

Valtioneuvoston julkaisu 2024

Mielenterveyden edistäminen

Periaatepäätös

LUONNOS 25.6.2024

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. Mielenterveyden edistämisen periaatepäätös on osa mielenterveysstrategian toimeenpanoa. Mielenterveyden edistäminen edellyttää eri ministeriöiden, kuntien, hyvinvointialueiden, järjestöjen ja muiden toimijoiden yhteisiä tavoitteita ja toimenpiteitä.</p> <p>Periaatepäätöksen alkuosassa on avattu mielenterveyden käsitteitä, eri ministeriöiden strategioita ja ohjelmia mielenterveyden näkökulmasta sekä viimeisintä tutkimustietoa väestön mielenterveydestä ja itsemurhista.</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. Tässä periaatepäätöksessä on kuvattu poikkihallinnollisia mielenterveyden edistämisen ja itsemurhien ehkäisyn toimenpiteitä vuosina 2024-2027. Toimeenpanosuunnitelma tehdään erikseen.</p> <p>Mielenterveyden edistämisen periaatepäätös on laadittu laaja-alaisessa yhteistyössä eri ministeriöiden, laitosten, järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa. Toimeenpanoa seuraa ja tukee mielenterveysstrategian ministeriöiden välinen yhteistyöryhmä.</p> | | |
| Klausuuli | VNK täyttää | | |
| Asiasanat | mielenterveys, mielenterveyden edistäminen, itsemurhien ehkäisy, mielenterveysstrategia, mielenterveyslinjaukset, poikkihallinnollinen | | |
| 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 | | |
| Nyckelord | mental hälsa, psykiskt hälsofrämjande arbete, suicidprevention, strategi för psykiska hälsa, riktlinjer för psykiska hälsa, tväradministrativ | | |
| 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 | Mielenterveyden edistäminen..... | 12 |
| 2.1 | Mielenterveyden edistäminen muissa strategioissa ja ohjelmissa | 12 |
| 2.2 | Mitä tiedämme mielenterveydestä ja itsemurhista nyt?..... | 22 |
| 3 | Mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027 | 28 |
| 3.1 | Mielenterveys pääomana | 29 |
| 3.2 | Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa | 32 |
| 3.3 | Mielenterveystoimet..... | 37 |
| 3.4 | Ihmisten tarpeiden mukaiset, laaja-alaiset palvelut..... | 40 |
| 3.5 | Hyvä mielenterveysjohtaminen | 45 |
| 3.6 | Itsemurhien ehkäisy | 48 |
| 4 | Periaatepäätöksen toimeenpano ja seuranta | 53 |

Lukijalle

Mielenterveyden merkitys ihmisen kokonaishyvintöihin 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 toimeenpanon tueksi sosiaali- ja terveysministeriö asetti poikkihallinnollisen ministeriöiden välisen mielenterveysstrategian 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. Lisäksi siihen sisältyy itsemurhien ehkäisyohjelman tavoitekokonaisuus. Tämä periaatepäätös on laadittu yhdessä eri ministeriöiden, tutkimuslaitosten, järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa ja sen sisältöä on työstetty poikkihallinnollisissa työpaikoissa, asiantuntijaryhmissä ja kokouksissa. Taustamateriaalina on lisäksi hyödyn-

netty Järjestöt voimavarana – Kumppanuusraporttia mielenterveysstrategian toimeenpanosta 2020-2023. Periaatepäätöksessä on kuvattu mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027 painottuen erityisesti poikkihallinnollisiin ja yli sektorien ulottuviin toimenpiteisiin.

Mielenterveyden edistämisen periaatepäätöksen toimeenpanosta tulee vastaamaan kukin ministeriö ja hallinnonala toimivaltansa ja lainsäädännön mukaisesti. Periaatepäätöksen toimenpiteiden koordinoinnin ja seurannan tueksi tarvitaan jatkossakin poikkihallinnollista mielenterveysstrategian ministeriöiden välistä yhteistyöryhmää, jossa on edustus eri ministeriöistä ja muista 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 työryhmä, jossa on edustajia kansalaisjärjestöistä, tutkimuslaitoksista ja muista sidosryhmistä.

1 Johdanto

Mielenterveys on WHO:n määritelmän mukaan psyykkisen hyvinvoinnin tila, jossa ihminen tunnistaa omat kykynsä, pystyy selviytymään normaaleista elämään kuuluvista haasteista, opiskelemaan ja työskentelemään tuotteliaasti sekä ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan. 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.¹

Kuntien ja hyvinvointialueiden lakisääteinen tehtävä on edistää eri ikäisten hyvinvointia ja terveyttä. Asuin- ja elinympäristöjen vihreys, puhdas luonto ja turvallisuus, monipuoliset liikunta- ja harrastusmahdollisuudet, asukas- ja järjestötoiminta, taide- ja kulttuurielämykset, asumisen monimuotoisuus, työllisyyden ja työkyvyn tukeminen sekä saatettava julkinen liikenne ovat asioita, joilla edistetään kaikenikäisten mielenterveyttä.²

Voimakkaasti kasvaneet mielenterveydestä 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 tunteitamme ja kokemuksiamme mielenterveyden alueelle kuuluviksi. Mielenterveyteen liittyvä stigma on vähentynyt ja lääketieteen keinot ovat lisääntyneet. 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 vähenty-

¹ Mental health (who.int), [haettu 20.6.2024].

² Konsensus 2020. Aivot ja mieli – terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Lääkäriseura Duodecim ja Suomen Akatemia.

neet. Hyvä mielenterveys onkin yksilölle, yhteisöille ja koko yhteiskunnalle yhä tärkeämpi pääoma, jota tulee suojata. Tutkimusten mukaan työssä käymisellä on myönteinen vaikutus mielenterveyteen. Mielenterveyttä vahvistavilla voimavaroilla voidaan lisätä hyvinvointia ja vähentää kuormitusta, joka altistaa mielenterveyden häiriöille. 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.³

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 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.⁴

Kriisit ja muutokset ihmisten toimintaympäristöissä koettelevat ihmisten, yhteisöjen ja yhteiskuntien kykyä kohdata muutoksia ja häiriötilanteita sekä selviytymistä niistä eli resilienssiä. Resilientit yksilöt, organisaatiot ja yhteiskunta pystyvät selviytymään kriiseistä, sopeutumaan uuteen tilanteeseen ja näkemään kriisin myös mahdollisuutena.⁵

Mielenterveyden merkitys 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*

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

⁴ Partonen T, Kiviruusu O, Grainger M, Eklind A & Suvisaari J (2022). Itsemurhakuolemat Suomessa vuosina 2016-2021. Tutkimuksesta tiiviisti 47/2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

⁵ Ranki S (2023). HELP-katsaus: Työelämän muutosnäkökulmat. Työterveyslaitos.

*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.”*⁶ Näin kirjoitti Euroopan unionin terveydestä ja elintarviketurvallisuudesta vastaava komissaari Stella Kyriakides maailman mielenterveyspäivän kynnyksellä lokakuussa 2022. Komission tiedonantoa voidaan 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 edistämien edellyttävät laaja-alaista ja suunnitelmallista eri ministeriöiden ja muiden toimijoiden välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä, joita kuvataan tässä periaatepäätöksen luonnoksessa. Keskipisteessä ovat pitkän aikavälin kehittäminen, kansalliset toimet ja laajat vaikutukset.

⁶ Statement by Commissioner Stella Kyriakides on World Mental Health Day: Mental health is a health emergency. European Commission - Statement. Brussels, 9 October 2022.

2 Mielen terveyden edistäminen

Vastuu mielen terveyden edistämisestä ja häiriöiden ehkäisemisestä kuuluu kaikille yhteiskunnan toimijoille ja hallinnonaloille sekä niiden eri tasoille.⁷ Mielen terveyden 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 mielen terveyden edistämisestä tapahtuu sosiaali- ja terveydenhuollon ulkopuolella. Mielen terveyttä voidaan vahvistaa tietoisesti yhteiskunnan konkreettisilla toimenpiteillä, joita ovat esimerkiksi vanhemmuuden tukeminen, perheiden ja parisuhteiden tukeminen, kiusaamisen vastainen työ varhaiskasvatuksessa ja kouluissa, harrastus-, liikunta-, taide- ja kulttuurimahdollisuuksien luominen kaikille, osallisuuden vahvistaminen ja yksinäisyyden ehkäisy, työhyvinvoinnin edistäminen ja elinympäristön turvallisuudesta huolehtiminen. Asukas- ja järjestötoiminnalla sekä kunnilla on merkittävä rooli mielen terveyttä edistävässä työssä.⁸

2.1 Mielen terveyden edistäminen muissa strategioissa ja ohjelmissa

Mielen terveys ja sen edistäminen näkyvät mielen terveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman lisäksi monissa muissakin strategioissa ja ohjelmissa. Tässä avataan joitakin ohjelmia, suunnitelmia ja strategiota mielen terveyden edistämisen, ehkäisyn ja palvelujen näkökulmasta. Alla olevassa kuvio (kuvio 1).

⁷ WHO's Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2020. Publication of the World Health Organization 2013.

⁸ Kansallinen mielen terveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.



