

Mielle

Mielle ry

Kokemuksia sosiaalisesta kuntoutuksesta

14.2.2024

Frida Nylund

Toiminnanjohtaja



Mielen hyvinvoinnin edistäjä vuodesta 1987

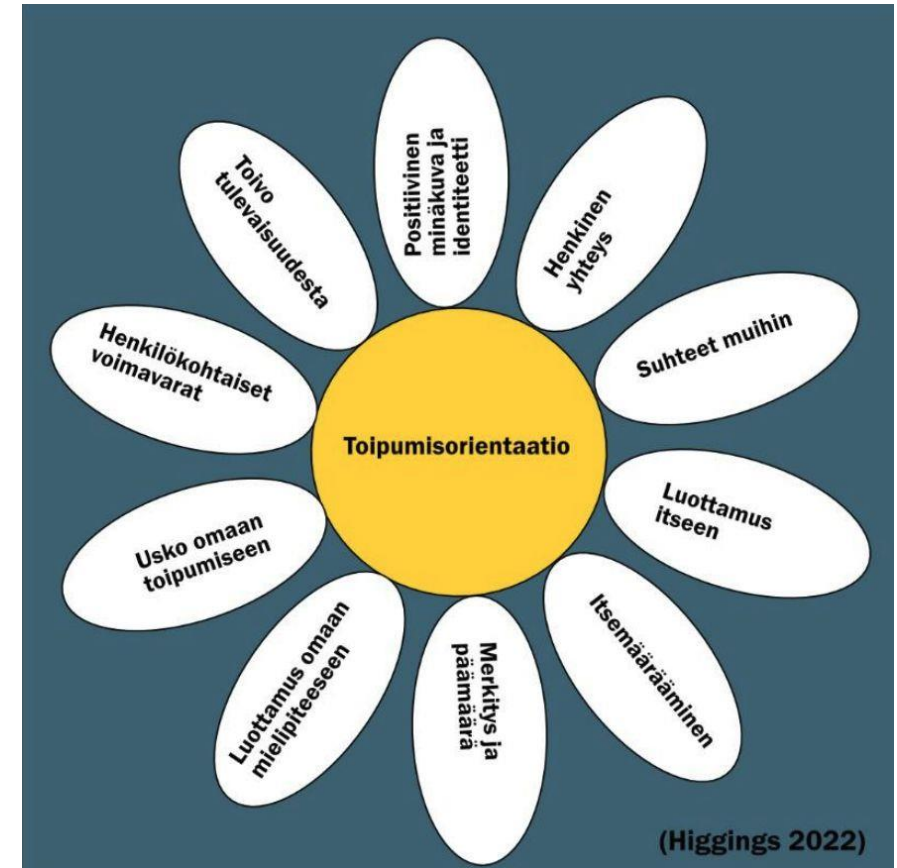
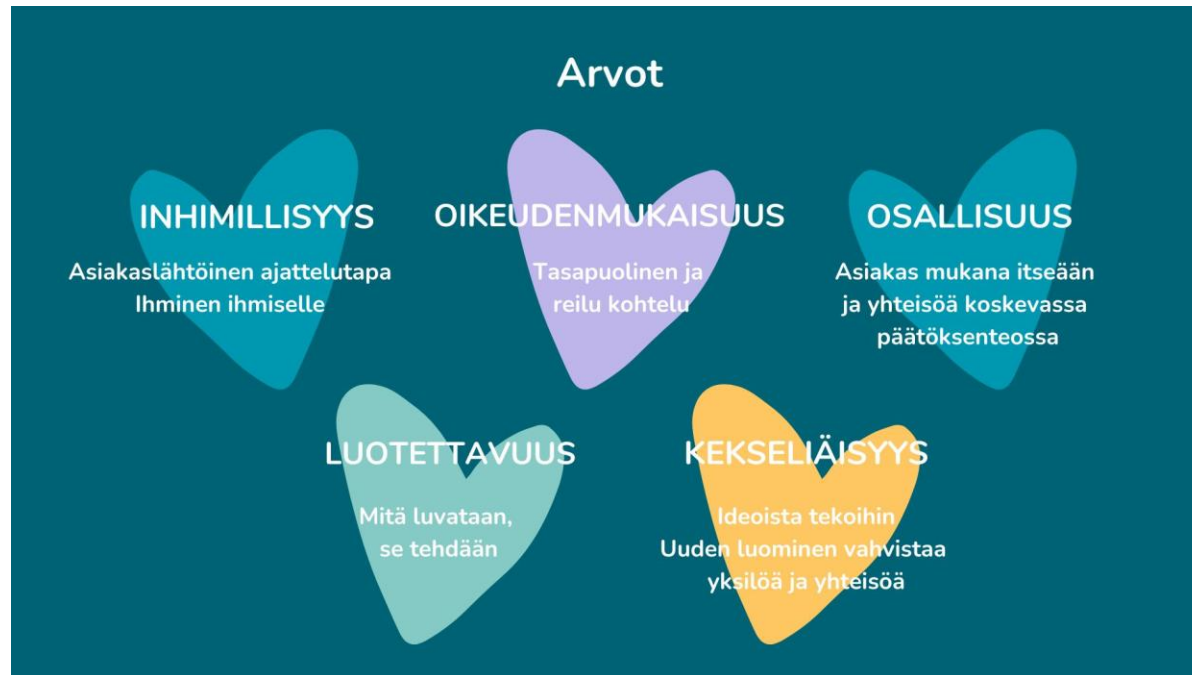


