



Ett medmänskligare samhälle



**Mi
NID**

**MINDS STRATEGI
2021-2023**



INTRODUKTION

Mind har under den senaste strategiperioden genomgått stora förändringar framförallt genom att de befintliga stödverksamheterna växt i omfattning och att vi tagit en mer aktiv roll i kunskapsspridnings- och påverkansarbetet. Vår omsättning 2016–2020 har årligen ökat kraftigt och antalet anställda och volontärer har mångdubblats. Mind har publicerat ett flertal kunskapsöversikter om psykisk hälsa och för varje år fått allt fler följare i våra digitala kanaler och ökat vår synlighet och genomslag i media stort. Detta har stärkt Minds varumärke och visar sig bland annat genom att allmänheten har en ökad kännedom om Mind från 19 procent år 2018 till 25 procent år 2020. Fler känner också till våra stödverksamheter, vilket märks genom en allt större efterfrågan på vårt medmänskliga stöd.

År 2021 har Mind (tidigare kallat Svenska Föreningen för Psykisk Hälsa) funnits i 90 år. Redan i starten var det viktigt att sprida kunskap och evidensbaserade metoder för att främja psykisk hälsa genom olika publikationer och utbildningar. Det medmänskliga stödet har också haft en framträdande roll under en längre tid; först genom tillkomsten av Föräldralinjen 1996, därefter Äldrelinjen 2012 och Självmordslinjen 2015.

Psykisk hälsa är en av samhällets stora framtidsutmaningar. Psykiatriska diagnoser är enligt Försäkringskassan den främsta sjukskrivningsorsaken sedan 2014. Allt fler unga uppger psykiska besvär och självmordstalen står stilla och till och med ökar i vissa åldersgrupper. Mind har en viktig roll att fylla och kommer därför att vara en viktig aktör även de närmaste tre åren.

OMVÄRLDSFAKTORER SOM PÅVERKAR MIND

En åldrande befolkning, ständigt växande förväntningar på vad välfärden ska leverera och ökade skillnader i livsvillkor hör till några av välfärdssamhällets största utmaningar. Samtidigt innebär framväxten av ny teknik att förutsättningarna för våra välfärdstjänster ritas om. Digitaliseringen av samhället kan innebära en ökad stress hos den enskilde. Dels påverkar den arbetsmarknaden, men det finns också risk för utanförskap för de som inte följer med i utvecklingen då många samhällstjänster och funktioner digitaliseras. En ökad digitalisering skapar även nya möjligheter att minska ensamhet och främja interaktion, medmänsklig kontakt och därmed psykiskt välbefinnande bland människor. Det ökade intresset för hälsa och personlig utveckling samt människors drivkraft att själva söka kunskap via digitala kanaler, utgör en god grund för Mind att kunna bidra till människors psykiska välbefinnande och en fortsatt minskad stigmatisering av psykiska besvär och psykiatriska diagnoser.

Det finns mycket som tyder på att behovet av och efterfrågan på stöd i form av samtal kommer att fortsätta öka, och att de flesta stödsökanden föredrar att ta emot stödet via digitala verktyg. Intresset för ideellt engagemang, filantropi och hållbarhetsarbete väntas tillta, samtidigt som människor tvingas prioritera allt hårdare kring vad de vill lägga sin tid på. Detta ökar både möjligheterna för och kraven på Minds verksamheter, som till stor del bygger på ideellt engagemang.

MINDS MÅLBILD 2023

Mind har bidragit till ett medmänskligare samhälle genom att lyfta betydelsen av samtal och vikten av att bry sig om varandra. Mind är den ideella aktör som tagit emot flest medmänskliga samtal från människor i olika åldrar som upplever att livet skaver och har därmed bidragit avsevärt till att minska det psykiska lidandet i vårt land.

Minds verksamhet har övergått till mer preventivt arbete på flera områden. Vi tillgängliggör kunskap och verktyg anpassade efter olika målgrupper på vår webbplats. Mind har fortsatt att sprida kunskap om orsaker till psykisk ohälsa och hur vi bäst kan främja psykiskt välbefinnande.

Mind är en välkänd och respekterad aktör inom psykisk hälsa och är en erkänd röst för de med psykiska besvär och psykiatriska diagnoser och har medverkat till att psykisk hälsa är ett viktigt och aktuellt ämne som kräver både åtgärder och resurser. Mind har bidragit till att minska skam och stigma gällande psykisk ohälsa och att människor därmed blir mer respekterade och får de stöd de behöver och att självmorden återigen minskar i Sverige.

