HENKINEN KRIISINKESTÄVYYS OSANA KOKONAISTURVALLISUUTTA

22.10.26 Riikka Vikström, erikoissuunnittelija

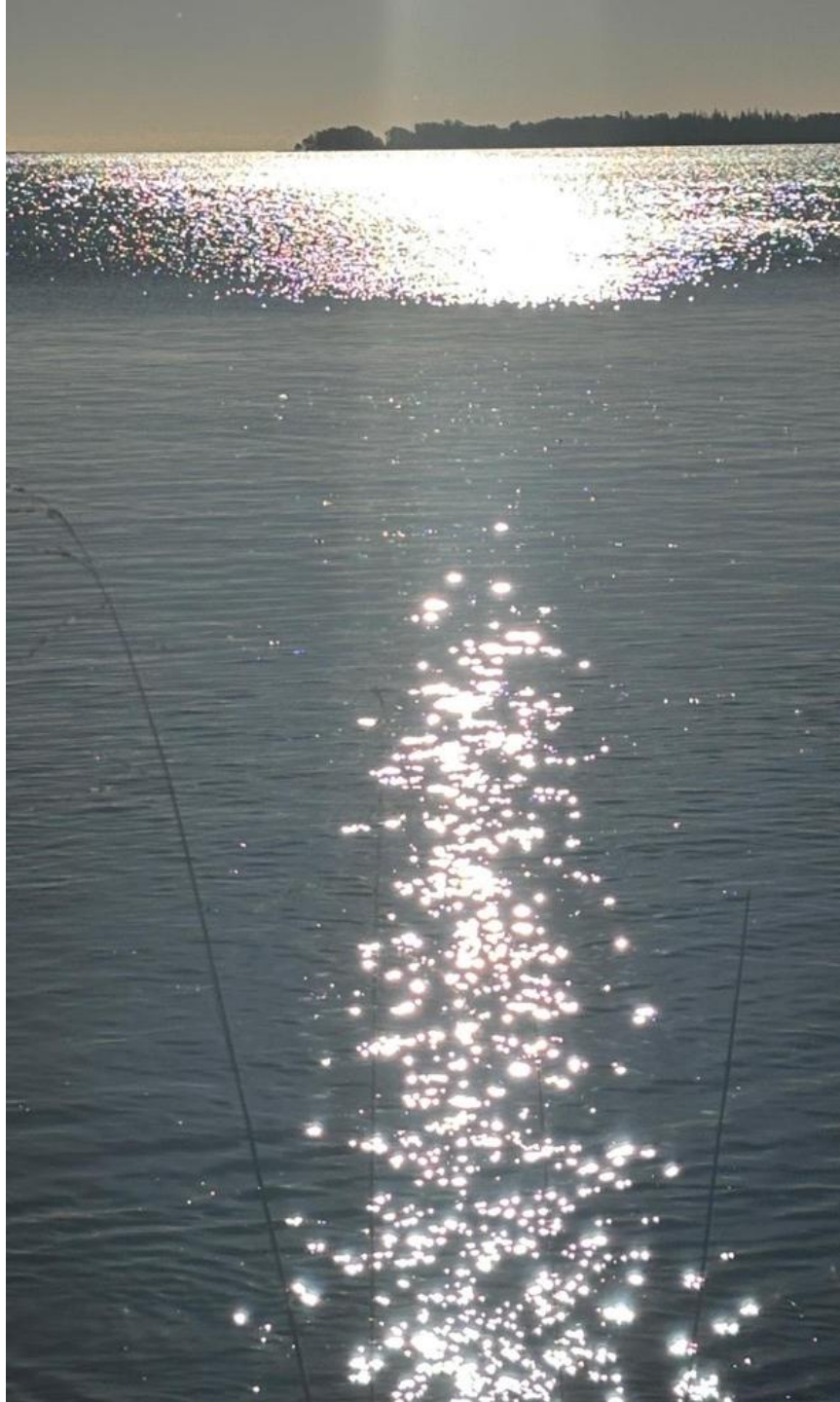
Etelä- Suomen sosiaali- ja terveydenhuollon valmiuskeskus, HUS

YHTEISKUNTA KESTÄÄ KRIISEJÄ PAREMMIN, KUN IHMISET VOIVAT LUOTTAA SIIHEN, ETTÄ HEIDÄN PERUSTARPEISTAAN HUOLEHDITAAN, APUA ON SAATAVILLA JA HEILLÄ ON MAHDOLLISUUS OSALLISTUA YHTEISEEN TOIMINTAAN MYÖS VAIKEISSA OLOSUHTEISSA.