Kuvio 1. Mielenterveysstrategia sekä muut strategiat ja ohjelmat

Päihde- ja riippuvuusstrategian 2030 (STM) painopisteissä ja niiden tavoitteissa on vahva yhteys mielenterveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman sisältöön. Päihdeongelmiin ja riippuvuuksiin kuten myös mielenterveyteen liittyy usein kielteisiä ennakkoluuloja, syrjintää ja häpeää, joiden purkamiseksi tarvitaan tiivistä eri toimijoiden välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä. Edistämällä päihderiippuvaisten yhdenvertaisuutta ja osallisuutta yhteiskunnassa, pääsyä palveluihin sekä opiskeluihin ja työhön, vahvistetaan myös heidän mielenterveyttään ja ehkäistään itsemurhia.⁹ **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)**. Mielenterveystaitojen vahvistaminen on osa terveellistä, turvallista, esteetöntä ja esteettistä arjen ympäristöä.¹⁰ Periaatepäätöksen toimeenpanosuunnitelma sisältää useita poikkihallinnollisia toimenpiteitä,

⁹ Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2021:17.

¹⁰ Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:14.

jotka liittyvät eri ikä- ammattiryhmien mielenterveystaitojen ja –osaamisen, osallisuuden sekä mielenterveyttä edistävän toimintakulttuurin vahvistamiseen ja kehittämiseen.¹¹

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.¹²

Väkivallaton lapsuus –toimenpidesuunnitelmassa (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. Mielenterveyden edistämällä on keskeinen merkitys väkivallan ehkäisyyn.¹³

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.¹⁴

¹¹ Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Toimeenpanosuunnitelma. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:27.

¹² Lapsistrategia, [haettu 20.6.2024].

¹³ Väkivallaton lapsuus. Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020-2025. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2019:27.

¹⁴ 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 kuntoutukseen. Mielensterveys- ja päihdehoidon näkökulmasta on nostettu esille erityisesti yhdenvertainen hoito ja palveluihin pääsy sekä eri palvelujen yhteensovittaminen ja jatkuvuus.¹⁵

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. Syrjinnästä seuraa usein mielensterveyden haasteita ja tukemalla syrjimättömyyttä, edistetään myös mielensterveyttä.¹⁶

Toimenpideohjelmassa nuoriso- ja jengirikollisuuden ehkäisemiseksi ja torjumiseksi 2024-2027 (OM) tunnustetaan mielensterveyden tuen merkitys, varhaisen puuttumisen ja poikkihallinnollisen ennaltaehkäisevän työn tärkeys esimerkiksi rikoskierteen katkaisemiseksi. Rangaistukset eivät yksin riitä vaan lisäksi tarvitaan esimerkiksi mielensterveys-, 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.¹⁷

¹⁵ Oikeus osallisuuteen ja yhdenvertaisuuteen. YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksien yleissopimuksen kansallinen toimintaohjelma 2020-2023. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2021:2.

¹⁶ Yhdenvertainen Suomi. Valtioneuvoston toimintaohjelma rasismien torjumiseksi ja hyvien väestösuhteiden edistämiseksi. Oikeusministeriön julkaisu 2021:34.

¹⁷ Toimenpideohjelma nuoriso- ja jengirikollisuuden ehkäisemiseksi ja torjumiseksi. Oikeusministeriön julkaisu. Mietintöjä ja lausuntoja 2024:13.

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.¹⁸

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 asu- mista tukevia sosiaali- ja terveystaloudellisia tukipalveluja ja muita tukipalveluja. Pitkäaikaisasunnottomuuteen liittyy usein esimerkiksi talousneuvonnan, mielenterveys- ja päihdepalvelujen tarvetta, jolloin tarvitaan yli hallintorajat ylittäviä toimenpiteitä.¹⁹

Kansallisen Ikäohjelman vuoteen 2030: Tavoitteena ikäkyvykäs 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.²⁰ **Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävä 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.²¹

¹⁸ Talousosaamisen edistäminen - Oikeusministeriö (oikeusministerio.fi), [haettu 20.6.2024].

¹⁹ Ohjelma pitkäaikaisasunnottomuuden poistamiseksi vuoteen 2027 mennessä - Ympäristöministeriö, [haettu 20.6.2024].

²⁰ Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030. Tavoitteena ikäkyvykäs Suomi. Sosiaali- ja terveydenhuollon julkaisuja 2020:31.

²¹ Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024-2027. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2024:4.

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 konkreettisia pitkän aikavälin tavoitteina ovat mielen­terveysperusteiset sairauspoissaolojen ja työkyvyttömyyseläkkeiden väheneminen sekä työyhteisöjen hyvän mielen­terveyden merkityksen nykyistä parempi ymmärrys työelämän menestystekijänä.²²

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.²³

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.²⁴

²² Työelämän mielen­terveysohjelma - Sosiaali- ja terveysministeriö (stm.fi), [haettu 5.1.2023].

²³ Työympäristön ja työhyvinvoinnin linjaukset vuoteen 2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2019:3.

²⁴ <https://tem.fi/hanke?tunnus=TEM017:00/2024>, [haettu 20.6.2024].

Kielibarometrissa 2020²⁵ ilmenee että mielenterveyspalveluiden saatavuus ruotsin kielellä on heikompaa kuin suomen kielellä. Tilanne on edelleen huonontunut vuodesta 2016. Vuonna 2020 on toteutettu myös **saamebarometri**²⁶ ja **viittomakieli-barometri**²⁷. 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 viittomakieli-barometrin perusteella voi sanoa, että kaikkein todennäköisimmin tulkki on 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 sovintoprosessin käynnistämiseksi on perustettu työryhmä, jonka yhtenä tehtävänä on selvittää totuus- ja sovintoprosessin aikana mahdollisesti tarvittavan psykososiaalisen tuen tarve ja toteutusmalli.

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 turvaamista.²⁸ Mielenterveyttä edistävien toimien tulee olla yhdenvertaisesti saatavilla molemmilla kielillä.

Yhteiskunnan turvallisuusstrategiassa (Turvallisuuskomitea, PLM) tarkastellaan henkisen kriinkestävyyden merkitystä yksilöiden, yhteisöjen ja koko yhteiskunnan kriiseistä selviytymisen näkökulmasta. Hyvä henkinen kriinkestävyys 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

²⁵ Lindell M (2021). Kielibarometri 2020. Selvityksiä ja ohjeita. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:2.

²⁶ Arola L (2021). Saamebarometri 2020 – selvitys saamenkielisten kielellisten oikeuksien toteutumisesta. Selvityksiä ja ohjeita. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:1.

²⁷ Rainó P (2021). Viittomakieli-barometri 2020 – Tutkimusraportti. Selvityksiä ja ohjeita. Oikeusministeriön julkaisuja 2021:4.

²⁸ Kansalliskielistrategia – Nationalspråksstrategi. Valtioneuvoston periaatepäätös – Principbeslut av statsrådet. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja | Statsrådets kanslis publikationsserie 4/2012.

henkistä kriisinsietokykyä ja vakaata yhteiskuntaa. Henkisen kriisinkestävyyden rakentamiseen tarvitaan kaikkia eri toimijoita, joita ovat viranomaisten lisäksi esimerkiksi kansalaiset itse, järjestöt, kuntien eri toimijat ja koulutuspalvelut.²⁹

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 ympäristösuunnittelussa, mielenterveyden ongelmien tunnistaminen ja niihin puuttuminen sekä turmien ennaltaehkäisy edellyttävät poliisin ja terveydenhuollon välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä.³⁰

Liikenneturvallisuusstrategiassa (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.³¹

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 psyykkinen kuormittuneisuus ja mielenterveyden haasteet. Muutos edellyttää mm. matalan kynnyksen mielenterveyspalvelujen parempaa tarjontaa ja saatavuutta sekä

²⁹ Yhteiskunnan turvallisuusstrategia 2017. Valtioneuvoston periaatepäätös 2.11.2017. Turvallisuuskomitea.

³⁰ Poliisin liikennevalvonnan ja –turvallisuuden ohjelma vuosille 2021-2030. Sisäministeriön julkaisu 2021:14.

³¹ Liikenneturvallisuusstrategia 2022-2026. Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisu 2022:3.

kaikkien ikäryhmien monipuolisten vapaa-ajan ja harrastamisen mahdollisuuksien turvaamista.³²

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.³³

Suomi liikkeelle -ohjelman 2024-2027 (OKM) tavoitteena on, että eri ikäiset ihmiset liikkuvat aiempaa enemmän. Ohjelmalla edistetään mahdollisuuksia liikkua ja liikkumista tukevia arjen valintoja. Liikunnan harrastaminen ei ole riittänyt korvaamaan vähentynyttä 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 edistämisessä.³⁴

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.³⁵

Metsästrategiassa 2035 (MMM) tunnistetaan myös alueiden erilaistuminen sekä väestön ikääntyminen ja sen vaikutukset yhteiskunnassa, kaupungistuminen, globaali

³² Kestävän kehityksen toimikunnan Agenda2030 –tiekartta. Valtioneuvoston kanslian julkaisuja 2022:9.

³³ Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta. Valtioneuvoston julkaisuja 2018.

³⁴ Suomi liikkeelle - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö, [haettu 20.6.2024].