Yhdistyksen tehtävä on määritelty yhdistyksen säännöissä:

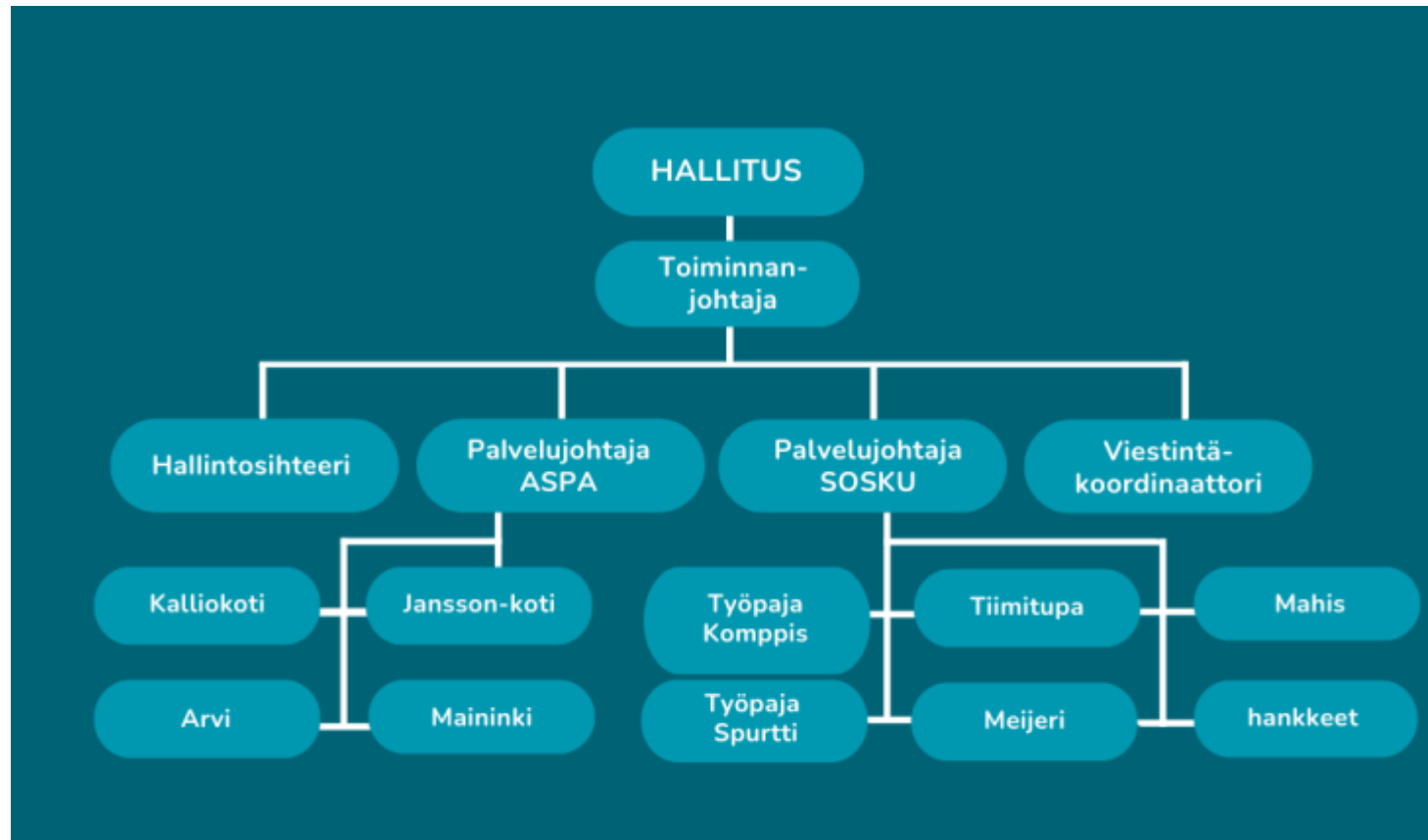
- tukea mielenterveyskuntoutujien ja -potilaiden psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä edistää heidän sosiaalista kuntoutumistaan,
- edistää mielenterveyttä, kehittää mielenterveyspalveluiden saatavuutta ja laatua sekä tehdä ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä,
- vaikuttaa siihen, että mielenterveyspalveluja tarvitsevien erityistarpeet otetaan huomioon palveluita suunniteltaessa ja niistä päätettäessä,
- toimia asiantuntijana mielenterveyskuntoutujia koskevissa kysymyksissä,
- edistää heidän asemaansa ja oikeuksia yhteiskunnassa.

