



# Mielenterveyden edistämisen osaaminen terveyssektorilla – millaisia tietoja, taitoja, arvoja ja asenteita tarvitaan mielenterveyden edistämistoimissa

## PÄÄLÖYDÖKSET

- Yhteensä 16 mielenterveyden edistämisen osaamisaluetta ja 56 osaamisalueiden osatekijää tunnistettu
- Positiivisen mielenterveyden tuntemus sekä yhteistoimintataidot ovat vahvasti esillä osaamisessa
- Osaamisessa korostuvat myös asiakaslähtöisyyteen ja yksilöiden ja yhteisöjen voimaantumiseen liittyvät osa-alueet
- Osaamisalueita voidaan hyödyntää kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimissa, tulevien hyvinvointialueiden ja sote-keskusten mielenterveyden edistämisen ja ennaltaehkäisevien palveluiden kehittämisen toimissa, järjestöissä ja mielenterveyden edistämisen koulutusta tarjoavissa oppilaitoksissa

Mielenterveys on olennainen osa terveyttä ja terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä. Hyvä mielenterveys ei ole vain mielen sairauksien puuttumista. Se on yksilön itsensä ja yhteiskunnan tärkeä voimavara, joka lisää sekä yksilön ja yhteisön elämänlaatua ja hyvinvointia että yhteiskunnan tuottavuutta. Mielenterveys rakentuu ja kehittyy vuorovaikutuksessa arkiympäristömme kanssa - toimivat arkiympäristöt edistävät siten mielen hyvinvointia. Mielen hyvinvointi mahdollistaa elämästä nauttimisen, tukee arjessa jaksamista ja auttaa selviytymään vastoinkäymisistä.

Mielenterveyden edistämisen tavoitteena on tukea hyvää mielenterveyttä vahvistamalla psyykkistä hyvinvointia, voimavaroja, osaamista ja sitkeyttä sekä luomalla mielen hyvinvointia tukevia asumisololoja ja ympäristöjä. Mielenterveyden edistämällä voi olla yksilön ja yhteisön hyvän mielenterveyden lisäämisen kautta myös mielenterveyden ongelmia ja häiriöitä ehkäisevä vaikutus.

Mielenterveyden edistämistä ja sen osaamista on tarvetta kehittää. Mielenterveyden edistämisen osaamisen merkitys korostuu sosiaali- ja terveysjärjestelmän uudistuksessa, jonka myötä vastuu hyvinvointia ja terveyttä edistävästä toiminnasta on niin kunnilla kuin hyvinvointialueilla. Tämä yhteinen vastuu edellyttää uudenlaista osaamista vaikuttavien mielenterveyden edistämisen käytäntöjen toteuttamiseksi.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tunnistaa, millaista mielenterveyden edistämisen osaamista tarvitaan terveyssektorin käytännöissä. Tutkimus pohjautuu mielenterveyden edistämisen alan asiantuntijoiden sekä kokemusasiantuntijoiden näkemyksiin.

## Mielenterveyden edistämisen osaaminen terveyssektorilla

Tutkimuksen tuloksena tunnistettiin 16 mielenterveyden edistämisen osaamisaluetta (kuvio 1) ja 56 osaamisalueiden osatekijää. Osaamisalueet jakautuvat tieto-osaamiseen, käytännön taitoihin, sekä asenteisiin ja arvoihin. Jokainen osaamisalue kuvaa yhtä mielenterveyden edistämisen osaamisen olottuvuutta. Tulokset korostavat tarvittavan mielenterveyden edistämisen osaamisen monimuotoisuutta. Positiivisen mielenterveyden tuntemus sekä yhteistoimintataidot tulevat vahvasti esiin vaadittavana osaamisena. Tulosten mukaan osaamisessa korostuvat etenkin asiakaslähtöisyyteen ja yksilöiden ja yhteisöjen voimaantumiseen liittyvät osa-alueet.

