

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® 2		
 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					
					Yhteispeli			Tukioppilastoiminta		
 Syrjäytymisen vastainen työ						Time out! Aikalisä!			Liikkuva mieli	
	Icehearts						Hyvä Päivä			
							Ankkuri			Ystäväpiiri