



Keskusta

Mielenterveydestä kansallinen suurhanke

# Suuri mielen- terveysohjelma

# Suuri mielenterveysohjelma

Toukokuu 2026



## Sisältö

Johdanto	3
1. Varhainen tunnistus ja kynnyksetön tuki	4
1.1. Perheet, lapset ja nuoret	4
1.2. Lapset ja nuoret – tuki arjessa, koulussa ja nivelvaiheissa	6
1.3. Hyvä arki on mielen hyvinvoinnin perusta	7
1.4. Työikäiset aikuiset ja työelämä	8
1.5. Ikäihmiset	9
2. Koko kylä kasvattaa – aitojen kohtaamisten uusi tuleminen	10
2.1. Yhdessä oleminen ja vertaistoiminta	10
2.2. Lapset ja nuoret – lähikohtaamiset, taidot ja turvallinen digiarki	11
2.3. Osallisuus ja työelämään kiinnittyminen – välityömarkkinat ja kuntouttava työtoiminta	11
2.4. Paikallisyhteisöt ja järjestöt – mielenterveyden hiljaiset tukirakenteet	12
2.5. Kriisinsietokyky ja resilienssi – koko kansa mukaan	12
3. Kestävät rakenteet mielenterveystyölle – selkeät hoitopolut ja toimiva kokonaisuus	13
3.1. Kansallinen ohjaus ja yhdenvertaiset palvelut	13
3.2. Yhtenäinen hoitoketju ja omalääkärimalli hoidon perustana	14
3.3. Kumppanuudet, järjestöt ja palvelujen käyttäjien ääni	14
3.4. Riittävä hoitokapasiteetti ja psykiatrisen hoidon saatavuus	15
3.5. Mielenterveysvaikutusten arviointi päätöksenteossa	15
3.6. Osaaminen, tutkimus ja vaikuttavuus	16
4. Päihde- ja mielenterveyspalvelujen yhteensovittaminen	17
4.1. Yhden oven malli	17
4.2. Ehkäisevä päihdetyö ja varhainen tuki arjessa	18
4.3. Haittoja vähentävä hoito – silta kohti hoitoa ja turvaa	18
4.4. Hoito osaksi turvallisuuspolitiikkaa	19
Lopuksi	19

# Johdanto

*Suomi elää suurten murrosten keskellä. Digitalisaatio, työn ja talouden muutokset, ekologinen kestävyysongelmat, väestön ikääntyminen ja globaali epävarmuus haastavat meitä. Keskusta haluaa rakentaa kestävä vaihtoehdon, jossa ihmisten hyvinvointi ja mielenterveys nähdään kansallisena pääomana.*


*Mielenterveydestä kansallinen suurhanke kokoaa yhteen näkemyksen siitä, mitä mielen hyvinvointi tarkoittaa ja miten sitä voidaan vahvistaa. Visiona on Suomi, jossa mielenterveys on arvostettua, apu on saatavilla ajoissa ja ennaltaehkäisevästi. Visiona on Suomi, jossa lapsuudessa luodaan perusta hyvälle mielenterveydelle ja mielen hyvinvoinnista huolehditaan koko elämänkaaren ajan. Kaikki yhteiskunnan sektorit tukevat psyykkistä hyvinvointia tasavertaisessa ja turvallisessa yhteiskunnassa.*

*Ohjelman tavoitteena on rakentaa johdonmukainen polku yhteiskunnan palveluista ja rakenteista kohti ennaltaehkäisyä ja varhaista tukea päätyen mielenterveyden hoitoon ja kuntoutukseen. Käynnistämiseen päivitämme kansallisen mielenterveysstrategian vuosille 2028–2038, jolla rakennamme konkreettisen kymmenvuotisen kansallisen mielenterveyshankkeen, joka ylittää hallituskausien rajat.*

*Mielenterveyden ongelmat maksavat OECD:n arvion mukaan Suomelle 11 miljardia euroa vuodessa. Kela arvioi, että yli puolet työkyvyttömyyseläkkeistä johtuu mielenterveys- ja käyttäytymishäiriöistä, ja vuonna 2023 pelkästään mielenterveyssyihin liittyvät sairauspoissaolot veivät lähes 6 miljoonaa työpäivää, mikä on kustannuksiltaan yli miljardi euroa. Luvut puhuvat puolestaan: mielenterveyteen panostaminen ei ole menoerä, vaan sijoitus kansantalouteen, yhteisöjen elinvoimaan ja ihmisten hyvään elämään.*

*Mielenterveyden ongelmista osaa ei voi ennaltaehkäistä. Vakavia mielenterveyden sairauksia ei voi täysin parantaa, mutta ne tulee hoitaa mahdollisimman hyvin. THL:n raportin mukaan psykiatrian rahoitus on kahdessa vuosikymmenessä pudonnut 16,8 prosentista 10,6 prosenttiin erikoissairaanhoidosta ja kaikista terveydenhuollon käyttömenoista mielenterveyspalvelut olivat vuonna 2021 enää vain 4,5 prosenttia, vaikka sairastavien määrä ei ole vähentynyt. Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisen lisäksi mielenterveyspalveluiden kehittäminen, hoito ja kuntoutus tuovat inhimillisen näkökulman lisäksi myös säästöjä.*

*Keskustan tahtotila on luoda suunta Suomelle, jossa jokainen kohdataan kokonaisuudessaan ihmisenä ja maattamme rakennetaan hyvää elämää varten. Yhteiskuntaa luodaan siten, että se tarjoaa suomalaisille korjaavia kokemuksia ja luottamusta tulevaisuuteen. Yhteisöt ja perheet kantavat rinnalla, osaajat jaksavat työssään ja palvelujärjestelmä toimii saumattomasti ihmistä varten. Kenenkään ei tarvitse jäädä yksin, kun apu tulee lähelle ja ajoissa – yhtä luontevasti kuin neuvola, kirjasto tai koulu. Kansana voimme päästää irti tavastamme korostaa sinnittelyä ja yksin pärjäämistä. Mielenterveyden vahvistaminen on sydämen sivistystä ja yhteisvastuuta, koko kylä kasvattaa. Kun ihminen tulee nähdyksi, hän voi käyttää kykynsä täysimääräisesti itsensä, läheistensä ja koko yhteiskunnan hyväksi.*



# 1. Varhainen tunnistus ja kynnyksetön tuki

Mielenterveyden haasteet on tunnistettava ajoissa ja apu tuotava lähelle ihmisten arkea. Varhainen tuki ehkäisee ongelmien kasautumista, torjuu itsetuhoisuutta, vähentää työkyvyttömyyttä ja lyhentää sairauslomia. Panostus tässä vaiheessa maksaa itsensä moninkertaisesti takaisin – sekä inhimillisesti että taloudellisesti.