(CIVRES- HANKKEEN LOPPURAPORTTI,THL,2026)

ESITYKSEN SISÄLTÖ

- Mistä puhumme, kun puhumme henkisestä kriisinkestävyydestä ?
- Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmä tukee henkistä kriisinkestävyyttä
- Henkisen kriisinkestävyyden huomiointi sosiaali- ja terveydenhuollon varautumisessa ja valmiussuunnittelussa



Mistä puhumme, kun puhumme henkisestä kriisinkestävyydestä ?

KÄSITTEITÄ

Resilienssi

- Yksilön, yhteisön tai yhteiskunnan kyky selviytyä muutoksista, epävarmuudesta ja häiriöistä, sopeutua niihin ja jatkaa toimintaansa.

Henkinen kriisinkestävyys

- Tarkoittaa erityisesti yksilön, yhteisön ja väestön psyykkistä ja sosiaalista kykyä kestää kriisien aiheuttamaa kuormitusta sekä palautua niiden vaikutuksista.

Psykososiaalinen tuki

- Psykososiaalinen tuki on kokonaisvaltaista psyykkistä, sosiaalista ja henkistä tukea. Sen tavoitteena on lievittää kriisien ja sairauksien aiheuttamaa kuormitusta sekä tukea toimintakykyä ja arjessa selviytymistä

Henkinen tuki

- Henkinen tuki voi olla esimerkiksi läheisten, vapaaehtoisten tai ammattilaisten tarjoamaa kuuntelua ja ymmärrystä, joka auttaa selkeyttämään tunteita sekä löytämään voimavaroja vaikeina hetkinä.



HENKISEN KRIISINKESTÄVYYDEN VAHVISTAMINEN ON OSA SUOMEN KOKONAISVARAUTUMISTA

Henkinen kriisinkestävyys kuvaa yksilöiden, yhteisöjen ja koko yhteiskunnan kykyä selviytyä, sopeutua ja toipua kriiseistä.

Henkistä kriisinkestävyyttä vahvistetaan parhaiten normaaliaikana

Henkistä kriisinkestävyyttä ei tuoteta sosiaali- ja terveydenhuollosta, vaan jokainen kansalainen voi sitä itse kehittää ja vahvistaa

Henkisen kriisinkestävyyden ylläpitäminen ja vahvistaminen kuuluu kaikille



HENKISEN KRIISINKESTÄVYYDEN MERKITYS KOKONAISTURVALLISUUTEEN

- Henkistä kriisinkestävyyttä ei voida erottaa yhteiskunnallisesta hyvinvoinnista ja oikeudenmukaisuudesta. Yhteiskunnan turvallisuus rakentuu myös yhteiskunnallisten rakenteiden varaan, jotka tukevat väestön toimintakykyä ja selviytymistä kriisitilanteissa (Koskela ym. 2026).
- Henkinen kriisinkestävyys rakentuu arjessa ja sitä vahvistetaan parhaiten normaaliaikana, kun yhteiskunta toimii ennakoidusti. Sen perustaa vahvistavat toimivat palvelut, osallistumisen mahdollisuudet, turvallinen ja ennakoitava arki, merkitykselliset ihmissuhteet sekä kokemus siitä, että yhteiskunta toimii oikeudenmukaisesti ja kohtelee ihmisiä reilusti.
- Kokonaisturvallisuudessa kyse on yhteiskunnan kriisinkestävyydestä, eli siitä miten yhteiskunta
  - varautuu erilaisiin onnettomuus-, häiriö- ja kriisitilanteisiin ja poikkeusoloihin
  - pystyy toimimaan onnettomuus-, häiriö- ja kriisitilanteissa ja poikkeusoloihin
  - palautuu onnettomuus-, häiriö- ja kriisitilanteista ja poikkeusoloista

