

MIELI JA TYÖELÄMÄ

HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA -MERKKI

Sirpa Väänänen
Suunnittelija
Mieli Suomen Mielenterveys ry
Mielenterveys työelämässä -yksikkö

#mielijalanjälki



Työ tukee mielenterveyttä

- Työ rytmittää elämää ja pitää mielen virkeänä
- Työn kautta ihminen liittyy yhteisöön, rakentaa itsetuntoaan ja saa arvostusta, kehittyy ja oppii uutta
- Mielekäs työ tarjoaa sopivasti haasteita ja suu onnistumisen kokemuksia
- Työn tarjoama toimeentuloa luo turvallisuutta

MIELENTERVEYS VAIKUTTAA KYKYMMME TEHDÄ TYÖTÄ

Kun mieleemme voi hyvin.....



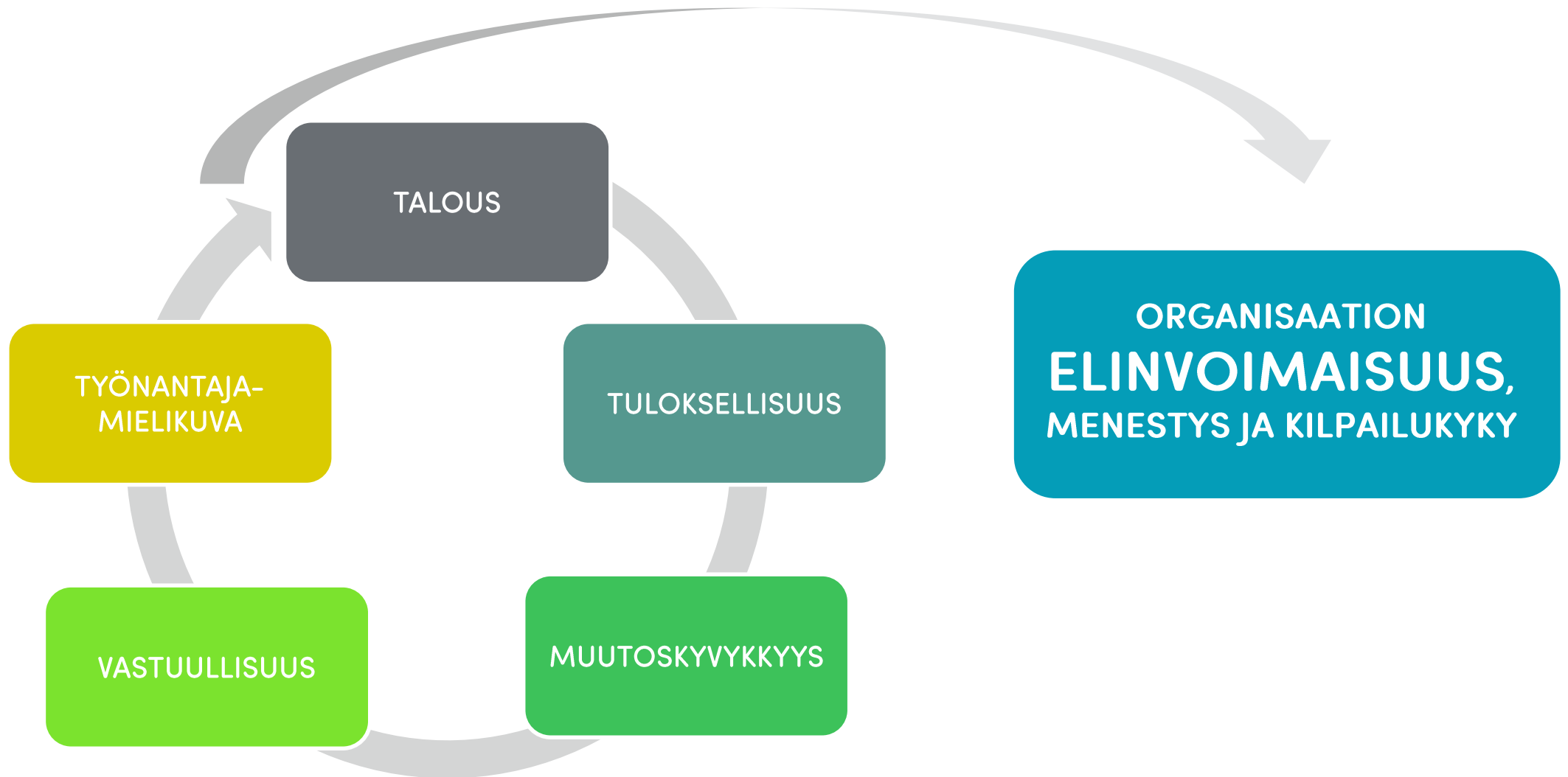
- Olemme energisempiä ja tarmokkaampia
- Sairastamme vähemmän
- Kestämme paremmin vastoinkäymisiä
- Kykenemme joustamaan ja uusiutumaan muutostilanteissa

