekä toimenpiteitä löytyy mm. työ- ja elinkeinoministeriön⁸⁵, valtiovarainministeriön⁸⁶, maa- ja metsätalousministeriön⁸⁷ sekä sosiaali- ja terveysministeriön⁸⁸ suunnitelmista. Ympäristöministeriö koordinoi ilmastolakia, joka määrittää suunnitelmien koordinoitavastuut. Lakisääteisiä ilmastolain mukaisia suunnitelmia ovat **Kansallinen ilmastomuutokseen sopeutumissuunnitelma**, TEM:n koordinoima pitkän aikavälin suunnitelma, MMM:n maankäyttösektorin suunnitelma ja YM:n koordinoima keskipitkän ajan suunnitelma.

Kuntien ja hyvinvointialueiden on lain mukaan edistettävä asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä sekä valmistettava valtuustokausittain **hyvinvointikertomus ja –suunnitelma**.⁸⁹ Kevään 2022 kuntakyselyssä lähes kaikki vastanneet kunnat kertoivat, että mielenterveyden edistäminen on kunnan eri hallinnonalojen ja muiden toimijoiden välistä hyvinvointityötä ja siihen liittyvät toimet on kirjattu kunnan hyvinvointisuunnitelmaan ja/tai –kertomukseen.⁹⁰

Yhteinen piirre eri strategioissa ja ohjelmissa, joissa mielenterveys on mukana, on poikkihallinnollisuus. Tavoitteet mielenterveyden edistämiseen ja myös ehkäisevän työn sekä mielenterveyspalvelujen laadun, saatavuuden ja saavutettavuuden

⁸⁴ Maaseutupoliittinen selonteko - Maa- ja metsätalousministeriö (mmm.fi), [haettu 20.6.2024].

⁸⁵ Hiilineutraali Suomi 2035 – kansallinen ilmasto- ja energiastrategia. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisu 2022:53.

⁸⁶ Valtiovarainministeriön ilmasto- ja luontostrategia 13.12.2022. Valtiovarainministeriö.

⁸⁷ Kansallinen ilmastomuutokseen sopeutumissuunnitelma 2022. Valtioneuvoston periaatepäätös 20.11.2014. Maa- ja metsätalousministeriö.

⁸⁸ Ilmastonmuutos sosiaali- ja terveyssektorilla. Sosiaali- ja terveysministeriön ilmastomuutokseen sopeutumisen suunnitelma (2021-2031). Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2021:20.

⁸⁹ Laki sosiaali- ja terveydenhuollon... 612/2021 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX® [haettu 20.6.2024].

⁹⁰ Rotko T, Cresswell-Smith J, Kauppinen T, Kilpeläinen K, Solin P, Suvisaari J & Tamminen N (2022). Mielenterveysstrategian ja mielenterveysvaikutusten ennakoarvioinnin nykytila Suomessa ja maailmalla. Tutkimuksesta tiiviisti 59/2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

parantamiseksi ovat sellaisia, että niihin tarvitaan väestön, yhteiskunnan eri toimijoiden ja päättäjien välistä laaja-alaista yhteistyötä.

Liite 2. Meneillään olevaa kehittämistä

Mielenterveys pääomana

Hallitusohjelman mukaan kansansairauksia voidaan vähentää merkittävästi vaikuttamalla riskitekijöihin, kuten tupakointiin, alkoholinkäyttöön, ruokavalioon, liikkumattomuuteen ja ylipainoon, sekä yksinäisyyteen, joka on yksi mielenterveyttä vaarantava tekijä. Toteutetaan poikkihallinnollisesti ja yhdessä järjestöjen kanssa kansallinen terveys- ja hyvinvointiohjelma, jolla vahvistetaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vaikuttavuutta ottamalla käyttöön vaikuttaviksi arvioituja käytäntöjä sekä kehitetään uusia ratkaisuja perustuen kokonaistaloudelliseen hyötyyn ja kustannusvaikuttavuuteen.