LUOTTAMUKSEN MERKITYS HENKISEN KRIISINKESTÄVYYDEN VAHVISTAMISESSA

- Kriisitilanteissa yhteiskunnat toimivat vahvimmin silloin, **kun kansalaiset voivat luottaa** viranomaisiin, päätöksentekoon, palveluihin, tiedotusvälineisiin ja toisiinsa.
- **Luottamus vahvistaa toimintakykyä**, kannustaa osallistumaan yhteisten ongelmien ratkaisemiseen ja tukee viranomaisten mahdollisuuksia johtaa ja viestiä häiriötilanteissa.
- **Luottamus yhteiskuntaan** sekä **kansalaisten keskinäinen luottamus** ovat myös henkisen kriisinkestävyyden keskeisiä tekijöitä.

HENKISTÄ KRIISINKESTÄVYYTTÄ VAHVISTAA

- Tasa-arvoinen, turvallinen ja demokraattinen yhteiskunta
- Toimiva yhteiskuntajärjestelmä ja varautuminen
- Toimijoiden selkeät vastuut
- Arjen rakenteiden ylläpitäminen
- Perustarpeiden huomioiminen
- Toipumista edesauttavien toimenpiteiden järjestäminen häiriötilanteen/poikkeusolojen jälkeen



Satu Huttunen, 2025

Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmä tukee henkistä kriisinkestävyyttä

SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLON PALVELUT VAHVISTAVAT KRIISINKESTÄVYYTTÄ

- Sosiaali- ja terveyspalvelujen saavutettavuus ja resilienssi turvaavat väestön hyvinvointia, toimintakykyä ja yhteiskunnan toimintaa niin normaali- kuin kriisiaikoina.
- Sosiaaliturva ja etuudet vahvistavat arjen turvaa, ehkäisevät polarisaatiota ja edistävät yhteiskunnan vakautta.
- Kolmas ja neljäs sektori ovat keskeisiä toimijoita väestön henkisen kriisin kestävyyden tukemisessa. Ne vahvistavat yhteisöjä, tukevat haavoittuvia ryhmiä ja tarjoavat matalan kynnyksen palveluja, vertaistukea ja osallistumisen mahdollisuuksia.

lähde:THL, Laura Kestilä, 2026

HENKISEN KRIISIKESTÄVYYDEN TUKEMINEN SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLOSSA VAKAVISSA HÄIRIÖTILANTEISSA

Palvelujärjestelmä	• Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmät ovat hyvinvointialueiden vastuulla • Sosiaali- ja kriisipäivystys, työterveyshuolto, perusterveydenhuolto, virka-aikaiset sosiaalipalvelut, psykiatrian erikoissairaanhoito
Palvelujärjestelmää tukevat alueelliset toimijat	• Kasvatus ja koulutus • Kirkko(seurakunnat),Henkisen huollon ryhmät,(HEHu), diakoniatyö • Järjestöt (VaPePa, SPR, Mieli ry), vertaistukiryhmät
Viestintä	• Tietoa sote-palveluista(jatkuvuuden hallinta) • Psykoedukaatio (Ohjeita, neuvoja ja omahoito-ohjelmia) • Eri viranomaisten ja järjestöjen yhdenmukainen ja yhdessä sovittu viestintä saatavilla olevasta avusta ja palveluista

Luottamuksen rakentaminen viranomaisiin tapahtuu normaalioloissa ja sitä testataan poikkeusoloissa.

