



## **MIELI Suomen Mielensterveys ry**

### ***Mielensterveysvaikutuksia arvioimaan? Suomen MIVA pilotin keskeiset havainnot.***

Taina Laaksoharju / asiantuntija MIELI ry

**Hyvä mielensterveys on ensisijaisen tärkeä terveyden osa, joka vaikuttaa kokonaisvaltaisesti toimintakykyymme yhteiskunnan jäsenenä. Yksilöiden hyvästä mielensterveydestä koostuu hyvinvointien ja kukoistavien yhteisöjen selkäranka. Onkin jo aika, että yhteiskunnallisissa päätöksissä otetaan paremmin huomioon niiden vaikutukset mielensterveyteen. Tässä kokemuksia Lapinlahden lähteen MIVA pilotista.**

#### **Taustaa: Päätösten mielensterveysvaikutusten arviointia (MIVA) tarvitaan**

Mielensterveysvaikutusten ennakoarviointia voidaan soveltaa hyvinkin erityyppisiin päätösesityksiin, esimerkiksi kaavoituksessa, palveluiden suunnittelussa ja muutostilanteissa tai ohjelmien ja projektien valmistelussa. Kansallinen Mielensterveysstrategia vuosille 2020-2030<sup>1</sup> linjaa, että mielensterveyden huomioiminen tulisi sisällyttää kaikkeen johtamiseen ja päätöksentekoon.<sup>2</sup> Ihanteellista olisi tehdä arviointi ennen kuin esitys on lopullisessa muodossaan, jolloin on mahdollista vielä aidosti parantaa päätösesitystä. Kaikilla yhteiskunnallisilla päätöksillä, joilla on vaikutusta alueen ihmisten toimintamahdollisuuksiin, on vaikutuksensa myös mielensterveyden suojatekijöiden toteutumiseen. Kunnan perustehtävänä on edistää kuntalaisten hyvinvointia, ja päätösten vaikutusten arviointi on usein myös lakisääteistä.<sup>3</sup>

Päätöksillä ja toimenpiteillä voi olla välittömiä (esimerkiksi palvelun muutos) tai välillisiä (esimerkiksi viheralueiden laatu ja läheisyys) vaikutuksia. Ne voivat olla myös lyhyen tai pitkän aikavälin vaikutuksia.<sup>3</sup> Mielen hyvinvointia voidaan tarkastella kolmella tasolla: yksilön, yhteisön ja/tai sosioekonomisesti ympäristön kannalta. Laajempia väestön mielensterveyteen vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa turvallinen kotiympäristö ja taloudellinen turva, liikkumismahdollisuudet, mielekkäät ja saavutettavat opiskelu- ja vapaa-ajanviettomahdollisuudet, viherympäristö, terveelliset elämäntavat ja osallisuuden mahdollisuudet.<sup>4</sup> Jo yhteiskuntajärjestyksen mukanaan tuomat seikat kuten sosiaalinen tasa-arvo vaikuttavat mielensterveyteen laajasti. Lähempänä yksilöä ovat yhteisön ominaisuudet kuten naapurusto, sosiaaliset suhteet ja taloustilanne. Yksilö ei voi valita, mihin etniseen ryhmään tai sukupuoleen syntyy, mutta nekin ovat mielensterveyteen vaikuttavia asioita.

#### **Käytetyn MWIA mallin soveltuvuudesta**

MIVA -hankkeen tavoitteena oli saada mielensterveysvaikutusten arviointi MIVA osaksi muita ihmisvaikutusten arviointeja ja luoda Suomeen soveltuva ohjeistus. Tässä Terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen koordinoimassa hankkeessa yksi MIELI ry:n tehtävistä oli pilotoida tunnettua kansainvälistä mallia Suomen ohjeistuksen pohjaksi.<sup>5</sup> Ideana oli testata valmista mallia Suomeen luotavan ohjeistuksen pohjaksi. Tämä malli oli 'MWIA: A toolkit for well-being,' josta on netissä vapaasti ladattava manuaali. Mallin on kehittänyt The National Mental Health Development Unit Englannissa vuonna 2011. Hankkeen tavoitteena on ollut tuoda mielensterveys keskeiseksi osaksi terveyttä WHO:n politiikan mukaan; 'No health without mental health' (WHO 2005, 2022<sup>6</sup>). Mallin mukaisia arviointeja on tehty jo satoja eri puolilla Englantia ja myös muissa maissa, hyvinkin erilaisiin hankkeisiin ja päätösasioihin. Suomen tapaukseksi valittiin Lapinlahden lähde, joka on pitkään ollut vailla lopullista päätöstä tulevaisuudestaan.