Valmisteltavassa Terveudeksi –kansallisen terveys- ja hyvinvointiohjelman pitkän aikavälin tavoitteena on muun muassa vähentää ja ehkäistä keskeisten kansansairauksien ja niiden riskitekijöiden aiheuttamaa hyvinvointivajetta ja väestöryhmien välisiä eroja terveys- ja hyvinvointiongelmassa. Ohjelman tavoitteena on myös vähentää eri ikäisten kokemaa yksinäisyyttä; tavoite onkin mukana läpileikkaavasti eri toimenpiteissä erillisen toimenpidekokonaisuuden lisäksi. Terveudeksi-ohjelman toimenpiteillä pyritään vaikuttavasti edistämään hyvinvoinnin ja terveyden jakautumista nykyistä tasaisemmin eri väestöryhmien ja alueiden välillä. Lisäksi on tärkeää kohdentaa toimenpiteitä sellaisille kohderyhmille, jotka hyötyvät niistä eniten.⁹¹

Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa

⁹¹ Terveudeksi – kansallinen terveys- ja hyvinvointiohjelma - Sosiaali- ja terveysministeriö (stm.fi)

Hallitusohjelman mukaan hallitus panostaa ennaltaehkäiseviin toimenpiteisiin, kuten etsivään nuorisotyöhön ja nuorten työpajoihin sekä syrjäytymisen ehkäisemiseen molemmilla kansalliskielillä ja saamen kielillä. Erityisesti kiinnitetään huomiota erityisesti haavoittuvimmissa asemissa oleviin nuoriin. Hallitus edistää koulu- ja oppilaitosnuorisotyötä sekä turvallisten aikuisten läsnäoloa kouluissa. Lasten ja nuorten harrastamisen kokonaisuutta kehitetään yhteistyössä harrastustoimijoiden kanssa. Huomioidaan erityisesti ilman harrastusta olevat ja harrastuspudokkuudesta kärsivät lapset ja nuoret.

Hallitus edistää lapsiperhemyönteistä politiikkaa kaikilla tasoilla ja kiinnittää huomiota lapsi- ja perhevaikutusten arviointiin päätöksenteossa. Hallitus tunnistaa lapsiperheiden monimuotoisuuden. Lapsistrategiatyössä tunnistettuja toimia jatketaan osana hallituksen lapsi- ja perhepolitiikan toimeenpanoa.

Lasten ja nuorten mielenterveyttä ja sitä vahvistavia tekijöitä voidaan tukea varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa sekä harrastuksissa. Tukemalla myönteistä vanhemmuutta voidaan tukea lasten kehitystä. Mielenterveyden tukemisen kulttuuri, vanhemmuuden tuki ja mielenterveystaitojen kehittämien onkin luontevaa saada osaksi lasten ja nuorten arkiympäristöjä ja lähiyhteisöjä.⁹² Opiskeluholloilla on tässä merkittävä lakisääteinen tehtävä mm. opiskelijan hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi niin ennaltaehkäisevänä koko oppilasyhteisöä tukevana yhteisöllisenä työnä kuin oppilaan oikeutena yksilökohtaiseen opiskeluholtoon. Opiskeluholto kattaa esi- ja perusopetuksen, lukiokoulutuksen, ammatillisen koulutuksen, tutkintokoulutukseen valmentavan koulutuksen ja vapaan sivistystyön oppivelvollisille suunnatun koulutuksen sekä oppivelvollisuuttaan aikuisten perusopetukseen osallistumalla suorittavat.⁹³

Lapsuus ja nuoruus ovat tärkeää ja merkityksellistä aikaa koko elämänkaaren aikaiselle hyvinvoinnille ja hyvälle mielenterveydelle. Hyvä mielenterveys auttaa mm. hyväksymään elämän tuomia muutoksia ja sietämään menetyksiä. Se on muuttuva voimavara arjessa, jota tukevat terveelliset elämäntavat ja läheiset ihmissuhteet.⁹⁴

⁹² Pesonen A, Larivaara M & Hannukkala M (2022). Katsaus: Hyvän mielen koulu – Mielenterveyden edistäminen ja mielenterveystaidot varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa. Focus localis 3/2022.

