

## A 1689/välfärd

Käsittelijä Hyvinvointi Pohjolassa -valiokunta

Hyvinvointi Pohjolassa -valiokunta mietintö

**jäsenehdotuksesta,  
joka koskee lasten ja nuorten mielenterveysongelmien lisääntymistä  
Pohjoismaissa****Ehdotus**

Hyvinvointi Pohjolassa -valiokunta ehdottaa, että

Pohjoismaiden neuvosto suosittaa Pohjoismaiden ministerineuvostolle

*että* kehitetään mielenterveysongelmista kärsivien lasten ja nuorten mahdollisuuksia saada apua verkosta.

*että* laaditaan kartoitus, jossa luokitellaan erilaiset olemassa olevat tekniset ratkaisut ja asetetaan ne priorisointijärjestykseen. Kyse voi olla interaktiivisista verkkosivuista, erilaisista sovelluksista tai digitaalisesti tarjottavasta hoidosta.

*että* kartoitukseen sisällytetään julkinen, yksityinen ja kolmas sektori ja se kytketään viranomais- ja tutkimusasiantuntijoihin sekä nuorista koostuvaan viiteryhmään. Kartoituksessa tulee keskittyä parhaisiin käytäntöihin, ja siihen tulee ottaa mukaan tanskalaisen Headspacen ja ruotsalaisen Tilian kaltaisia yhdistyksiä.

*että* tutkimuksen lähtökohtana ovat mielenterveysongelmat, ja tavoitteena löytää sellaisia menetelmiä, joiden avulla mielenterveysongelmista kärsiville nuorille voidaan tarjota hyvää tukea ja apua.

**Taustaa**

Sosiaalidemokraattinen ryhmä esitteli Kööpenhaminan istunnossa 1. marraskuuta 2016 ehdotuksen, joka koskee lasten ja nuorten mielenterveysongelmien lisääntymistä Pohjoismaissa. Asiasta keskusteltiin istunnossa.

Huonosti voivien lasten ja nuorten osuus on Pohjoismaissa kasvussa. Yhä useammat saavat psykiatrisen diagnoosin, ja yhä useammilla lapsilla ja nuorilla on mielenterveysongelmia.

Monilla nuorilla on keskittymisvaikeuksia, ja tietyillä alueilla koulupudokkaiden määrä, työttömyysprosentti ja jopa itsemurhien määrä on korkea (Suomi ja Grönlanti). Näihin ongelmiin liittyy huolestuttavan paljon väkivaltaa, alkoholin ongelmakäyttöä



ja itsensä vahingoittamista.

Monilla Pohjoismaiden syrjäseuduilla on tarpeen lisätä ja vahvistaa psyykkisen ensiavun tarjontaa ja yleisesti ottaen sellaista yhteiskuntarakennetta, joka pystyisi käsittelemään entistä monimuotoisempaa väestöä nuoret mukaan lukien.

Pohjoismaisessa yhteistyössä on kiinnitetty enemmän poliittista huomiota näihin ongelmiin. Pohjoismainen hyvinvointikeskus on työskennellyt useita vuosia lasten ja nuorten mielenterveyttä käsittelevien hankkeiden parissa, ja Pohjoismaiden neuvosto on lähettänyt aiheesta suosituksia Pohjoismaiden hallituksille ja Pohjoismaiden ministerineuvostolle. Viimeksi on lähetetty suositus 12/2015, joka koskee lasten ja nuorten mielenterveyttä Pohjoismaissa.

Suosituksessa 12/2015 keskityttiin kokemusten jakamiseen, ennaltaehkäisemiseen, uusien hoitomuotojen kehittämiseen, tutkimuksen lisäämiseen sekä pakkokeinojen vähentämiseen ja kehoitettiin ottamaan lasten ja nuorten asiat mukaan vuosittaisten psykiatrian alan huippukokousten päiväjärjestykseen.