Yhdistyksen arvot ja visio

Mielle ry tuottaa alueen laadukkaimmat ja vaikuttavimmat mielenterveyspalvelut



Yhdistyksen organisaatio 1.1.2024



Henkilöstön
työtyytyväisyys
4,29 (4,59)* / 5

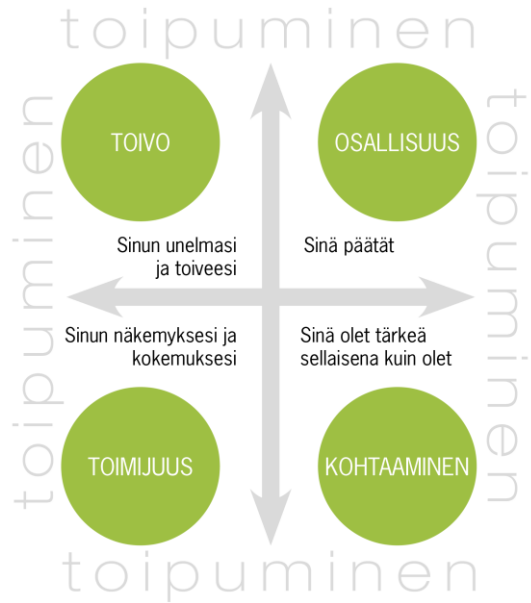


Henkilöstön sitoutuminen
eNPS** 81 (80)



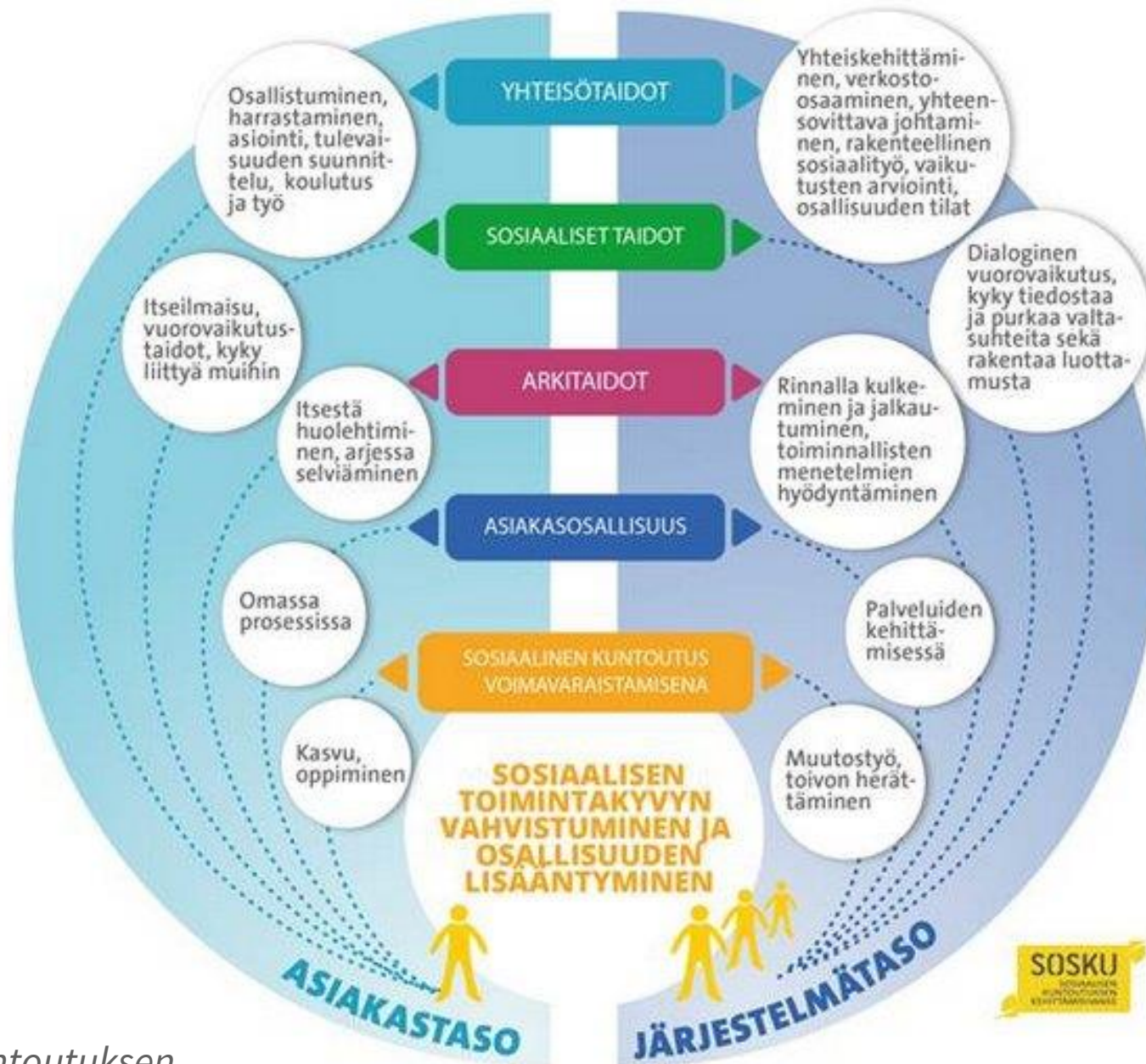
Henkilöstöä
41 (41)

Tavoitteet vuodelle 2024



1. Osallisuuden edistäminen
2. Luottamus turvalliseen palveluun
3. Jaettu asiantuntijuus ja kokemusasiantuntijoiden hyödyntäminen
4. Toipumisorientaatio aktiivisena työvälineenä
5. Mielle ry:n asiantuntijuuden esille tuominen ja tunnettavuuden kasvattaminen





THL: Sosiaalisen kuntoutuksen jaettu kokonaisuus.

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelut

Sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi.

Tavoitteena on parantaa asiakkaan sosiaalista toimintakykyä: kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista, vuorovaikutussuhteista sekä oman toimintaympäristönsä haasteista.

