

Ennalta ehkäisevän työn menetelmät

5.3.13

Pia Miettinen

Ennalta ehkäisevän työ

Mitä se on?

- Ammattitaitovaatimukset
- Terveys 2015
- Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma (Kaste) 2012-2015
- Mielensterveys- ja päihdesuunnitelma. Ehdotukset mielensterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015 (Mieli 2009)
- Ehkäisevä mielensterveystyö kunnissa Aineistoa suunnittelun tueksi
- Ehkäisevän päihdetyön laatu

Terveys 2015 - kansanterveysohjelma

- Terveys 2015 ulottuu yli hallintorajojen, joten se toteuttaa hallitusohjelman kohtaa ”Väestön terveys ja sen edistäminen otetaan yhdeksi julkista ja yleistä päätöksentekoa ja toimintaa ohjaavaksi sekä siihen vaikuttavaksi tekijäksi”.
- Periaatepäätöksessä esitetään kahdeksan kansanterveyttä koskevaa tavoitetta ja tehdään 36 toimintaa linjaavaa kannanottoa.
- Taustana on Maailman terveysjärjestön WHO:n Terveyttä kaikille, jota uudistettiin vuonna 1998, ja se jatkaa Suomen kansallista Terveyttä kaikille vuoteen 2000 mennessä ohjelmaa.

Yhteiset tavoitteet kokoavat toimintaa

- Ohjelmassa on asetettu kahdeksan ydintavoitetta.
- Ne kohdistuvat keskeisiin ongelmiin, joiden korjaaminen edellyttää yhdensuuntaista toimintaa eri tahoilta.
- Ne osoittavat tavoitellut tulokset elämänkulun eri vaiheissa ja ikävaiheitten yli.

Ikäryhmittäiset tavoitteet

1. Lasten hyvinvointi lisääntyy, terveydentila paranee ja turvattomuuteen liittyvät oireet ja sairaudet vähenevät merkittävästi.
2. Nuorten tupakointi vähenee siten, että 16-18-vuotiaista alle 15 % tupakoi; nuorten alkoholin ja huumeiden käyttöön liittyvät terveysongelmat kyetään hoitamaan asiantuntevasti eivätkä ne ole yleisempiä kuin 1990-luvun alussa.
3. Nuorten aikuisten miesten tapaturmainen ja väkivaltainen kuolleisuus alenee kolmanneksella 1990-luvun lopun tasosta.
4. Työikäisten työ- ja toimintakyky ja työelämän olosuhteet kehittyvät siten, että ne osaltaan mahdollistavat työelämässä jaksamisen pidempään ja työstä luopumisen noin kolme vuotta vuoden 2000 tasoa myöhemmin.
5. Yli 75-vuotiaiden keskimääräisen toimintakyvyn paraneminen jatkuu samansuuntaisena kuin viimeisten 20 vuoden ajan.

Kaikille yhteiset tavoitteet

6. Suomalainen voi odottaa elävänsä terveenä keskimäärin kaksi vuotta kauemmin kuin vuonna 2000.

7. Suomalaisten tyytyväisyys terveyspalvelujen saatavuuteen ja toimivuuteen sekä koettu oma terveydentila ja kokemukset ympäristön vaikutuksesta omaan terveyteen säilyvät vähintään nykyisellä tasolla.

8. Tavoitteisiin pyritään myös siten, että eriarvoisuus vähenee ja heikoimmassa asemassa olevien väestöryhmien hyvinvointi ja suhteellinen asema paranevat. Tällöin tavoitteena on sukupuolten, eri koulutusryhmien ja ammattiryhmien välisten kuolleisuuserojen pienentyminen viidenneksellä.

