

Hyvän mielen kunta -työkalupakki

Hyvän mielen kunta -työkalupakki auttaa kuntia löytämään tietoon perustuvia toimintamalleja ja menetelmiä mielenterveyden edistämiseen ja ennaltaehkäisevään päihdetyöhön. Työkalupakin menetelmiin on saatavilla koulutusta, ja ne voidaan ottaa kunnassa käyttöön laaja-alaisesti.

Kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työ organisoidaan usein joko ikäryhmien tai ilmiöiden mukaan. Myös työkalupakki rakentuu ikäryhmien ja ilmiöiden ympärille ja ja sen avulla kunnassa voidaan löytää malleja hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työhön. Kunnassa toimivat ammattilaiset voivat työkalupakin avulla tunnistaa mahdollisia katvealueitaan tai löytää esimerkiksi strategian ja hyvinvointisuunnitelman painopisteitä tukevia malleja.

Ilmiöt on valittu mielenterveyden edistämisen ja ehkäisevän päihdetyön juurisyistä. Juurisyyt ovat mielenterveyteen tai päihdekäyttäytymiseen liittyviä suojaavia tai herkistäviä tekijöitä. Mielenterveyden edistäminen ja ehkäisevä päihdetyö on suojatekijöiden vahvistamista ja herkistävien tekijöiden, tai niiden vaikutusten, vähentämistä. Mm. vanhemmuuden tuki, kiusaamisen ehkäisy, mielenterveystaitojen vahvistaminen, työyhteisöjen kehittäminen ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen ovat tutkimusten mukaan tehokkaita keinoja mielenterveyden, terveen päihdekäyttäytymisen ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

Selkeyden vuoksi toimintamallit esitellään vain yhden ilmiön kohdalla, mutta jokainen vastaa moneen ilmiöön. Esim. tunne-

ja vuorovaikutustaidot ovat mielenterveystaitoja, ja jokainen mielenterveystaitoja kehittävä toimintamalli kehittää myös tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Tunne- ja vuorovaikutustaidot ja mielenterveystaidot ovat keskeisiä muun muassa kiusaamisen vastaisessa työssä.

Ehkäisevä päihdetyö ja mielenterveyden edistäminen liittyvät vahvasti toisiinsa. Monet mielenterveyden edistämisen mallit ovat ehkäisevän päihdetyön ydintä. Tällaisia ovat esimerkiksi vanhemmuuden tuen mallit, syrjäytymisen vastaisen työn mallit sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä mielenterveystaitoja edistävät mallit. Ehkäisevä päihdetyö on aina myös mielenterveyden edistämistä.

Hyvän mielen kunta -työkalupakki on kokoelma ja esimerkki hyvistä malleista ja muitakin hyviä malleja löytyy. Päivitämme työkalupakin vuoden välein tammikuussa (ensimmäinen päivitys tammikuussa 2024).








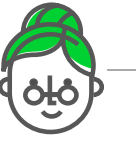







Yhteyshenkilö:

Karin Palmén, Hyvän mielen kunta -päällikkö,
etunimi.sukunimi@mieli.fi.

mieli

Hyvän mielen kunta -työkalupakki

Ilmiöt ovat ehkäisevän päihdetyön ydintä.

Ikäryhmät									
Ilmiöt		Raskaus ja vauvaikäiset	Varhaislapsuus (2-6 v.)	Alakouluikäiset	Yläkouluikäiset	Toisen asteen opiskelijat	Nuoret aikuiset (18-29 v.)	Työikäiset	Ikääntyvä väestö
 Mielenterveys- taitojen vahvistaminen	Hoivaa ja leiki			KAMU Kaveri mielessä					
				Nuoren mielen ensiapu®					
				Hyvän mielen taitomerkki			Mielenterveyden ensiapu® 1		
				Hyvän mielen koulu			Mielenterveyden ensiapu® 1		
 Tunne- ja vuorovaikutus- taitojen vahvistaminen	Friends								
	Lions Quest								
	Askeleittain - Pienin askelin								
 Vanhemmuuden ja perheen tuki	Vavu								
	Pidä kiinni®			Toimiva lapsi & perhe®					
	Ihmeelliset vuodet								
	Voimaperheet								
 Muu ehkäisevä päihdetyö	Pakka-toimintamalli								
						Päihteen puheeksi selkokielellä			
					Nuuska-agentti	Ensihuoli			
					Nikotiiniton nuorisotyö				
					Nikotiiniton amis				
					Ryhmäilmiö				Pilke-toiminta
Ehkäisevän päihdetyön osaja									
 Työyhteisöjen kehittäminen							Huugo		
							Hyvän mielen työpaikka		
							Mielenterveyden tuen työkalupakki		
							Mieli työssä®		
 Kiusaamisen ja häirinnän vastainen työ			KiVa -koulu						
				Tukioppilastoiminta					
			Yhteispeli						
 Syrjäytymisen vastainen työ					Time out! Aikalisä!				Liikkuva mieli
			Icehearts				Hyvä Päivä		
				Ankkuri					Ystäväpiiri