Työpaja Komppis



Meijeri



Tiimitupa



Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?

1. Mielenterveyspalveluiden ensisijainen tarkoitus on tukea kuntoutujan **yksilöllistä toipumisprosessia**.
2. Toipuminen edellyttää **kuntoutujan omaa panostusta**, jota henkilökunta ei voi tehdä kuntoutujan puolesta.
3. Henkilökunnan tehtävänä **tukea toipumista** recoveryn osa-alueiden mukaisesti.
4. Henkilökunnan toiminnan tulisi ensisijaisesti keskittyä kuntoutujan **omien tavoitteiden tunnistamiseen**, täsmentämiseen ja niihin pääsyyn tukemiseen.
5. Henkilökunnan tulee **välttää omien tulkintojen** ja merkitysten soveltamista kuntoutujaan.
6. Mielenterveyspalveluiden tulee toimia sillä ajatuksella, että **kuntoutujat ovat** tai tulevat olemaan **vastuussa omasta elämästään**.
7. Henkilökunnan tehtävä ei ole "korjata" tai parantaa kuntoutujaa, vaan tukea kuntoutujaa kehittämään ja käyttämään **taitoja, joilla hän voi itse hallita elämänsä**.

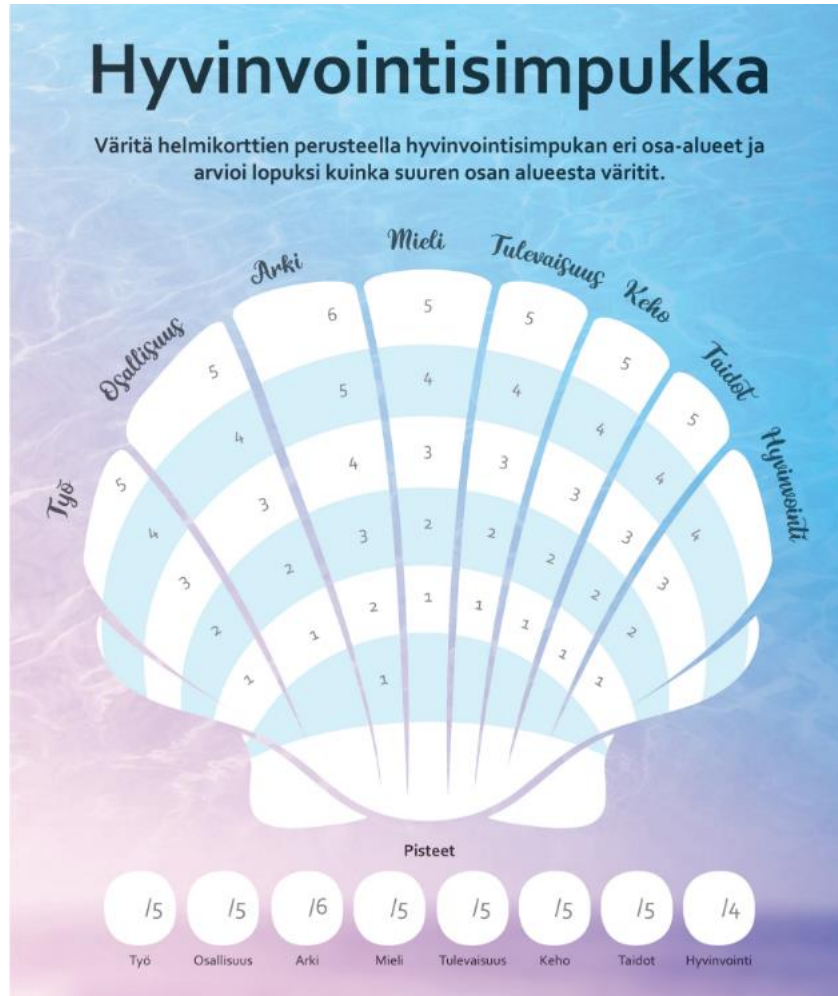


Työpaja Komppis

- Tavoitteellinen sosiaalinen kuntoutus työikäisille.
- Tavoitteena on **parantaa** toimintaan osallistuvien asiakkaiden elämänlaatua, **vähentää ja ehkäistä** erikoissairaanhoidon tarvetta, sekä syrjäytymistä.
- Toiminnan tavoitteena on **vahvistaa** tietoja ja taitoja, joita asiakkaat tarvitsevat selviytyäkseen omatoimisesti arkielämän toiminnoista sekä **edistää** siirtymistä joko koulutukseen tai työelämään.
- Työpajatoiminta **vahvistaa** työelämässä ja koulutuksessa tarvittavia taitoja.
- Toiminta sisältää yksilö- ja ryhmäohjausta työpajalla, sosiaalisten taitojen harjaannuttamista, sekä erilaisia elämän hallintaa ja mielen hyvinvointia tukevia ja vahvistavia toimintoja.



Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?



ma			
ti			
ke	1.2.	Taivaanrannan maalarit	<u>Feelings</u>
to	2.2.	Herkkupuoti: Runebergin tortut Englannin keskustelu <u>Edu Job</u>	Kirjasto e-materiaali tilaisuus Vapaa hengailu/emmin ukulele konsertti
pe	3.2.	Jatkopolkuryhmä - Ura-palvelut Setlementtikeskus	Luova kirjoitus/sydämen ääni Kävely Pelailua / musisointi

ma	6.2.	Info & venyttely/rentoutuminen	<u>Liikunta: biljardi</u> Kuoro Pelailua
ti	7.2.	Ruoanlaitto ja kaupassakäynti: pinaattilätyt ja perunoita talon tapaan Ruotsin keskustelu	Levyraati Kädentaidot: Linopainanta
ke	8.2.	Taivaanrannan maalarit	Feelings Futsal
to	9.2.	Herkkupuoti: salmiakkijuustokakku Englannin keskustelu	Voimavarat
pe	10.2.	Retki: Pirunsaarella (pilkitään ehkä)	Retki: Pirunsaari

Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?

ma	13.2.	Info & venyttely/rentoutuminen	<u>Liikunta: sulkapallo</u> Kuoro Pelailua
ti	14.2.	Ruoanlaitto ja kaupassakäynti: <u>(kala)keitto</u> Ruotsin keskustelu	Levyraati Kädentaidot: Linopainanta
ke	15.2.	Taivaanrannan maalarit: virtahevot	Feelings
to	16.2.	<u>Herkkupuoti: Letut</u> Englannin keskustelu Lukupiiri	Voimavarat
pe	17.2.	Jatkopolkuryhmä: <u>vamia</u>	Luova kirjoitus/sydämen ääni Kävely Pelailua / musisointi

ma	20.2	Info & venyttely/rentoutuminen Leivonta	Vanhat pajalaiset vierailulle
ti	21.2.	Ruoanlaitto ja kaupassakäynti: chili <u>con</u> <u>carne</u> Ruotsin keskustelu	Levyraati Kädentaidot: Linopainanta
ke	22.2.	Taivaanrannan maalarit	Feelings Futsal
to	23.2.	Herkkupuoti: <u>Laskiais bull mentula</u> Englannin keskustelu	Voimavarat

pe	24.2.	Jatkopolkuryhmä - Liikuntapalvelut	Luova kirjoitus/sydämen ääni Kävely Pelailua / musisointi
----	-------	------------------------------------	---

ma	27.2.	Info & venyttely/rentoutuminen	Liikunta: <u>sähly ?</u> Kuoro Pelailua
ti	28.2.	Ruoanlaitto ja kaupassakäynti: puuro ja makaroni salaatti Ruotsin keskustelu	Levyraati Kädentaidot: Linopainanta

Minä riitän – minä uskallan!

Työpaja on tukenut asiakkaitaan näkemään itsessään vahvuuksia, kehitystä ja onnistumisia.

Teema on sisältänyt useita aiheita, kuten voimavarat, sydämen ääni, toivon siemenen istuttaminen, myötätunto – itsemyötätunto, luonto, taide ja kulttuuri, talous, kansalaistaidot ja vaikuttaminen, opitaan toisiltamme sekä minä riitän – sinä riität.

Tärkeänä osana teemoissa on ollut asiakkaiden osallistaminen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen.

The logo for 'Mielle' is written in a stylized, cursive font. The letters are dark blue, and there is a small orange dot above the letter 'i'.

Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?



Mielle

Musapaja

<https://youtube.com/shorts/XAzgbhz5qDA?si=Vuu3i378IKI1VInI>



Mielle

Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?



Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?

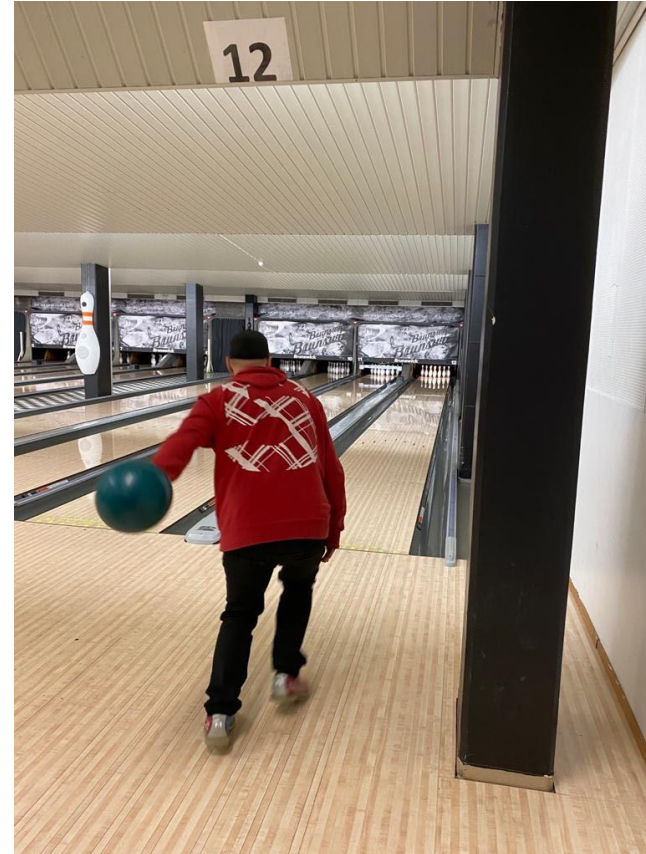
- Sinä olet oman elämäsi asiantuntija!
- Kuukauden ohjelma:
yhteinen suunnittelu
- Vertaisohjaaja-koulutus
- Yhdistyksen oma osallisuusohjelma, tehty yhdessä asiakkaiden kanssa

Jokaiselle mahdollisuus päästä elämässä eteenpäin



Päivätoiminta: Tiimitupa & Meijeri

- Tavoitteellinen sosiaalinen kuntoutus. Mutta eri tavalla.
- Toiminnan tarkoituksena on vahvistaa niitä taitoja, joita (erittäin vaikean) toimintarajoitteen omaavat henkilöt tarvitsevat selviytyäkseen mahdollisimman omatoimisesti arkielämän toiminnoista.
- Toiminta voi sisältää asiakkaiden toimintakyvyn mukaan esim. ruoanlaittoa, liikuntaa, keskustelua, retkiä, luovaa toimintaa sekä sosiaalisten taitojen harjaannuttamista.
- Tavoitteena on lisätä asiakkaan yhteyksiä kodin ulkopuoliseen maailmaan ja edistää sosiaalista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa.