Varhainen tunnistus ei ole yksittäinen palvelu vaan toimintaperiaate ja -tapa läpi yhteiskunnan, jossa kaikenikäiset tulevat kohdatuiksi. Se tarkoittaa sitä, että huoli huomataan ajoissa, ihminen kohdataan vakavasti ja apu löytyy ilman palvelusta toiseen pompottelua tai monimutkaisia hoitopolkuja. Ihminen kohdataan kokonaisuutena ja tämä voi tarkoittaa tukea elämänhallintaan, oikeaan ruokavalioon, päihteettömyyteen, hyvään unenlaatuun tai liikunnan lisäämiseen. Tuen on oltava saatavilla siellä, missä ihmiset jo ovat: arjessa, varhaiskasvatuksessa, kouluissa, työpaikoilla ja palveluissa.

## 1.1. Perheet, lapset ja nuoret

Perusta mielenterveydelle luodaan lapsuudessa. Mielenterveyden häiriöiden riski on monesti tunnistettavissa jo alle kouluikäisillä. Siksi äitiys- ja lastenneuvolan ja varhaiskasvatuksen ammattilaisilla tulee olla aikaa, resursseja ja osaamista tukea perheitä ja tunnistaa lasten tuen tarpeita osana arkea sekä ohjata perheitä tarvittaessa eri sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten palveluihin. Usein ensiapu löytyy sosiaalihuollosta, kuten perhetyöstä.

Lasten ja nuorten hyvinvointi nojaa koko perheen jaksamiseen. Perheiden arjen sujuvuus ja vanhemmuuden tukeminen on asettava etusijalle niin, että se näkyy arvoissa, päätöksissä ja tavassa kohdata ihmiset. Perheitä on tuettava kokonaisuutena, ei vain yksittäisten oireiden kautta.

Perhe- ja lähisuhdeväkivalta on Suomessa yleistä verrattuna muihin Euroopan maihin. Ongelma on otettava yhteiskunnal-

liseen keskusteluun nykyistä laajemmin. Väkivallan puheeksi ottaminen on huomioitava paremmin terveys- ja sosiaalipalveluissa. Kun väkivalta tunnustetaan ja siihen puututaan varhain, voidaan estää vakavampia seurauksia sekä jopa sairauksia sekä katkaista ylisukupolvaisia ketjuja. Jokainen turvallinen perhe on askel turvallisempaa yhteiskuntaa.

Mielenterveys ja fyysinen terveys kulkevat rinnakkain. Hoidon tulee sisältää diagnoosien ja lääkityksen lisäksi tukea esimerkiksi arjen hallintaan, elämäntapoihin ja ihmissuhteisiin. Keskusta esittää perhe- eli omalääkärimallin käyttöönottoa koko maassa. Yksi tuttu ja vastuullinen lääkäri kokoaa hoitopolun yhteen, tuntee perheen tilanteen, konsultoi moniammatillisesti ja varmistaa hoidon jatkuvuuden. Malli lisää luottamusta, nopeuttaa hoitoon pääsyä ja ehkäisee katveeseen jäämistä.

## Ratkaisut

- **Vahvistetaan varhaiskasvatuksen sekä äitiys- ja lastenneuvolan ammattilaisten mielenterveystaitoja ja tukimuotoja.**
- **Otetaan käyttöön koko maassa perhe- eli omalääkärimalli, jossa sama lääkäri koordinoi sekä mielenterveyden että fyysisen terveyden hoitoa ja varmistaa oikea-aikaisen ohjauksen myös sosiaalihuollon palveluihin.**

## 1.2 Lapset ja nuoret – tuki arjessa, koulussa ja nivelvaiheissa

Lasten ja nuorten mielenterveyden tuki on tuotava sinne, missä lapset ja nuoret ovat. Koulujen ja oppilaitosten, oppilashuollon, Ohjaamojen, etsivän nuorisotyön, järjestöjen ja digitaalisten palveluiden on toimittava yhdessä, jotta apu ei jää irralliseksi tai vaikeasti saavutettavaksi.



Erityistä huomiota on kiinnitettävä riskiryhmässä oleviin, koulua käymättömiin ja syrjäytymisvaarassa oleviin lapsiin ja nuoriin. Nuoret nähdään aktiivisina toimijoina, ei vain tuen kohteina. Alle 18-vuotiaille ei myönnetä työkyvyttömyyseläkettä. Nuorten aikuisten kohdalla pyritään löytämään kaikki muut ratkaisut ennen työkyvyttömyyseläkettä.

Jokaisessa koulussa ja oppilaitoksessa on oltava riittävästi psykologeja, kuraattoreita, koulunuorisotyöntekijöitä tai muita turvallisia aikuisia, jotka ovat läsnä arjessa ja nuorille tuttuja. Keskusteluavun on oltava saatavilla matalalla kynnyksellä, ja nuoren on päästävä henkilökohtaiseen keskusteluun viikon sisällä. Tarvittaessa tehdään hoidontarpeen arviointi ja nuori ohjataan jatkohoitoon, mutta jo varhainen keskustelutuki voi ehkäistä ongelmien syvenemistä. Kriisiyö toteutetaan aina välittömästi.

Huomioidaan neuropsykiatrisesti oireilevat lapset ja nuoret varmistamalla riittävät tukitoimet, ennakoivat rakenteet ja yksilölliset joustot arjessa, opetuksessa ja palveluissa. Lasten ja nuorten hyvinvointia vahvistetaan myös koulun arjessa. Taito-, taide- ja liikunta-aineilla on keskeinen merkitys mielen hyvinvoinnille, ja niiden opetusta on lisättävä tuntikehystä laajentamalla.