- Suoriudumme paremmin työtehtävistä
- Hyödynnämme paremmin käytössämme olevan työajan
- Olemme luovempia ja parempia ratkaisemaan ongelmia
- Teemme parempia päätöksiä

MIKSI ORGANISAATIOIDEN PITÄISI OLLA KIINNOSTUNEITA MIELENTERVEYDESTÄ?

SIKSI, ETTÄ SE VAIKUTTAA
ORGANISAATION KAIKKEEN TOIMINTAAN.

MIELENTERVEYS ON OLENNAINEN OSA JOKAISEN ORGANISAATION STRATEGISTA TOIMINTAA



MITEN MIELENTERVEYTTÄ VOIDAAN VAHVISTAA TYÖPAIKOILLA?

Mielenterveyden vahvistaminen tapahtuu kehittämällä työpaikan **toimintakulttuuria** ja **rakenteita** niin, että ne

- *lisäävät työn psykososiaalisia voimavaratekijöitä*
- *vähentävät työn kuormittavuutta*



MIELENTERVEYS RAKENTUU TYÖN ARJESSA

Työn voimavaroja ja mielen hyvinvointia vahvistavat muun muassa:

Arvostava ja oikeudenmukainen kohtelu

Selkeät tehtäväkuvat, roolit ja vastuut

Lähiesihenkilön kannustus, tuki ja riittävä palaute

Palautumisen mahdollisuudet myös työpäivän aikana



Työn hallinnan tunne

Työyhteisön tuki, myönteinen työilmapiiri

Yhteisöllisyys ja välittämisen kulttuuri

Avoin tiedonkulku, hyvä johtaminen

MITÄ PITÄISI ERITYISESTI HUOMIOIDA NUORTEN TYÖNTEKIJÖIDEN KOHDALLA?