**Nina Tamminen**

THL

**Pia Solin**

THL

**Lasse Kannas**

Jyväskylän yliopisto

**Tarja Kettunen**

Jyväskylän yliopisto/

Keski-Suomen sairaanhoitopiiri

## Näin tutkimus tehtiin:

Tässä julkaisussa raportoidut tulokset perustuvat väitöskirjatutkimukseen (Tamminen 2021), joka toteutettiin vaiheittain vuosien 2013–2021 aikana.

Mielenterveyden edistämisen alan asiantuntijoiden näkemyksiä mielenterveyden edistämiseen liittyvästä osaamisesta selvitettiin fokusryhmien (2 ryhmää, 6+7 osallistujaa, kevät 2014, syksy 2015) ja avoimista kysymyksistä koostuvan kyselytutkimuksen avulla (20 osallistujaa, joulukuu 2015–tammikuu 2016).

Fokusryhmähaastatteluiden ja kyselytutkimuksen pohjalta luotiin Delphi-tutkimus, joka toteutettiin keväällä 2017. Delphi-paneeliin osallistui 32 mielenterveystyön ammattilaista. Delphi-tutkimuksessa tunnistettiin yhteisymmärrystä rakentamalla mielenterveyden edistämisen osaamisalueet.

Lopuksi kokemusasiantuntijat arvioivat tulokseksi saatuja osaamisalueita fokusryhmähaastattelussa, johon osallistui 10 kokemusasiantuntijaa.



**Kuvio 1. Mielenterveyden edistämisen osaamisalueet**

### Tieto-osaaminen

Mielenterveyden edistämistoimien toteuttamiseksi on välttämätöntä tuntea mielenterveyden edistämisen periaatteita ja käsitteitä, mukaan lukien hyviä käytäntöjä ja työkaluja ja vaikuttavia menetelmiä. Tieto ja ymmärrys positiivisesta mielenterveydestä ja mielenterveyden edistämisen salutogeenisestä eli terveyslähtöisestä voimavara-ajattelusta on olennaista kaikessa mielenterveyttä edistävässä toiminnassa. Tarpeen on myös laaja-alainen ymmärrys yhteiskunnan eri sektoreiden merkityksestä yksilön ja yhteisön mielenterveydelle koko elämänkaaren aikana, sekä ymmärrys yhteiskunnassa vallitsevista mielenterveyttä tukevista ja mielenterveyttä haastavista tekijöistä. Tieto-osaamisen neljä mielenterveyden edistämisen osaamisaluetta ja niiden eri osatekijät on kuvattu taulukossa 1.

**Taulukko 1. Tieto-osaaminen ja sen osatekijät**

Osaamisalue	Osatekijät
<b>1. Mielenterveyden edistämisen periaatteet ja käsitteet</b>	1.1 Tuntee positiivisen mielenterveyden ja resilienssin käsitteet, sekä suojaavien tekijöiden, vahvuuksien ja voimavarojen merkityksen 1.2 Tuntee tukea antavien elinolojen ja – ympäristön merkityksen 1.3 Tuntee mielenterveyskäsitteen 1.4 Tuntee mielenterveyden riskitekijät 1.5 Tuntee mielenterveyden edistämisen hyviä käytäntöjä ja työkaluja ja vaikuttavia menetelmiä
<b>2. Ihmisen kehitys</b>	2.1 Tuntee mielenterveyden edistämisen päämääriä ja toimintoja elämänkaarinäkökulman mukaisesti 2.2 Tuntee ihmisen psykososiaalisen ja fysiologisen kehityksen
<b>3. Yhteiskunnallinen ymmärrys</b>	3.1 Ymmärtää yhteiskunnan toimintaa ja miten siihen voidaan vaikuttaa 3.2 Ymmärtää yhteiskunnassa vallitsevia mielenterveyttä tukevia ja mielenterveyttä haastavia tekijöitä 3.3 Ymmärtää eri sektoreiden merkityksen mielenterveyteen ja niiden roolin mielenterveyden edistämässä 3.4 Ymmärtää poliittisen päätöksenteon vaikutukset hyvinvointiin ja mielenterveyden edistämiseen
<b>4. Ihmisoikeudet</b>	4.1 Tuntee ihmisoikeudet, kuten tasa-arvon, oikeudenmukaisuuden ja toisen arvostamisen ja kunnioittamisen 4.2 Tuntee kulttuurien välisiä eroja ja yhtäläisyyksiä sekä niiden merkityksen mielenterveyden edistämistyöhön