Miten asiakaslähtöisyys toteutuu?





”Oon niin kiitollinen ihmisille mun ympärille keiden kanssa oon saanut viettää aikaa viimeisen vuoden ajan. Oikeesti odotan varmaan ekaa kertaa innolla ja itsevarmuudella opiskelua.”

”Paras paikka ikinä. erittäin tärkeä käyntikohde jotta ei tarvitse olla yksin kotona.”

Arkirutiinia, tosi mielekästä tekemistä ja seuraa päiviin, erilaisia luontoretkiä ja tutustumista erilaiseen luontoon Vaasassa. Merkityksellisyyttä, vertaistukea, keskusteluja muiden pajalaisten sekä ohjaajien kanssa. Liikuntaa.

Mielle

Ennaltaehkäisy on päivän sana

Tavoitteet:

1. Edistää mielen hyvinvointia,
2. vähentää kalliimpiin palveluihin siirtymistä,
3. jatkuvasti kehittyvät palvelut asiakkaiden ja yhteiskunnan muuttuviin tarpeisiin,
4. tavoitteellinen toiminta kohti mielekästä elämää.



SROI- menetelmä

SROI = Social Return on Investment

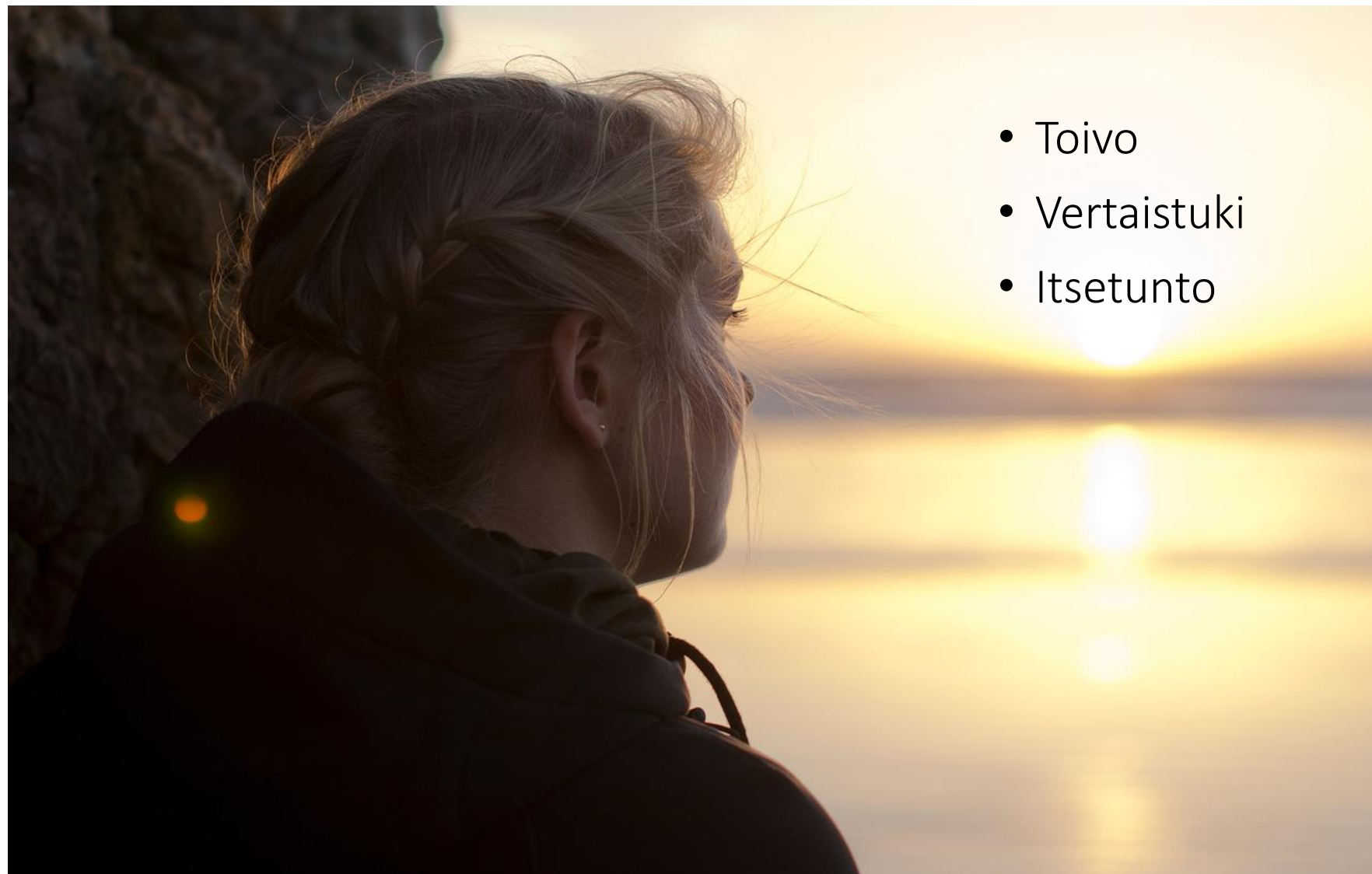
- kustannushyötyanalyysiin perustuva menetelmä
- haluna selvittää sosiaaliset, taloudelliset ja ekologiset hyödyt *YHTEISKUNTATASOLLA*
- SROI: ”kovat” vaikutukset tuodaan ”pehmeiden” vaikutusten rinnalle