⁹³ Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX® [haettu 20.6.2024].

⁹⁴ Mielenterveys - Nyyti ry [haettu 20.6.2024].

Pienituloisten lapsiperheiden toimeentulo-ongelmat kuormittavat vanhempia ja heikentävät vanhemmuutta. Tämän seurauksena perheiden arki vaikeutuu ja lasten hyvinvointi heikkenee. Taloudellinen eriarvoisuus saattaa johtaa lasten ja nuorten syrjimiseen, ryhmästä sulkemiseen ja kiusaamiseen. Toimeentulo-ongelmat ovat myös helposti periytyviä, mikä lisää entisestään lapsen tai nuoren syrjäytymisriskiä. Lapsiperheköyhyyden ehkäisy ja vähentäminen edistävät yksilöiden, perheiden lisäksi koko yhteiskunnan hyvinvointia.⁹⁵

Lapsistrategian toimeenpanossa vahvistetaan lapsivaikutusten arviointia ja lapsibudjetointia osana päätöksentekoa. Lasten ja nuorten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia myös edistetään; keskeistä on eri-ikäisten ja eritaustaisten lasten ja nuorten näkemysten selvittäminen sekä eri tavoin haavoittuvassa tilanteessa olevien lasten ja nuorten osallisuuden vahvistaminen. Lisäksi toimenpiteitä kohdistetaan esimerkiksi demokratia- ja ihmisoikeuskasvatukseen kehittämiseen ja lapsen oikeuksista kouluttamiseen. Laajan analyysin avulla selvitetään, miten lapsen oikeudet ja lasten ja nuorten nykyiset haasteet liittyvät taloudelliseen, sosiaaliseen, ekologiseen, inhimilliseen ja kulttuuriseen, sekä turvallisuuden, demokratian ja oikeusvaltion kestävyYTEEN.

Mielenterveysoikeudet

Hallitusohjelman mukaan kaikki ihmiset ovat yhdenvertaisia lain edessä. Ketään ei saa syrjiä heidän sukupuolestaan, iästään, etnisestä tai kansallisesta alkuperästään, kansalaisuudestaan, kielestään, uskonnostaan ja vakaumuksestaan, mielipiteestään, vammastaan, terveydentilastaan, seksuaalisesta suuntautumisestaan tai muusta henkilöön liittyvästä syystä.

Hyvä mielenterveys on kaikkien ihmisten perusoikeus, ja kokemukset syrjinnästä vaikuttavat kielteisesti mielenterveyteen. Mielenterveysoikeudet eivät kuitenkaan aina toteudu, vaan niiden saavuttamiseksi tarvitaan monen tasoista ja eri toimijoiden välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä sekä tietoa, jotta mielenterveyteen liittyviä virheellisiä ennakkoluuloja ja syrjintää voidaan ehkäistä ja vähentää. Kielelliset oikeudet, oikeus opiskeluun ja työhön sekä yhdenvertaisuuteen, riittävä elintaso, oikeus saada

⁹⁵ Karvonen S & Salmi M (toim.). Lapsiköyhyys Suomessa 2010-luvulla. Työpaperi 30/2016. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

tarpeenmukaisia yhteiskunnan palveluja sekä mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua yhteiskuntaan monin eri tavoin sisältyvät mielenterveysoikeuksiin.⁹⁶ Vammaisten henkilöiden näkemyksiä ja kokemuksia arkielämän syrjintäkokemuksista selvitettiin tutkimuksessa ”Vammaisena olen toisen luokan kansalainen”. Selvityksen mukaan vammaiset henkilöt kokevat yleisesti syrjintää arjessaan esimerkiksi palveluiden tarjonnassa ja saavutettavuudessa sekä työelämässä. Selvityksessä todetaan myös, että mahdollisuus työssäkäyntiin vahvistaa jokaisen itsenäisyyttä ja osallisuutta yhteiskunnassa. Vammaisten henkilöiden työhön pääsemisessä on kuitenkin suuria haasteita ja työelämässä osallisena olevat kokevat usein syrjintää ja epäasiallista kohtelua.⁹⁷