³⁵ Suomen+viimeistely+CAP-suunnitelma+2023-2027.pdf (valtioneuvosto.fi), [haettu 20.6.2024].

väestönkasvu ja tietoisuus luonnon terveys- ja hyvinvointihyödyistä. Luonnosta haetaan terveyttä, iloa, elämyksiä, luonnon tuotteita ja luonnossa liikutaan paljon. Lähi-metsät ovatkin tärkeä hyvinvoinnin ja virkistystyksen lähde eri ikäisille asukkaille.³⁶ **Kansallisessa luonnon virkistyskäytön strategiassa 2030** (YM) tunnustetaan myös lähi- ja kaupunkiluonnon merkitys väestön terveyteen ja hyvinvointiin. Mielen hyvinvointia edistävät mm. kaupunkien viheralueet ja erilaisten alueiden lähiluonto, joihin kaikilla on vapaa pääsy.³⁷ **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 saavutettavuus ovat ihmisten kokonaishyvinvoinnin ja siten myös mielenterveyden näkökulmasta keskeisiä asioita.³⁸

Ympäristötunteista puhutaan paljon ja erityisesti nuoret kokevat tarvetta vaikuttaa ilmastoasioihin ja –politiikkaan. Kansallisia tavoitteita ja linjauksia sekä toimenpiteitä löytyy mm. työ- ja elinkeinoministeriön³⁹, valtiovarainministeriön⁴⁰, maa- ja metsätalousministeriön⁴¹ sekä sosiaali- ja terveysministeriön⁴² suunnitelmista. Ympäristöministeriö koordinoi ilmastolakia, joka määrittää suunnitelmien koordinoituvastuut. 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.

³⁶ Kansallinen metsästrategia 2035. Maa- ja metsätalousministeriö 2022.

³⁷ Kansallinen luonnon virkistyskäytön strategia 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös. Valtioneuvoston julkaisuja 2022:13.

³⁸ Maaseutupoliittinen selonteko - Maa- ja metsätalousministeriö (mmm.fi), [haettu 20.6.2024].

³⁹ Hiilineutraali Suomi 2035 – kansallinen ilmasto- ja energiastrategia. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 2022:53.

⁴⁰ Valtiovarainministeriön ilmasto- ja luontostrategia 13.12.2022. Valtiovarainministeriö.

⁴¹ Kansallinen ilmastomuutokseen sopeutumissuunnitelma 2022. Valtioneuvoston periaatepäätös 20.11.2014. Maa- ja metsätalousministeriö.

⁴² Ilmastonmuutos sosiaali- ja terveyssektorilla. Sosiaali- ja terveysministeriön ilmastomuutokseen sopeutumisen suunnitelma (2021-2031). Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2021:20.

Kuntien ja hyvinvointialueiden on lain mukaan edistettävä asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä sekä valmistettava valtuustokausittain **hyvinvointikertomus ja –suunnitelma**.⁴³ 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.⁴⁴

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

2.2 Mitä tiedämme mielenterveydestä ja itsemurhista nyt?

Mielenterveyden edistäminen koskettaa koko väestöä. Ajantasaista tutkimustietoa tarvitaan vaikuttavien toimintakäytäntöjen pitkäjänteiseen kehittämiseen ja niiden oikeaan kohdentamiseen sekä koulutukseen ja yhteiskuntavaikuttamiseen.

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 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. Lisäksi yksinäisyys oli yleistynyt niin tytöillä

⁴³ Laki sosiaali- ja terveydenhuollon... 612/2021 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX® [haettu 20.6.2024].

⁴⁴ 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. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

kuin pojillakin. Noin neljännes tytöistä ja kymmenes pojista kertoivat kokevansa yksinäisyyttä melko usein tai jatkuvasti. Vaikka suurin osa suomalaisista nuorista voikin edelleen hyvin, voidaan todeta, että nuorten mielenterveys heikentyi pandemian aikana.⁴⁵ Myös opiskeluhuoltopalvelujen ammattilaisten arvioiden mukaan nuorten mielenterveys- ja arjenhallinnan ongelmat, poissaolot ja opiskeluvaikeudet lisääntyivät kevästä 2021.⁴⁶ Kevään 2023 kysely osoitti, että ahdistuneisuus- ja masennusoireilu oli yhä yhtä yleistä kuin keväällä 2021. Sitä vastoin yksinäisyys väheni.⁴⁷

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 taloudellinen tilanne, nuoren ahdistuneisuus- ja masennusoireilu sekä syömishäiriöt, yksinäisyys ja koulukiusaamisen kokemukset sekä päihteiden käyttö olivat yhteydessä elämänaikaiseen itsetuhoisuuteen.⁴⁸ Kevään 2023 kysely osoitti, että tytöillä itsensä vahingoittamiset, itsemurha-ajatuksiset ja itsemurhayritykset yleistyivät vuodesta 2021 vuoteen 2023. Sitä vastoin pojilla näiden yleistymistä ei tapahtunut.⁴⁹

Aikuisväestön psyykkistä kuormittuneisuutta, itsemurha-ajatuksia ja terveyspalvelujen käyttöä mielenterveyssyistä on mitattu Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuk-

⁴⁵ Aalto-Setälä T, Suvisaari J, Appelqvist-Schmidlechner K & Kiviruusu O (2021). Pandemia ja nuorten mielenterveys - Kouluterveyskysely 2021. Tutkimuksesta tiiviisti 55/2021. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

⁴⁶ 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. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

⁴⁷ 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.

⁴⁸ Haravuori H, Kiviruusu O, Lindgren M, Therman S, Aalto-Setälä T & Marttunen M (2022). Nuorten itsetuhoisuuden esiintyvyys – Kouluterveyskyselyn 2021 tuloksia. Tutkimuksesta tiiviisti 49/2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

⁴⁹ 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.

sissa. Nämä tutkimukset osoittivat, että etenkin työikäisten psyykinen kuormittuneisuus alkoi yleistyä vuosien 2018 ja 2020 välillä, ja tämä kielteinen kehitys on jatkunut vuodesta 2020 vuoteen 2022. Merkittävä psyykinen 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.⁵⁰

Palvelujen käyttö mielenterveyteen liittyvien ongelmien vuoksi on yleistynyt 20–64-vuotiaiden ikäryhmässä. Miehillä tämä tapahtui erityisesti vuodesta 2020 vuoteen 2022, naisilla muutos oli tasainen vuodesta 2018 vuoteen 2022. Palvelujen käyttö on yleisintä 20–39-vuotiailla. Tässä ikäryhmässä lähes viidesosa miehistä ja lähes kolmasosa naisista on käyttänyt palveluja mielenterveyteen liittyvän ongelman vuoksi. Palvelujen käyttö on siten yleisintä samassa ikäryhmässä, jossa oireilu on yleisintä. Tätä voidaan pitää myönteisenä asiana, koska palveluja on siten ollut saatavilla.⁵¹ 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.⁵²

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. Sitä vaikkapa 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 ongelmien vuoksi. Harvinaisinta tämä oli 65–74-vuotiailla: heistä alle viidesosa miehistä ja alle kolmasosa naisista oli käyttänyt terveyspalveluja mielenterveyteen liittyvien ongelmien vuoksi.⁵³

⁵⁰ Mielenterveys ja palvelujen käyttö (thl.fi), [haettu 20.6.2024].

⁵¹ 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.

⁵² Mielenterveys ja palvelujen käyttö (thl.fi), [haettu 20.6.2024].

⁵³ Mielenterveys ja palvelujen käyttö (thl.fi), [haettu 20.6.2024].

Terveiden 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 määrässä ei myönteistä kokonaiskehitystä tapahtunut. Huomion arvoista on se, että 30–39-vuotiaiden naisten itsemurhakuolemien määrä suureni.⁵⁴ 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).⁵⁵ Nuorten itsemurhakuolleisuus on Suomessa tästä huolimatta kuitenkin edelleen suurta muihin EU-maihin verrattuna. Itsemurhat ovat nuorilla keskeinen kuolemansyy, koska nuorten kuolleisuus muihin kuolemansyihin on vähäistä. Vuonna 2022 Suomessa 15–24-vuotiaana kuolleista lähes joka kolmas kuoli itsemurhaan ja nuorten osuus kaikista itsemurhakuolemista oli 12 prosenttia.⁵⁶

Mielenterveyden ongelmat ovat myös merkittävä tekijä ennenaikaisessa eläköitymisessä. 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 määrässä 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.⁵⁷ Työnsä henkisesti rasittavaksi kokevien osuus on lisääntynyt viime vuosina. Vuoden 2023 Työolobarometrin mukaan aikaisempaa useammin palkansaajat kokevat, että työ rasittaa henki-

⁵⁴ Partonen T, Kiviruusu O, Grainger M, Eklin A & Suvisaari J (2022). Itsemurhakuolemat Suomessa vuosina 2016-2021. Tutkimuksesta tiiviisti 47/2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

⁵⁵ 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>.

⁵⁶ Suomen virallinen tilasto (SVT): Kuolemansyyt 2023 (verkkojulkaisu). ISSN=1799-5051. Helsinki: Tilastokeskus.