## Ratkaisut

- **Vahvistetaan Ohjaamojen, etsivän ja koulunuorisotyön resursseja.**
- **Nuoren on päästävä seitsemän päivän sisällä henkilökohtaiseen oppilas- ja opiskelijahuollon mahdollistamaan keskusteluapuun.**
- **Alle 18-vuotiaille ei myönnetä työkyvyttömyyseläkettä. Nuorten aikuisten kohdalla pyritään löytämään kaikki muut ratkaisut ennen työkyvyttömyyseläkettä.**
- **Huomioidaan neuropsykiatrisesti oireilevat lapset ja nuoret varmis-**

**tamalla riittävät tukitoimet, ennakoivat rakenteet ja yksilölliset joustot arjessa, opetuksessa ja palveluissa.**

- **Lisätään taito-, taide- ja liikunta-aineiden opetusta.**

## 1.3. Hyvä arki on mielen hyvinvoinnin perusta

Moni mielenterveyden haaste ei liity yksittäiseen ikäryhmään tai elämäntilanteeseen, vaan arjen kuormitukseen, elämän kriiseihin ja jaksamiseen. Siksi mielenterveyden tuki on rakennettava niin, että se on saavutettavaa kaikille riippumatta iästä, taustasta, asuinpaikkakunnasta, sosiaalisesta asemasta tai elämäntilanteesta.

Walk-in-pisteet, liikkuvat sekä digitaaliset palvelut tarjoavat kynnyksetöntä keskusteluapua ja ohjausta. Niissä ammattilainen arvioi, mitä juuri tämä ihminen sillä hetkellä tarvitsee. Elämän kriiseissä ja lievissä oireissa hänet ohjataan suoraan lyhytterapiaan tai vertaisryhmiin, vakavammissa tilanteissa hoitoon tai kuntoutukseen.

Mielenterveyden tukea osana perusterveydenhuoltoa tulee vahvistaa. Palvelujen kehittämistyön rahoitus on turvattava, jotta tarkoituksenmukaista ja tutkitusti vaikuttavaa hoitoa sekä ennaltaehkäisevää tukea on saatavilla matalalla kynnyksellä koko Suomessa. Ammattilaisen ensiarvion laatua on pitkäjänteisesti kehitettävä, jotta hoitoonohjaus onnistuu paranemista edistävällä tavalla matalan kynnyksen mielenterveyspalveluista aina vaativiin pidempikestoisiin psykiatrisiin palveluihin saakka.

Kriisipuhelimet ja chat-palvelut kootaan yhdeksi koordinoituksi kokonaisuudeksi valtakunnalliselle alustalle, Mielenterveystalo.fi:hin. Digitaaliset ratkaisut tukevat palveluja, mutta tuki annetaan aina ihmiseltä ihmiselle. Kokonaisuus edellyttää pysyvää valtion rahoitusta.

Terapiatakuun on vastattava moninaiisiin mielenterveyden tarpeisiin koko elämänsä aikana. Järjestelmän tulee olla riittävän joustava huomioimaan oireiden vaikeusaste, ihmisen elämäntilanne ja toimintakyky, eikä tuki saa rajoittua yhden mallin ratkaisuihin. Terapiatakuun toimivuus edellyttää selkeitä ja nopeita hoitoon ohjautumisen käytäntöjä, riittävää terapeuttien saatavuutta sekä hoidon jatkuvuuden turvaamista myös silloin, kun tuen tarve pitkittyy.

Mielenterveyden tukeminen korkeakouluopinnoissa edellyttää toimivia ja saumatonta hoidon, kuntoutuksen ja opiskelun tukemisen kokonaisuuksia. Opiskelijoilla on oltava oikea-aikainen pääsy paitsi hoitoon myös kuntouttavaan tukeen, joka vahvistaa opiskelukykyä, arjen hallintaa ja osallisuutta opintoyhteisössä. Tämä edellyttää tiivistä yhteistyötä YTHS:n, korkeakoulujen, hyvinvointialueiden ja Kelan välillä sekä selkeitä hoito- ja kuntoutuspolkuja, jotka eivät katkea elämäntilanteiden tai hallinnollisten rajojen vuoksi.

Mielenterveyskuntoutusjärjestelmän palveluvalikoiman pitää olla monipuolinen ja palvelut eivät saa olla liikaa keskitettyjä. Kuntoutus on olennainen osa mielenterveyshoitoa ja sen on kuuluttava kaikille sitä tarvitseville. Tarvitaan yksilöllistä, tavoitteellista ja arkea tukevaa kuntoutusta, joka vahvistaa toimintakykyä, ehkäisee oireiden pahenemista ja edistää toipumista sekä osallisuutta.

## Ratkaisut

- **Ammattilaisen ensiarvio tehdään nopeasti ja laadukkaasti, kasvokkain tai etänä.**
- **Hyvinvointialueille tarjotaan mahdollisuutta hakea erillisrahoitusta kokeiluille, samalla varmistetaan hyvien käytäntöjen leviäminen alueiden välillä.**
- **Mielenterveyspalvelujen saatavuutta ja laatua perusterveyden-**





huollossa parannetaan varmistaen oikea-aikainen ja tarkoituksenmukaisesti kohdennettu tuki. Kehittämistyön rahoitus turvataan hyvinvointialueilla.

- Kehitetään walk-in-pisteitä, liikkuvia palveluja ja digitaalisia ratkaisuja.
- Yhdistetään hajallaan olevat kriisi- ja chat-palvelut valtakunnalliseksi kokonaisuudeksi.
- Uudistetaan terapiatakuu. Kehitetään se vastaamaan erilaisiin tarpeisiin, laajennetaan se koskemaan kaikkia ikäryhmiä vähintään 29-vuotiaisiin saakka ja varmistetaan terapiatakuun yhdenvertaisuus eri hyvinvointialueiden välillä.
- Tunnistetaan ammatillisen koulutuksen kaksi tehtävää: osaamisen vahvistaminen ja elämässään tukea tarvitsevien nuorten auttaminen.
- Vahvistetaan YTHS:n asemaa korkeakouluopiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijana ja monipuolisena ratkaisijana. Pidetään huolta siitä, että korkeakouluilla on riittävät resurssit opiskelun tukipalveluiden tarjoamiseksi.
- Hyvinvointialueilla on velvollisuus ylläpitää monipuolinen mielenterveyskuntouksen palvelujärjestelmä ja tämän tulee sijoittua alueellisesti tasavertaisesti.