Uudistettu yhdenvertaisuuslaki tuli voimaan vuonna 2023. Uudistuksen tavoitteena on selkeämpi ja toimivampi lainsäädäntö, joka edistää ihmisten yhdenvertaisuutta ja ehkäisee syrjintää yhteiskunnan eri osa-alueilla.⁹⁸ Oikeusministeriö kehittää yhdenvertaisuussuunnittelun sekä yhdenvertaisuuden arvioinnin ohjeita.⁹⁹

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaiden ja potilaiden itsemääräämisoikeutta vahvistetaan IMO-hankkeessa. Hankkeen seurantaryhmä asetettiin toiselle kaudelle elokuussa 2024, ja sen toimikausi kestää vuoden 2027 loppuun. Tarkoituksena on perustaa erillinen työryhmä ns. IMO-oppaan laatimista varten. Oppaaseen kootaan hyviä käytäntöjä rajoitustoimien käytön vähentämiseksi ja ennaltaehkäisemiseksi. Lainsäädännön valmistelu itsemääräämisoikeudesta ja rajoitustoimien käytön edellytyksistä ei käynnisty vielä tällä hallituskaudella. Valmistelu tullaan aloittamaan palveluista, joissa asiaa koskeva kattava sääntely puuttuu. Esimerkiksi ikääntyneiden ympärivuorokautisessa palveluasumisessa kysymykset itsemääräämisoikeudesta ja rajoitustoimista voivat olla päivittäisiä ja pidempiaikaisia. Pidemmällä aikavälillä valmistelua tullaan ulottamaan myös muihin asiakas- ja potilasryhmiin. Tavoitteena on, että asiakkaiden ja potilaiden itsemääräämisoikeuden rajoituksiin joudutaan turvautumaan mahdollisimman vähän.¹⁰⁰

⁹⁶ Mielenterveysoikeudet | Mielenterveyspooli [haettu 20.6.2024].

⁹⁷ Selvitys vammaisten henkilöiden syrjinnästä | Yhdenvertaisuusvaltuutettu

⁹⁸ Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX © [haettu 20.6.2024].

⁹⁹ Yhdenvertaisuus on perusoikeus - Oikeusministeriö (oikeusministerio.fi)

¹⁰⁰ Itsemääräämisoikeuden vahvistamista koskevan hankkeen seurantaryhmälle jatkoa - Sosiaali- ja terveysministeriö (stm.fi)

Saamelaisten yhdenvertaisuutta mielenterveyden tukeen omalla kielellä ja oma kulttuuri huomioiden on myös vahvistettu. Saamelainen psykososiaalisen tuen yksikkö perustettiin 2022 osaksi valtioneuvoston asettamaa Saamelaisten totuus- ja sovintokomitean työtä. Yksikkö toimii valtioneuvoston kanslian rahoituksella vuoden 2025 loppuun saakka. Palvelu on helposti saavutettava ja sitä tarjotaan kaikilla kolmella saamenkielellä.

Ihmisten tarpeiden mukaiset, laaja-alaiset palvelut

Hallitusohjelman mukaan varmistetaan mielenterveys- ja päihdepalveluiden uudistuneen lainsäädännön toimeenpano yhdessä hyvinvointialueiden kanssa. Mielenterveys- ja päihdeongelmiin liittyvien sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden saatavuutta ja vaikuttavuutta parannetaan erityisesti kehittämällä perustason palveluja ja turvaamalla lainsäädännöllä lasten ja nuorten yhdenvertainen pääsy perustasolla lyhytpsykoterapiaan tai muihin vaikuttaviin psykososiaalisiin hoitoihin (niin sanottu hallituksen mallin mukainen lasten ja nuorten terapiatakuu). Psykoterapeuttikoulutus uudistetaan kaksiportaiseksi.