⁵⁷ Suomen virallinen tilasto (SVT): Suomen työeläkkeen saajat 2021. Eläketurvakeskuksen julkaisu 2022:04.

sesti 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.⁵⁸

Stigma tarkoittaa ihmiseen tämän olemuksen, toiminnan tai sairauden vuoksi liitettyä kielteistä leimaa tai mielikuvaa. Se ilmenee esimerkiksi ihmisen syyllistämisenä ja epäoikeudenmukaisena ja syrjivänä kohteluna. Masennukseen ja ahdistukseen liittyvä stigma on viime aikoina lieventynyt, mutta ei hävinnyt.⁵⁹ 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 ja saatavilla.⁶⁰ Mielenterveyden keskusliiton Mielenterveysbarometrilla on seurattu mielenterveyteen liittyviä asenteita jo vuodesta 2005 alkaen. Vuoden 2021 barometrin tulosten mukaan 60%:a vastaajista arvioi, että asenteet mielenterveysongelmia kokevia ihmisiä kohtaan ovat muuttuneet kuitenkin myönteisemmiksi (kuvio 2).⁶¹

⁵⁸ Työolobarometri 2023 - Valto (valtioneuvosto.fi), [haettu 20.6.2024].

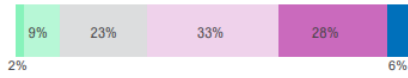
⁵⁹ Wahlbeck K, Hietala O, Kuosmanen L, McDaid D, Mikkonen J, Parkkonen J, Reini K, Salovuori S & Tourunen J (2018). Toimivat mielenterveys- ja päihdepalvelut. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 89/2017.

⁶⁰ [The Lancet Commission on ending stigma and discrimination in mental health - The Lancet](#) [haettu 20.6.2024].

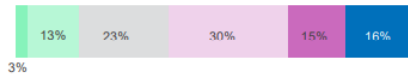
⁶¹ Mielenterveysbarometri 2021. Mielenterveyden keskusliitto. [Mielenterveysbarometrin 2021 tulokset, osa 1 | MTKL](#) [haettu 20.6.2024].

Suhtautuminen mielenterveysongelmiin

Minusta on epämiellyttävää ja pelottavaa kohdata mielenterveysongelmia kokeneita henkilöitä



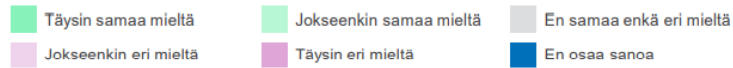
Jos kertoo omista mielenterveysongelmista, ystävät jättävät



Mielenterveyden järkkymisestä saa syyttää pääosin itseään



Asenteet mielenterveysongelmia kohtaan ovat muuttuneet myönteisemmiksi viime vuosina



Kuvio 2. Mielenterveysbarometri 2021 yleisökyselyn graafi: Suhtautuminen mielenterveysongelmiin.

3 Mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027

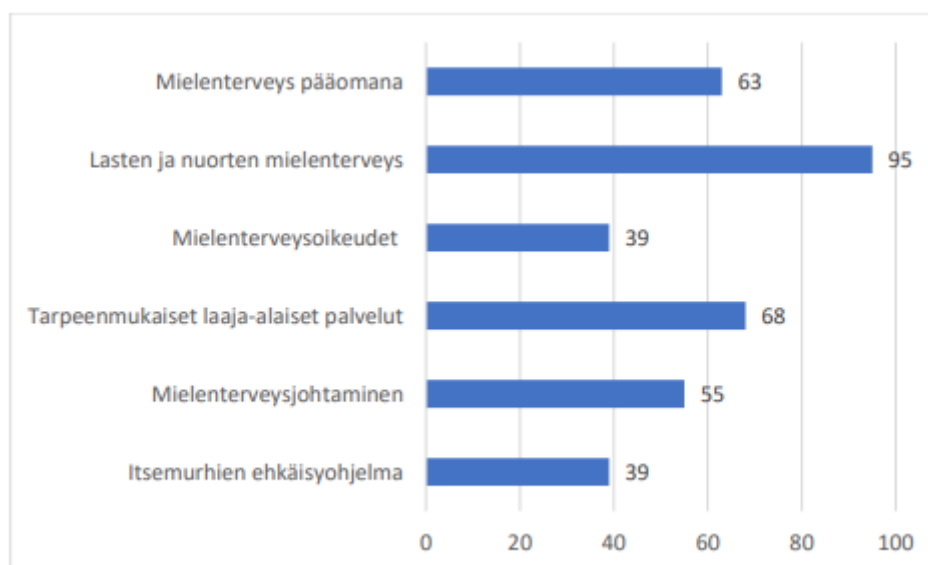
Tässä periaatepäätöksessä linjataan eri ministeriöiden ja toimijoiden mielenterveyden ja sen edistämisen toimenpiteitä vuosina 2024-2027. Toimenpiteet on luokiteltu mielenterveysstrategian neljän sisällöllisen toimintalinjauksen ja itsemurhien ehkäisyohjelman tavoitekokonaisuuden mukaisesti. Viides, palveluja koskeva toimintalinjaus, liittyy sellaisiin toimenpiteisiin, jotka edellyttävät eri hallinnonalojen yhteistyötä.

Kansallisella mielenterveysstrategialla ja itsemurhien ehkäisyohjelmalla ohjataan pitkäjänteistä, 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.⁶²

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos teki keväällä 2022 kunnille kyselyn, jossa selvitettiin mm. sitä, miten kansallinen mielenterveysstrategia tunnetaan ja kuinka sen eri painopisteitä toteutetaan kunnissa. Kysely osoitti, että strategian tuttuus ja sen eri painopisteiden toteuttaminen vaihtelevat suuresti kyselyyn vastanneissa kunnissa. Eniten mielenterveysstrategian painopisteistä toteutettiin Lasten ja nuorten mielenterveys -painopistettä ja vähiten mielenterveysoikeudet –painopistettä sekä Itsemurhien ehkäisyohjelmaa (kuvio 3).⁶³

⁶² Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

⁶³ 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.



Kuvio 3. Mielenterveysstrategian toteutuksen painopisteet kunnissa (%).

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,*
- *arkiympäristöissä, yhteisöissä ja vapaa-ajan toiminnassa,*
- *yhteiskunnan ja ympäristön muutoksissa.*
- *Yleisen kansanterveydellisen näkökulman lisäksi erikseen otetaan huomioon eri vähemmistöryhmät, kielelliset ja kulttuuriset ryhmät."*⁶⁴

⁶⁴ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:6.

Meneillään oleva kehittäminen

Hyvinvointitalouden päämääränä on oikeudenmukainen yhteiskunta, joka tarjoaa kaikille hyvän elämän edellytykset. Sen keskeisenä tavoitteena on sosiaalisen, taloudellisen ja ekologisen kestävyuden hallittu tasapaino yhteiskunnassa. Keskeistä on, että ihmisten hyvinvoinnin eri osatekijät, niiden suhde toisiinsa ja hyvinvointivaikutusten arviointi ovat päätösten ja politiikan lähtökohtana. Hyvinvoinnin osatekijät liittyvät ihmisten arkeen ja elämään kuten esimerkiksi kokemus mielen hyvinvoinnista ja tyytyväisyydestä elämään, toimeentulon riittävyys, turvallinen ja tasa-arvoinen yhteiskunta sekä mahdollisuus osallisuuteen ja vaikuttamiseen. Kun hyvinvointi jakautuu tasaisesti yhteiskunnassa, yhteiskunta kehittyy ja se pystyy myös hillitsemään mm. sosiaali- ja terveydenhuollon menojen kasvua.⁶⁵

Haavoittuvassa asemassa tai tilanteessa olevia ryhmiä ei ole huomioitu vielä riittävästi mielenterveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman toimeenpanossa. Kulttuurisensitiivisiä eli kielen ja kulttuurin mukaisia kehittämistoimenpiteitä tulee tehdä yhdessä alkuperäiskansan, sateenkaariväestön ja muiden vähemmistöryhmien edustajien kanssa. On myös tärkeää, että yhteiskunnassa ehkäistään tehokkaasti sukupuolivähemmistöihin kuuluvien ihmisten sukupuoli-identiteettiin ja sukupuolen ilmaisuun liittyvää syrjintää.⁶⁶ Koko väestön mielenterveys pääomana on perusedellytys toimivalle yhteiskunnalle. Tavoitteet ja toimenpiteet, joilla edistetään mielenterveyttä, vaikuttavat yhteiskunnan toimivuuteen ja kehitykseen sekä talouden kestävyteen.

Mielenterveys pääomana toimenpiteitä 2024-2027

- Tunnistetaan mielenterveysosaamisen taitoja vaativia ammattiryhmiä ja heidän koulutustarpeitaan sekä vastataan niihin (**STM, SM, OKM, OM, THL**).
- Mielenterveyttä edistetään kuntien ja hyvinvointialueiden hyvinvointityössä poikkihallinnollisena ja sektorit ylittävänä verkostotyönä yhdessä järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa (**STM**).
- Edistetään vapaaehtois- ja kokemusasiantuntijatoiminnan näkyvyyttä ja arvostusta mm. mukaan ottamalla hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työhön ja yhteistyöverkostoihin osallisina ja vaikuttajina (**STM**).

⁶⁵ [Hyvinvointitalous - Sosiaali- ja terveysministeriö \(stm.fi\) \[haettu 20.6.2024\]](#).