## 1.4. Työikäiset aikuiset ja työelämä

Mielenterveys on keskeinen osa työ- ja toimintakykyä. Ammatillaisen ensiarvio on tehtävä nopeasti ja laadukkaasti, jotta ongelmiin voidaan puuttua ennen kuin ne johtavat pitkiin sairauslomiin tai työkyvyttömyyteen. Työterveyshuollon on vastattava työssäjaksamisen haasteisiin. Työeläkeyhtiöiden tulee ottaa aiempaa vahvempi rooli, jotta mielenterveyson-

gelmien takia työkyvyttömyyseläkkeelle joutuminen vähenisi.

Hyvä työkykyjohtaminen, osaava esihenkilötyö ja mahdollisuus työnohjaukseen ovat keskeisiä mielenterveyden tukemisessa. Työyhteisöille tarjotaan koulutusta mielenterveyden riskien tunnistamiseen ja tukeen. Erityistä huomiota on kiinnitettävä etätööhön, jossa oireet voivat jäädä helposti piiloon.

Myös työttömien ja erityisesti pitkäaikaistyöttömien mielenterveyden tukea on vahvistettava. Hoidontarpeessa olevat henkilöt on tunnistettava ajoissa, eikä avunsaanti saa riippua ihmisen työmarkkina-asemasta.

## Ratkaisut

- **Vahvistetaan esihenkilökoulutusta ja työkykyjohtamista erityisesti etätöyssä.**
- **Vahvistetaan työttömien ja erityisesti pitkäaikaistyöttömien mielenterveyden tuen saatavuutta.**
- **Käynnistetään työterveyshuollon organisaatioiden ja työeläkeyhtiöiden kanssa poikkihallinnollinen, valtakunnallinen kehittämisohjelma työikäisten mielenterveyden turvaamiseksi ja työurien pidentämiseksi.**

## 1.5. Ikäihmiset

Ikääntyneet käyttävät mielenterveyspalveluja vähemmän kuin muun ikäryhmät, mutta myös heidän on päästävä tarpeensa mukaisesti mielenterveyspalveluihin. Yksinäisyys on yksi heidän suurimmista riskitekijöistään. Hyvä elämä ja mielenterveyden tukeminen edellyttävät mielekästä tekemistä, sosiaalisia suhteita, turvallista asumista, taloudellista turvaa ja osallisuuden vahvistamista.

Ikäihmisten parissa työskentelevien mielenterveystaitoja on vahvistettava, ja samalla on tunnistettava ikäihmisten vahvuus vapaaehtoisina ja omaishoitajina. Yhteisölliset ratkaisut ja matalan kynnyksen palvelut ehkäisevät yksinäisyyttä ja tukevat hyvinvointia.

Gerontologista sosiaalityötä eli ikääntyneiden oikea-aikaista ja helposti saavutettavaa tukea arjen, palveluiden ja elämäntilanteiden muutoksissa parannetaan. Tavoitteena on vahvistaa ikääntyneiden toimintakykyä, osallisuutta ja itsenäistä selviytymistä sekä ehkäistä ongelmien kasautumista ja raskaampien palveluiden tarvetta. Varmistetaan, että ohjaus on kokonaisvaltaista ja huomioi myös läheiset ja omaiset osana tukiverkostoa.

Mielenterveyden muutokset voivat ikääntyneillä liittyä muistisairauteen tai muuhun kognitiivisen toimintakyvyn heikkenemiseen, jonka vuoksi lisätään tietoisuutta muistisairauden ja muiden neurologisten sairauksien vaikutuksista mielenterveyteen.

## Ratkaisut

- **Varmistetaan mielenterveyspalveluiden saatavuutta, kohtaamispaikkoja sekä yhteisöllisiä yksinäisyyden vähentämisen toimia erityisesti ikäihmisille.**
- **Vahvistetaan ikääntyneiden parissa työskentelevien ammattilaisten mielenterveysosaamista.**
- **Parannetaan mielenterveyspalveluihin ohjautumista ja ohjaamista osana perusterveydenpalveluja, seniorineuvoloita ja sosiaalipalveluja.**
- **Gerontologisen sosiaalityön ja ohjauksen saatavuutta parannetaan.**
- **Lisätään tietoisuutta muistisairausten ja muiden neurologisten sairauksien vaikutuksista mielenterveyteen.**

## 2. Koko kylä kasvattaa – aitojen kohtaamisen uusi tuleminen



Mielenterveyttä ei rakenneta vain palvelujärjestelmissä, vaan ennen kaikkea arjessa. Yhteisöllisyys ehkäisee ongelmia jo ennen kuin ne syntyvät. Aidot kohtaamiset, harrastukset, vertaistuki ja vapaaehtoistoiminta lisäävät henkistä kriisinkestävyyttä ja vähentävät yksinäisyyttä. Sijoittamalla paikallisyhteisöjen, niin lähiöiden kuin kylien, elinvoimaan vähennetään korjaavien ja raskaiden palvelujen tarvetta.

### 2.1 Yhdessä oleminen ja vertaistoiminta

Ihmiset tarvitsevat toisiaan. Hyvinvointi rakentuu pitkälti suhteestamme toisiin ihmisiin. Yhteiskunnan on tuettava rakenteita, jotka kannustavat oikeisiin kohtaamisiin.