Mielenterveys-, päihde- ja riippuvuuslainsäädäntö on uudistunut vuonna 2023. Mielenterveyden hoidosta ja päihde- ja riippuvuushoidosta säädetään nyt terveydenhuoltolaissa ja sosiaalihuollon mielenterveys- ja päihdetyöstä sosiaalihuoltolaissa. Uudistuksen keskeisenä tavoitteena on parantaa potilas- ja asiakaslähtöisyyttä monella tapaa. Lisäksi lainsäädännön muutoksilla vahvistetaan eri toimijoiden välistä yhteistyötä, joka tarkoittaa esimerkiksi mielenterveyden- päihde- ja riippuvuushoidon sekä somaattisen hoidon toteuttamista kokonaisuutena ja tarvittavien sosiaalihuollon palvelujen yhteensovittamista. Terveyspalveluja tulee toteuttaa myös perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyönä. Palveluja on tarkoitus tarjota monimuotoisesti, esimerkiksi perinteisten palvelumuotojen lisäksi sähköisinä ja liikkuvina palveluina. Lainsäädäntöuudistuksen tavoitteena on lisäksi vähentää näihin palveluihin liittyvää kielteistä leimaa, kun palvelut ovat osa muuta sosiaali- ja terveydenhuoltoa.¹⁰¹

¹⁰¹Mielenterveys- ja päihdelainsäädännön uudistus - Sosiaali- ja terveysministeriö (stm.fi) [haettu 20.6.2024].

Palveluja kehitettiin vuoteen 2023 saakka mielenterveysstrategian mukaisesti Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskusohjelmassa kaikille ikäryhmille, nuoret erityisenä painopisteenä. Kehittäminen jatkuu tällä hallituskaudella Suomen kestävän kasvun ohjelmassa (RRP). THL on tuottanut mielenterveysstrategian linjauksia noudattavaa ohjeistusta palvelujärjestelmälle nuorten mielenterveyden ja päihdehoidosta hyödynnettäväksi hyvinvointialueilla.¹⁰² Lisäksi THL julkaisee vuoden 2024 loppuun mennessä useita mielenterveyspalveluita koskevia selvityksiä (mm. psykiatristen sairaansijojen riittävyys, syömishäiriöiden hoito, palvelujen monimuotoisuus) palvelujärjestelmän kehittämisen tueksi. Kansallisen lapsistrategian toimeenpanona on valmistunut toimenpanosuunnitelma päihteitä käyttävien lasten ja nuorten tukemiseksi sekä lasten ja nuorten mielenterveystyön vaikuttavuuden lisäämiseksi.¹⁰³

Sosiaali- ja terveysministeriön koolle kutsuma asiantuntijaryhmä on vuonna 2023 ehdottanut mielenterveysstrategian mukaisia ratkaisuja palvelujen kansallisen toimintamallin aikaansaamiseksi¹⁰⁴. Yhteenvetona tarvittavista ratkaisuista todettiin, että tarvitaan selkeät alueelliset hoitoketjut asianmukaisine näyttöön perustuvine menetelmineen ja sitä tukeva henkilöstörakenne ja porrasteinen psykoterapiakoulutus. Perusterveydenhuollossa mielenterveyden hoito pitää kytkeä ennaltaehkäiseviin palveluihin, kokonaishoidon jatkuvuudesta vastaavan hoitotiimin toimintaan, psykiatriin konsultaatioihin ja erikoissairaanhoidon sekä sosiaalipalveluihin. Lisäksi on huomioitava myös vaikeimmin sairaat ja heidän palvelujensa tarve.