⁶⁶ [Strategian tehtävät 2023-2024 - THL](#)

- Laaditaan ja pilotoidaan mielenterveyden edistämisen ja arvioinnin kansallinen malli, joka on sovellettavissa eri kohderyhmille (**STM, THL**).
- Levitetään ja vakiinnutetaan Työelämän mielenterveysohjelmassa kehitettyjä työkaluja ja toimintamalleja; työpaikoilla on käytössä mielenterveyden edistämisen, varhaisen sekä työkyvyn tuen toimintamalleja ja hyvä yhteistyö työterveyshuollon kanssa (**STM, TEM, TTL**).
- 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. (**TEM, OKM**)
- Tuetaan työuran alussa koulusta työelämään siirtymistä ja huolehditaan perehdytyksestä. Varmistetaan työelämävalmiuksien, työelämän metataitojen ja omasta työkyvystä ja työterveydestä huolehtimisen hallinta. (**STM, TEM**)
- Edistetään haavoittuvassa asemassa olevien kieli-, sukupuoli- ja kulttuurivähemmistöryhmien mielenterveyttä yhteistyössä eri sidosryhmien kanssa (**STM, THL**).
- Tuetaan mielenterveyttä vahvistamalla väestön talousosaamista (**OM**).
- Edistetään yhdenvertaista luonnon virkistyskäyttöä keinona vahvistaa väestön mielenterveyttä (**YM**).
- 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. (**OKM**)
- Tunnistetaan taiteen ja kulttuurin merkitys osana koko väestön mielenterveyden vahvistamista ja mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyä (**OKM, STM**).
- Viedään eteenpäin eri hallinnonalojen toimenpiteitä, jotka edistävät väestön turvallisuutta ja turvallisuuden tunnetta arjessa (**SM, PLM, LVM, YM, MMM, OKM, OM, STM, OPH, AVI**).
- Vahvistetaan eri väestöryhmien, yhteisöjen ja organisaatioiden henkistä kriisinkestävyyttä (**PLM, OKM, STM**).

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.”⁶⁷*

⁶⁷Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:6.

Meneillään oleva kehittäminen

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.⁶⁸ 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 suunnittelemassa tästä laajaa arviointia, jonka yhteydessä vaikutukset myös nuoriin erityisenä ryhmänä voitaisiin selvittää. 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. Lasten ja nuorten mielenterveyttä tuetaan myös lisäämällä muun muassa järjestöjen tarjoamaa mielenterveyden tukea, joka sisältyy ns. Nuorisopaketin poikkihallinnollisiin toimenpiteisiin.

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.⁶⁹ Pienituloisten lapsiperheiden toimeentulo-ongelmat kuormittavat vanhempia ja heikentävät vanhemmuutta. Tämän seurauksena perheiden arki vaikeutuu ja lasten hyvinvointi heikkenee. Lisäksi lasten elämä vaikeutuu usein myös kodin ulkopuolella; lasten sekä nuorten heikot kulutusmahdollisuudet heijastuvat kielteisesti heidän hyvinvointiinsa. Kaveripiirissä hyväksytyjen tavaroiden ja vaatteiden käyttö sekä mahdollisuus osallistua harrastuksiin ovat merkittäviä tekijöitä lasten sosiaalisissa suhteissa ja kiusaamiskokemuksissa. Taloudellinen eriarvoisuus saattaa johtaa lasten ja nuorten syrjimiseen, ryhmästä sulkemiseen ja kiusaamiseen. Toimeentulo-ongelmat ovat myös hel-

⁶⁸ Vahva ja välittävä Suomi : Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma 20.6.2023 (valtio-neuvosto.fi), [haettu 20.6.2024].

⁶⁹ Mielenterveys - Nyyti ry [haettu 20.6.2024].

posti periytyviä, mikä lisää entisestään lapsen tai nuoren syrjäytymisriskiä. Lapsiperheköyhyyden ehkäisy ja vähentäminen edistävät yksilöiden, perheiden lisäksi koko yhteiskunnan hyvinvointia.⁷⁰

Vuonna 2022 voimaan tulleella perhevapaaudistuksella edistetään molempien vanhempien mahdollisuutta perhevapaisiin; molemmilla vanhemmilla on yhtä suuri vanhempainvapaakiintiö. Uudistuksen tavoitteena on lisätä työelämän ja vanhempien tasa-arvoa sekä huomioida nykyistä paremmin erilaiset perhemuodot.⁷¹ Tärkeää on myös samanaikaisesti kehittää perhemyönteisiä käytäntöjä työpaikoilla, jotta perhevapaan jälkeinen paluu työelämään on sujuvaa ja tukee työntekijän sekä koko perheen hyvinvointia. Perheystävälliset toimintatavat lisäävät työhön sitoutumista ja työhyvinvointia ja ovat siksi hyödyllisiä myös työnantajille.

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.⁷² Opiskeluhuollolla 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 opiskeluhooltoon. Opiskeluhoolto kattaa esi- ja perusopetuksen, lukiokoulutuksen, ammatillisen koulutuksen, tutkintokoulutukseen valmentavan koulutuksen ja vapaan sivistystyön oppivelvollisille suunnatun koulutuksen sekä oppivelvollisuuttaan aikuisten perusopetukseen osallistumalla suorittavat.⁷³

⁷⁰ Karvonen S & Salmi M (toim.). Lapsiköyhyys Suomessa 2010-luvulla. Työpaperi 30/2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

⁷¹ [Perhevapaaudistus astuu voimaan elokuussa 2022 - Sosiaali- ja terveysministeriö \(stm.fi\)](#) [haettu 20.6.2024].

⁷² Pesonen A, Larivaara M & Hannukkala M (2022). Katsaus: Hyvän mielen koulu – Mielenterveyden edistäminen ja mielenterveystaidot varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa. Focus localis 3/2022.

⁷³ Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX® [haettu 20.6.2024].

Varhaiskasvatukseen, kouluille ja oppilaitoksille suunnatussa kiusaamisen, väkivallan ja häirinnän ehkäisyn toimenpideohjelmassa kehitettiin menetelmiä, joilla tunnustetaan ja ehkäistään lasten ja nuorten arjessa tapahtuvaa kiusaamista, häirintää ja väkivaltaa sekä vahvistetaan myönteistä ja turvallista toimintakulttuuria.⁷⁴ Lisäksi osana Liikkuva koulu ja Liikkua opiskelu -toimintaa on kehitetty mielenterveyden edistämistä liikkumisen keinoin ja integroitu niitä osaksi Liikkuvan koulun ja opiskelun arkea (esim. Mieli liikkeelle ja Iloliike -hankkeet.⁷⁵ Opetus- ja kulttuuriministeriö on myös tukenut muita hankkeita, joilla edistetään mielenterveyttä liikunnan avulla sekä liikunnassa ja urheilussa.

Kuntien ja järjestöjen nuorisotyöllä ja –toiminnalla edistetään nuorten osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia sekä tuetaan nuorten kasvua, itsenäistymistä, yhteisöllisyyttä sekä niihin liittyvää tietojen ja taitojen oppimista sekä nuorten harrastamista ja toimintaa kansalaisyhteiskunnassa. Elämänhallinnan ja arjen sekä psykososiaalisen tuen vahvistamisen palveluilla tuetaan koulutuksen ja työn ulkopuolella olevia nuoria (NEET-nuoria) omassa asuin- ja toimintaympäristössään.

Jotta lasten ja nuorten mielenterveyttä voidaan edistää vaikuttavasti, tarvitaan tietoa myös heiltä itseltään. **Kouluterveyskysely**⁷⁶ tarjoaa luotettavaa ja monipuolista tietoa useista ikäryhmistä. Vuosittain julkaistavassa **Nuorisobarometrissa**⁷⁷ saadaan puolestaan tietoa 15-29 –vuotiaiden nuorten arvoista ja asenteista liittyen kulloinkin esillä oleviin ajankohtaisiin asioihin ja **Amisbarometri**⁷⁸ 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. Ympäristöministeriöllä⁷⁹ on ollut myös laajasti nuorten ja lasten kuulemisia ilmastoasioissa eri tavoin viime vuosina.

Lasten ja nuorten mielenterveyden edistämisen toimenpiteitä 2024-2027

⁷⁴ Toimenpideohjelma kiusaamisen, väkivallan ja häirinnän ehkäisemisestä - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö [haettu 20.6.2024].

⁷⁵ Liikkuminen, hyvinvointi ja oppiminen | Jamk, [haettu 20.6.2024].

⁷⁶ Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2023 : Tytöistä yli kolmannes ja pojista joka viides kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi (julkari.fi), [haettu 20.6.2024].

⁷⁷ Nuorisobarometri - Valtion nuorisoneuvosto (tietoanuorista.fi), [haettu 20.6.2024].

⁷⁸ Amisbarometri 2024 | Opetushallitus (oph.fi)

⁷⁹ [Lapsia ja nuoria on kuultu ympäristöasioissa, mutta heidät on tärkeä saada tiiviimmin mukaan yhteistoimintaan - Ympäristöministeriö](#) [haettu 20.6.2024].