Mind har genom nya digitala lösningar (mer än) fördubblat möjligheten för människor att komma i kontakt med organisationen och tar emot en större andel av kontaktförsöken i stödlinjerna. Mind engagerar allt fler människor, organisationer, stiftelser och företag i arbetet med att främja psykiskt välbefinnande.

VISION

Mind arbetar för ett samhälle som främjar psykiskt välbefinnande. Ett samhälle där människor med psykiska besvär och psykiatriska diagnoser blir respekterade, får det stöd de behöver och där ingen tar sitt liv.



MINDS VERKSAMHETSOMRÅDEN

För att nå vår vision har vi tre verksamhetsområden som alla bidrar på olika sätt.

Medmänskligt stöd

Minds stödlinjer minskar det psykiska lidandet genom att människor kan ta kontakt anonymt och därmed vågar tala öppet om hur de mår. Det medmänskliga stödet ges av volontärer, vilket skiljer detta från ett professionellt samtal inom vården.

Kunskapsspridning

För att minska skam och stigma kring psykisk ohälsa behövs kunskap. Mind anpassar kunskap till olika målgrupper utifrån de behov som finns. Genom vår webbplats, webbaserade utbildningar och kampanjer når vi ut till många, snarare än få. Vi strävar efter att möjliggöra lärande och reflektion på ett nytänkande sätt.

Påverkansarbete

Med utgångspunkt i människan, hur hon fungerar och vad hon behöver för att må bra vill vi skärskåda och belysa de strukturella orsaker som påverkar vår psykiska hälsa. Vi blir relevanta genom att bidra med konstruktiva och konkreta förslag på reformer och satsningar i nära dialog med beslutsfattare och ansvariga myndigheter, samt genom att samordna och samarbeta med andra nätverk, organisationer och företag.

Med utgångspunkt från dessa verksamhetsområden har Mind därför följande uppdrag:

Minds uppdrag är att främja psykiskt välbefinnande genom att erbjuda medmänskligt stöd, sprida kunskap och driva påverkansarbete.

VÄRDEGRUND

Minds värdegrund utgår från alla människors lika värde och rätt till ett värdigt liv. Vi arbetar för ett samhälle där alla människor ges förutsättningar till psykiskt välbefinnande och ett meningsfullt liv, och där alla får stöd och behandling utifrån deras behov. Dessa rättigheter ska vara oberoende av individens kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning, ålder, nationalitet eller psykiska hälsa.

Vi utgår ifrån att psykisk ohälsa är en fråga som berör var och en av oss. Livet är oförutsägbart och alla människor kan drabbas av svåra kriser eller erfara att någon närstående tar sitt liv. Med detta förhållningssätt ger vi varandra och de människor som söker stöd i våra verksamheter ett inklämmande, icke-dömande och ödmjukt bemötande. Allt vi gör utgår från respekten för människors integritet och okränkbarhet.

Vi bygger vår verksamhet till stor del på forskning och evidensbaserade metoder. Vår utgångspunkt är att tillgången till kunskap är avgörande för att man ska kunna fatta informerade och bra beslut. Därför vill vi tillgängliggöra kunskap om psykisk hälsa till allmänheten så att fler bättre kan ta hand om sig själva och sina närmaste.

MINDS LEDORD

Våra ledord är mod, respekt och tillit. Dessa ledord förtydligar organisationens värdegrund och vägleder våra handlingar. Vi utvärderar vår verksamhet och våra medarbetares insatser utifrån hur väl vi lever våra värderingar med hjälp av ledorden.

MOD

Det krävs mod av en person att visa sårbarhet och söka hjälp, något vi uppmuntrar och ser som en styrka. Vi ser mod i våra volontärer som möter stödsökanden i svåra samtal och skapar förutsättningar för modiga samtal genom att tillhandahålla kunskap och trygghet. Vi är en modig organisation som vågar utmana det samhället ser som normer, som kan prova nytt, stå för det vi tror på, även när det innebär att inte följa strömmen.

RESPEKT

Respekt är grunden i alla våra möten med människor, oavsett vilken ställning, bakgrund eller vilka besvär personen har. Vi respekterar människovärdet och allas rätt till sina upplevelser och det avspeglas i vårt arbetssätt som är att lyssna utan att döma och att nyfiket utforska. Vi visar respekt genom att ge bekräftelse och förståelse och vi förväntar oss respekt tillbaka från de vi möter i olika sammanhang.

TILLIT

Tillit är viktigt för människors inneboende förmåga att växa, utvecklas och ta sig vidare i livet. Tillit är också en grundförutsättning i det medmänskliga mötet och i våra stödsamtal mellan stödsökanden och volontärer. På samma sätt är tillit en grundbult i vår interna organisationskultur och styrning; vår utgångspunkt är att såväl volontärer som anställda tar eget ansvar och gör så gott de kan för att vi gemensamt ska nå våra uppsatta mål.