Kaste-ohjelman tavoiteena on

Riskiryhmille osallisuutta, hyvinvointia ja terveyttä

Toimivampia palveluja lapsille, nuorille ja lapsiperheille

Parempia palveluja ikäihmisille

Uusi palvelurakenne ja tehokkaammat peruspalvelut

Hyvinvointi- ja terveyserot kaventuvat

Sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteet ja palvelut on järjestetty asiakaslähtöisesti

Tieto ja tietojärjestelmät asiakkaiden ja ammattilaisten tueksi

Johtaminen tukemaan palvelurakennetta ja työhyvinvointia

Oikea-aikainen ja riittävä apu lapselle ja perheelle lapsen kehitysympäristössä



Länsi-Suomen Kaste-ohjelma, Remontti-hanke

Valtakunnallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma (Mieli 2009)

vuoteen 2015 asti

1. Asiakkaan aseman vahvistaminen
2. Edistävää ja ehkäisevää työtä
3. Mielenterveys- ja päihdepalvelujen järjestäminen
4. Ohjauskeinojen kehittäminen

Yhteensä 18 tarkennettua ehdotusta

Mieli 2009: Ehdotukset

1. Asiakkaan aseman vahvistaminen

E1: Yhdenvertainen kohtelu ja hoitoon pääsy

E2: Yhden oven periaate

E3: Kokemusasiantuntijat ja vertaistoimijat

E4: Tahdosta riippumaton hoito

E5: Toimeentuloturva

2. Edistävä ja ehkäisevä työ

E6: Ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön painopistealueet

1. Yhteisöllisyys
2. Alkoholiverotus
3. Ongelmien ylisukupolvisuuden katkaiseminen

E7: Mielenterveys- ja päihdetyön strategia

1. Kuntien mielenterveys- ja päihdetyön strategia
2. Laajan väestöpohjan ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön koordinaatio

3. Mielensterveys- ja päihdepalvelut

E8: Palvelukokonaisuuden koordinointi

E9: Perus- ja avopalveluiden tehostaminen

E10: Lasten ja nuorten mielensterveys- ja päihdetyö

E11: Työterveyshuollon rooli työkäisten mielensterveys- ja päihdeongelmissa

E12: Mielensterveys- ja päihdeongelmista kärsivien työllistymisedellytykset

E13: Ikääntyvän väestön mielensterveys- päihdepalvelut

4. Ohjauskeinot

E14: Opetuksen kehittäminen

E15: Mielenterveys- ja päihdetyön suositukset

E16: Mielenterveys- ja päihdetyön koordinaation selkiyttäminen

E17: Resurssien vahvistaminen

E18: Mielenterveys- ja päihdehuoltolain sekä raittiustyölain päivittäminen

1. Asiakkaan asemaa vahvistetaan

Avainteema

Asiakkaan aseman ja osallisuuden vahvistaminen palvelujärjestelmän ja palvelutuotannon keskeisenä toimijana

Kärkihanke 1

Vertaistuen ja kokemusasiiantuntijuuden vahvistaminen palvelujärjestelmän kehittämisessä

Kärkihanke 2

Valtakunnallista pakon käyttöä psykiatrisissa sairaaloissa vähentävä ohjelma

- **Vertaistoimijat** ovat henkilöitä, jotka omaan kokemukseensa nojaten, vapaaehtoisuuteen perustuen toimivat esimerkiksi palvelujärjestelmässä asiakkaan pitkäaikaishoidon tukena tai toimivat vertaisryhmissä tai vertaistukihenkilöinä
- **Kokemusasiiantuntijoilla** on omakohtaisia kokemuksia mielenterveys- tai päihdeongelmista, joko niistä kärsivänä, niistä toipuneena tai palveluita käyttäneenä tai omaisena tai läheisenä
- Kokemusasiiantuntijoita tulee käyttää esimerkiksi kunnan strategiatyössä, palveluiden arvioinnissa ja kuntoutustyöryhmissä

2. Panostetaan ehkäisyyn

Avainteema

Syrjäytymistä ja mielenterveys- ja päihdeongelmien ylisukupolvista siirtymistä estävät , sekä ongelmien varhaista tunnistamista tukevat ohjelmat

Kärkihanke 1

Mielenterveys- ja päihdetyön strategiat tulee saada osaksi kuntien, kuntayhtymien ja alueiden hyvinvointisuunnitelmia (**Mielen Tukihanke**)

Mielen Tukihanke 2010-2015

- Terveyden edistämisen määrärahoilla toteutettava hanke, joka on tärkeä osa kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman toimeenpanoa**
- Vetovastuu THL:n Mielenterveyden edistämisen yksiköllä**

Tavoitteet, prosessi ja arviointi

Tavoite 1:

Tuetaan kuntien mielenterveys- ja päihdestrategian laatimista siten, että niissä korostuu edistävä ja ehkäisevä työ.