## Käytännön taidot

Laaja määrä käytännön taitoja osoittaa mielenterveyden edistämässä tarvittavien taitojen monimuotoisuutta. Tärkeimpiä käytännön taitoja ovat yhteistoimintataidot, joita tarvitaan niin mielenterveyden edistämistoimissa yhteiskunnan eri sektoreiden välillä kuin yksilöiden ja yhteisöjen mielenterveyden edistämässä. Mielenterveyden edistämisen käytäntöjen ja toimenpiteiden tarpeiden mukainen suunnittelu, toteutus ja arviointi ovat myös tarpeellisia taitoja osata, jotta toiminta on vaikuttavaa ja tuloksekasta. Lisäksi vaikuttamistyö mielenterveyden edistämisen puolesta nähdään tärkeänä osaamisena. Käytännön taitojen yhdeksän osaamisaluetta ja niiden eri osatekijät on kuvattu taulukossa 2.

**Taulukko 2. Käytännön taidot ja niiden osatekijät**

Osaamisalue	Osatekijät
<b>5. Viestintä</b>	5.1 Hallitsee eri viestintämenetelmiä, mukaan lukien suullinen ja kirjallinen viestintä sekä teknologiset viestintätavat 5.2 Tiedottaa mielenterveyden edistämiseen liittyvistä tekijöistä ja toiminnoista 5.3 Vaikuttaa viestinnän avulla yleisiin mielenterveyttä edistäviin ja vahvistaviin asenteisiin, tavoitteena mm. stigman vähentäminen
<b>6. Ihmissuhteet</b>	6.1 Hallitsee vuorovaikutustaidot eri sidosryhmien kanssa työskennellessä 6.2 Huomioi toisen arvostaen, kunnioittaen ja empatiaa osoittaen; ottaa huomioon toisen näkemykset ja arvot sekä käyttää niitä työskentelyn lähtökohtana 6.3 Hallitsee ryhmän ja kahdenvälisen työskentelyn ohjaustaidot sekä erilaiset ohjausmenetelmät
<b>7. Tarvearviointi</b>	7.1 Arvioi asiakkaan/sidosryhmän tarpeet käyttäen apuna erilaisia menetelmiä, työkaluja ja mittareita 7.2 Ottaa asiakkaan/ sidosryhmän mukaan tarpeiden arviointiin sekä tavoitteiden ja toimien asettamiseen ja seurantaan 7.3 Seuraa eri indikaattoreilla mielenterveyden tilaa ja mielenterveyden edistämisen vaikuttavuutta 7.4 Tunnistaa ja tukee positiivisen mielenterveyden osatekijöitä ja suojaavia tekijöitä; asiakkaan/sidosryhmän vahvuuksia ja voimavaroja 7.5 Tunnistaa mielenterveyden riskitekijöitä
<b>8. Suunnittelu</b>	8.1 Suunnittelee tavoitteellisia mielenterveyden edistämistoimia ja – toimintoja 8.2 Hyödyntää suunnittelussa saatavilla olevia voimavaroja 8.3 Ottaa toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen mukaan asiakkaan/sidosryhmän ja muut asianomaiset 8.4 Ideoi uusia innovaatioita, menetelmiä ja välineitä
<b>9. Toimeenpano</b>	9.1 Hyödyntää ja toteuttaa mielenterveyden edistämisen hyviä käytäntöjä ja vaikuttavia menetelmiä ja – toimenpiteitä 9.2 Tarjoaa tavoitteellisia ja kohdennettuja mielenterveyden edistämisen toimia asiakkaalle/sidosryhmälle yhdessä heidän kanssaan sekä osana laajempaa toimintaa 9.3 Seuraa systemaattisesti suunniteltuja toimenpiteitä
<b>10. Yhteistoiminta</b>	10.1 Toimii yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa organisaatio- ja sektorirajat sekä tieteenalat ylittäen 10.2 Verkostoituu ja luo kumppanuussuhteita sekä hyödyntää eri verkostoja ja yhteisöjä 10.3 Toimii yhteistyössä asiakkaan/sidosryhmän kanssa 10.4 Mahdollistaa ja ottaa mukaan kokemusasiantuntijoita ja vertaistukea
<b>11. Johtaminen</b>	11.1 Johtaa ja tukee mielenterveyden edistämistoimia käytännön toteutuksissa ja eri tasoilla (asiakastyöstä väestötason toimenpiteisiin) 11.2 Ohjaa suunnitelmallisesti tavoitteellista ja tietoon perustuvaa mielenterveyden edistämistä ja sen toimia 11.3 Hyödyntää tutkimustietoa päätöksenteossa

