

# mieli

Suomen Mielenterveysseura



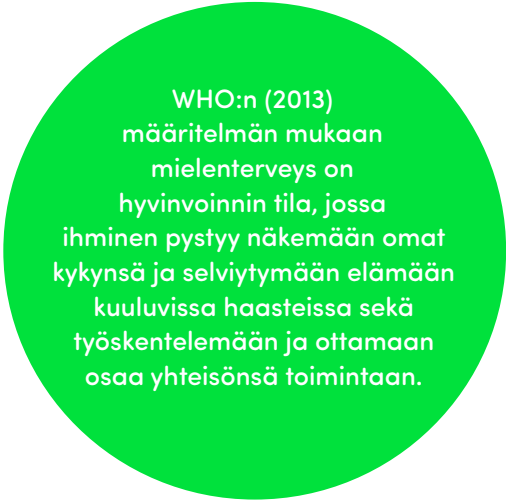
Suomen Mielenterveysseuran  
strategia vuosille 2016–2020

# Sisältö:

1. Tulevaisuuskuva Suomesta
2. Perustehtävä ja arvot
3. Maailma muutoksessa
4. Strategiset tavoitteet
5. Kehittämisohjelmat
6. Vastuut ja toimeenpano
7. Seuranta, arviointi ja kehittäminen

# 1. Tulevaisuuskuva Suomesta

Suomi on elinvoimainen kansalaisyhteiskunta. Ihmiset voimaantuvat ottamaan käyttöön voimavarojaan. Suomi on mielenterveyden edistämisen edelläkävijä, joka luo edellytykset psyykkiselle, fyysiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille.



WHO:n (2013)  
määritelmän mukaan  
mielenterveys on  
hyvinvoinnin tila, jossa  
ihminen pystyy näkemään omat  
kykynsä ja selviytymään elämään  
kuuluvissa haasteissa sekä  
työskentelemään ja ottamaan  
osaa yhteisönsä toimintaan.

## 2. Perustehtävä ja arvot

Suomen Mielenterveysseuran perustehtävä on mielenterveyden edistäminen ja ongelmien ehkäisy.

Mielenterveysseura puolustaa kaikkien yhtäläistä oikeutta mielenterveyteen. Seura rakentaa osallisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä edistää välittämisen kulttuuria. Seura kannustaa aktiivisuuteen yhteiskunnassa.

Mielenterveysseura toimii ihmisoikeuksien ja yhteiskunnallisen oikeudenmukaisuuden puolesta Suomessa ja kansainvälisesti. Seura tarjoaa apua elämän kriiseissä ja tukee erityisesti heikoimmassa asemassa olevien mielenterveyttä ja hyvinvointia.

## Mielenterveysseuran arvot

### Ihmislähtöisyys

- Kuulemme ihmistä ja puolustamme rohkeasti oikeudenmukaisuutta ja kohtuutta yhteiskunnassa

### Luotettavuus

- Perustamme toimintamme asiantuntemukseen, avoimuuteen, tutkittuun tietoon, kokemusasiantuntijuuteen ja ihmisten arjen tuntemukseen

### Yhteisöllisyys

- Edistämme ja toteutamme rikastavaa ja osallistavaa yhdessä tekemistä ja voimaantumista sekä vapaaehtoistyön kulttuuria

## 3. Maailma muutoksessa

Jotkut toimintaympäristön muutossuunnat ovat suhteellisen hyvin tunnettuja, kuten väestön ikärakenteen muutos, ilmastonmuutos sekä epävarmuuden ja turvattomuuden lisääntyminen. On myös varauduttava ennakoimattomiin muutoksiin, jotka voivat aiheutua esimerkiksi ääriilikkeiden vahvistumisesta tai maailman politiikan epävakaudesta.

Vaikutuksiltaan laajoja mielenterveystyöhön läpi ihmisten elämänkulun vaikuttavia muutoksia ovat etenkin yhteiskunnan eriarvoistuminen, yksilöllistyminen, uusyhteisöllisyys, kulutuskulttuurin vahvistuminen ja globaalistuminen.