Se on paikkana myös profiloitunut mielenterveyttä edistäväksi kulttuurikeskukseksi, joten se soveltui hyvin arvioitavaksi Mental Well-being Impact Assessment (MWIA) manuaalin mukaisesti.

Lapinlahden päätösvaihtoehtojen mielenterveysvaikutusten arviointiin käytetty MWIA työkalu tarjosi yksityiskohtaisesti ohjatun arviointiprosessin, josta oli selkeä lähteä arviointityöhön. Se toimi työn suunnittelun ja aikatauluttamisen pohjana hyvin, ja manuaalista löytyvät valmiit mallit muun muassa työpaikkojen sisältöön sekä tulostaulukointeihin. Työkalun ansioihin kuuluvat lisäksi mielenterveysvaikutusten tutkimusnäyttö, sekä mielenterveyteen vaikuttavien suojatekijöiden selkeä avaaminen.

Mallissa suunnataan katsetta mielenterveyden ongelmien sijaan mielen hyvinvointia vahvistaviin tekijöihin. Nämä tutkimuksissa vahvistetut **mielenterveyttä suojaavat tekijät** ovat *toimijuus ja autonomia, osallisuus ja yhteenkuuluvaisuus sekä pärjäävyys ja yhteisöllisyyden edut*. Mallin hyvänä puolena on pidetty sitä, että se voi vähentää mielenterveysongelmiin edelleen usein liitettyä stigmaa siirtämällä huomion pois mielenterveysongelmista mielenterveyttä vahvistaviin tekijöihin.

### Mielenterveyden suojatekijät

#### 1. Toimijuus, autonomia

- Mahdollisuudet valita itseä kiinnostavaa toimintaa ja toteuttaa luovuuttaan tai saavuttaa tavoitteitaan
- Virikkeellinen ympäristö, joka mahdollistaa tarpeisiin soveltuvaa toimintaa

#### 2. Osallisuus ja yhteenkuuluvaisuus

- Mahdollisuudet vaikuttaa yhteisiin asioihin ja päätöksentekoon
- Tasavertaiset mahdollisuudet osallistua kulttuurielämään, harrastuksiin, vapaaehtoistyöhön jne.

#### 3. Pärjäävyys ja yhteisöllisyyden edut

- Kriisivalmiutta kohentavan, läheisen luonto- ja paikkasuhteen mahdollistava toiminnallinen ympäristö
- Mahdollisuus muodostaa sosiaalisia verkostoja, jotka tukevat vaikeuksissa
- Mahdollisuudet oppia selviytymistä kehittäviä tietoja ja taitoja

### Kokemuksia hyvistä ja huonoista puolista

Lapinlahden arviointia vaikeutti päätösvaihtoehtojen ja sidosryhmien runsaus. Lisäksi päätösvaihtoehtoissa oli paljon epävarmuutta ja auki olevia asioita. Tällaisessa tilanteessa arvioinnin tulokset ovat skenaarioperustaisia ja siten suuntaa antavia; nyt kaupungin tehtäväksi jääkin arvioida kokonaiskuva.

Tämä pilotti arviointi tehtiin järjestövetoisesti, mutta yleensä ihmisvaikutusten arvioinnit (IVA) tehdään virkamiestyönä. Kun Suomessa on käytössä oma MIVA malli, päättävä taho on useimmiten vastuussa arvioinnin tekemisestä. On suositeltavaa, että arviointi tehdään kumppanuusperiaatteella siten, että asianomaiset tahot ovat mukana tuottamassa tietoa. Arviointia voivat pyytää myös päätöksen vaikutuksen alaiset tahot tai järjestöt, ja tähän on tulossa valtuustoaloitepohja. Prosessissa kannattaa varmasti kuulla kokemusasiantuntijoita ja eri kohderyhmien kanssa työskentelevien järjestöjen asiantuntemusta, jotta mielenterveysosaamista on riittävästi työryhmässä, saadaan luotettavampi arvio ja lopputulosena parempi päätös.

Testatun MWIA mallin **hyvinä puolina** olivat selkeä ja käytännönläheinen, vaiheittain etenevä prosessi, joka ohjaa selkeästi sidosryhmien osallistamiseen. Prosessi selkeästi lisäsi asianomaisten ja etenkin *päätäjien* tietoisuutta mielen hyvinvointiin vaikuttavista asioista yksilötasosta laajempiin yhteiskunnan rakenteisiin asti. Se myös ylipäättään nosti päättäjien tietoisuutta alueen mielen hyvinvoinnin tilasta ja suunnitellun päätöksen vaikutuksista mielen hyvinvointia suojaaviin tekijöihin. Prosessi teki näkyväksi toimintoja, työtä ja ympäristötekijöitä, jotka edistävät mielenterveyttä. Koska samat mielenterveyttä suojaavat tekijät koskevat kaikkia ihmisiä, MIVA saattoi edistää tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumista ainakin paikallisesti.