Pohjoismaiden ministerineuvosto on ryhtynyt kaikkien suositusten osalta toimenpiteisiin, ja näin ollen Pohjoismaiden neuvosto päätti vuonna 2016 katsoa suosituksen 12/2015 loppuun käsitellyksi. Pohjoismaiden ministerineuvosto piti 27. helmikuuta 2017 vuosittaisen psykiatrian alan huippukokouksen, jossa aiheena oli nimenomaan lasten ja nuorten mielenterveys Pohjoismaissa.

Tässä ehdotuksessa keskitytään erityisesti sähköpostin ja internetin kautta annettavaan apuun. Kyseessä on täydentävä ehdotus, joka ei ollut mukana suosituksessa 12/2015.

Ehdotuksessa tuodaan esiin erityisesti se, että internetin ja teknologian avulla voidaan auttaa niitä lapsia ja nuoria, joilla on vaikeaa. Tanskassa ja Ruotsissa on järjestöjä, jotka henkilökohtaisten päiväaikaan tapahtuvien tapaamisten ohella tarjoavat iltana-aikaan tukea sähköpostin ja chatin muodossa vuoden kaikkina päivinä. Illat, lomamat ja pyhät voivat olla erityisen vaikeita haavoittuvassa tilanteessa oleville ihmisille. Netti ja sosiaalinen media ovat nuorten hyvin hallittavia viestintäkanavia, jotka voivat täydentää perinteisiä tapaamisia ja keskusteluja.

#### Ehdotuksen perustelut ovat seuraavat:

Lasten ja nuorten itse kokemat mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet Pohjoismaissa. Ruotsin tilastokeskuksen (SCB) mukaan noin 8 prosenttia nuorista kärsi Ruotsissa 80-luvulla levottomuudesta, ahdistuksesta tai uniongelmistä. Siitä lähtien nuorten psykosomaattiset oireet lisääntyivät 90-luvulla yli 20 prosenttiin. Pohjoismaisen hyvinvointikeskuksen uuden raportin mukaan kehitys on ollut samankaltaista kaikkialla Pohjoismaissa. Erot ovat suurempia kaupunkien ja maaseudun välillä kuin eri Pohjoismaiden välillä. Raportti "When someone has to take charge" pohjautuu norjalaisten, islantilaisten ja färösaarelaisien nuorten syvähaastatteluihin.



Useat tutkimukset osoittavat, että mielenterveyteen negatiivisesti vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa työttömyys, huono koulumenestys ja matala koulutus. Ennen työn saamiseen riitti peruskoulun käynti, kun nykyään tarvitaan yleensä toisen asteen koulutus ja vaatimus korkeammastakin koulutuksesta kasvaa. Mielenterveyteen vaikuttavia muita tekijöitä ovat myös haasteelliset kasvuolosuhteet esimerkiksi lapsilla, jotka kasvavat ongelmaperheissä, joissa esiintyy esimerkiksi alkoholismia tai lähisuhdeväkivaltaa. Myös sekä fyysinen että henkinen kiusaaminen vaikuttavat mielenterveyteen negatiivisesti. Kiusaamista voi tapahtua myös sosiaalisessa mediassa, jolloin kiusaaja voi ahdistella kohdettaan mihin vuorokaudenaikaan tahansa. Mielenterveysongelmat lisääntyvät kaikissa ikäryhmissä, mutta niillä on selkeä kytkös sosiaalisiin tekijöihin.

Nuorten on tärkeää saada apua ja tukea varhaisessa vaiheessa, mikä käy ilmi myös Pohjoismaisen hyvinvointikeskuksen raportista. On äärimmäisen tärkeää, että nuoret tulevat nähdyiksi ja kuulluiksi ja että heidät otetaan tosissaan. Valitettavasti monet nuoret kokevat olevansa yksinäisiä ja vailla ihmistä, jonka kanssa puhua. Osa nuorista hakee apua, osa ei. On tärkeää, että avun hakeminen on helppoa ja palveluita on helposti saatavilla. Apua tulee olla tarjolla myös niissä ympäristöissä, joissa lapset ja nuoret ovat tai joihin heidän on helppo hakeutua. Nykyään nuoret ovat paljon verkossa ja ovat tottuneita käyttämään internetiä tiedonhakuun sekä keskustelemaan chatin välityksellä. Hyvinvointiteknologiaa on laajennettava ja kehitettävä, sillä avun hakemisen ja saamisen verkosta on oltava nuorille helppoa.