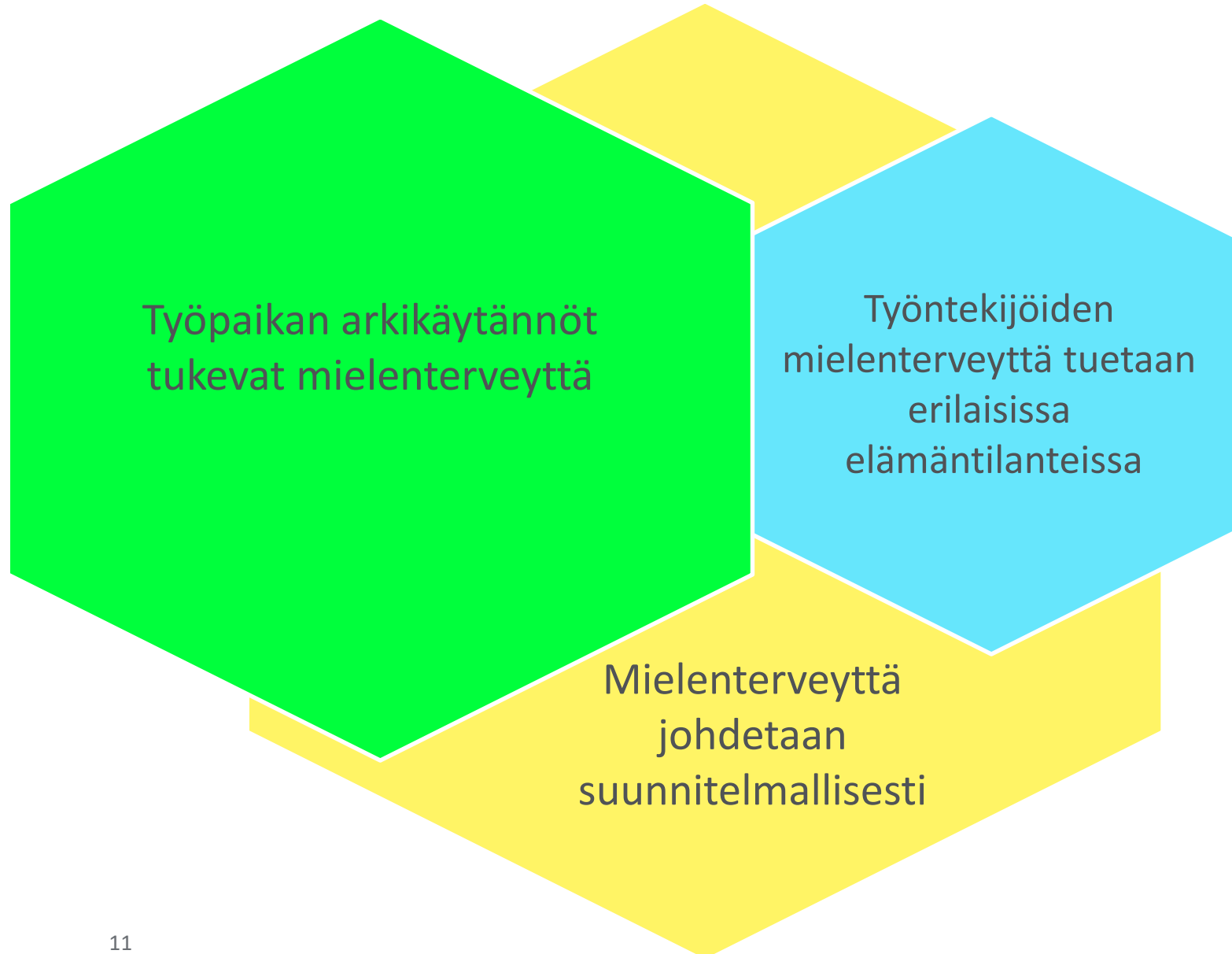
- Perehdytys
- Psykologinen turvallisuus
- Palautteen antaminen
- Palautuminen



MIELENTERVEYTTÄ TUKEVAN ARJEN RINNALLA TARVITAAN

- **Mielenterveyden suunnitelmallista johtamista**
 - ymmärrystä, että mielenterveys on strateginen asia, se on pääomaa, josta kannattaa huolehtia
 - henkilöstön hyvinvoinnin säännöllistä seuranta
 - mielenterveyttä tukevien rakenteiden vahvistamista
 - työlainsäädännön velvoitteiden täyttymisestä huolehtimista
- **Työntekijöiden mielenterveyden tukemista erilaisissa elämäntilanteissa**
 - valmiit, asteittain syvenevät toimintamallit: miten toimitaan kriiseissä tai äkillisissä kuormituspiikeissä tai tilanteissa, joissa kuormitus on päässyt pitkittymään tai työntekijän työkyky on alentunut mielenterveyden häiriön takia sekä siihen, miten huolehditaan yhteydenpidosta pitkien sairauspoissaolojen aikana ja kuinka työntekijä otetaan vastaan poissaolon jälkeen.

HYVÄN MIELEN TYÖPAIKAN PERUSPILARIT



MIKÄ HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA -MERKKI ON?

HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA[®] -MERKKI ON

- KANNUSTIN: rohkaisee työpaikkoja edistämään mielenterveyttä.
- TYÖVÄLINE: tarjoaa tietoa ja vinkkejä työpaikan psykososiaalisten voimavara- ja kuormitus-tekijöiden tunnistamiseen ja arviointiin sekä kehittämissuunnitelman laatimiseen
- TUNNUS ja TUNNUSTUS työpaikoille, jotka ovat sitoutuneet ponnistelemaan työntekijöiden mielenterveyden vahvistamiseksi työelämässä.

Jotta suomalaisen työelämän #mielijalanjälki kevenisi



MITEN HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA -MERKIN VOI SAADA?

HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA -MERKKIÄ VOIVAT HAKEA

- Isot kuin pienet organisaatiot (min. 6 henkilön työyhteisö)
- Yritykset, julkisen sektorin toimijat ja yhdistykset
- Toimialasta riippumatta

- Merkki sopii yhtälailla organisaatioille, jotka ovat vasta aloittamassa mielenterveyden edistämistä kuin toimijoille, joissa on tehty työtä mielenterveyden eteen jo pitempään.