SOSPED

Mielle

Laadulliset hyödyt



- Toivo
- Vertaistuki
- Itsetunto

Mielle

Panosten ja tuotosten vertailu

Panos (input) = ”sijoitus toimintaan”

- Vuosibudjetti

Tuotos (output) = mitä toiminnasta saadaan

- osallistujissa tapahtunut muutos
- sidosryhmien kokema muutos



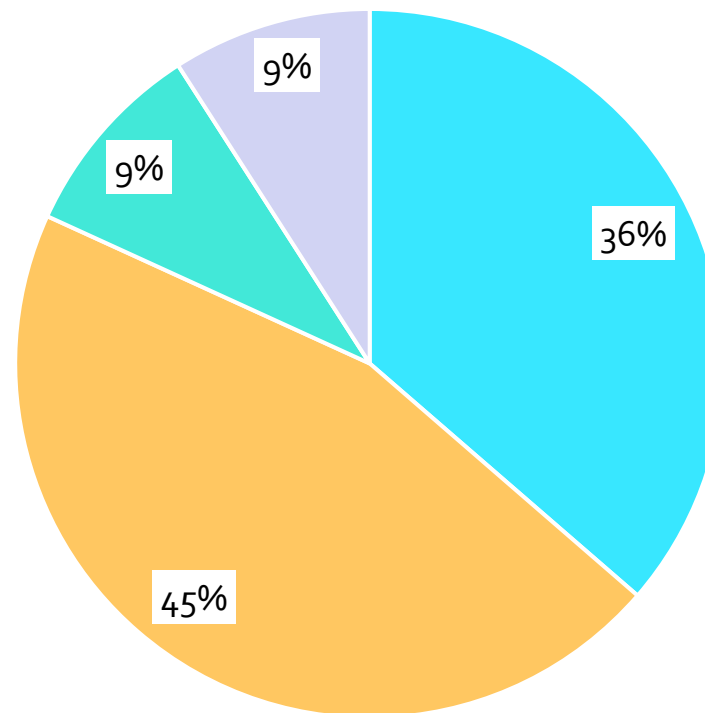
Itsetunto

”Osallistuminen on parantanut itsetuntoani”

81 %

Vaikutus itsetuntoon

- Osallistuminen on parantanut itsetuntoa jonkin verran
- Osallistuminen on parantanut itsetuntoa selvästi
- Osallistuminen on huonontanut itsetuntoa selvästi
- En osaa sanoa



Mielenterveys ja oireet



”Toiminnalla on ollut
positiivinen vaikutus
mielenterveyteeni” 91 %

”Toimintaan osallistuminen on
vähentänyt oireita” 72 %

”Kykyä selviytyä oireiden kanssa
on Upseerin ansiosta parempi”
72 %



Muita keskeisinä nähtyjä hyötyjä, mm.

- Vuorokausirytmii
- Mielekäs tekeminen
- Vertaistuki
- Yhteisöllisyys
- Kannustava ilmapiiri
- Merkitykselliset ihmissuhteet

- Omana itsenä hyväksytyksi tuleminen
- Ajatusten saaminen pois ahdistuksesta



”Sosiaalisuutta, mun mielestä täällä on helppo puhua asioista, kaikilla on erilaisia elämänstooreja.”

– Osallistuja, fokusryhmä

”Se varmasti on iso tekijä monelle, minullekin, että oot keskellä jotakin yhteisöä, jossa on jatkuva sosiaalinen hyörintä, se itsessään voi olla jo tosi parantavaa ja silleen eheyttävää.”

– Osallistuja, yksilöhaastattelu

Hyötyjä

”Kovia” hyötyjä

- Vähentynyt psykiatrinen osastohoito + 355 000 €
- Kohentunut työkyky + 16 600 €
- Kohentunut opiskelukyky + 3 800 €
- Vähentynyt riippuvuuskäyttäytyminen +52 200 €
- Bändien keikat + 15 300 €
- Harrastamisesta koituvat taloudelliset hyödyt + 6 200 €
- Sosiaaliset taidot + 1200 €

= 450 300 € / vuosi

- ”Pehmeitä” hyötyjä
- Itsetunnon vahvistuminen
- Mielen terveyden kohoaminen ja oireiden väheneminen
- Rohkeuden lisääntyminen
- Vuorokausirytmäisyys
- Vertaistuki
- Yhteisöön kuuluminen
- Kannustuksen saaminen
- Mielekäs tekeminen
- Merkitykselliset ihmissuhteet
- Liikunnallisuus

Social Return on Investment (SROI)

