

# Komission tiedonanto kokonaisvaltaisesta lähestymistavasta mielenterveyteen

Soile Ridanpää
Erityisasiantuntija
STM YTO TOK

26.9.2023

Kuuleminen eduskunnan työelämä- ja tasa-arvovaliokunnassa



# Suomi on vaikuttanut vahvasti EU:n mielenterveysaloitteeseen

- Vaikuttamistoimena Suomen non-paper julkaistiin 5.4 2023
    - Läpileikkaavat periaatteet: ihmisarvon kunnioittaminen, mielenterveys osaksi kaikkia politiikan aloja, mielenterveys yhteiskunnan pääomana, painopiste mielenterveyden edistämiseen ja ongelmien ehkäisyyn sekä haavoittuvassa asemassa ja tilanteissa olevien ihmisten tukeminen ja auttaminen.
    - Aloitteen sisällölliset painopisteet: väestön mielenterveys on edellytys työllisyydelle, tuottavuudelle ja globaalille kilpailukyvylle, erityistä huomiota tulee osoittaa lasten ja nuorten mielenterveyden edistämiseen sekä väestön mielenterveydellä on keskeinen merkitys yhteiskunnan resilienssiin ja vakauteen.
- Komissio julkaisi tiedonannon kokonaisvaltaisesta lähestymistavasta mielenterveyteen 7.6.2023
- Suomen kannan valmistelu laajassa yhteistyössä eri ministeriöiden kesken sekä asian esittely kolmen ministerin erityisavustajille (Juuso, Grahn-Laasonen ja Bergqvist)

# Miksi mielenterveydessä tarvitaan yli politiikkarajojen menevää lähestymistapaa?

## Työn luonne on muuttunut ja stressi aiheuttaa paljon poissaoloja

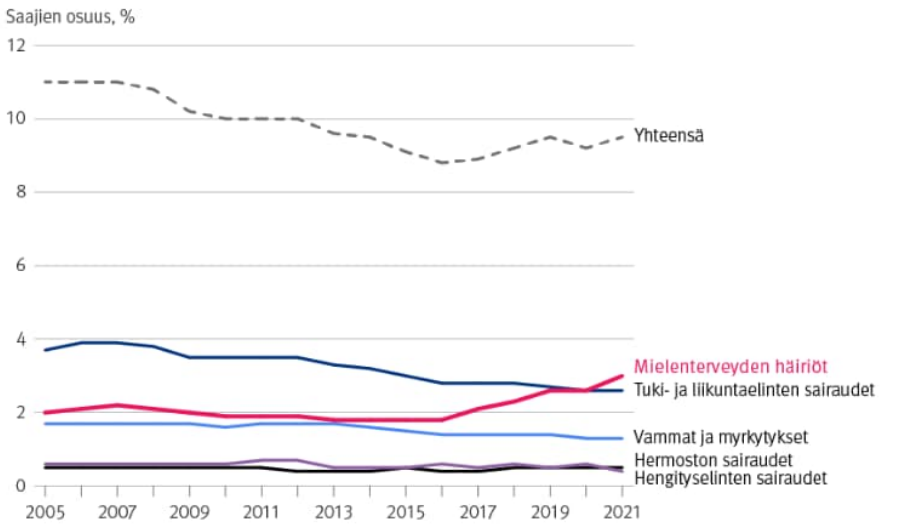
Työn luonne on muuttunut henkisesti haastavammaksi, samalla kun monien työllisyystilanne on epävarma. Psyykkinen kuormitus ja henkinen jaksaminen ovat nousseet keskeiseksi työelämää jäsentäväksi teemaksi. Psyykkistä haavoittuvuutta ilmentävät työstressi, uupumus ja masennus. Työelämää koettelevan rakennemuutoksen myötä yhä useammassa työtehtävässä odotetaan sekä sosiaalista että emotionaalista panosta.

Työstressi voi aiheuttaa mielenterveysongelmia, muun muassa masennusta. THL:n toteuttama FinTerveys-tutkimus vuodelta 2017 osoittaa, että Suomessa 30-64-vuotiasta naisista 8,5 ja miehistä 7,4 prosenttia raportoi kliinisesti merkittävää psyykkistä kuormitusta.

Yhä useampi työikäinen saa sairauspäivärahaa mielenterveyden häiriön vuoksi ja mielenterveyden häiriöt ovatkin yleisin syy sairauspäivärahan saamiselle. Noin 93 200 työikäistä sai vuonna 2021 sairauspäivärahaa niiden perusteella. Kela maksoi vuonna 2020 sairauspäivärahaa mielenterveyden häiriöiden perusteella yhteensä 5 miljoonalta päivältä. Mielenterveyden ongelmien aiheuttamat kustannukset ovat mittavia, ja niistä koituu myös epäsuoria kustannuksia menetetystä työpanoksesta ja tuottavuuden laskusta johtuen.