<b>12. Arviointi ja tutkimus</b>	12.1 Etsii tutkimukseen perustuvaa tietoa mielenterveyden edistämistyön tueksi 12.2 Hallitsee erilaisia arviointi- ja tutkimusmenetelmiä ja -mittareita 12.3 Tutkii ja arvioi mielenterveyden edistämistoimien suunnittelua, toteutusta ja vaikutuksia
<b>13. Vaikuttaminen</b>	13.1 Vaikuttaa verkostoitumalla ja työskentelemällä eri sektoreiden kanssa 13.2 Puhuu mielenterveyden edistämisen ja sen toimenpiteiden puolesta muille tahoille ja toimijoille 13.3 Vaikuttaa päättäjiin, päätöksentekoon ja politiikkoihin 13.4 Vaikuttaa mielenterveyden edistämistöimiin tarvittaviin resursseihin

## Arvot ja asenteet

Arvoissa ja asenteissa korostuvat mielenterveyden edistämisen ammattilaisen kokonaisvaltainen ja myönteinen lähestymistapa. Keskiössä ovat asiakaslähtöisyys ja yksilöiden ja yhteisön voimaantuminen. Eettiset arvot, kuten tasa-arvo ja ihmisoikeuksien kunnioittaminen ovat mielenterveyden edistämisen käytännön ytimessä ja olennainen osa mielenterveyden edistämisen osaamista. Arvojen ja asenteiden kolme osaamisaluetta ja niiden eri osatekijät on kuvattu taulukossa 3.

**Taulukko 3. Arvot ja asenteet ja niiden osatekijät**

Osaamisalue	Osatekijät
<b>14. Myönteinen asenne</b>	14.1 Toimii ennakkoluulottomasti erilaisten ihmisten, väestöryhmien ja kulttuurien kanssa 14.2 Innostaa, kannustaa ja motivoi ihmisiä 14.3 Tunnistaa ja hyödyntää mahdollisuuksia sekä voimavaroja ja vahvuuksia 14.4 Uudistaa ja kehittää rohkeasti olemassa olevia toimintatapoja mielenterveyden edistämiseksi ja vahvistamiseksi
<b>15. Kokonaisvaltainen asenne</b>	15.1 Näkee asiakkaan/sidosryhmän kokonaisuutena vahvuksineen ja rajoituksineen sekä tukee heidän asiantuntijuuttaan ja toimijuuttaan 15.2 Edistää monitoimijuutta mielenterveyden edistämistyössä 15.3 Huomioi mielenterveyteen vaikuttavat biologiset, psyykkiset, sosiaaliset, henkiset ja yhteiskunnalliset tekijät 15.4 Edistää asiakaslähtöistä toimintakulttuuria
<b>16. Eettiset arvot</b>	16.1 Kunnioittaa ihmisoikeuksia ja vahvistaa yhdenvertaisuutta 16.2 Toimii tasavertaisesti ja erilaisuutta kunnioittaen 16.3 Tekee ihmisoikeuksia näkyväksi ja toteuttaa niitä