- Tärkeintä on halu sitoutua kehittämiseen.

HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA -MERKIN SAAMISEEN TARVITAAN

- Tahtoa ja innostuneisuutta sitoutua mielenterveyden edistämistyöhön
- Psykososiaalisten voimavaroitekiöiden ja kuormitustekijöiden tunnistamista omalla työpaikalla ja niiden arviointia yhdessä koko henkilöstön kanssa
- Kehittämistavoitteiden asettamista mielenterveyden vahvistamiselle ja toimenpidesuunnitelman laatimista (väh. yksi toimenpide per kriteeri)
- Lainsäädännön velvoitteiden täyttymistä
- Suunnitelman kirjaamista hakulomakkeelle ja sen lähettäminen MIELI ry:lle.

HYVÄN MIELEN TYÖPAIKKA -MERKIN HAKEMISEN 3 STEPPIÄ





Mikä merkki?

Mieli ja työ

Kriteerit ▾

Tule mukaan

Hyvän mielen työpaikka -merkki

Hyvän mielen työpaikka® -merkki on kannustin, joka rohkaisee edistämään mielenterveyttä työpaikoilla. Se on työväline, joka tarjoaa vinkkejä, ideoita ja suosituksia mielenterveyden edistämisen arviointi- ja kehittämistyöhön. Merkki on tunnustus paremman työelämän puolesta ponnisteleville työyhteisöille. Hyvän mielen työpaikka®-merkin myöntää MIELI Suomen Mielenterveys ry.

LUE LISÄÄ MERKISTÄ



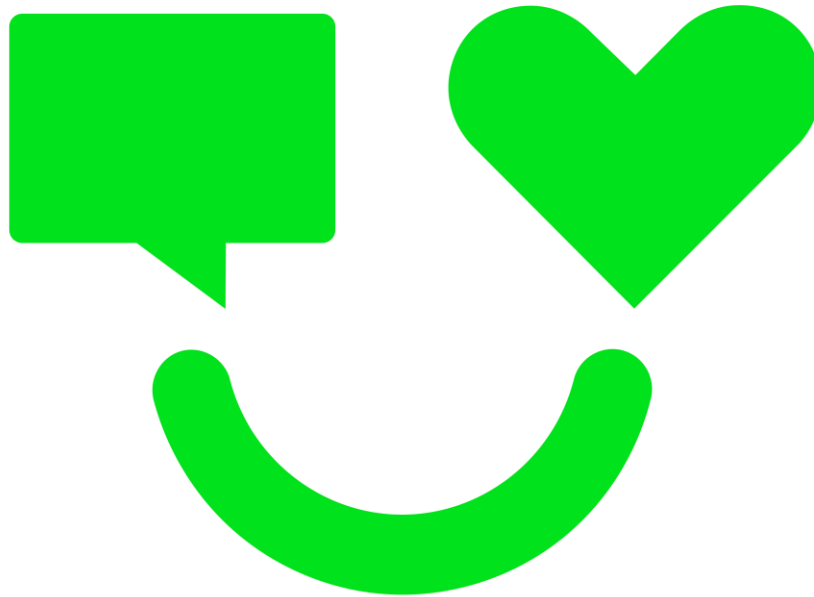
Merkki voimassa vuoden ja se on toistaiseksi maksuton.

UUDENLAINEN TAPA EDISTÄÄ MIELENTERVEYTTÄ TYÖELÄMÄSSÄ

- Hyvän mielen työpaikka[®] -merkki on täysin uusi konsepti
- Tiedossa ei ole toista vastaavanlaista palvelua
- Konsepti julkaistiin syksyllä 2020
- Vastaanotto on ollut todella myönteinen ja innostunut
- Merkin ovat saaneet mm. VTT, Accenture, Futurice, Alko, A-lehdet, ISS Palvelut, Y-Säätiö ja Kempeleen kunta.



MIELENTERVEYTTÄ VOI VAHVISTAA – MYÖS TYÖPAIKOILLA



LISÄTIETOJA:

Sirpa Väänänen

sirpa.vaananen@mieli.fi

040 6791 01

hyvanmielentyopaikka.fi