# Mielenterveystyöhön vaikuttavat muutossuunnat

## **Yhteiskunnan eriarvoistuminen**

- Köyhyyden, työttömyyden, elämänhallinnan haasteiden, kilpailun ja syrjäytymisen lisääntyminen ja ongelmien ylisukupolvisuus

## **Yksilöllistyminen**

- Elämänvalintojen mosaiikki, perheiden monimuotoistuminen, yksin elämisen yleistyminen ja sosiaalisten tukiverkostojen uudet muodot

## **Uusyhteisöllisyys**

- Digitaalisuuden avaamat uudet yhteisöllisyyden muodot ja paikallisuuden merkityksen muuttuminen

## **Kulutuskulttuurin vahvistuminen**

- Kansalaistoiminnan muutokset ja hyvinvoinnin markkinaistuminen

## **Globaalistuminen**

- Muuttoliike, yhteiskunnan monikulttuurisuus, työelämän nopeat muutokset ja lisääntyvä ennakoimattomuus

## 4. Strategiset tavoitteet

Mielenterveysseuran tavoitteena on olla johtava mielenterveyden edistämisen vaikuttaja ja kumppani, arvostettu, tunnettu ja helposti lähestyttävä tuen ja avun tarjoaja, erottuva toimija ja vahva tekijä digitaalisessa maailmassa, vaikuttavien innovaatioiden johtava kehittäjä ja rantauttaja sekä hyvä ja vakaa työyhteisö ja vapaaehtoistyön foorumi.



## Strategiset tavoitteet

### **Johtava mielenterveyden edistämisen vaikuttaja ja kumppani**

- Voimavaraistava mielenterveyden edistäminen toteutuu elämäntilanteen kaikissa vaiheissa
- Mielenterveys näkyy kaikessa yhteiskunnallisessa päätöksenteossa
- Kansallisten mielenterveysjärjestöjen yhteistyö tiivistyy
- Seura ja paikallisseurat toteuttavat yhdessä osallistavaa ja saumatonta vaikuttamistyötä

### **Arvostettu, tunnettu ja helposti lähestyttävä tuen ja avun tarjoaja**

- Tukea ja apua on saatavilla elämän kriiseissä matalalla kynnyksellä ympäri maan
- Järjestölähtöinen auttaminen palvelee erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa ja heikoimmassa asemassa olevia
- Kriisikeskusten toiminta toteutuu ja näkyy yhtenäisenä

## **Erottuva toimija ja vahva tekijä digitaalisessa maailmassa**

- Seura on vaikuttava digitaalisen sisällön tuottaja ja innovatiivinen osaamisen edistäjä mielenterveyden alalla
- Suomen Mielenterveysseuralla, kriisikeskusverkostolla ja paikallisilla mielenterveysseuroilla on yhteinen vahva ja innostava brändi
- Kaikessa toiminnassa otetaan huomioon viestinnän monikanavaisuus

## **Vaikuttavien innovaatioiden johtava kehittäjä ja rantauttaja**

- Seura on uusien kotimaisten ja kansainvälisten ajatusten, ratkaisujen ja mallien tuoja, viejä ja maastouttaja
- Innovaatiot kohdistuvat erityisesti hyvän mielenterveyden perustan rakentumiseen sekä elämän taitekohtiin etenkin heikoimmassa asemassa oleville
- Mielenterveyttä edistetään kehittämällä elinympäristöä sekä kulttuurin ja liikunnan keinoin

## **Hyvä ja vakaa työyhteisö ja vapaaehtoistyön foorumi**

- Seuran henkilöstö on hyvinvoivaa ja osaavaa
- Seurassa on voimaannuttava, innostava ja innovaatioita tukeva johtamiskulttuuri sekä hyvä hallinto ja vakaa talous
- Seura on vetovoimainen, arvostava ja innostava yhteisö työntekijöille, vapaaehtoisille ja yhteistyökumppaneille



# 5. Kehittämishjelmat

Kehittämistyötä tehdään jatkuvasti Mielenterveysseuran kaikessa toiminnassa. Strategisia tavoitteita tukevat kehittämishjelmat läpäisevät seuran eri toimintalohtot. Ne integroivat erilliset toimintalohtot eheäksi kokonaisuudeksi.