## Johtopäätökset ja suositukset

Hyvän mielenterveyden merkitys niin yksilölle, yhteisölle kuin yhteiskunnalle on tunnustettu laajalti. Tarvitsemme osaavia ammattilaisia suunnittelemaan ja toteuttamaan mielenterveyttä vahvistavia ja tukevia päätöksiä, toimenpiteitä ja tutkimusta. Tämä tutkimus tarjoaa uutta ja tarpeellista tietoa tarvittavasta osaamisesta. Tunnistetut osaamisalueet teoreettisista tiedoista ja käytännön taidoista asenteisiin ja arvoihin kuvaavat mielenterveyden edistämisen osaamisen monimuotoisuutta.

Tunnistetut osaamisalueet voidaan ottaa käyttöön kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimissa, tulevien hyvinvointialueiden ja sote-keskusten mielenterveyden edistämisen ja ennaltaehkäisevien palveluiden kehittämisen toimissa, järjestöissä ja mielenterveyden edistämisen koulutusta tarjoavissa oppilaitoksissa. Osaamisalueita voidaan hyödyntää sekä jo ammatissa toimivien että alalle opiskelevien mielenterveyden edistämisen osaamisen kehittämisessä ja arvioinnissa.

Mielenterveyden edistämisen osaamisalueet tarjoavat välineen mielenterveyden edistämisen koulutuksen vahvistamiseen ja auttavat koulutusohjelmien ja tutkintojen sisältöjen

suunnittelussa mielenterveyden edistämiseen liittyen. Niiden avulla voidaan arvioida osaamista ja sen kehittymistä niin koulutuksessa kuin jo ammatissa olevan henkilöstön osaamista. Lisäksi niitä voidaan hyödyntää ammattilaisten koulutustarpeiden tunnistamisessa sekä käyttää itsearviointina osaamisen ja ammatillisen kehittämistarpeen kartoittamisessa. Osaamisalueita voidaan myös hyödyntää mielenterveyden edistämiseen liittyvien työtehtävien ja työroolien suunnittelussa.

Tunnistetut osaamisalueet kuvaavat laajaa ja monialaista mielenterveyden edistämisen osaamista. On syytä huomioida, että vaadittava taitotaso osaamisessa voi riippua ammatillaisen roolista terveyssektorilla; työskenteleminen johtajan roolissa tai kehitystyössä voi vaatia eri tason asiantuntemusta kuin työskennellessä asiakaslähtöisemmässä roolissa. Eri työtehtävissä olevien ammattilaisten osaamisen tarpeet voivat vaihdella, jolloin voi olla tarpeen painottaa toisia osaamisalueita enemmän. Kaikki tunnistetut osaamisalueet ovat kuitenkin tarpeen vaikuttavien mielenterveyden edistämisen toimien toteuttamiseen ja yksilöiden ja yhteisöjen mielenterveyden ja mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen.

---

## Lähteet

Tamminen N. Mental health promotion competencies in the health sector. JYU dissertations 2021;386. Jyväskylä: University of Jyväskylä. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/75738>

### Tämän julkaisun viite:

Tamminen N, Solin P, Kannas L, Kettunen T (2021) Mielenterveyden edistämisen osaaminen terveyssektorilla – millaisia tietoja, taitoja, arvoja ja asenteita tarvitaan mielenterveyden edistämistoimissa. Tutkimuksesta tiiviisti 58/2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki



### Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

ISBN 978-952-343-744-9 (verkko)

ISSN 2323-5179 (verkko)

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-744-9>