

Mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ikäihmisten palveluissa

Björkqvist Tamara, Heimonen Sirkkaliisa ja Virkola Elisa

Mielenterveysosaamisella ratkaisuja iäkkäiden palveluihin -hankkeessa (STM, 2021–2023) vahvistetaan kuntien ikäihmisten palveluissa työskentelevien ammattilaisten mielenterveysosaamista ja -taitoja. Hanke on osa Kansallisen mielenterveysstrategian toimeenpanoa.

TAVOITTEET

- Vahvistaa mielenterveysosaamista ikäihmisten palveluissa.
- Valmentaa ammattilaisia ottamaan käyttöön voimaannuttavaa, ratkaisukeskeistä työtapaa.
- Kehittää iäkkäiden mielen hyvinvointia vahvistavia toimintatapoja kotihoidossa, päivätoiminnassa ja ympärivuorokautisessa hoivassa.

NÄKÖKULMA

- Mielenterveys voimavarana
- Mielen hyvinvointi ja resilienssi
- Positiivinen psykologia ja ratkaisukeskeinen lähestymistapa
- Voimaantumista vahvistava ohjaus

TULOKSIA

30 hyvää käytäntöä

Ohjelmassa kehitettiin 30 toimintatapaa ikäihmisten mielen hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Käytäntöjä kehitettiin muun muassa mielen hyvinvoinnin lähteiden kartoittamiseksi, merkityksellisen arjen ja yhteisöllisyyden vahvistamiseksi sekä mielen hyvinvoinnin teemojen käsittelemiseksi ryhmissä.

Esimerkkejä hyvistä käytännöistä:

- Tule kuulluksi – arjen apuvälineitä kotihoitoon
- Elämänpuu, koen itseni onnelliseksi ja tarpeelliseksi
- Yhdessä tehden mielekäs arki
- Voimaa, iloa ja hyvinvointia vahvuuksista
- Arjen yksilöllisyys –oppimiskokonaisuus
- Mielen hyvinvoinnin teemat päivätoiminnan vuosikellossa



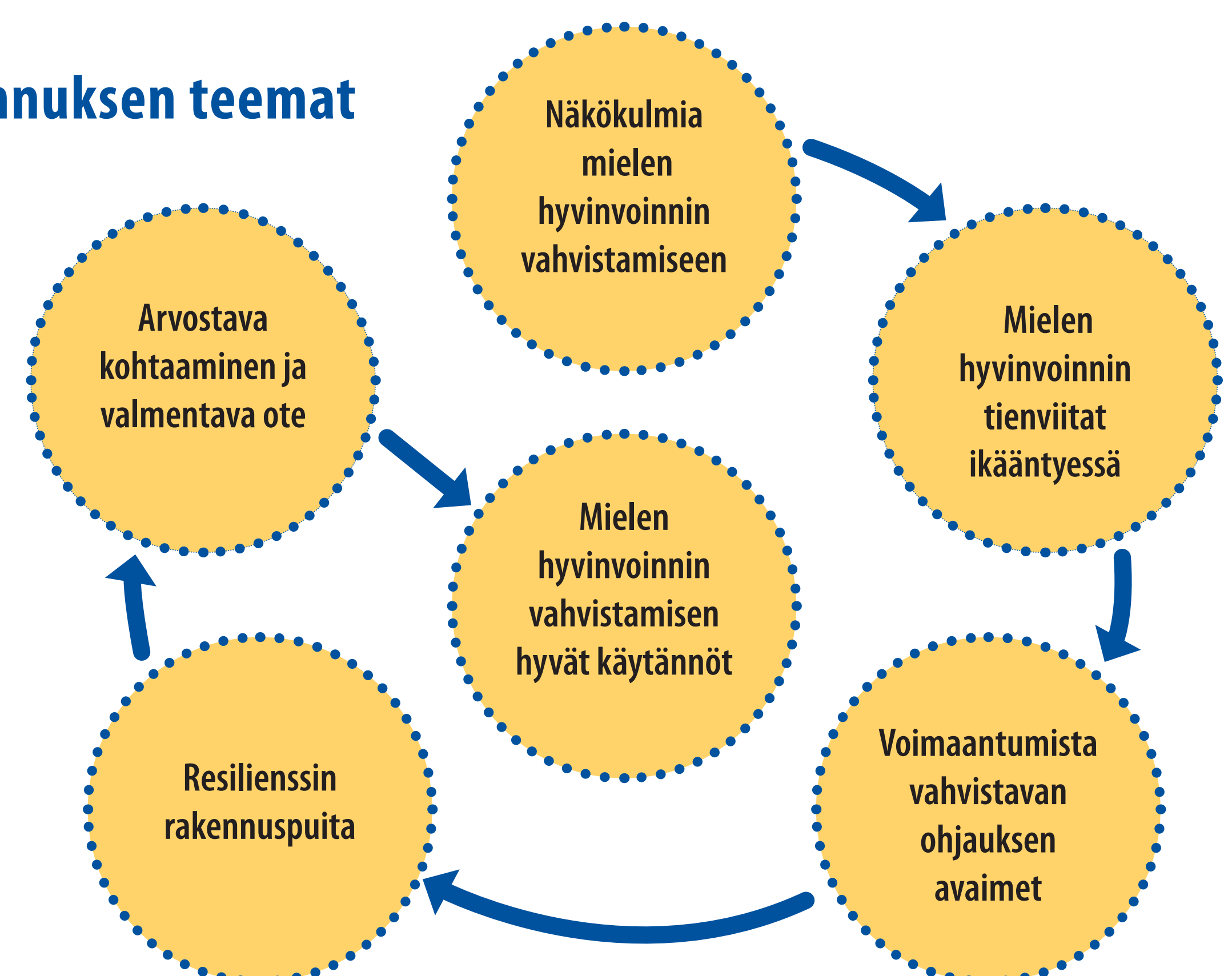
Lisätietoja: Koordinaattori Tamara Björkqvist, puh. 040 190 5251 tai tamara.bjorkqvist@ikainstituutti.fi

Innostavia ratkaisuja hyvään vanhenemiseen
www.ikainstituutti.fi

MENETELMÄ

Mielen hyvinvointia iäkkäille -kehittämishjelma (2021–2022) toteutettiin Länsi- ja Keski-Uudenmaan kunnissa (osallistujia yli 70). Ohjelma sisälsi neljä vuoden mittaista valmennusprosessia: kotihoito (1), ympärivuorokautinen hoiva (2) ja päivätoiminta (1). Kokonaisuus koostui työpajoista, menetelmien kokeilusta, kokemusten reflektoinnista sekä oman työn kehittämisestä.

Valmennuksen teemat



Tietoa sovellettavaksi

Mielen hyvinvointia iäkkäille – tietoa, taitoa ja toimintatapoja ammattilaisille -materiaalikonkaisuus sisältää oppaan ja taitopakan ammattilaisille sekä 30 mielen taitojen korttia iäkkäille.