## Kehittämishjelmat

### Kansalaistoiminta ja yhteisöllisyys

- Arjen, elinympäristön, sosiaalisten ja taloudellisten tekijöiden mielenterveydellisen merkityksen nosto yhteiskunnalliseen keskusteluun ja päätöksentekoon
- Vapaaehtoistoiminnan vetovoimaisuuden lisääminen ja uusien toimintamuotojen omaksuminen
- Seuran ja paikallisten mielenterveysseurojen yhteisen vaikuttamistyön vahvistaminen

### Avun saavutettavuus

- Kriisiyön kehittäminen niin, että kynnyksellä hakemiseen madaltuu
- Etsivän työn vahvistaminen avun tarpeen kohtaamiseksi
- Kriisiauttamisen asemoituminen uudistuvaan sosiaali- ja terveydenhuollon kenttään järjestölähtöisenä, tunnustettuna ja vapaaehtoistyöhön tukeutuvana toimintana

### Digitaaliset toiminnot ja viestinnällisyys

- Henkilöstön digitaalisen osaamisen vahvistaminen
- Seuran kaiken toiminnan sähköisen ja viestinnällisen ulottuvuuden ajantasaistaminen ja uudet avaukset
- Kriisikeskusverkoston yhteisen ilmeen ja konseptin kehittäminen

## **Mielenterveysosaaminen ja uudet areenat**

- Mielenterveysosaaminen levitetään koko kansan taidoksi elämäntapana kaikissa vaiheissa lapsuudesta vanhuuteen
- Seuran vaikuttavuus yksilöiden ja yhteisöjen mielenterveyden edistäjänä eri areenoilla vahvistuu
- Seuran rooli mielenterveyden edistäjänä lasten ja nuorten toimintaympäristöissä vahvistuu edelleen ottaen huomioon etenkin heikoimmassa asemassa olevat

## **Laatu ja vaikuttavuus**

- Vaikutusten ja vaikuttavuuden arvioinnin ja laatutyön vahvistaminen osaksi seuran toimintaa
- Innovaatioiden ja järjestölähtöisen tiedon hyödyntämisen vahvistaminen mielenterveystyössä ja päätöksenteossa
- Osaamisen jakamisen ja hanketulosten hyödyntämisen tehostaminen

## **Johtaminen, organisaatiokulttuuri ja talous**

- Innostavan, kannustavan ja osaavan johtamisen kehittäminen johtoryhmätyössä ja esimiestyössä
- Ketterän ja yhteisöllisen toimintakulttuurin ja työyhteisötaitojen vahvistaminen
- Nykyisten rahoitusmuotojen ja niiden pitkäjänteisyyden turvaaminen sekä rahoituspohjan monipuolistaminen



# 6. Vastuut ja toimeenpano

Mielenterveysseura edistää kaikessa toiminnassaan aktiivisesti yhteiskuntavastuuta.

Mielenterveysseura kehittää raportoinnin laatua ja läpinäkyvyyttä, jotta kaikki sidosryhmät voivat arvioida seuran toiminnan tuloksia.

Mielenterveysseura laatii kehittämisohjelmille toteuttamissuunnitelmat, joiden kesto voi vaihdella strategiakauden sisällä kolmesta viiteen vuoteen. Ohjelmat tarkistetaan säännöllisesti niiden vaikuttavuuden ja toimintaympäristössä tapahtuvien muutosten mukaisesti.

Mielenterveysseura edistää tavoitteitaan vahvasti verkostojen kanssa ja luomalla uusia kumppanuuksia.



# 7. Seuranta, arviointi ja kehittäminen

Mielenterveysseura kehittää kansalaisjärjestöjen näkökulmasta lähtevää seuranta- ja arviointia. Seurannan ja arvioinnin tuottamaa tietoa hyödynnetään kehittämistyössä.

Mielenterveysseuran toiminta perustuu tuloksellisiin ja vaikuttaviin työtapoihin ja käytäntöihin. Toiminnan tuloksia seurataan luotettavien ja systemaattisten arviointimenetelmien avulla. Arviointi on sisäänrakennettuna osaksi kaikkea seuran toimintaa ja siihen luodaan työkalut.

Keskeinen toiminnan kehittämisen väline on laatutyö, jonka avulla varmistetaan strategian jalkautuminen toimintaan. Strategian jalkautumista ja strategisten tavoitteiden saavuttamista arvioidaan johtamisen, toiminnan painopisteiden sekä toiminnan tuotosten ja tulosten näkökulmasta.