#### Ratkaisut

- **Laajennetaan Harrastamisen Suomen malli kaikenikäisille. Syrjäytymisuhan alla oleville ja syrjäytyneille tarjotaan matalan kynnyksen harrastus- ja vertaistoimintaa, jota järjestöt, kunnat ja yhteisöt voivat joustavasti toteuttaa.**
- **Vahvistetaan perheiden ja parisuhteiden tukea: kotipalvelu ja vertaistoiminta erotetaan selkeästi sosiaalihuollon päätöstä vaativista palveluista, jotta perheet saavat arjen kuormitus- ja kriisitilanteisiin riittävän avun ilman sosiaalitoimen asiakkuutta.**

## 2.2 Lapset ja nuoret – lähikohtaamiset, taidot ja turvallinen digiarki

Lasten ja nuorten mielenterveyttä vahvistetaan turvaamalla aidot lähikohtaamiset ja vähentämällä yksinäisyyttä lisääviä rakenteita. Sosiaalisen median käyttöä rajoitetaan ja mahdollista etäopetusta hyödynnetään siten, että lasten ja nuorten arki rakentuu ensisijaisesti kasvokkain kohtaamisille.

Perusasteella ulotetaan kännykkäkielto välitunneille ja toisella asteella otetaan kännykkäkielto käyttöön oppituntien aikana. Samalla etäopetusta hyödynnetään harkitusti, rakennetaan turvallisia digiyhteisöjä, vahvistetaan medialukutaitoa ja asetetaan teknologiyhtiöille sitovia vastuullisuusvaatimuksia.

Kouluilla on keskeinen rooli tunne- ja vuorovaikutustaitojen sekä mielenterveyden perustaitojen opettamisessa. Näiden taitojen vahvistaminen tukee mielenterveyttä, ehkäisee kiusaamista ja lisää osallisuutta.

### Ratkaisut

- Turvataan lasten ja nuorten lähikohtaamiset sekä koulujen tunne- ja vuorovaikutustaitojen sekä mielenterveyden perustaitojen opettaminen.
- Luodaan digihyvinnin linjat ja vastuullisuusvaatimukset teknologiyhtiöille.
- Kielletään kännyköiden käyttö perusasteella välitunneilla ja toisella asteella oppituntien aikana.
- Parannetaan nuorten medialukutaitoa ja hyödynnetään etäopetusta harkitusti.

## 2.3 Osallisuus ja työelämään kiinnittyminen – välityömarkkinat ja kuntouttava työtoiminta

Osallisuus ja mielekäs tekeminen ovat keskeisiä mielenterveyden tukipilareita myös työelämän ulkopuolella oleville. Välityömarkkinoita vahvistetaan ja lainsäädännöllä turvataan osa- ja vajaatyökykyisten mahdollisuudet osallistua työelämään omien voimavarojensa mukaisesti.

Kuntouttava työtoiminta ja sosiaalinen kuntoutus ovat oleellinen osa mielenterveyskuntoutusta ja osallisuuden vahvistamista. Sen lisäksi työelämään paluuta edistetään myös siirtymätyön, osa-aikatyön, kevennetyn työn, monipuolisten työnkuvien ja lisäkoulutuksen avulla. Kootaan näistä jokaiselle yksilöllinen kokonaisuus. Sen on oltava aidosti saatavattavaa eri puolilla Suomea ja tarjottava mahdollisuuksia osallistua, oppia ja kokea merkityksellisyyttä. Hyvinvointi- ja työllisyysalueiden yhteistyötä tiivistetään konkreettisesti ihmisten työ- ja toimintakyvyn tueksi.

### Ratkaisut

- Välityömarkkinoita vahvistetaan ja lainsäädännöllä turvataan osa- ja vajaatyökykyisten mahdollisuudet osallistua työelämään.
- Varmistetaan kuntouttavan työtoiminnan, sosiaalisen kuntoutuksen ja muiden työhön paluuta tukevien työmuotojen saatavuus eri puolilla Suomea. Nämä ovat oleellinen osa mielenterveyskuntoutusta.

## 2.4 Paikallisyhteisöt ja järjestöt – mielenterveyden hiljaiset tukirakenteet

Paikallisyhteisöt kuten lähiöt, kaupunginosat, asukastalot, kylät ja korttelit ovat hyvän mielenterveyden rakentajia. Ne luovat tiloja kohtaamisille, osallisuudelle ja arjen tuelle.

Vapaaehtoistoiminnan, kansalaisjärjestöjen ja seurakuntien rooli osallisuuden, hyvinvoinnin ja mielenterveyden tukemisessa on korvaamaton. Kolmas sektori tavoittaa ihmisiä, joita julkiset palvelut eivät aina saavuta, ja tarjoaa vertaistukea, vapaaehtoistoimintaa ja yhteisöllisyyttä. Myös neljännen sektorin eli vapaamuotoista kansalaistoimintaa on syytä tukea.

Kolmannen sektorin pitkäjänteinen rahoitus, toiminnan kokonaiskoordinointi ja hallinnollisen taakan keventäminen mahdollistavat sen, että järjestöt voivat keskittyä ydintyöhönsä ilman päällekkäisyyksiä.

### Ratkaisut

- **Turvataan järjestöjen pitkäjänteinen rahoitus, kokonaiskoordinointi ja hallinnollisen taakan keventäminen.**



## 2.5 Kriisinsietokyky ja resilienssi – koko kansa mukaan

Maamme kokonaisturvallisuutta vahvistetaan luomalla kansalaispalvelumalli, joka lisää yhteiskunnan kriisinsietokykyä ja kansalaisresilienssiä. Mallin yhtenä tavoitteena on varmistaa, että jokaisella suomalaisella on perustaidot kohdata henkisiä kriisejä ja antaa tukea toisillemme arjen vaikeissa tilanteissa.

Mallin tueksi kootaan ja jalkautetaan yhtenäiset henkisen ensiavun ohjeet, toimintamallit ja koulutukset, joita on jo kehitetty esimerkiksi Mielenterveystalo.fi-sivuston kautta. Kansalaispalvelumalli yhdistää kansanterveyden, turvallisuuspolitiikan ja yhteisöllisyyden.