Menetelmä, jolla tavoitteeseen päästään:

Ohjataan valittuja kuntia/alueita kehittävän asiantuntijayhteistyön -menetelmällä kunkin toimijan lähtökohdat huomioon ottaen niin, että tavoite toteutuu.

Tavoite 2:

Levittää ja juurruttaa edistävän ja ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön näyttöön perustuvia toimintamalleja ja hyviä käytäntöjä.

Menetelmä, jolla tavoitteeseen päästään:

Tuetaan asiantuntijaohjaamisella näyttöön perustuvien käytäntöjen käyttöönottoa hyödyntäen ProMenPol-tietokantaa sekä muita kansallisia ja kansainvälisiä materiaaleja. Ohjataan näyttöön perustuvien hyvien käytäntöjen tunnistamista, arviointia, kuvaamista, kehittämistä ja levittämistä Hyvä käytäntö -prosessin mukaisesti yhteistyössä Päihde- ja mielenterveystyön oppimisverkoston sekä Innokylä -hankkeen kanssa.

Tavoite 3:

Mallintaa edistävän ja ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön alueellisia koordinaatorakenteita ja tukea niiden käyttöönottoa.

Menetelmä, jolla tavoitteeseen päästään:

Mallinnetaan rakenteet, seurataan ja arvioidaan niiden tuloksellisuutta objektiivisilla ja subjektiivisilla mittareilla sekä raportoidaan tulokset kansalliselle edistävän ja ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön koordinaatorakenteita valmistelevalle asiantuntijatyöryhmälle, jos sellainen on perustettu.

2. Panostetaan ehkäisyyn

Kärkihanke 2

Mielenterveys- ja päihdeongelmien ylisukupolvisen siirtymisen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen liittyvien työmenetelmien kehittäminen, juurruttaminen sekä sektorirajat ylittävien palveluiden kehittäminen

Pääpaino Toimiva lapsi & perhe (TLP) -menetelmissä:

- Aikuisten mielenterveys- ja päihdeongelmissa tulee aina arvioida lasten tuen tarve
- riskiryhmissä olevien lasten ja nuorten tukeminen
--> Tunnistaminen, huomio erityisesti kriittisiin siirtymävaiheisiin

- Perheväkivallan ehkäisy
- Itsemurhien ehkäisy
- Nuorten syrjäytymisen ehkäisy --> Time Out! Aikalisä!
Elämän raiteilleen

Työmenetelminä:

- Lapset puheeksi -keskustelu
- Beardsleen perheinterventio
- Lapsiperheneuvonpito
- Vertaisryhmä

--> menetelmät jokaisen mielenterveystyötä ja päihdetyötä tekevän yksikön käyttöön

3. Palvelut tuotetaan toimivana kokonaisuutena

Avainteema

Perustason ja erityistason avomielen terveys- ja päihdepalvelujen kehittäminen koko elämänkaaren kattavaksi toimivaksi palvelukokonaisuudeksi uusia työmuotoja, sekä palveluiden saatavuutta ja palvelukokonaisuuksia kehittämällä

Kärkihanke 1

Matalakynnyksisten mielenterveys- ja päihdevastaanottojen kehittäminen peruspalvelujen yhteyteen