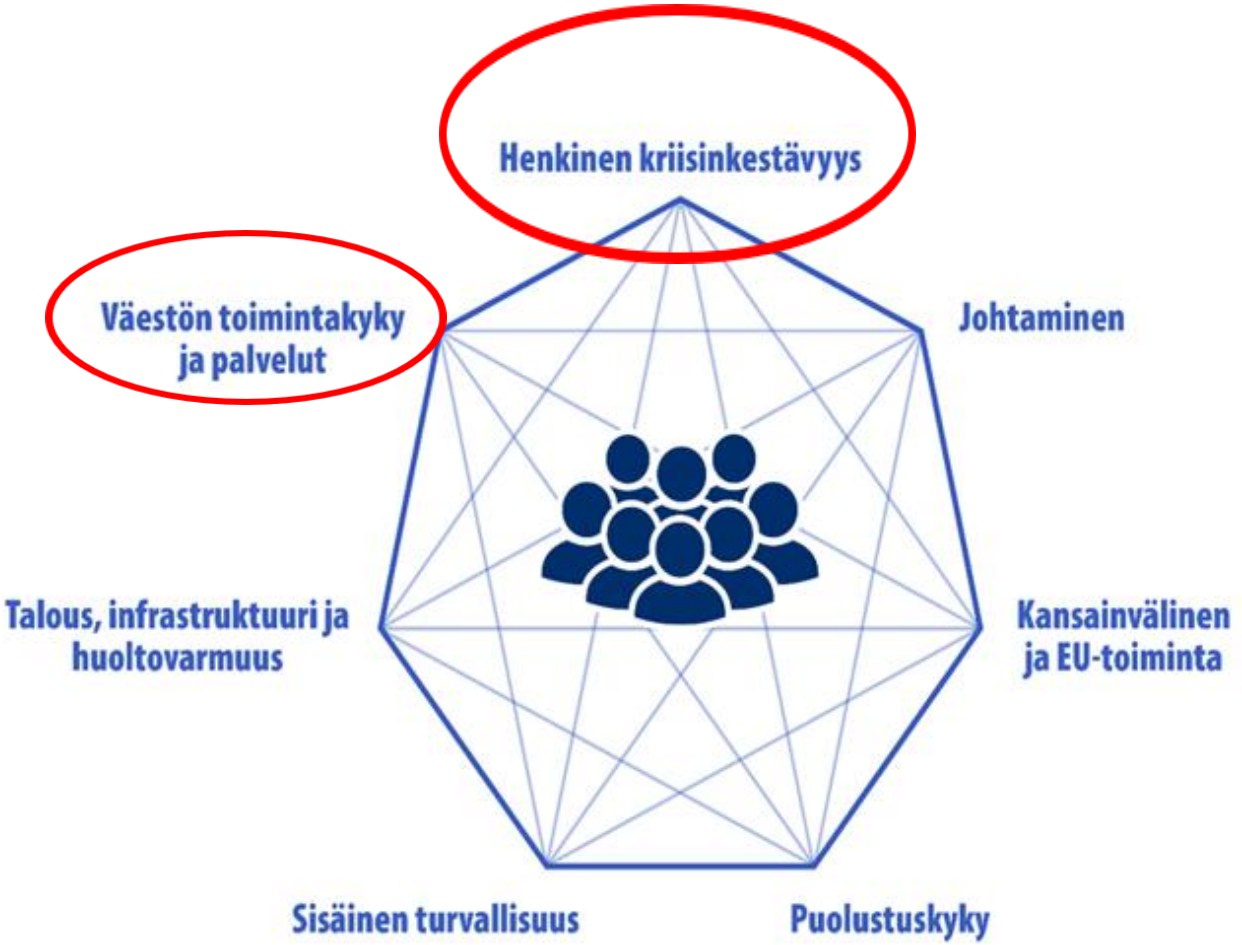
HENKISEN KRIISIKESTÄVYYDEN TUKEMINEN SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLOSSA POIKKEUSOLOISSA

Palvelujärjestelmä	• Kriittiset palvelut on tunnistettu ja niiden jatkuvuudenhallinta mahdollistettu sosiaali- ja terveydenhuollossa • Palvelujärjestelmän jousto poikkeusolojen tarpeiden mukaan
Yhteistoiminta/yhteisöllisyys	• Viranomaisten, järjestöjen ja kirkon toimiva ja koordinoitu yhteistyö • Väestön yhteisöllisyyden ja toimijuuden tukeminen
Viestintä	• Totuudenmukainen, selkeä ja psykologisesti rauhoittava viestintä • Psykoedukaatio (Ohjeita, neuvoja ja omahoito-ohjelmia • Yhteisöllisyyden vahvistaminen

Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmän kantokyky ei kestä, jos vastuu koko väestön toipumisesta suurista koko yhteiskuntaa koskevista kriiseistä kuuluu pelkästään sosiaali- ja terveydenhuollolle.

SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLON TEHTÄVÄT VAKAVISSA HÄIRIÖTILANTEISSA

- Kriittisten palveluiden jatkuvuuden varmistaminen
- Häiriötilanteesta johtuvaan, kasvavaan palvelujen kysyntään vastaaminen
- Kokonaan uusien toimintamuotojen järjestäminen häiriötilanteen niin vaatiessa
- Yhteiskunnan henkisen kriisinkestävyyden vahvistaminen



Henkisen kriisinkestävyyden huomiointi sosiaali- ja terveydenhuollon varautumisessa ja valmiussuunnittelussa



Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä annettu laki (612/2021, 50 b §):
”…normaaliolojen häiriötilanteita, joiden perusteella sosiaali- ja terveysministeriö voi 1 momentissa tarkoitetulla tavalla päättää häiriötilanteen hoitamiseksi tai siihen ennakkoon valmistautumiseksi tarvittavista toimenpiteistä, ovat:

1) **pandemia**;
2) yhteiskunnan rakenteisiin tai laajoihin ihmisjoukkoihin tehty **terroristinen tai muu väkivaltainen isku**;
3) laaja-alainen tai muuten vaikutuksiltaan vakava **kyberisku**;
4) laaja-alainen tai muuten vaikutuksiltaan vakava **energiahuollon häiriö**;
5) **sotilaallisen voiman käyttö** tai sen uhka;
6) **laajamittainen maahantulo** ja painostaminen maahantulijoita ohjaamalla; sekä
7) muut vaikutuksiltaan 1–6 kohtiin rinnastuvat vakavat häiriötilanteet.

Henkistä kriisinkestävyyttä tukevien palveluiden huomioiminen valmiussuunnittelussa !

VÄESTÖN HENKISEN KRIISIKESTÄVYYDEN TUKEMINEN

Edistää

- Väestön kokemus oikeudenmukaisuudesta
- Vahvat lähiyhteisöt (perhe, uskonnolliset yhteisöt järjestöt jne)
- **Koko yhteisön mukaan ottaminen jälleenrakennustyöhön**
- Toiminnan mukauttaminen kullekin yhteisölle sopivaksi
- Yhteisöllisyyden ja merkityksellisyyden kokemus Koherenssin tunteen varjelu
- **Mielenterveystaitojen osaaminen väestössä**
- **Helposti saavutettavat sote-palvelut**
- **Hyvä viestintä**

Autettavana oleminen on tärkeää – mutta auttaminen suojaa vielä enemmän

Valmiussuunnittelu

(Eri lähteistä koonneet Marja Kuronen ja Annina Sadeoja)

Pohdittavaksi…



KANSALLISEN TURVALLISUUDEN STRATEGIA 2026–2035

(VALTIONEUVOSTON JULKAISUJA 2026:39)

- **Turvaamme väestön toimintakyvyn ja hyvinvoinnin ylläpitämällä keskeiset peruspalvelut myös häiriötilanteissa.**
- Rakennamme ja vahvistamme väestön henkistä kriisinkestävyyttä toimintakyvyn ja hyvinvoinnin lisäksi ylläpitämällä sekä yksilöiden keskinäistä luottamusta että luottamusta viranomaisiin ja yhteiskuntaan.
- Ihmisoikeuksien kunnioittaminen vahvistaa yhteiskunnallista vakautta, luottamusta viranomaisiin ja kriisinsietokykyä
- **Kansalaisyhteiskunnan toimijat puolestaan tukevat yksilöiden ja yhteisöjen sekä varautumista että vastaamista häiriötilanteisiin ja kriiseihin vahvistaen samalla yksilöiden henkistä kriisinkestävyyttä**.
- Ylläpidämme siviilivalmiuttamme ja väestönsuojeluamme. **Väestön suojaamisen kyvykkyyksiä kehitetään riskejä vastaavasti ja toiminnalliset suunnitelmat, kuten evakuointisuunnittelu pidetään ajantasaisena**.