### Ratkaisut

- **Luodaan kansalaispalvelumalli, joka vahvistaa koko maan turvallisuutta, kriisinsietokykyä ja resilienssiä kouluttamalla kansalaistaitoja ja henkisen ensiavun taitoja.**

## 3. Kestävät rakenteet mielen-terveystyölle – selkeät hoitopolut ja toimiva kokonaisuus



Mielenterveystyön on perustuttava selkeisiin, hyvin johdettuihin ja kestäviin rakenteisiin. Hoitopolkujen selkeys mahdollistaa sen, ettei ketään pompotella palvelusta toiseen, vaan apu löytyy oikea-aikaisesti ja johdonmukaisesti. Kun perusterveydenhuollon, erikoissairaanhoidon ja sosiaali- huollon palvelut toimivat saumattomasti yhdessä, mielenterveyden hoito on vaikuttavaa ja kustannustehokasta.

Mielenterveysongelmien hoidon on perustuttava selkeisiin, hyvin johdettuihin ja kestäviin rakenteisiin. Kestävät rakenteet mahdollistavat myös uusien toimintamallien käyttöönoton ja sen, että palvelut ovat tasalaatuisia koko maassa. Mielenterveyspalvelujen on toimittava yhdenvertaisesti ihmisten asuinpaikasta riippumatta.

### 3.1 Kansallinen ohjaus ja yhdenvertaiset palvelut

Kansallisesti ohjatut ja rahoitetut mielen-terveyspalvelut turvaavat yhdenvertaisuuden ja varmistavat, että palvelut kehittyvät yhtenäisesti koko maassa. Yhdenvertaisuus ei synny hajanaisilla ratkaisuilla, vaan selkeällä vastuunjaolla ja pysyvillä rahoitusperiaatteilla.

Valtakunnallinen ohjaus mahdollistaa sen, että mielen-terveyspalveluiden kehittäminen ei jää yksittäisten hankkeiden varaan, vaan perustuu pitkäjänteiseen suunnitteluun ja yhteisiin tavoitteisiin. Mielenterveyspalveluita on hyvinvointialueilla johdettava kokonaisuutena, mikä on varmistettava valtakunnallisella ohjauksella. Eri alueiden kehitystyötä on syytä hyödyntää vertaisoppimisen avulla. Kehitetään järjestelmällisesti Kelan kuntoutus- palveluja ja yhteistyötä työeläkeyhtiöiden kanssa osana mielen-terveyden kuntoutusta ja hoitoa.

Hoitoon ohjauksen on oltava selkeää ja toimivaa kaikissa palveluissa. Perusterve-

ydenhuollossa, sosiaalihuollossa, työllisyyspalveluissa ja muissa arjen palveluissa toimivilla ammattilaisilla on oltava selkeät toimintamallit, kuinka ohjata henkilö hoidon arvioon, mielenterveyden hoitoon, kuntoutukseen tai jatkotukeen ilman tarpeetonta viivettä.

## Ratkaisut

- **Kansallisesti ohjatut ja rahoitetut palvelut turvaavat yhdenvertaisuuden sekä varmistavat, että mielenterveyspalvelut kehittyvät yhtenäisesti koko maassa.**
- **Selkeytetään ja yhdenmukaistetaan mielenterveyspalveluihin ohjaamisen käytännöt ja toimintamallit perusterveydenhuollossa, sosiaalihuollossa ja työllisyyspalveluissa. Varmistetaan, että hoidon tarpeen arvioon ohjaaminen toimii ilman tarpeetonta byrokratiaa ja että vastuu asiakkaasta siirtyy sujuvasti palvelusta toiseen ilman katkoksia. Veloitetaan hyvinvointialueet johtamaan mielenterveyspalveluita kokonaisuutena.**

## 3.2 Yhtenäinen hoitoketju ja omalääkärimalli hoidon perustana

Yksilön mielenterveyden hoito muodostaa yhtenäisen kokonaisuuden, jossa hoitopolku etenee sosiaali- ja perusterveydenhuollon palveluista hyvinvointialueiden erikoissairaanhoidon ja tarvittaessa yliopistosairaaloihin. Palvelut toimivat saumattomasti yhdessä, ja potilaalla on koko hoidon ajan selkeä hoitopolku sekä jatkuva asiantuntijatuki.

Hoitosuunnitelma laaditaan yhdessä potilaan ja tarvittaessa hänen läheistensä kanssa. Perhe- eli omalääkärimalli on perusta hyvälle ja kustannustehokkaalle hoidolle: tuttu lääkäri ja tiimi tuntevat

potilaan ja perheen tilanteen, huomioivat myös sosiaalihuollon tuen ja varmistavat, että apu jatkuu katkeamatta.

## Ratkaisut

- **Otetaan käyttöön perhe- eli omalääkärimalli koko maassa. Mielenterveyden, sosiaalihuollon ja terveydenhuollon palvelut muodostavat saumattoman hoitoketjun ja tuki kohdentuu oikein.**
- **Vahvistetaan terveyden- ja sosiaalihuollon sekä koulun joustavaa yhteistyötä ja yhteisiä toimintamalleja.**

## 3.3 Kumppanuudet, järjestöt ja palvelujen käyttäjien ääni

Hyvinvointialueiden, yliopistosairaaloiden, yksityisten palveluntuottajien, kuntien, järjestöjen ja paikallisyhteisöjen välille luodaan aidosti pitkäjänteiset kumppanuudet. Selkeät roolit ja pysyvät rahoitusperiaatteet varmistavat, että yhteistyö ei jää hankkeiden varaan, vaan muodostaa osan pysyvää palvelukokonaisuutta.

Jotta järjestötyö ohjautuu oikein ja tukee julkista palvelujärjestelmää, hyvinvointialueet ja erityisesti yliopistosairaalat vastuutetaan vahvasti koordinoinnista ja laadunvalvonnasta. Palvelujen käyttäjien ääni tuodaan mukaan suunnitteluun ja arviointiin, jotta palvelut vastaavat todellisia tarpeita.