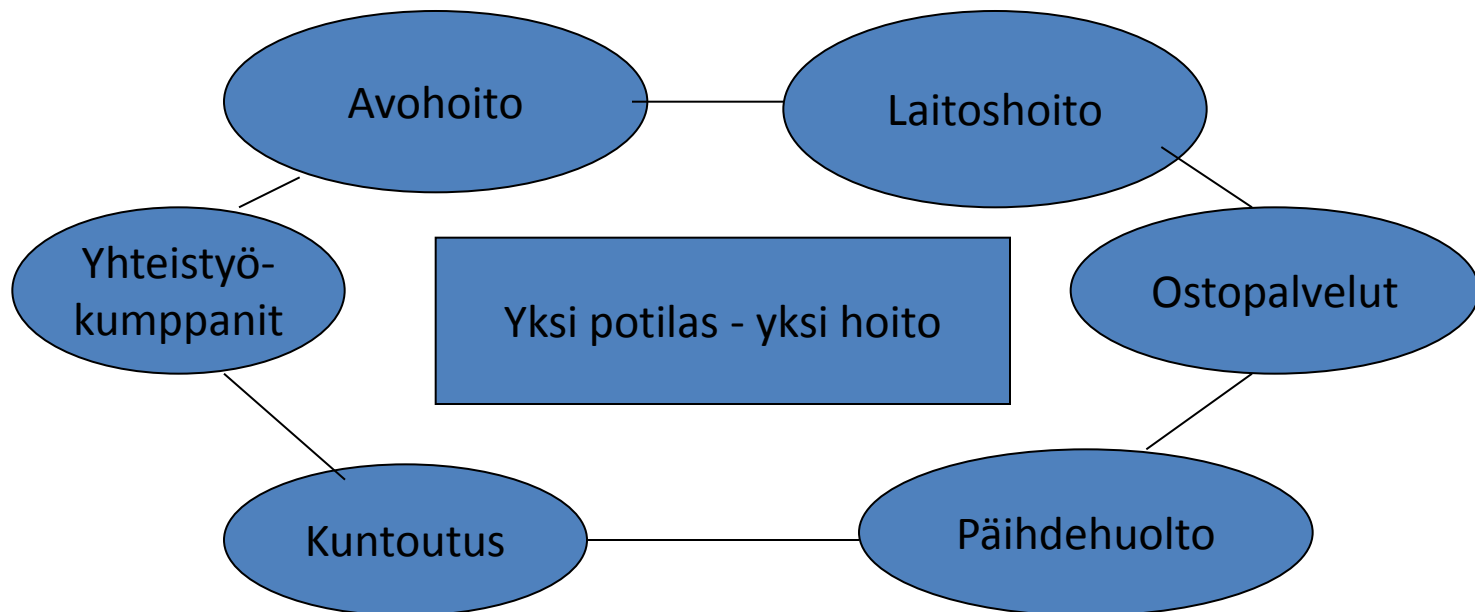
Kärkihanke 2

Kuntalaisten tarpeiden mukaisten mielenterveys- ja päihdepalveluiden saatavuuden seuranta

Palvelukokonaisuuden koordinointi

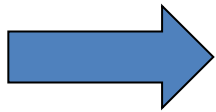
- Kunnan tulee koordinoida julkiset, kolmannen sektorin ja yksityissektorin palvelut toimivaksi kokonaisuudeksi
- Lasten tuen tarpeen arviointi on aina mukana

- Palveluista muodostettava toiminnallinen kokonaisuus
- Palvelujen monipuolisuus



Jos tehdään oikeita asioita, niin...

- Hoitoon pääsy helpottuu
- Sairaalahoidon tarve vähenee
- Terveyskeskusten kuormitus vähenee
- Työstä poissaolot vähenevät
- Sosiaalitoimen kuormitus vähenee
- Potilaiden ja omaisten taakka helpottuu



Väestön tuottavuus ja hyvinvointi
paranevat

4. Ohjauskeinoja kehitetään

Avaintema

Mielenterveys - ja päihdetyön kehittämistä tukevien ohjauskeinojen vahvistaminen

Kärkihanke 1

Verkkoportaalin (www.thl.fi/mielijapaihde) kehittäminen ja ylläpitäminen

Kärkihanke 2

Ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisen kansallinen koordinaatio keskitetään THL:een

Kärkihanke 3

THL:n antama asiantuntijatuki lakivalmisteluun

Ehkäisevä mielenterveysystyö kunnissa

Aineistoa suunnittelun tueksi

Mitä ehkäisevä mielenterveysystyö on?