- yhteiskunnallisten vaikutusten arviointi

Toiminnan hyödyt
(koituneet säästöt)

Toiminnan kulut

= suhdeluku

"Toiminnalla on ollut
positiivinen vaikutus
mielenterveyteeni" 91 %

Työpaja Komppis

SROI-suhdeluku:

1,39 € - 5,74€

"Minulla on positiivisempi
suhtautuminen tulevaisuuteen
kuin ennen" 72 %

*"Se on kyllä hyvä juttu, että ei me olla
pelkkiä diagnooseja"*

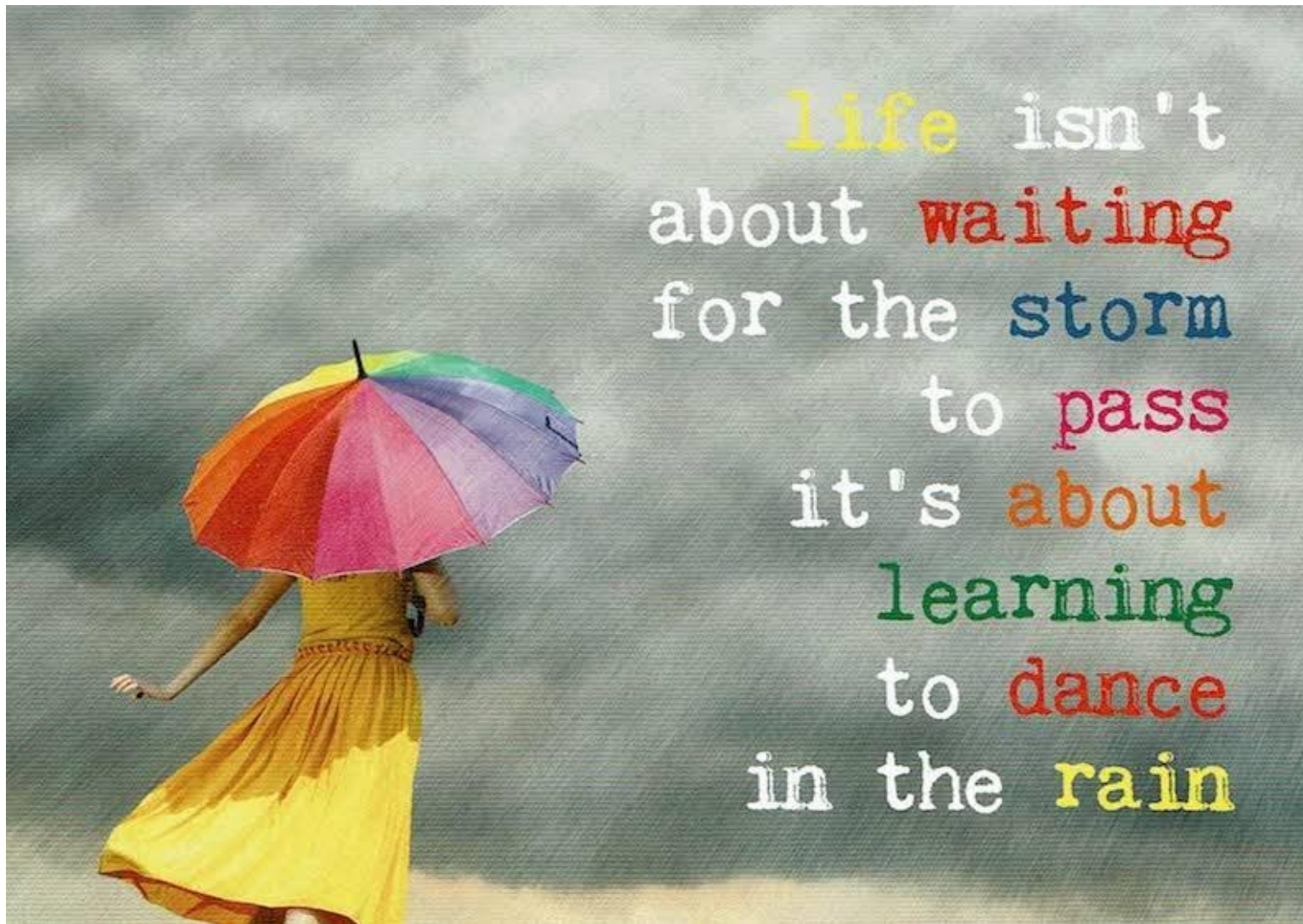


A woman with long, light-colored hair is shown in profile, looking out at a sunset over water. The sun is low on the horizon, creating a bright glow and reflecting on the water. The woman's hair is blowing in the wind. The overall mood is contemplative and serene.

Lopuksi

"Mitä pidemmälle mielenterveysongelmat menee, sitä pidempi matka on kuntoutua ja päästä eteenpäin ja pahimmassa tapauksessa jotain ehtii tuhoutua niin ettei päästä enää tietyn pisteen yli. - - Ennaltaehkäisevänä toimintana tämä olis ihan jätävän hyvä."

"Aina puhutaan rahasta, tällasesta ei sais missään nimessä säästää, koska tää kyllä maksaa ittiesä takas, että jos näkee kun ihmiset pääsee elämänsyrjään, opiskeluun tai työhön niin onhan se kun rahaa laittais pankkiin."



<https://www.miellery.fi/toipumismatkalla/>

Mielle