Osana palvelujärjestelmää huomioidaan työterveyshuollon mahdollisuudet tukea mielenterveyttä ja tunnistaa työntekijöiden mielenterveysongelmia. Vahvistetaan

¹⁰² Haravuori H, Muinonen E, Kanste O & Marttunen M Mielenterveys- ja päihdetyön menetelmät opiskeluterveydenhuollossa: Opas arviointiin, hoitoon ja käytäntöihin. Ohjaus 20/2016. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos.

Aalto-Setälä T, Huikko E, Appelqvist-Schmidlechner K, Haravuori H & Marttunen M. Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa: Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön. Ohjaus 6/2020. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos. Karjalainen P, Huikko E, Appelqvist-Schmidlechner K, Jahnukainen J, Manninen M, Eväsoja M & Kautto T. Koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveys- ja päihdehoito: Suosituksia perusterveydenhuollon toimijoille. Ohjaus 15/2022. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos.

¹⁰³ Lasten ja nuorten mielenterveystyön vaikuttavuuden lisääminen: Kansallisen lapsistrategian toimenpiteen 13 loppuraportti (julkari.fi) [haettu 20.6.2024].

¹⁰⁴ Ratkaisut mielenterveyden häiriöiden psykososiaalisen hoidon käyttöönoton ja saatavuuden parantamiseksi (stm.fi) [haettu 20.6.2024].

työterveysyhteistyötä sekä työterveyshuollon, erikoissairaanhoidon, perusterveydenhuollon ja opiskelijaterveydenhuollon välistä yhteistyötä. Jatkossa on tarkoitus laajentaa yhteistyötä perus- ja opiskeluterveydenhuollon puolelle sekä kuntoutukseen. Työelämän mielenterveysohjelman jatkohankkeessa on kehitetty työterveysyhteistyön malli, jota viedään työpaikoille ja työterveyshuoltoihin mielenterveyden edistämiseksi ja ongelmien ennaltaehkäisemiseksi.

Työuupumukseen liittyviä käytäntöjä on vastikään selvitetty valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan puitteissa. Loppuraportti, Työuupumukseen liittyviä käytäntöjä: Selvitys Euroopan 10 eri maassa, julkaistiin 8.10.2024¹⁰⁵. Raportissa suositellaan selvitettäväksi, onko työuupumus mahdollista määritellä lääketieteellisestä näkökulmasta sairaudeksi ja minkälaisia vaikutuksia tällä olisi Suomen sosiaalivakuutusjärjestelmään ja sen rahoitukseen. Tämä työ on parhaillaan käynnissä sosiaali- ja terveysministeriössä.

Kansallisen mielenterveysstrategian työelämään kuntouttavien mielenterveyspalveluiden sisällöllistä ja toiminnallista uudistusta on toteutettu vuoteen 2023 saakka THL:n koordinoimassa IPS-kehittämishankkeessa ja vuoden 2024 loppuun Suomen kestävä kasvun ohjelmassa. Kehittämishankkeen alueellisissa kokeiluissa on otettu käyttöön tutkimusnäyttöön ja kansainvälisiin laatukriteereihin perustuva tuetun työllistymisen IPS-työhönvalmennus osana alueiden psykiatrisen hoidon ja kuntoutuksen palveluita. Vuoden 2023 lopussa IPS-työhönvalmennukseen osallistuneista 763 asiakkaasta 46 prosenttia oli työllistynyt. Kokeilut ovat osoittaneet, ettei vakavan mielenterveydenhäiriön tarvitse olla este työnteolle, ja että näyttöön perustuva toimintamalli on vaikuttava myös suomalaisissa rakenteissa.^{106, 107}

Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen lisäksi tarvitaan monentasoisia yhteistyötä eri hallinnonalojen toiminnan ja palvelujen kanssa, muun muassa työllistymiseen liittyviä palveluita ja erityisryhmien asumista. Vapaaehtoinen kansalaistoiminta täydentää palveluja. Erilaisia toimijoita ovat järjestöt, seurakunnat, kokemusasiantuntijat ja vertaiset sekä ihmiset itse. Hyvin toimivat palvelut parantavat viranomaisten välistä

¹⁰⁵ <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-427-9>

¹⁰⁶ IPS –Sijoita ja valmenna! –kehittämishanke 2020-2022. Ohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:12.