# Ydinviestimme sidosryhmille

## Suomessa asuvat

Mielenterveys on yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen voimavara. Yhteiskunnallisilla päätöksillä ja valinnoilla on merkittävä vaikutus ihmisten mielenterveyteen. Oma ja muiden mielen hyvinvointia voi vahvistaa. Mielenterveysosaaminen tarkoittaa muun muassa mielen joustavuutta, vuorovaikutustaitoja, tunnetaitoja, elämänhallintataitoja, tietoisuustaitoja ja ongelmanratkaisutaitoja. Tätä osaamista voi oppia läpi elämän. Mielenterveysseuraan voi tulla mukaan ajamaan näitä asioita.

## Apua hakevat

Mielenterveysseura tarjoaa voimaannuttavaa lyhytkestoista keskusteluapua ja tukea vaikeissa elämäntilanteissa sekä kriiseissä. Auttamisen lähtökohtana on myötätuntoinen kohtaaminen ja apua hakevan oma kokemus avun tarpeesta. Tukea tarjotaan maksuttomasti kasvokkain henkilökohtaisesti ja ryhmissä sekä verkossa ja puhelimesta.

## Päättäjät

Psyykinen hyvinvointi on yhteiskunnan menestystekijä. Seura tuo päättäjien tietoon, miten väestön mielenterveyttä voidaan edistää. Väestön hyvä mielenterveys on kestävä kasvun keskeinen menestystekijä.

## Jäsenet ja toimijat

Mielenterveysseura tarjoaa väylän aktiiviseen vaikuttamiseen ja keinoja mielenterveyden edistämiseen. Seura tarjoaa mahdollisuuden osallisuuteen, vapaaehtoistyöhön ja yhteisöllisyyteen sekä keinoja heikoimmassa asemassa olevien tukemiseen.

## Asiantuntijat

Mielenterveysseura tarjoaa asiantuntevaa, luotettavaa ja kehityksen kärjessä olevaa tietoa ja koulutusta sekä vuorovaikutusareenoita mielen hyvinvoinnin ja ammatillisen kehittymisen tueksi.

## Henkilöstö

Jokainen seuran työntekijä voi tehdä merkityksellistä työtä käyttäen osaamistaan ja taitojaan parhaalla mahdollisella tavalla.

Mielenterveysseuran organisaatiokulttuuri on innovatiivinen, ketterä, yhteisöllinen ja voimaannuttava. Seura on vetovoimainen, oikeudenmukainen ja vastuullinen työnantaja.

Suomen  
Mielenterveysseura  
on maailman vanhin  
mielenterveysalan  
kansalaisjärjestö.

# Suomen mielenterveysseura perustettiin 1897.

Maailman vanhin vapaaehtoinen mielenterveysjärjestö perustettiin keisarillisessa Suomessa vuonna 1897. Skyddsföreningen för sinnessjuka - Turvayhdistys mielenvikaisia varten -nimisen järjestön tehtävänä oli avustaa mielisairaaloista kotiutettavia toipilaita sekä välittää mielenterveystietoa.

Vuonna 1919 seuran nimeksi muutettiin Stiftelsen för Psykisk Hälsa - Sielunterveysseura. Toimintaa suunnattiin entistä vahvemmin valistustyöhön.

Ehkäisevän työn merkitys tuli näkyviin nimenmuutoksessa vuonna 1939, jolloin seurasta tuli Hermo- ja mielitautien vastustamisyhdistys.

Nykyinen nimi Suomen Mielenterveysseura on vuodelta 1952. Vuonna 1992 seura muuttui liitoksi, ja nimen ruotsinkieliseksi muodoksi tuli Föreningen för Mental Hälsa i Finland. Suomen Mielenterveysseuran perustehtävä on mielenterveyden edistäminen ja ongelmien ehkäisy.

**Suomen Mielenterveysseuralla on strategiakaudella takanaan noin 120 vuotta toimintaa mielenterveystyön tekijänä, uudistajana ja innoittajana.**

# mieli

Suomen Mielenterveysseura

Suomen Mielenterveysseura  
Maistraatinportti 4 A  
00240 Helsinki

[mielenterveysseura.fi](https://mielenterveysseura.fi)