## Ratkaisut

- **Hyvinvointialueet ja varsinkin yliopistosairaalat vastuutetaan vahvasti järjestötyön yhteensovittamisesta, koordinoinnista ja laadunvalvonnasta.**

### 3.4 Riittävä hoitokapasiteetti ja psykiatrisen hoidon saatavuus

Psykiatrisen hoidon saatavuus on nostettava vastaamaan kansallista tarvetta. Tämä tarkoittaa riittävää määrää erikoissairaanhoidoa, asumispalveluja ja laitospaikkoja, jotta kukaan hoitopaikkaa tarvitseva ei jää ilman asianmukaista hoitoa. Erityistä huomiota on kiinnitettävä lasten- ja nuorisopsykiatrian palveluihin.

Hoitokapasiteetin riittävyys on perusedellytys sille, että muut mielenterveyspalvelujen kehittämistoimet voivat onnistua.

#### Ratkaisut

- **Vastataan psykiatrisen hoidon tarpeeseen. Pyritään lisäämään psykiatrian ammattilaisia hyvinvointialueille sekä lisätään psykiatrian joustavia lyhyen aikavälin asumispalveluja, mutta myös pitkän aikavälin asumispalveluja ja laitospaikkoja. Kenenkään hoitopaikkaa tarvitsevan ei pidä jäädä ilman asianmukaista hoitoa.**

### 3.5 Mielenterveysvaikutusten arviointi päätöksenteossa

Mielenterveys on huomioitava kaikessa päätöksenteossa, ei vain sosiaali- ja terveyspolitiikassa. Kaikissa merkittävissä ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen liittyvissä lainsäädäntö- ja budjettipäätöksissä otetaan käyttöön mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi. Ennakoarviointi tukee pitkäjänteistä päätöksentekoa ja auttaa tunnistamaan päätösten vaikutukset ihmisten hyvinvointiin jo ennen niiden toimeenpanoa.

Vaikuttavuuden arviointi puolestaan tekee näkyväksi sen, millaista yhteiskun-



taa päätöksillä rakennetaan. Sen avulla tarkastellaan etukäteen, miten päätökset vaikuttavat ihmisten hyvinvointiin, palveluiden toimivuuteen, työntekijöiden jaksamiseen ja julkisten varojen käyttöön. Arvioinnissa huomioidaan myös väestön terveys, turvallisuus, toimeentulo, yhdenvertaisuus ja yhteisöllinen oikeudenmukaisuus.

## Ratkaisut

- **Otetaan käyttöön mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi kaikessa merkittävässä ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen liittyvässä päätöksenteossa ja varmistetaan sen pitkäjänteinen rahoitus.**
- **Arvioidaan päätösten vaikutusta systemaattisesti hyvinvoinnin, elämänlaadun, palveluiden toimivuuden, henkilöstön jaksamisen, julkisten varojen käytön sekä väestön terveyden, turvallisuuden ja yhdenvertaisuuden näkökulmista.**
- **Huolehditään siitä, että jokaisella on riittävä toimeentulo ja mahdollisuus selvittää arjestaan ilman kohtuutonta epävarmuutta.**

## 3.6. Osaaminen, tutkimus ja vaikuttavuus

Käynnistetään valtakunnallinen mielenterveysalan osaamisen ohjelma, joka turvaa psykiatrien, psykologien, psykoterapeuttien, psykiatristen sairaanhoitajien, lyhytterapeuttien sekä mielenterveystyöhön perehtyneen hoitohenkilöstön saatavuuden.

Osaamisen kehittämistä koordinoidaan valtakunnallisesti yliopistojen, ammatikorkeakoulujen, hyvinvointialueiden ja yliopistosairaaloiden välillä. Alan vetovoimaa parannetaan purkamalla turhaa byrokratiaa, turvaamalla kilpailukykyinen

palkkaus ja kehittämällä johtamista työhyvinvointia tukevaksi.

Julkisesti rahoitettujen mielenterveyspalveluiden vaikuttavuudet tutkitaan systemaattisesti. Tutkittuun tietoon perustuen luodaan tarvittavat laaturekisterit ja kohdennetaan rahoitus sekä toimet mahdollisimman kustannustehokkaasti. Vaikuttavuus- ja tutkimustietoa täytyy hyödyntää yhä enemmän. Tutkimus ja innovaatiot jalkautetaan nopeasti käytäntöön.

## Ratkaisut

- **Käynnistetään valtakunnallinen mielenterveysalan osaamisohjelma ja lisätään valtakunnallista koordinaatiota yliopistojen, ammattikorkeakoulujen, yliopistosairaaloiden ja hyvinvointialueiden hankkeen välillä. Osaamiskeskuksilla varmistetaan tutkimusnäytön läpikäynti, palkosuositusten käyttö, laadunvalvonta ja hyvinvointialueiden osaamisen vahvistaminen.**
- **Parannetaan alan vetovoimaa purkamalla turhaa byrokratiaa, turvaamalla kilpailukykyinen palkkaus ja kehittämällä johtamista työhyvinvointia tukevaksi.**
- **Mitataan julkisesti rahoitettujen mielenterveyspalveluiden vaikuttavuutta ja luodaan tarvittavat laaturekisterit sekä kohdennetaan rahoitus ja toimet kustannustehokkaasti.**

## 4. Päihde- ja mielenterveyspalvelujen yhteensovittaminen

Päihde-, mielenterveys- ja sosiaalihuollon palvelujen on muodostettava yhtenäinen kokonaisuus, jossa ihminen saa tarvitsemansa avun yhdestä paikasta. Päihde- tai riippuvuusongelma ei saa koskaan estää mielenterveyden hoitoa eikä mielenterveyden ongelmat päihdehoitoa. Kun hoito on kokonaisvaltaista ja saumattomasti yhteensovitettua, voidaan vähentää inhimillistä kärsimystä, kuolemia ja infektioita, ehkäistä rikoskierteitä ja säästää yhteiskunnan voimavaroja.

Pirstaleinen palvelujärjestelmä lisää syrjäytymistä ja katkaisee hoitopolkuja. Yhden oven malli selkeyttää vastuuta, vähentää pompottelua ja varmistaa, että ihminen kohdataan kokonaisena, ei diagnoosien tai hallinnollisten rajojen kautta. Hoitoon ja kuntoutukseen tarvitaan kumppanuuksia järjestöjen kanssa. Julkiset toimijat on veloitettava edistämään järjestöjen ja vapaaehtoisten toimintamahdollisuuksia sekä yhteistyötä. Ihmisellä on oltava mahdollisuus asioida nimettömänä.