- 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 (**OKM**).
- Suunnitellaan ja muutetaan lasten ja nuorten kasvu-, oppimis- ja toimintaympäristöjä mielenterveyttä tukeviksi, jolloin ne edistävät vuorovaikutusta, osallistumista ja paikallislähtöistä kehittämistä sekä houkuttelevat mm. liikkumaan ja leikkimään, harrastamaan ja toimimaan yhdessä (**OKM, OPH, MMM**).
- Vahvistetaan kansalaisjärjestöjen tukea mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusteemoista lapsille sekä nuorille. Lisätään järjestötukea erityisesti lasten ja nuorten suosimilla verkkoalustoilla ja puhelimitse. (**STM**)
- Lisätään ehkäisevän päihdetyön laaja-alaista valistustyötä huomioiden myös mielenterveyden tuki yhdessä järjestöjen, kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa. Erityisenä kohderyhmänä ovat haavoittuvassa asemassa olevat nuoret sekä heidän perheensä ja läheisensä. (**STM**)
- Lisätään tietoa kouluruokailun sosiaalisen ulottuvuuden merkityksestä lapsen ja nuoren mielenterveyteen osana kokonaishyvinvointia ja oppimiseen sekä tunnistetaan ja ehkäistään yksinsyömisen pelko (**MMM, OKM, OPH, STM, Ruokavirasto**).
- Alaikäisten osastoja vankiloissa kehitetään siten, että ne kohtaavat paremmin alaikäisten vankien mielenterveyden haasteet ja tukevat rikoksetonta elämää (**OM, STM, OKM, OPH, VTH, THL**).
- Edistetään myönteistä ryhmäytymistä ja yhteisöllistä toimintakulttuuria kouluissa ja oppilaitoksissa ja näin ehkäistään osaltaan jengiytymistä. Henkilöstöä koulutetaan ehkäisemään kielteistä ryhmäytymistä ja häiriökäyttäytymistä. (**OKM**)
- Edistetään lasten ja nuorten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetusta kaikilla koulutusasteilla varhaiskasvatuksesta alkaen (**OKM**).
- Vahvistetaan moniammatillista hyvinvointityötä, sekä yhteisöllistä oppilashuoltoa ja turvallista oppimisympäristöä varhaiskasvatuksessa sekä esi- ja perusopetuksessa sekä lukiokoulutuksessa ja ammatillisessa koulutuksessa (**OKM**).
- Vahvistetaan kuntien nuorisotyön ja opiskeluhoollon toimijoiden yhteistyötä. Huomioidaan myös lapsen ja nuoren perhe sekä lähipiiri. (**OKM**)
- Mahdollistetaan kaikille lapsille ja nuorille hyvinvoiva ja liikunnallinen arki toimeenpanemalla Liikkuvat-kokonaisuutta (**OKM**).

- Jatketaan Harrastamisen Suomi -mallin toimeenpanoa (**OKM**).
- 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. (**OKM, STM, SM, OM**)
- 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. (**TEM, STM**)
- Jatketaan keskustelua viranomaisten ja lasten sekä nuorten välillä ilmastonmuutokseen liittyvistä asioista ja vahvistetaan heidän mahdollisuuksiaan vaikuttaa (**YM**).

Lasten ja nuorten mielenterveyden edistäminen edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Lasten ja nuorten mielenterveyden edistämisen 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 Mielenterveystoimet

Mielenterveysstrategian tavoitteet vuoteen 2030

"Mielenterveystoimien toteutuminen suojaa kaikkien mielenterveyttä. Mielenterveystoimiin 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, vertaistoi-
mijana ja kokemusasiantuntijana,*
- *oikeus hyvään ja vaikuttavaan hoitoon, kun se on tarpeen,*
- *oikeus ja mahdollisuus käyttää kansankieliä ja muita Suomessa puhut-
tuja kieliä sekä saada riittävä tuki.*
- *Mielenterveysoikeuksien saavuttamiseksi tarvitaan työtä ennakoluulo-
jen, virheellisten käsitysten ja vastakkainasettelun voittamiseksi.*
- *Tulkkaus- ja käännösapu mielenterveyspalveluissa.”⁸⁰*

Meneillään oleva kehittäminen

Hyvä mielenterveys on kaikkien ihmisten perusoikeus. Mielenterveysoikeudet eivät kuitenkaan aina toteudu, vaan niiden saavuttamiseksi tarvitaan monen tasoista ja eri toimijoiden välistä yhteistyötä ja toimenpiteitä, jotta mielenterveyteen liittyviä virheellisiä ennakoluuloja ja syrjintää voidaan ehkäistä ja vähentää. Kielelliset oikeudet, oikeus opiskeluun ja työhön sekä yhdenvertaisuuteen, riittävä elintaso, oikeus saada tarpeenmukaisia yhteiskunnan palveluja sekä mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua yhteiskuntaan monin eri tavoin sisältyvät mielenterveysoikeuksiin.⁸¹

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.*” Strategiassa korostetaan vammaisuuden moninaisuutta ja puuttumista niihin esteisiin, joita vammaiset usein kohtaavat. Esteet voivat liittyä esimerkiksi etniseen al-

⁸⁰ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

⁸¹ [Mielenterveysoikeudet | Mielenterveyspooli \[haettu 20.6.2024\]](#).

kuperään, seksuaalisuuteen, uskontoon tai vaikeaan sosioekonomiseen asemaan. Eri-tyistä huomiota on kiinnitettävä myös naisiin, lapsiin, ikääntyneisiin, kodittomiin, pakolaisiin, maahanmuuttajiin, romaneihin ja muihin etnisiin vähemmistöihin.⁸²

Uudistettu yhdenvertaisuuslaki tuli voimaan vuonna 2023. Uudistuksen tavoitteena on selkeämpi ja toimivampi lainsäädäntö, joka edistää ihmisten yhdenvertaisuutta ja ehkäisee syrjintää yhteiskunnan eri osa-alueilla.⁸³

Vaikka mielenterveyden häiriöihin liittyvät kielteiset asenteet ja syrjintä ovat vähentyneet vuosien saatossa, kokevat mielenterveyden häiriöistä kärsivät ihmiset edelleen mielenterveyteen liittyvää syrjintää yhteiskunnassa. Tämä voi ilmetä mm. vaikeutena saada palveluja ja työtä, epäoikeudenmukaisena ja syrjivänä kohteluna ihmisen arjessa.⁸⁴

Mielenterveysoikeuksia edistäviä toimenpiteitä 2024-2027

- Vahvistetaan selkeä- ja selkokieliisyyttä mm. viranomaisviestinnässä ja palveluissa, joka edistää kaikkien oikeutta ymmärtää ja tulla ymmärretyksi (**VM**).
- Vahvistetaan koulutuksilla eri viranomaisten osaamista rasismien ja syrjinnän vaikutuksista (**OM**).
- Vahvistetaan vankiloiden sosiaalisen kuntoutuksen sisältöjä mielenterveyden tukemiseksi ja turvataan rangaistusta suorittaville palvelujatkumot siirryttäessä laitoksista kuntiin ja hyvinvointialueille (**OM, STM, THL, VTH**).
- 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. (**STM, THL**)
- Jatketaan syrjinnän vastaista työtä työelämässä huomioiden esimerkiksi ikääntyneet, maahanmuuttajat ja osatyökykyiset (**STM**).
- Lisätään työkyvyttömyysetuuksien käyttöä, työkokeilun hyödyntämistä ja muita työkaluja, joilla mahdollistetaan työelämään osallistuminen (**STM**).

⁸² EUR-Lex - 52021DC0101 - EN - EUR-Lex (europa.eu)

⁸³ Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX © [haettu 20.6.2024].

⁸⁴ Kaivosoja M & Rissanen P (2022). Mielenterveyshäiriöihin liittyvät asenteet muuttuneet myönteisemmiksi – asenteiden muutos ei yksinään poista syrjintää. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2022;138(11):969-71.

- Edistetään kieli-, sukupuoli ja kulttuurivähemmistöihin kuuluvien mielenterveyttä yhteistyössä kohderyhmien ja eri sidosryhmien kanssa (**STM, THL**).
- Edistetään mielenterveyskuntoutujien asumista kehittämällä asumisneuvontaa ja investointiavustusten kohdentamista. Asuinalueiden kehittämisessä edistetään monipuolista asuntojen hallintamuotojakaumaa ja asumisratkaisuja, viheralueiden saavutettavuutta sekä segregaaation vähentämistä ja ehkäisyä mm. hyödyntämällä Lähiöohjelman hyviä käytäntöjä. (**YM**)

Mielenterveysoikeuksien edistäminen edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Syrjinnän, rasismien 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.*⁸⁵

Meneillään oleva kehittäminen

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.⁸⁶

Palveluja kehitettiin vuoteen 2023 mielenterveysstrategian mukaisesti Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskusohjelmassa kaikille ikäryhmille, nuoret erityisenä painopisteenä, ja kehittäminen jatkuu Suomen kestävä kasvun ohjelmassa. THL tuotti mielenterveysstrategian linjauksia noudattavaa ohjeistusta palvelujärjestelmälle nuorten

⁸⁵ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:6.