## Havainnot MIVAn vaiheista

MIVAn vaiheet menevät osittain päällekkäin. Esimerkiksi jo esiselvityksen aikana voidaan tehdä rajauksia ja koota tausta-aineistoja nykytilanteen mielenterveysvaikutusten lähtötilanteen arvioon. Raportin kirjoittaminen kannattaa aloittaa vaikka heti ja täydentää sitä mukaa, kun arviointi etenee. Toisinaan on hyvä tehdä nykytilanteesta erillinen raporttinsa. Näin tehtiin myös Lapinlahden pilottiarvioinnissa, koska epäiltiin, tietääkö päättävä taho riittävästi siitä, miten laajaa mielenterveystyötä Lapinlahdessa tehdään<sup>7</sup>.

1. **Esiselvitys** - tutustutaan päätösvaihtoehtoihin ja ihmisryhmiin, joihin päätös tulee vaikuttamaan
  - Jos päätösvaihtoehtoja on useita tai päätös tulee koskettamaan laajaa ihmisjoukkoa, tähän vaiheeseen kannattaa varata paljon aikaa
  - Turhan työn välttämiseksi tässä vaiheessa on hyvä pyrkiä saamaan lisätietoa päätösvaihtoehtojen todennäköisyyksissä ja keskittyä niihin, jotka ovat todennäköisiä ja eniten vaikuttavia
  - Jo tässä vaiheessa on hyvä avata yhteistyö sidosryhmiin luottamuksellisen yhteistyön takaamiseksi
2. **Rajaaminen** - selvitetään nykytilanne, kootaan sidosryhmiä yhteen, tiedotetaan alkavasta arviointityöstä ja tehdään tarvittavat rajaukset
  - Nykytilanteen parhaita asiantuntijoita ovat toimijat itse, jolloin on järkevää muodostaa työryhmä, jossa on kattavasti eri sidosryhmien edustajia.
  - Työryhmä kokoontuu a) avoimella kutsulla tiedotustilaisuuteen b) jalkautumalla arvioinnin kohteeseen kertomaan alkavasta arvioinnista esim. henkilöstökokouksiin c) sähköpostikutsulla, jonka levittämistä yhteisössä pyydetään johtajilta.
  - Työryhmän ensimmäisiä tehtäviä on järjestäytyminen ja työnjako; kenellä on pääsy tietoihin, kuka johtaa, kutsuu, tiedottaa ja kuka kokoaa mitäkin. Pienemmissä arvioinneissa yksikin ihminen voi tehdä kaiken.
  - Kohderyhmien rajaamisen yhteydessä mietitään tarvittavat tiedonhankkimiskeinot. Rajaamista ja painottamisia voidaan tarkentaa prosessin edetessä.
3. **Arviointiaineiston kerääminen** – kyselyt, työpajat, tilastot, selvitykset, raportit
  - Jos toimintaympäristö ei ole arvioijalle tuttu, kannattaa kääntyä avainhenkilöiden puoleen. Kun luottamus yhteistyölle on pohjustettu, tietoa alkaa pyydetäessä virrata 'aineistopankkiin.'
  - Muista avoimet tietolähteet alueen erityispiirteistä (Kuntien hyvinvointitilastot (esim. 8), Sotkanet, Tilastokeskus jne).
  - Kyselyn luominenkin on hyvä tehdä osallistavasti eli pyytää kysymyksiä sidosryhmiltä ja testata kyselypohja ennen sen julkaisua.
  - Työpajoja kannattaa järjestää vähintään yksi. Jos sidosryhmiä on paljon, voi olla järkevää järjestää yksi yhteinen ja lisäksi sidosryhmäkohtaiset keskustelutilaisuudet.
4. **Arviointi** - aineiston analysointi luokitellen päätöksen vaikutukset mielenterveyden suojatekijöiden toteutumismahdollisuuksien mukaan, positiivisten ja negatiivisten vaikutusten identifiointi
  - Aineistoa voi analysoida mielellään useampi henkilö luotettavuuden varmistamiseksi
  - Arviointiin on olemassa valmiita taulukkopohjia.
  - Mielen hyvinvoinnin suojatekijät menevät useissa toiminnoissa päällekkäin, eikä tästä pidä huolestua. Jos näin käy, se kannattaa mainita merkitystä lisäävänä tekijänä.
5. Laaditaan **suositukset** ja mietitään päätöstä seuraavat seurantamittarit
  - Kannattaa kiinnittää huomiota vaikutuksen tärkeyteen ja todennäköisyyteen, sekä ajalliseen ulottuvuuteen (lyhyt, ohimenevä – pitkäaikainen, pysyvä vaikutus).
  - Keskitytään konkreettisiin muutoksiin, jotka yhteydessä mielenterveyttä suojaaviin tekijöihin
6. **Raportointi**, josta tiivistelmä päättäjille