Mielenterveyden **edistäminen** (promootio) ja häiriöiden **ehkäisy** (preventio) limittyvät teoriassa ja käytännössä toisiinsa.

Promootio ja preventio eroavat kuitenkin siten, että promootion tavoitteena on suojella, vaalia ja parantaa kaikkien kuntalaisten mielenterveyttä, kun taas preventiossa painopiste on mielenterveysongelmien ja -häiriöiden ehkäisemisessä erityisesti riskiryhmiin vaikuttamalla

Ehkäisevällä mielenterveystyöllä tarkoitetaan toimintaa, jonka tavoitteena on

- vahvistaa yksilön mielenterveyttä suojaavia tekijöitä
- vahvistaa yhteisön mielenterveyttä suojaavia rakenteita
- vähentää tai poistaa yksilön mielenterveyttä vaarantavia tekijöitä
- vähentää tai poistaa yhteisöjen mielenterveyttä vaarantavia rakenteita

Esimerkkejä vaikuttavista ehkäisevän mielen terveytyön interventioista ja toimenpiteistä (perustuvat arviointitutkimuksiin, joissa on käytetty verrokkiryhmiä):

- Kotikäynnit raskaana olevien yksinhuoltajien ja pienten lasten äitien luokse
- KiVa koulu -hanke koulukiusaamisen vähentämiseksi ja ennaltaehkäisemiseksi
- Time out! Aikalisä! Elämä raiteilleen -toimintamalli nuorten miesten syrjäytymiskehityksen ehkäisemiseksi
- Toimiva lapsi & perhe -työmenetelmät perheen tukemiseksi, kun vanhemmalla on päihde- tai mielen-terveysongelmia tai muu vakava sairaus.
- Mielen terveyden ensiapukurssit
- Mini-interventio alkoholin käytön vähentämiseksi
- Työttömille suunnatut vertaistukiryhmät
- Jobs - Työhön -ryhmätoiminta työttömien aikuisten itsetunnon, työnhakuvalmiuksien ja uudelleen-työllistymisen edistämiseksi ja työllistymisongelmiin liittyvän masennuksen ehkäisemiseksi
- MAESTRO-ryhmätoiminta stressin vähentämiseksi

STRATEGIATASOJEN HIERARKIA



EHKÄISEVÄN MIELENTERVEYSTYÖN STRATEGIAA VALMISTELEVAN TYÖRYHMÄN AVAINASIAT:

- Strategian tavoitteen, tarkoituksen ja rakenteen täsmentäminen
- Strategian laatimisen resurssien tunnistaminen eli ryhmän koon ja mielenterveytyön asiantuntijuiden huomiointi
- Vision luominen sekä ehkäisevän mielenterveytyksen periaatteista sopiminen
- Virallisen yhteyden muodostaminen kunnan luottamustoimeen
- Kansallisiin ja paikallisiin ohjelmiin ja suunnitelmiin tutustuminen
- Verkostoituminen muiden paikallisten ehkäisevän työn ryhmien kanssa
- Strategian toteuttamiseen, johtamiseen ja koordinointiin tarvittavien resurssien tunnistaminen
- Strategian laatiminen
- Strategian toimeenpanon seurannan ja arvioinnin suunnittelu sekä ehdotuksen laatiminen seurannan vastuutahosta

Esimerkki kehittämiskohteen konkretisoinnista tavoitteiksi

KEHITTÄMISKOHDE	TAVOITE/TAVOITTEET
Nuorten syrjäytymiskehityksen ehkäiseminen	• peruskoulun jälkeen jokaisella nuorella on jatko-opiskelupaikka tai työharjoittelupaikka
	• toisen asteen ammatillisen koulutuksen keskeyttäneiden määrä vähenee 50 prosenttia
	• kaikille toisen asteen ammatillisen koulutuksen keskeyttäneille tarjotaan erityistä ohjausta ja tukea

KANNATTAAKO STRATEGIATYÖ?