⁸⁶ [Mielenterveys- ja päihdelainsäädännön uudistus - Sosiaali- ja terveysministeriö \(stm.fi\)](https://stm.fi) [haettu 20.6.2024].

mielenterveyden ja päihdehoidosta hyödynnettäväksi hyvinvointialueilla.⁸⁷ Kansallisen lapsistrategian toimeenpanona on valmistunut toimenpanosuunnitelma päihdeitä käyttävien lasten ja nuorten tukemiseksi sekä lasten ja nuorten mielenterveystyön vaikuttavuuden lisäämiseksi.⁸⁸

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 laatuksiteereihin 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.^{89, 90}

Asiantuntijat ovat pyöreän pöydän työskentelyssä vuonna 2023 ehdottaneet mielenterveysstrategian mukaisia ratkaisuja palvelujen kansallisen toimintamallin aikaansaamiseksi⁹¹. Ehdotuksista oli päättämässä mielenterveyden hoidon asiantuntijoita hyvinvointialueiden perus- ja erityistasolta, kehittämistyötä tehneistä hankkeista, koulutusjärjestelmästä ja alan keskeisistä ammattiliitoista sekä asiakas-, potilas- ja omais-

⁸⁷ Haravuori H, Muinonen E, Kanste O & Marttunen M Mielenterveys- ja päihdetyön menetelmät opiskeluterveydenhuollossa: Opas arviointiin, hoitoon ja käytäntöihin. Ohjaus 20/2016. Terveystyön 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. Terveystyön 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. Terveystyön ja hyvinvoinnin laitos.

⁸⁸ [Lasten ja nuorten mielenterveystyön vaikuttavuuden lisääminen : Kansallisen lapsistrategian toimenpiteen 13 loppuraportti \(julkari.fi\)](#) [haettu 20.6.2024].

⁸⁹ IPS –Sijoita ja valmenna! –kehittämishanke 2020-2022. Ohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:12.

⁹⁰ Sipilä N. & Appelqvist-Schmidlechner K. (2024): IPS Sijoita ja valmenna -työhönvalmennus mielenterveyden häiriöön sairastuneiden työllistymisen tukena. Arviointitutkimus toimintamallin käyttöönotosta, soveltuvuudesta ja koetusta vaikuttavuudesta.

⁹¹ Ratkaisut mielenterveyden häiriöiden psykososiaalisen hoidon käyttöönoton ja saatavuuden parantamiseksi (stm.fi) [haettu 20.6.2024].

järjestöistä. Yhteenvetona tarvittavista ratkaisuista todettiin, että tarvitaan selkeät alueelliset hoitoketjut asianmukaisine näyttöön perustuvine menetelmineen ja sitä tukeva henkilöstörakenne ja porrasteinen psykoterapiakoulutus. Hoitoon tulee jatkossa päästä matalalla kynnyksellä. Tarvitaan pysyvä rakenne kansalliselle yhteistyölle ja koordinaatiolle sekä aikuisten että lasten ja nuorten osalta. Tarvitaan selkeästi määritetty vastuu perusterveydenhuollolle lasten ja nuorten kehityksellisten ja psyykkisten häiriöiden hoidosta. Palveluissa keskeinen on sosiaali- ja terveyskeskus. Siellä tarjolla ovat kaikki perustason palvelut mukaan lukien neuvolat sekä yksilöllinen hoidon tarpeen arvio. Sosiaali- ja terveyskeskuksessa mielenterveyden hoito pitää kytkeä ennaltaehkäiseviin palveluihin, kokonaishoidon jatkuvuudesta vastaavan hoitotiimin toimintaan, psykiatriisiin konsultaatioihin ja erikoissairaanhoidon sekä sosiaalipalveluihin. Lisäksi on huomioitava myös vaikeimmin sairaat ja heidän palvelujensa tarve. Akuutteina ongelmina ovat vaikea psykiatriapula ja muun henkilöstön vajaus erikoissairaanhoidossa.

Hallitusohjelman mukaan 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).

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.

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 yhteistyötä

ja voivat helpottaa muiden viranomaisten tehtäviä. Moniviranomaisyhteistyön avulla voidaan koordinoida tarvittavia palveluja, apua ja tukea.⁹²

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, ennakkoiva talousneuvonta ja asumista tukevat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut (**YM, OM, STM**).
 - 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 (**TEM**).
 - Varmistetaan TE-palvelut 2024 –uudistuksen yhteydessä sujuva yhteistyö uusien työvoimaviranomaisten, hyvinvointialueen palvelujen sekä toiminnan kanssa (**TEM**).
 - Jatketaan lähisuuhdeväkivallan riskinarviointiin ja uhrin auttamiseen sekä nuorten rikoskierteen katkaisemiseen liittyvää viranomaisyhteistyötä (**POHA, STM, OM**).
 - Edistetään etsivää työtä yhteistyössä hyvinvointialueen, kuntien, järjestöjen ja poliisin kanssa (**POHA, STM, OKM**).
 - Vahvistetaan monialaista yhteistyötä kuntien ja hyvinvointialueiden välillä mm. nimeämällä kuntien nuorisolain mukaiseen ohjaus- ja palveluverkoston jäseneksi hyvinvointialueen edustajia (**OKM**).
 - Lisätään talous- ja velkaneuvonnan ja mielenterveyspalvelujen yhteistyötä (**OM, STM**).

⁹² Enska. Poliisin ennalta estävän työn strategia 2019-2023. Sisäministeriö.

- Edistetään mahdollisimman varhaisessa vaiheessa talousasioiden puheeksiottamista työterveyshuollossa ja mielenterveystyössä. Vahvistetaan asiantuntijoiden kykyä puhua talousasioista. **(STM, OM)**
- Vahvistetaan vankiloiden kuntoutussisältöjä ja toimintatapoja mielen-terveyden edistämiseksi ja turvataan rangaistusta suorittaville palvelu-jatkumot siirryttäessä laitoksista kuntiin ja hyvinvointialueille **(OM, STM, THL, VTH)**.

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.

- *Johtaminen sopeuttaa organisaatiot ja niiden toiminnat 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.*

Meneillään oleva kehittäminen

Valtioneuvoston tutkimushankkeessa - Mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi (MIVA) käyttöön, kehitettiin mielenterveysvaikutusten vaikuttavaa arviointia osana kuntien ja hyvinvointialueiden hyvinvointityön ja -johtamisen kokonaisuutta. Hankkeen tuloksia voidaan hyödyntää myös valtionhallinnon säädös- ja ohjelmavalmistelussa sekä järjestö- ja kansalaisvaikuttamistyössä. Hanke toteutettiin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen ja järjestöjen yhteistyönä.

Mielenterveystyötä ohjataan ja johdetaan yli sektorirajojen, sillä mielenterveyttä rakennetaan kaikilla yhteiskunnan sektoreilla. Mielenterveysjohtamisen tavoitteena on mielenterveyden laaja-alainen edistäminen ja siten väestön kokonaisyhteiskunnan 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.⁹³

Yhteiskuntaan ja sen toimivuuteen vaikuttavat globaalit muutosvoimat kuten ikääntyvä ja monimuotoistuva työväestö, kiihtyvä teknologian kehittyminen, ilmastonmuutoksen vaikutukset ympäristöön ja ihmisten tapaan toimia sekä työelämän vaatimusten muuttuminen, mikä edellyttää uuden oppimista ja joustavaa osaamista. Tämä kaikki vaikuttaa myös mielenterveysjohtamiseen. Pidemmän aikavälin tavoite tulee olla inhimillisesti, sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä kehitys ja tämä vaatii mm. uudenalaista ajattelua, päätöksentekoa ja asennemuutosta myös työelämässä.⁹⁴

⁹³ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

⁹⁴ Kokkinen L (toim.) 2020. Hyvinvointia työstä 2030-luvulla, skenaarioita suomalaisen työelämän kehityksestä. Työterveyslaitos.

Mielenterveysjohtamista edistäviä toimenpiteitä 2024-2027

- Edistetään mielenterveysvaikutusten (MIVA) käyttöönottoa eri hallinnonaloilla ja johtamisen tasoilla (**STM, THL**).
- Parannetaan mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusasioiden tietopohjaa tiedolla johtamisen ja toimenpiteiden seurannan tueksi (**STM, THL**).
- Vakiinnutetaan eri ministeriöiden välisen mielenterveysstrategian poikkihallinnollisen yhteistyöryhmän työskentelyn jatkuvuus sekä yhteistyön rakenne ja toimintatavat järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa (**STM**).
- Tuetaan eri ikäisten mielenterveyttä ja työkykyä työuran eri vaiheissa ja muutoksissa hyvinvointialueiden, työllisyysalueiden, työterveyshuoltojen ja työpaikkojen yhteistyössä. Edistetään työelämän joustoja ja työurasuunnittelua. (**STM, TEM**)
- 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. (**STM, TEM, TTL**)
- Vahvistetaan psykososiaalisen kuormituksen arvioinnin ja hallinnan osaamista työpaikoilla. Tuodaan työpaikoille keinoja ja menetelmiä vahvistaa työn voimavaroja ml. yhteisöllisyys. (**STM, TEM, TTL**)
- Edistetään tietoisuutta mielenterveydestä ja sen edistämisen keinoista osana kuntien ja hyvinvointialueiden poikkihallinnollista ja monitoimijuuteen perustuvaa hyvinvointityötä sekä tiedolla johtamista ja päätöksentekoa (**STM**).
- Jatketaan mielenterveyden edistämisen ja itsemurhien ehkäisyn kansainvälistä vaikuttamistyötä kansainvälisissä rakenteissa ja verkostoissa kuten EU, WHO ja OECD (**STM**).