MÅLGRUPPER

Minds utgångspunkt är att verksamheten är relevant och kommer därför regelbundet utreda de behov och utmaningar som våra olika målgrupper har genom att involvera dem i undersökningar, fokusgrupper och referensgrupper. Syftet är att säkerställa att våra verksamheter och projekt verkligen bidrar positivt, samt att följa upp kvaliteten och effekten av vårt arbete.

Våra målgrupper är:

- Människor i olika åldrar med psykisk ohälsa
- Anhöriga till de med psykisk ohälsa, i synnerhet föräldrar
- Personer som i sitt yrke möter människor i kris, med risk för psykisk ohälsa
- Beslutsfattare
- Allmänheten

ÖVERGRIPANDE MÅL FÖR VERKSAMHETEN

De fem övergripande målen nedan ger organisationen riktning de närmaste åren och inom vilka områden organisationen ska utvecklas. De ger möjlighet att prioritera och styra arbetet för att nå vår vision och göra största möjliga nytta för våra målgrupper.

Under perioden 2021–2023 ska Mind:

1 Erbjuder medmänskligt stöd med hög kvalitet till ännu fler människor med psykiskt lidande.

Vi vill erbjuda medmänskligt stöd till ännu fler människor genom att utveckla nya digitala lösningar för såväl stödsökanden som volontärer, genom riktad marknadsföring som gör att fler hjälpsökande hittar till oss och genom verksamhetsförändringar som innebär att vi lägger en större andel av vår tid på det som gör skillnad – samtalen med stödsökanden.

All verksamhet ska vara kvalitetssäkrad – från rekrytering och utbildning av volontärer till de medmänskliga samtal vi erbjuder. Detta gör vi genom att systematiskt följa upp verksamheten och jobba med återkoppling och handledning.

2 Vara en viktig ideell aktör i frågor som rör psykisk hälsa.

Vi vill bidra till en samhällsutveckling och politik som bättre främjar människors psykiska välbefinnande, förebygger psykisk ohälsa och som i högre grad tillgängliggör rätt sorts insatser i rätt tid. Vår samlade expertis inom området psykisk hälsa bygger på såväl forskning och beprövad erfarenhet, som på vår egen operativa verksamhet. Det omfattande engagemanget från volontärer runt om i landet som vår stödverksamhet vilar på ger oss en unik kraft och ett direkt öra mot marken.

3 Nå ut med kunskap om psykisk hälsa till många för att öka människors psykiska välbefinnande.

Vi vill vara den självklara aktören människor vänder sig till när de söker kunskap om psykisk hälsa och medmänskligt stöd. Genom att på ett pedagogiskt och intresseväckande sätt tillgängliggöra och förklara aktuell forskning och annan kunskap inom området, ökar vi förståelsen för psykisk hälsa och ger olika målgrupper verktyg att hjälpa sig själva och andra samt bidrar till att minska stigma och skam kring psykiska besvär och sjukdomar.

4 Bli en ännu mer inspirerande organisation att arbeta för, både som anställd och volontär.

Vi som arbetar för Mind vet att verklig förändring börjar inom var och en av oss, och att vi alla behöver vara föregångare som medmänniskor. Även som organisation behöver vi vara ett inspirerande alternativ att engagera sig i och arbeta för.

Vi vill att vår organisation ska genomsyras av våra ledord; mod, respekt och tillit. Både som ideell organisation och arbetsgivare ska vi leda genom exempel, genom ett tillitsbaserat och inkluderande ledarskap och en organisationskultur som aktivt bjuder in till lärande, innovation och ett gott samarbetsklimat. Både anställda och volontärer ska känna att deras engagemang och kompetens tillvaratas, och att arbetsmiljön skapar goda förutsättningar att känna mening och glädje i arbetet.

5 Utveckla en hållbar finansiering av hela verksamheten och säkerställa att varje bidrag gör största möjliga nytta.

Vi vill gå in i långsiktiga relationer med både offentliga och privata samarbetspartners för att kunna utveckla en hållbar verksamhet. Vi kommer att utveckla och öka kvaliteten i våra ansökningar och rapporter för att bättre planera för tydliga resultat.

Vi avser också engagera fler privatpersoner och företag för att öka intresset för våra frågor och för att öka intäkterna och få en tryggare bas att stå på. Vi kommer att berätta om den samhällsnytta vi gör i vårt insamlingsarbete och få våra givare att känna sig stolta över vad de bidrar till.