## Johtopäätökset

Suomen mielenterveysvaikutusten ennakoarviointimalli todennäköisesti tulee osaksi muita hyvinvointi- ja ihmisvaikutusten arviointeja (IVA<sup>9</sup>). MWIA mallista voi soveltaen omaksua mielen hyvinvointiin keskittyvän, mielenterveyden suojatekijöihin perustuvan tarkastelumallin. Itse perusprosessin kuvauksen vaiheet (esikartoitus, rajaaminen, arviointiaineiston kerääminen, arviointi ja suositukset) ovat yhteneväiset muiden hyvinvointivaikutusten arviointimallien kanssa (ks esim. <sup>10</sup>). Koska mielenterveyteen vaikuttavat osa-alueet voivat olla hankalasti mitattavia, itse arviointi kaipaa konkretiaa. Tarkastelemalla tosiasiallisia, konkreettisia toiminnan mahdollisuuksia sekä mahdollistajina olevia fyysisiä toimintapuitteita (tilat, paikka ja ympäristö), joilla on yhteys mielenterveyden suojatekijöihin, voidaan paremmin arvioida muutoksia yhtälön muodossa. Jos asia X poistuu, keskeytyy, kallistuu tai muuten muuttuu, nähdään helpommin, onko asialla positiivinen, negatiivinen tai neutraali vaikutus mielen hyvinvointia tukeviin mahdollisuuksiin.

Mielenterveyttä voi olla hankala mitata, jolloin mittareiksi on valittava mielenterveyteen vaikuttavia asioita, joita voidaan todentaa määrällisesti. Luotavilla mittareilla tulee olla yhteys mielenterveyden suojatekijöihin. Luomisessa auttaa taulukointi, jossa mielenterveyden suojatekijöiden kohdalle kirjataan keskeiset aineistosta nousseet havainnot, joiden pohjalta pohditaan, miten asiaa voi mitata. Lisäksi etenkin laajaa ihmisjoukkoa koskevissa suunnitelmissa päätösvaikutuksia voidaan peilata laajempiin mielenterveyttä tukeviin komponentteihin, kuten asuinalueen turvallisuus ja laatu, virkistys- ja itsensä kehittämisen mahdollisuudet, paikallisdemokratian toteutuminen, tasavertaisuus ja syrjinnän ehkäiseminen.

MIVA voidaan aina räätälöidä päätösesityksen mukaan. Se ei aina vaadi paljoo aikaa tai työtä, mutta mitä suuremmasta ja monimutkaisemmasta päätöksestä on kyse, sitä enemmän vaaditaan yhteistyötä, ennakkosuunnittelua ja resursseja. Hyvin arvioitu päätös tuottaa hyvinvointia pitkälle tulevaisuuteen.

## Tutustu Lapinlahden Lähteen MIVA arvioinnin dokumentteihin:

Lapinlahden MIVAn esikartoitus eli Nykytilan kuvaus: [LAPINLAHTI-nykytilan-kuvausFINAL.pdf \(mieli.fi\)](#)

Lapinlahden Lähteen koko MIVA raportti: [LapinlahdenMIVALaaksoharjuFINAL.pdf \(mieli.fi\)](#)

Lyhennelmä päättäjille (Policy brief): [MIVAPolicyBriefLapinlahtiLyhyt.pdf \(mieli.fi\)](#)

## Lähteet

<sup>1</sup> Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM\\_2020\\_6.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM_2020_6.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

<sup>2</sup> [Mielenterveysstrategian ja mielenterveysvaikutusten ennakoarvioinnin nykytila Suomessa ja maailmalla \(julkari.fi\)](#)

<sup>3</sup> [Mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi - THL](#)

<sup>4</sup> Mental well-being Impact Assessment MWIA; [A-toolkit-for-well-being.pdf \(qmhc.qld.gov.au\)](#)

<sup>5</sup> [Mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi MIVA - MIELI ry](#)

<sup>6</sup> WHO: World mental health report – Transforming mental health for all. 2022. [World Mental Health Report \(who.int\)](#)

<sup>7</sup> [LAPINLAHTI-nykytilan-kuvausFINAL.pdf \(mieli.fi\)](#)

<sup>8</sup> Lasten ja nuorten hyvinvointi Helsingissä [Hyvinvointitilastot \(hel.fi\)](#)

<sup>9</sup> Nelimarkka, K., Kauppinen, T. 2007. Stakes. [Ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arvioiminen \(julkari.fi\)](#)

<sup>10</sup> Terveys- ja hyvinvointivaikutusten ennakoarviointi Helsingissä: [THVA\\_esite\\_06 \(hel.fi\)](#)