¹⁰⁷ Sipilä N. & Appelqvist-Schmidlechner K. (2024): IPS Sijoita ja valmenna -työhönvalmennus mielenterveyden häiriöön sairastuneiden työllistymisen tukena. Arviointitutkimus toimintamallin käyttöönotosta, soveltuvuudesta ja koetusta vaikuttavuudesta.

yhteistyötä ja voivat helpottaa muiden viranomaisten tehtäviä.

Moniviranomaisyhteistyön avulla voidaan koordinoida tarvittavia palveluja, apua ja tukea.¹⁰⁸

Hyvä mielenterveysjohtaminen

Hallitusohjelman mukaan väestön hyvinvoinnin parantamiseksi ja sosiaali- ja terveyspalveluiden palvelujärjestelmään kohdistuvan kuorman keventämiseksi on välttämätöntä onnistua hyvinvoinnin- ja terveyden edistämisessä ja sairauksien ennaltaehkäisyssä.

Hyvinvointialueiden talouden ja tuloksellisuuden ohjauksen edellyttämää tietopohjaa kehitetään, jotta saadaan käyttöön johtamista tukeva, toiminnan ja talouden kattava tieto. Varmistetaan lisäksi, että tiedot alueiden välillä ovat vertailukelpoisia ja avoimesti saatavilla. Tiedolla johtamisen kokonaisuuden johtaminen valtakunnallisen ohjauksen tasolla varmistetaan.

Mielenterveystyötä ohjataan ja johdetaan yli sektorirajojen, sillä mielenterveyttä rakennetaan kaikilla yhteiskunnan sektoreilla. Mielenterveysjohtamisen tavoitteena on mielenterveyden laaja-alainen edistäminen ja siten väestön kokonaisyhyvinvoinnin vahvistaminen yhteiskunnan kaikilla tasoilla ja alueilla. Hyvän johtamisen tueksi tarvitaan tutkimustietoa mielenterveyden ilmiöistä ja niiden trendeistä, jotta voidaan varautua tulevaisuuden haasteisiin. Mielenterveysvaikutusten arvioinnilla saadaan tietoa erilaisten päätösvaihtoehtojen mahdollisista vaikutuksista ihmisten ja eri väestöryhmien mielenterveyteen ja hyvinvointiin.¹⁰⁹

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on niin kuntien kuin hyvinvointialueidenkin lakisääteinen tehtävä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos toteutti tiedonkeruun hyvinvointialueiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen koordinaatioon käytettävistä resursseista ja toimintatavoista huhtikuussa 2024. Yhtenä tuloksena oli, että usealla hyvinvointialueella koordinaatio on edelleen muotoutumassa ja kehittymässä, ja että alueiden välillä on suuriakin eroja esimerkiksi käytettävissä

¹⁰⁸ Enska. Poliisin ennalta estävän työn strategia 2019-2023. Sisäministeriö.