- ✓ **EI** Jos jää paperiksi Ö-mappiin
- ✓ **EI** Jos aiheuttaa kehittämisyhäsymystä, pettämystä, turhautumista ja ajan hukkaa
- ✓ **KYLLÄ** Jos antaa aidon mahdollisuuden vaikuttaa oman työn kehittämiseen
- ✓ **KYLLÄ** Jos parantaa kuntalaisten saamia palveluja
- ✓ **KYLLÄ** Jos auttaa ottamaan haltuun joka tapauksessa tapahtuvaa muutosta

Aikuisten ehkäisevä työ

- Esittely
 - Ajankohtaista
 - Toiminta
 - Verkosto
 - Yhteystiedot

- Neuvonta ja asiointi

- Päätöksenteko
- Viraston esittely

- Palaute
- Usein kysytyt kysymykset

Ajankohtaista



11.2.2013 Irti khatista -opas on ilmestynyt

Verkkoversio **Irti khatista, Opas Sinulle, joka haluat lopettaa khatin käytön – Tietoa myös Sinulle, joka mietit khatin kokeilemista**, on ilmestynyt. Opas löytyy sekä somalin- että suomenkielisenä internetistä osoitteista www.hel.fi/hki/sosv/fi/ety/Toiminta/Aineistot www.vantaa.fi/ehkapa kohdasta Päihdeaiheisia aineistoja.

Oppaan ovat laatineet Helsingin kaupungin aikuisten ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön työtiimi, Vantaan kaupungin ehkäisevän päihdetyön yksikkö sekä Suomen Somaliliitto.

Opas on tarkoitettu niille, jotka haluavat lopettaa khatin käytön ja kokevat tarvitsevansa tukea muutokseen. Se esittelee omatoimisen muutoksen periaatteet ja ohjaa hyödyntämään päihdetyössä yleisesti hyödynnettyjä ratkaisukeskeisiä menetelmiä. Se toimii myös työkirjana antaen tietoa ja vertaistukea. Opas soveltuu lisäksi ammattilaisten käyttöön asiakastyössä tarjoten tietoa khatin haitoista ja menetelmiä käytön lopettamiseksi.

Lisätiedot:

Ehkäisevän päihdetyön laatu

- Laatuksiteerien avulla voi vastata keskeisiin kysymyksiin
- Mistä voi päätellä, milloin tekee laadukasta ehkäisevää päihdetyötä?
- Onko työni hyödyllistä ja tuottaako se tulosta?
- Tukeeko oma tekemiseni laajempaa kokonaisuutta ja yhteisiä tavoitteita?
- Mistä tiedän olenko oikealla tiellä?

Laatutähti, tasapainoisen onnistumisen malli

Ehkäisevän päihdetyön laatu muodostuu osatekijöistä.

- Niitä ovat 1) kolme sisältötekijää (Mitä tehdä - kolmio): **tietoperusta, arvot ja etiikka** sekä **tavoitteellinen yhteistyö**.



Laatutähti, tasapainoisen onnistumisen malli

Ehkäisevän päihdetyön laatu muodostuu osatekijöistä.

- 2) kolme toteutustekijää (Miten tehdä - kolmio): **tavoite, resurssit ja toteutusprosessit.**

TAVOITE



RESURSSIT

TOTEUTUSPROSESSIT

Yhdistetyistä kolmioista muodostuu ehkäisevän päihdetyön laatu, laatutähti. Sen keskustassa on **seuranta ja arviointi**, sillä ne koskettavat kaikkia osa-alueita.



Esimerkki laatutähden käytöstä

http://www.avi.fi/fi/virastot/itasuomenavi/Ajan_kohtaista/tapahtumat/Koulutusmateriaalit/Documents/TUPAKKA,%20P%C3%84IHTEET%20JA%20%28RAHA%29PELIT%20-laadun%20ja%20viestinn%C3%A4n%20v%C3%A4lineit%C3%A4%20haittojen%20ehk%C3%A4isyyn%2027-29.3.2012/Anne%20Kejonen.pdf