### Mielenterveyden häiriöihin perustuvan sairauspäivärahan saaminen jälleen kasvussa

Sairauspäivärahaa vuoden aikana saaneiden osuus (%) ei-eläkkeellä olevista 16–67-vuotiaista yleisimmissä sairausryhmissä vuosina 2005–2021




Kela, Tutkimusblogi

# Komission tiedonannon tavoitteita edistetään 20:n lippulaivahankkeen kautta

EU:n mielenterveyden kokonaisvaltainen lähestymistapa sisältää toimia, joilla mielenterveysnäkökohdat otetaan osaksi kaikkia toimintapolitiikkoja:

- edistetään hyvää mielenterveyttä, mielenterveysongelmien ehkäisyä ja varhaista puuttumista
- edistetään lasten ja nuorten mielenterveyttä
- annetaan apua sitä eniten tarvitseville
- torjutaan työelämään liittyviä psykososiaalisia riskejä
- vahvistetaan terveysjärjestelmässä mielenterveysosaamista ja parannetaan hoidon saatavuutta
- ehkäistään mielenterveyteen liittyvää stigmaa ja syrjintää
- edistetään mielenterveyttä maailmanlaajuisesti

# Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistäminen

- ehkäistään masennusta ja itsemurhia
- turvataan vammaisten henkilöiden oikeuksia
- autetaan rikosten uhreja ja laitoksissa olevia
- edistetään sukupuolten tasa-arvoa
- edistetään sukupuoli-, seksuaali-, kieli- ja kulttuurivähemmistöihin kuuluvien yhdenvertaisuutta
- torjutaan mielenterveyteen liittyvää stigmaa ja syrjintää
- torjutaan vihapuhetta ja väkivaltaa sen kaikissa muodoissa

→ liittymäpinta myös mm. opiskelu- ja työelämään on vahva

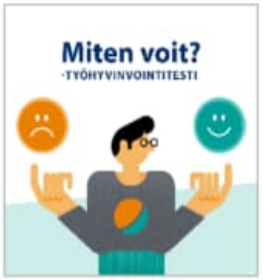
# Työelämän psykososiaalisten riskien ehkäisy

- hyvä työympäristö on terveyden ja mielenterveyden kannalta ratkaiseva tekijä,
- mielenterveys on työkyvyn, osaamisen ja tuottavuuden edellytys
- työympäristön psykososiaalisten riskien tunnistaminen, ehkäisy ja hallinta ovat keskeisiä toimia työikäisten mielenterveyden edistämisessä
- työntekijän mahdollisuutta jatkaa työssä mielenterveyshäiriöstä huolimatta ja oikeutta palata työhön mielenterveysperusteisen poissaolon jälkeen tulee tukea
- eri ikäisten ja eri elämänvaiheissa sekä erilaisissa tilanteissa olevien ihmisten työurien jatkuvuutta, joustavuutta, kestävyyttä sekä mahdollisuutta pidentyä yli eläkeiän tulee tukea
- mielenterveyden edistämiseksi työelämässä ja psykososiaalisten riskien torjumiseksi työympäristöissä on tehtävä riittävän vaikuttavia toimia

# Tutustu työkalupakkiin!

Työkalut ja materiaalit: mielityö.fi

## Työkalut yksilöille




Henkilökohtainen työhyvinvointiprofiili ja neuvot työhyvinvoinnin kehittämiseen.

## Työkalut työyhteisöille




Palautumista tukevien työpaikan toimintatapojen varmistamiseen.




Neljä työkalua vahvistamaan työpaikan kykyä varautua ja sopeutua muutostilanteisiin.




Apu työpaikan päihdeohjelman laatimiseen.




Kognitiivisen kuormituksen tekijöiden tunnistamiseen ja aivotyön sujuvoittamiseen.




Liikunnan ja liikkumisen edistämiseen työarjessa.

## Verkkomateriaalit työyhteisöjen tueksi




Esihenkilölle valmiuksia mielenterveyden edistämiseen.




Työn muokkaukseen mielenterveyden ja psyykkisen toimintakyvyn tukena.




Vertaisryhmä-menetelmä työkyvyn ylläpitämiseen ja työuran hallintaan.




Toimintamalli työpaikkojen ja työterveyshuoltojen mielenterveyttä tukevaan yhteistyöhön