KOKONAISTURVALLISUUS THL:N SILMIN

TOIMENPIDESUOSITUKSIA YHTEISKUNNAN TURVALLISUUDEN VAHVISTAMISEKSI (RAPORTTI 3/2026)

- Tuotetaan säännöllinen ja valtakunnallinen tilannekuva yhteiskunnan henkisen kriisinkestävyyden tilasta päätöksenteon ja varautumisen tueksi.
- Laaditaan **kansallinen protokolla ja koordinaatiomalli kriisitilanteita varten väestön henkisen kriisinkestävyyden tukemiseksi** ja määritellään selkeä vastuutaho kokonaisuudelle
- **Sisällytetään väestön henkisen kriisinkestävyyden ja kriiseistä palautumisen tukeminen ja koordinaatio vahvemmin kansallisiin, alueellisiin ja paikallisiin valmius- ja varautumissuunnitelmiin.**
- Vahvistetaan toimia, jotka tukevat kansalaisten toimijuutta sekä kykyä käsitellä kriisitilanteita ja informaatiota.
- **Vahvistetaan toimiviksi todettuja matalan kynnyksen mielenterveys-, kriisi- ja vertaistukipalveluja ja lisätään yhteisöllisiä toimintamalleja kouluissa, työpaikoilla ja paikallisissa yhteisöissä. Kiinnitetään erityistä huomiota ryhmiin, joiden kriisinkestävyys on heikentynyt.**



OPPEJA UKRAINASTA SUOMEN VARAUTUMISEEN

- Kriisinkestävyyden oikeudenmukaisuuden ulottuvuus liittyy myös palvelujen ja tuen alueelliseen saatavuuteen. **Suomen varautumisessa on tärkeää tunnistaa väestön erilaiset lähtökohdat ja varmistaa, että tuki tavoittaa myös ihmiset, joiden mahdollisuudet selviytyä omin avuin ovat rajalliset, ja varmistaa avun saavutettavuus eri alueilla ja erilaisissa elämäntilanteissa oleville ihmisille.**
- Keskeistä on turvata elintärkeiden palvelujen jatkuvuus ja varautua tilanteisiin, joissa kasvavat palvelutarpeet, henkilöstöpula ja rajalliset resurssit edellyttävät palvelujen uudelleenjärjestelyä ja priorisointia. Erityistä huomiota tulee **kiinnittää sosiaali- ja terveyspalveluihin, psykososiaalisen tuen riittävyyteen sekä haavoittuvassa asemassa olevien väestöryhmien tavoittamiseen.**
- Ammatillisten palvelujen rinnalla **tarvitaan saavutettavia matalan kynnyksen palveluja ja yhteisölähtöisiä tukimuotoja sekä keinoja tukea auttamistyötä tekevien jaksamista.** Varautumisessa tarvitaan myös kykyä seurata väestön hyvinvoinnin ja palvelutarpeiden muutoksia sekä mukauttaa palveluja ja tukitoimia pitkäkestoisen kriisin eri vaiheissa.

Lähde: Venäjän hyökkäyssodan vaikutukset siviiliväestöön Ukrainassa: resilienssin rakentuminen ja tukeminen Oppeja Suomen kriisinkestävyyder vahvistamiseen. CIVRES- hankkeen loppuraportti

**YHTEISKUNTA EI OLE TURVALLINEN VAIN SILLOIN, JOS JÄRJESTELMÄT TOIMIVAT, VAAN VASTA SILLOIN,
KUN IHMISET NIIDEN TAKANA JAKSAVAT TOIMIA PAINEESSA.
TAVALLA TAI TOISELLA, JOKAINEN MEISTÄ ON KOKONAISTURVALLISUUDEN TOIMIJA.**

(PUHEENVUOROJA HENKISESTÄ KRIISINKESTÄVYYDESTÄ,TEEMU KARHU, 2025)

KOHTALO SEKOITTAA KORTIT
ME PELAAMME
-SCHOPENHAUER



RIIKKA.VIKSTROM@HUS.FI
WWW.LINKEDIN.COM/IN/RIIKKAVIKSTRÖM