Mielenterveysjohtaminen edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

- Eri sektoreiden palvelujen kokonaisuutta ja yhteistoiminnallisuutta korostava vastuunjako kirjoitetaan selkeiksi toimintamalleiksi niin, että tarvittavat voima-

varat, kustannusvastuut ja kompensatiomekanismit samalla todetaan. Laaditaan eri hallinnonalojen välisille yhteistoiminnoille mallit, joissa kuvataan toimijoiden roolit, kustannusten jakautuminen ja toimintojen johtaminen.⁹⁵

- 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 huomionhakuisina.*
- *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.*
- *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.*

⁹⁵ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

- *Ajankohtaista tilastotietoa tarvitaan eri ikäryhmistä ja riskiryhmistä itsemurhien, itsemurhayritysten, hoitoon pääsyn ja hoidon laadun sekä varhaisen tuen osalta.*⁹⁶

Meneillään oleva kehittäminen

Itsemurhien ehkäisyohjelman tarkoituksena jatkaa ja parantaa toimenpiteitä, joilla estetään itsemurhakuolemia. Ohjelman osa-alueet ovat: asenteisiin vaikuttaminen, itsemurhakeinoihin vaikuttaminen, varhaistuen tarjoaminen, riskiryhmien tukeminen, hoidon kehittäminen ja mediaosaamisen lisääminen. Näihin osa-alueisiin liittyviä itsemurhien ehkäisyn toimenpiteitä toteutettiin vuosina 2021–2023 viidessä itsemurhien ehkäisyn kehittämishankkeessa.⁹⁷ Itsemurhakuolemien määrän seuranta näillä alueilla vuosilta 2016–2022 osoittaa, että itsemurhakuolleisuus on pienentynyt kehittämishankkeiden toiminnan aikana. Näiden viiden kehittämishankkeen keskeiset toimintamallit on tallennettu Innokylään, josta ne ovat vapaasti saatavissa, tarpeen mukaan sovellettavissa ja otettavissa paikalliseen käyttöön.⁹⁸

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.⁹⁹

⁹⁶ Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

⁹⁷ Partonen T, Solin P & Haag C (2023). Toimintamalleja itsemurhien ehkäisyyn: itsemurhien ehkäisyohjelman tuloksia (2021–2023). Ohjaus 19/2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

⁹⁸ | Innokylä (innokyla.fi), [haettu 20.6.2024].

⁹⁹ Partonen T (2021). Itsemurhien ehkäisy tänään. Blogikirjoitus 7.9.2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Vaikka myös nuorten itsemurhakuolleisuus on vähentynyt vuodesta 1990 jälkeen, on itsemurhien määrä kuitenkin kuolinsyynä varsin suuri. Nuoren mieli kehittyy ja nuoruusaika on erilaisten muutosten jatkumoa sekä kokeilujen ja rajojen koettelua. On ohimeneviä pahan olon ja satunnaisten päihteiden käytön aikoja, jotka kuuluvat nuorten arkeen. Vaikea mielenterveyden häiriö, pitkittynyt päihteiden käyttö, itsemurhasta puhuminen ja itsemurhayritykset sekä nuoren ympäristön turvattomuus lisäävät itsemurhariskiä. Itsemurhia voidaan ehkäistä tunnistamalla riskitekijöitä, puuttamalla varhain, auttamalla ja tukemalla nuorta sekä turvaamalla hänen tarpeidensa mukainen hoito ja sen jatkuvuus myös elämän taitekohdissa.¹⁰⁰

Mielenterveyden edistämisen ja ennaltaehkäisevillä toimenpiteillä vaikutetaan tehokkaasti myös itsemurhien vähentämiseen. Itsemurhien ehkäisyyn tarvitaan kuitenkin myös tarkemmin kohdistettuja toimenpiteitä.

Itsemurhien ehkäisyn toimenpiteitä 2024-2027

- Itsemurhien ehkäisyn verkkokoulun sisältöä kehitetään ja laajennetaan uusille kohderyhmille soveltuvaksi (**STM, THL**).
- Vahvistetaan itsemurhien ehkäisyä kieli-, sukupuoli ja kulttuurivähemmistöissä tiiviissä yhteistyössä kohderyhmien ja muiden sidosryhmien kanssa (esim. romani- ja saamelaisväestö) (**STM, THL**).
- Vahvistetaan itsemurhaa yrittäneiden tukea huolehtimalla palveluiden yhteensovittamisesta katkeamattomien hoitopolkujen varmistamiseksi (**STM**).
- Vahvistetaan itsemurhien ehkäisyä suljetuissa ympäristöissä (esimerkiksi vankilat ja koulukodit) (**OM, STM, OKM, THL, VTH**).
- Vahvistetaan työterveyshuollon osaamista itsemurhien ehkäisyssä (**STM**).
- Tuetaan edelleen raideliikenteen allejäätien ennaltaehkäisyn yhteistyöryhmän toimintaa (**LVM, STM, THL**).
- Tuetaan ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä tekemällä tiivistä poikkihallinnollista yhteistyötä viranomaisten ja järjestöjen sekä muiden toimijoiden kesken sekä sovitetaan tie- ja raideliikenteen itsemurhien ehkäisy yhdeksi näkökulmaksi muihin julkisen hallinnon strategioihin (**LVM**).

¹⁰⁰ Suomalainen L, Seilo N, Haravuori H & Marttunen M (2018). Nuoren viiltely ja itsetuhoisen käyttäytyminen. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2018; 134(8):857-64.

- Lisätään eri toimijoiden välistä poikkihallinnollista yhteistyötä tahallisten allejäätien ehkäisemiseksi raideliikenteessä ja varmistetaan, että tahallisten allejäätien ehkäisy otetaan huomioon eri hallinnonalojen hankkeissa (**LVM**).
- Lisätään raideliikenteen parissa työskentelevien henkilöiden kykyä tunnistaa käyttäytymistä, joka viittaa henkilön itsetuhoisuuteen sekä puuttumaan tilanteeseen turvallisesti (**LVM**).
- Edistetään itsemurhien ehkäisyä vaikuttamalla liikenne-, ympäristö- ja sisustusturvallisuuden suunnitteluun raideliikenteen allejäätien ennaltaehkäisyn yhteistyöryhmän sekä ministeriöiden välisen yhteistyöryhmän toiminnan kautta (**LVM, Traficom, YM, TEM, STM**).
- Jatketaan Aikalisätoiminnan kehittämistä ja toteutusta kutsuntojen yhteydessä (**PLM, STM, OKM, OPH, TEM, Ely, Valtionkonttori**).
- Hyödynnetään järjestöjen itsemurhien ehkäisy- ja kriisiosaamista kunnissa, hyvinvointialueilla ja yhdyspintatyössä (esim. kriisiavun kanavat, vertaistuki, itsemurhaa yrittäneiden ja itsemurhan tehneiden läheisille suunnattu tuki) (**STM**).
- Selvitetään taustasyitä niissä ikäryhmissä, joissa itsemurhakuolemat ovat yleistyneet (**STM, THL**).
- Edistetään itsemurhien muistilistan käyttöä vastuullisessa uutisoinnissa¹⁰¹ (**STM, THL**).
- Kehitetään itsemurhavaaran kirjaamiskäytäntöjä teknisillä ratkaisuilla ja kirjaamisen sisältöjen systemaattisella käyttöönotolla (**STM, THL**).
- Jatketaan ja tehostetaan hallituskaudella 2023-2027 uudelleen käynnistynyttä itsemurhien ehkäisyn poikkihallinnollista ohjelmatyötä ministeriöiden välisen yhteistyöryhmän toiminnan avulla yhteistyössä järjestöjen ja muiden sidosryhmien kanssa (**STM**).

Itsemurhien ehkäisy edellyttää pitkäjänteistä ja monialaista kehittämistä

¹⁰¹ Toimittajille avuksi muistilista itsemurhista uutisointiin - JSN, [haettu 20.6.2024].

- Suunnitellaan ja otetaan käyttöön kansallinen tietokanta, jossa on ajantasainen tieto itsetuhoisuuden vuoksi tehdyistä pelastustehtävistä, itsemurhayrityksistä ja itsemurhakuolemista (**STM, THL**).
- Tunnistetaan itsemurhavälineisiin liittyvät haasteet, ja vaikutetaan niihin tarvittaessa sääntelyllä, mukaan lukien ampuma-aseet, räjähteet, lääkkeet ja myrkyt (**SM, STM, Fimea, TEM, Tukes, MMM, Ruokavirasto**).
- Edistetään edelleen valtakunnallisesti yhdenmukaisia käytänteitä itsemurhaa yrittäneille ja heidän läheisilleen tarjottavan tuen osalta (**STM, THL**).

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, mielenterveysoikeudet, 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 2020-2030¹⁰² 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 tarkoituksenmukai-

¹⁰² Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6.

sen kokonaisuuden sekä hyvinvointialueiden että valtion itsensä 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.