¹⁰⁹ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

olevissa resursseissa. Alueet, kunnat ja järjestöt sekä muut sidosryhmät ja toimijat tekevät yhteistyötä alueensa väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi vaihtelevin resurssein. Tiedonkeruun mukaan kunta- ja järjestöyhteistyö alueilla toteutuu käytännössä monialaisena työryhmä- tai verkostotyönä. Alueilla oli vaihtelua siinä, kuinka kuntia ja järjestöjä oli edustettuna eri hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sisältöryhmissä. Yleisimmin järjestöt olivat mukana alueiden yhteistyöryhmissä liittyen ehkäisevään päihdetyöhön, liikuntaneuvontaan ja mielenterveyden edistämiseen. Hyvinvointialueiden on lain mukaan neuvoteltava alueensa kuntien ja muiden alueella toimivien hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien tahojen kanssa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tehtävien hoidosta vähintään kerran valtuustokaudessa.¹¹⁰

Kansallisessa palvelureformissa uudistetaan sosiaali- ja terveydenhuollon sisältöjä koskevaa lainsäädäntöä sekä siihen liittyvää ohjausta vastaamaan nykyisiä sote-rakenteita ja valtakunnallisia sote-tavoitteita.

Sosiaali- ja terveysministeriö vastaa palvelureformin valmistelusta. Kansalliselle palvelureformille on asetettu viisi tavoitetta:

- ennaltaehkäisyn vahvistaminen
- palveluiden integraation, saatavuuden ja jatkuvuuden parantaminen
- palvelujärjestelmän selkeyttäminen
- vaikuttavuuden ja kustannusvaikuttavuuden lisääminen
- varautumisen ja häiriötilanteiden hoidon vahvistaminen.

Aiemmin mainitun Terveystieteiden ohjelman painopiste on ennaltaehkäisyssä. Ihmisten ja väestöryhmien välisiä terveys- ja hyvinvointieroja voidaan tehokkaasti ehkäistä ja vähentää vaikuttamalla taloudellisiin ja sosiaalisiin olosuhteisiin sekä arjen elin- ja kasvuympäristöihin.

Itsemurhien ehkäisyohjelma

Hallitusohjelman mukaan mielenterveysstrategia 2020–2030 -työssä tunnistettuja toimia jatketaan osana hallituksen toimia mielenterveyden edistämiseksi. Lisäksi jatketaan itsemurhien ehkäisyohjelman toimeenpanoa.

¹¹⁰ Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen koordinaatio hyvinvointialueilla 2024 (julkari.fi)

Vuosien 2024-2027 itsemurhien ehkäisyn kansalliset toimenpiteet kohdentuvat tietoperusteisuuden vahvistamiseen. Tavoitteena on myös varmistaa itsemurhien ehkäisyohjelman toimeenpanon jatkuvuus. Kattava tietokanta itsetuhoisuusilmiöstä tulee sisältämään itsemurhakuolemat, itsemurhayritykset ja itsetuhoisuuden vuoksi tehtävät ensihoitotoimet. Yhteisrekisteri tehostaa tietojen saavutettavuutta ja hyödyntämistä itsemurhien ehkäisyssä. Itsemurhien ehkäisyosaamisen vahvistaminen eri ammattiryhmissä on keskeistä, jotta voidaan esimerkiksi tunnistaa varhain henkilön itsetuhoisuus ja auttaa oikean avun saamisessa. Vaikuttavien itsemurhien ehkäisytoimen tueksi tarvitaan myös kansallista monitieteistä itsemurhatutkimusta.

Itsemurhakuolemat ovat Suomessa huomattavasti harvinaistuneet, ja vuoden 1990 jälkeen itsemurhakuolleisuus on puolittunut. Jotta tämä kehitys jatkuisi, itsemurhien ehkäisyyn tarvitaan aktiivisia pitkän aikavälin toimenpiteitä ja koko yhteiskuntaa. Tärkeintä on tunnistaa itsemurhavaara, puuttua ajoissa ja näin sekä estää että ehkäistä itsemurhakuolemia. Jokainen kohtaaminen itsemurhavaarassa olevan kanssa on ainutkertainen ja voi olla juuri se viimeinen mahdollisuus auttaa itsemurhaa miettivää ihmistä ja hänen läheisiään oikean avun ja hoidon pariin.¹¹¹

¹¹¹ Partonen T (2021). Itsemurhien ehkäisy tänään. Blogikirjoitus 7.9.2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.