

MIELENTERVEYDEN EDISTÄMINEN IKÄÄNTYNEIDEN ASUMIS- JA HOIVAPALVELUISSA

Tamminen Nina & Solin Pia (toim)
2013



TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS



Mielenterveyden edistämisen käsikirjat (2010-2013) -projekti

- Tavoitteena vahvistaa **henkilöstön osaamista mielenterveyden edistämisessä** jakamalla tietoa, välineitä ja työkaluja eri toimintaympäristöissä työskenteleville mielenterveyden edistämiseksi
- Projektissa tuotettiin mielenterveyden edistämisen käsikirja kolmea toimintaympäristöä varten: koulut, työpaikat, ikääntyneiden palvelut
- Yhteistyökumppanit: Itävalta, Viro, Kreikka, Irlanti, Saksa, Puola ja Romania
- Rahoitus: EU:n terveysohjelma 2008–2013

Käsikirjan kehittäminen

- Ikääntyneiden palveluissa työskentelevien haastattelut
- Ikääntyneiden asiantuntijahaastattelut
- Ikääntyneiden omaishoitajien ja läheisten haastattelut
 - Käsikirjan keskittyminen niihin asioihin, jotka todella ovat keskeisiä ikääntyneiden mielenterveyden edistämiseksi
- Suomeksi THL:n julkaisuna syksy 2013

Käsikirjan sisältö

- **Johdanto**
mielenterveyden tärkeys, toimintaympäristöt ja kohderyhmät, kenelle käsikirjat on tarkoitettu ja käsikirjojen sisältö
- **Mielenterveyden edistämistyön perusteet**
positiivinen mielenterveys, mielenterveyden edistäminen käsitteenä, edistämistyön edut, eettisiä kysymyksiä, edistämisaloitteiden toteuttaminen, tehtävät ja taidot edistämisalotteissa

- **Aiheita, menetelmiä ja välineitä** mielenterveyden edistämistyöhön ikääntyneiden asumis- ja hoivapalveluissa
- Mielenterveyden edistämistyön interventioiden keskeiset alueet/ aiheet toimintaympäristössä
- Aiheet: Terveet elämäntavat ja käytännöt; fyysinen terveys ja liikunta; sosiaalisuus ja mielekäs toiminta; yhteisöllinen osallistuminen; oppiminen ja opiskelu; taide ja luovuus; varhainen havaitseminen ja interventiot, omaishoitajien tukeminen; asuminen
- Rakenne: Määritelmät, Tärkeys, Toteutus, Harjoitukset ja välineet, Esimerkki, Lisälukemista

Osa 4. Harjoitukset, niiden tarkoitus, rakenne ja käyttö

Tavoite: tarjota välineitä mielenterveyden edistämiseen ikääntyneiden asumis- ja hoivapalveluissa

- käytännöllisiä, helposti toteutettavia
- pohjautuvat käsikirjan aiheisiin (mm. terveet elämäntavat; fyysinen terveys ja liikunta; varhainen havaitseminen ja interventiot)
- harjoituksen soveltuvuutta tulee tarkastella toimintaympäristö-/tapauskohtaisesti
- eettisyys otettava huomioon (asianomaisten suostumus, luottamuksellisuus, ei aiheuteta haittaa, ym.)
- johdon hyväksyntä
- resurssit (henkilö/ tilat/ välineet/ talous)
- suunnitelmallisuus

RAKENNE:

- **Kuvaus:** Lyhyt johdanto harjoitukseen. Tässä kerrotaan, mihin aiheeseen tai aiheisiin harjoitus liittyy, miten se on rakennettu ja mitä sen toteuttaminen edellyttää. Lisäksi annetaan ohjeita harjoituksen tekemistä varten.
- **Voimavarat:** Valmistelu- ja toteutusaika, työmuoto (ryhmätyö, parityö, yksilötyö jne.) ja suositeltu kohderyhmä tai hyötyjät ao. toimintaympäristössä.
- **Materiaalit:** Tarvittavat materiaalit, esim. harjoituslomakkeet.

- **Huomautuksia:** Eräitä keskeisiä suosituksia. Mahdollisia haasteita tai hankaluuksia, joita harjoituksen toteuttaessa voi tulla vastaan.
- **Muunnelmat:** Ajatuksia ja ehdotuksia harjoituksen toteuttamiseksi eri tavoin (eri työtavoilla ja materiaaleilla, lyhyemmässä ajassa jne.).
- **Arviointi:** Toteutuksen jälkeen on suoritettava arviointi ja katselmus. Tässä opastetaan kuinka arvioidaan harjoituksen onnistuminen ja sen tulokset, mitä osallistujat ovat oppineet ja mitä johtopäätöksiä voidaan tehdä jatkoa ajatellen.
- **Lisälukemista:** Kirjallisuusviitteitä, joista löydät lisätietoja harjoituksen aihealueesta.

Mielenterveyden edistäminen ikääntyneiden asumis- ja hoivapalveluissa. 2013. Tamminen N & Solin P (toim.).
Opas 27. Helsinki: THL.

www.julkari.fi: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-913-8>

nina.tamminen(at)thl.fi

puh. 029 524 7331