### 4.1 Yhden oven malli

Sosiaalihuollon, mielenterveyden ja riippuvuuksien palvelut kootaan yhdeksi toimivaksi kokonaisuudeksi. Ihmisen ei pidä joutua itse yhdistelemään palveluja tai todistamaan hoidon tarvetta useaan kertaan.

Digitaaliset työkalut, kuten hoitopolut, omahoito-ohjelmat ja seulonnat, tukevat varhaista tunnistamista ja hoitoon ohjaamista. Ne eivät kuitenkaan korvaa hoidon ydintä: ihmisen ja ammattilaisen välistä kohtaamista. Tässä kokonaisuudessa keskeisessä roolissa on toimiva perhe- eli omalääkärimalli, joka varmistaa hoidon jatkuvuuden ja kokonaiskuvan säilymisen.

### Ratkaisut

- **Tarjotaan mielenterveysongelmien ja riippuvuushoito sekä sosiaalipalvelut yhdestä paikasta.**

## 4.2 Ehkäisevä päihdetyö ja varhainen tuki arjessa

Ehkäisevää päihdetyötä vahvistetaan kouluissa, kuntien muussa toiminnassa ja paikallisyhteisöissä. Kuntien lakisääteistä roolia tehdään nykyistä vahvemmaksi ja tavoitteellisemmaksi, jotta ehkäisy ei jää irralliseksi hanketoiminnaksi.

Työtä tehdään sekä lasten ja nuorten että aikuisten kanssa, ja siihen sisällytetään myös henkisen väkivallan ehkäisy. Nuorille tarjotaan vertaistukiryhmiä ja yhteisöllisiä projekteja, jotka vahvistavat arjen turva- verkkoja, lisäävät osallisuutta ja suojaavat syrjäytymiseltä.

### Ratkaisut

- **Vahvistetaan ehkäisevää päihdetyötä kouluissa ja kuntien muussa toiminnassa sekä lisätään vertaistukea.**

## 4.3 Haittoja vähentävä hoito – silta kohti hoitoa ja turvaa

Haittoja vähentävät hoitomuodot ovat olennainen osa päihde- ja mielenterveyspolitiikkaa. Toimenpiteet, kuten anonyymisti toteutettava terveysneuvonta, tarvittavat testaukset, puhtaiden käyttövälineiden vaihto ja saavutettava hoitonojhaus, ehkäisevät kuolemia ja infektiota ja tarjoavat matalan kynnyksen väylän hoidon piiriin.

Haittoja vähentävä työ ei ole vaihtoehto hoidolle, vaan usein ensimmäinen askel kohti sitä. Pohjimmiltaan se on usein terveysneuvontaa. Se kytketään osaksi turvallisuus- ja terveyspolitiikkaa ja rakennetaan siten, että hoitoon siirtyminen on sujuvaa ja kannustavaa.

### Ratkaisut

- **Otetaan käyttöön haittoja vähentävät hoitomuodot ja saavutettava hoitonojhaus.**

## 4.4 Hoito osaksi turvallisuuspolitiikkaa

Päihde- ja mielenterveysongelmiin liittyvät rikoskierteet eivät ratkea pelkästään rikosoikeudellisilla keinoilla. Poliisin, rikosseuraamuslaitoksen, rajavartiolaitoksen ja sosiaalihuollon yhteistyötä vahvistetaan, jotta hoidollinen vastuu ei jää vain rikosoikeusjärjestelmän varaan.

Yhteistyön tavoitteena on varmistaa, että rikoksiin ajautuneella ihmisellä on todellinen mahdollisuus hoitoon, kuntoutumiseen ja paluuseen yhteiskuntaan. Tämä tulee huomioida erityisesti nuorten rikoksenteekijöiden kohdalla. Turvallisuus ja hoito eivät ole vastakkaisia, vaan toisiaan täydentäviä tavoitteita.

### Ratkaisut

- **Lisätään poliisin, rikosseuraamuslaitoksen ja sosiaalihuollon yhteistyötä rikoskierteiden katkaisemiseksi.**



## Lopuksi

Ohjelman toteutuksen alkuvaihe vaatii taloudellista panostusta harrastamisen Suomen mallin laajentamiseen, uudelleen käynnistettävään kuntouttavaan työtoimintaan, järjestöjen toimintaan, terapia- takuun uudistamiseen ja laajentamiseen, alan osaamisen vahvistamiseen sekä psykiatrian asumispalveluihin ja laitospaikoihin. Kysymys on koko yhteiskunnan kustannuksista, jolloin säästöjä voi alkaa syntyä nopeasti esimerkiksi rikosseuraamuslaitoksen piirissä, muussa terveydenhuollossa ja työn tuottavuudessa.

Ohjelma perustuu siihen, että kaikki osat alueet yksittäisestä ihmisestä eri hallinnonaloille ja koko yhteiskuntaan tähtäävät hyvinvointiin sekä hyvään mielenterveyteen ja laajemminkin hyvään elämään. Ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen säästävät raskaammasta hoidosta ja muusta inhimillisestä kärsimyksestä aiheutuvia kustannuksia. Kun kaikkien julkisesti tuettujen mielenterveyspalvelujen vaikuttavuus mitataan, voidaan rahoitus ja toimet suunnata kustannustehokkaasti ja samalla myös yhteisiä varoja säästää. Lopulta yhteiskunnan edistys mitataan siinä, kuinka se huolehtii heikoimmistaan.

Keskustan ratkaisuihin mielenterveys nostetaan koko yhteiskunnan läpäiseväksi tavoitteeksi: varhaisesta tuesta yhteisöjen vahvistamiseen, palvelujen toimivuuteen ja päihde- ja mielenterveyshoidon yhteensovittamiseen. Näin rakennamme Suomea, jossa apu löytyy ajoissa, hoito on yhdenvertaista ja rakenteet kestävät yli hallituskausien. Mielenterveyteen panostaminen on investointi, joka vahvistaa ihmisarvoa, turvallisuutta ja luottamusta tulevaisuuteen.



Keskusta