Ruotsissa ja Tanskassa on olemassa esimerkkejä siitä, miten apua on saatavilla verkosta. Ruotsissa toimii esimerkiksi aatteellinen järjestö Tilia, jonka puoleen 12–30-vuotiaat nuoret voivat kääntyä iltaisin, viikonloppuisin ja loma-aikaan ja keskustella sähköpostin tai chatin välityksellä. Järjestö toimii vertaistukena nuorille, ja se voi olla ensimmäinen taho keskustelukumppania tarvitsevalle nuorelle. Nuori voi myös saada apua ja tukea ammattiavun hakemisessa. Tilia järjestää lisäksi toimintaa, jossa nuoret voivat tavata toisiaan, kuten leirejä ja tukiryhmiä.

Tanskassa puolestaan toimii järjestö nimeltä Headspace, josta nuori voi saada keskusteluapua joko käymällä järjestön tiloissa tai ottamalla yhteyttä puhelimitse, sähköpostitse tai chatin välityksellä. Headspacen työntekijät ovat vapaaehtoisia, joilla on omakohtaista kokemusta aiheesta tai jotka opiskelevat psykologiksi tai opettajaksi.

On tärkeää, että huonosti voivien nuorten on helppo löytää ja saada tukea. Verkko voisi olla yksi väline, jonka tarjoamia mahdollisuuksia kannattaisi kehittää mielellään siten, että tukeen sisältyisi mahdollisuus saada keskusteluapua myös kasvotusten.

---

Ruotsalainen järjestö Tilia kutsuttiin valiokuntakokoukseen 3. huhtikuuta 2017 kertomaan tekemästään työstä. Tämän jälkeen Hyvinvointi Pohjolassa -valiokunta lähetti ehdotuksen lausunnon keskeisiin pohjoismaisiin nuorisojärjestöihin.



## Yhteenveto lausuntovastauksista

**Tanskan terveys- ja vanhusasiainministeriö** mainitsee raportin ”Digitale tilbud til behandling af angst og depression. Forskningsrapport: Videnssøgning i Danmark”. Vuonna 2016 aiheen tutkimukseen varattiin 30 miljoonaa Tanskan kruunua, ja vuonna 2017 summa oli 40 miljoonaa Tanskan kruunua. Hallitus on varannut 38 miljoonaa Tanskan kruunua vuosille 2017–2020 lasten ja nuorten mielenterveysongelmia koskevaa kehitysohjelmaa varten.

**Suomen Mielenterveysseura** pitää tärkeänä, että nuorille, joilla ei ole psykiatrista diagnoosia mutta jotka tarvitsevat apua, on helposti saatavilla palveluja. Nuorten psyykkisiä ongelmia voi olla vaikea tunnistaa nuorilla, sillä varoitusmerkit voivat vaikuttaa tavanomaisilta muutoksilta nuoren mielialassa ja käyttäytymisessä. Monet nuoret eivät itsekään tunnista kärsivänsä mielenterveyshäiriöstä. Internet on tärkeä väline nuorille, etenkin yksinäisille ja sulkeutuneille.

**Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen** mielestä internet on erinomainen keino tarjota apua ja hoitoa mielenterveysongelmallisille lapsille ja nuorille. Internet on kustannustehokas ja tasa-arvoinen tapa tarjota apua ajasta, paikasta tai taloudellisista tai sosiaalisista resursseista riippumatta. Verkkopalvelut ovat anonyymeja eivätkä leimaa käyttäjiä. Verkkopalveluiden tarve tulee Suomessa kasvamaan varsinkin haja-asutusalueilla. On tärkeää, että nuoret saavat oikeaa tietoa etsiessään apua verkosta. Laitos tukee ehdotusta tutkimuksen tekemisestä, jotta löydetään keinoja mielenterveysongelmista kärsivien nuorten tukemiseen ja auttamiseen. Erityisen tärkeä tutkimuskohde ovat perinteiset psykoterapiapalvelut, jotka on tarkoitettu kielellisistä vaikeuksista tai vakavista käyttäytymishäiriöistä kärsiville nuorille.

**Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL)** tukee jäsen ehdotusta. MLL tekee työtä lasten ja nuorten mielenterveysongelmien ehkäisemiseksi ja toimii aktiivisesti ehkäistäkseen lasten ja nuorten kiusaamista. Työhön osallistuvat lapset ja nuoret, joita asia koskettaa. MLL:llä on ollut vuodesta 1980 lähtien aikuisten tukea tarvitseville lapsille ja nuorille järjestetty puhelinpalvelu, joka on ilmainen ja palvelee kaikkina päivinä.

MLL:n puhelin- ja verkkopalveluita käyttää yhä useampi huonosti voiva nuori. Suomessa on selvästi tarvetta laajentaa verkkopalveluja, kuten chatpalveluja. On tärkeää hyödyntää jo olemassa olevia palveluja, sillä lapset ja nuoret tuntevat ne hyvin ja luottavat niihin. MLL:llä on tavoitteena laajentaa nykyisiä internetkanavia, ja se hakee rahoitusta tätä tarkoitusta varten.

**Suomen sosiaali- ja terveysministeriö** tukee ehdotusta. Kehitys- ja tutkimustyötä tulee kohdistaa entistä enemmän lapsille, nuorille ja *heidän vanhemmilleen* tarjottaviin palveluihin. Tutkimustietojen mukaan psykososiaalisilla toimilla on suurin ja kustannustehokkain vaikutus varhaislapsuudessa. Lasten ja nuorten psykososiaalista hyvinvointia edistetään tukemalla perhettä ja vanhemmuutta ja tarjoamalla yleisiä palveluja tilanteissa, joissa riskitekijöitä on useita. Suomessa on käynnissä hallituksen kärkihanke Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma. Ohjelmassa uudistetaan las-



ten, nuorten ja perheiden palvelujärjestelmää, palveluja ja toimintakulttuuria integroiduksi asiakaslähtöiseksi kokonaisuudeksi. Muutosohjelman yksi keskeinen osa-alue on sähköisten palveluiden kehittäminen.

**Färssaarten terveys- ja sisäministeriö** mainitsee kyselytutkimuksen, jossa 25 prosenttia 18–29-vuotiaista nuorista ilmoitti kokevansa psyykkisiä ongelmia. Eräästä laatua arvioivasta raportista käy ilmi, että avun saaminen Färssaarilla kestää liian kauan. Verkkopalveluiden laatu on tärkeää turvata ja varmistaa, että hoitoa tarvitsevat nuoret ohjataan hoitoon laillistetuille ammattilaisille.

Ministeriö on kääntynyt prosessissa kolmen färssaarelaisen nuorisoyhdistyksen puoleen, jotka tukevat ehdotusta ja pitävät sitä tarpeellisena. Nuorisoyhdistysten mukaan mahdollisuudet saada hoitoa Färssaarilla ovat rajallisia ja ne ovat kalliita. Verkko-neuvonnan etuna on sen kattavuus maantieteellisesti, mikä lisäksi apua voi saada anonymisti. Lisäksi psykiatriseen hoitoon on tällä hetkellä pitkät jonot.

**Islannin lapsiasiavaltuutettu** tukee ehdotusta ja sitä, että lasten mahdollisuuksia saada verkkoapua laajennetaan ja tutkimustyötä lisätään. Islannissa lapset ja nuoret eivät pääse riittävästi ammattiavun piiriin lähiympäristössään. Erityisen tärkeää on, että lapsille niin verkossa kuin henkilökohtaisesti tarjottava apu ei edellytä vanhempien suostumusta. Tähän liittyen viitataan YK:n lapsen oikeuksien komitean yleiskommenttiin koskien yleissopimuksen 12 artiklaa, jonka mukaan jäsenvaltioiden tulee täytöntöönpanna lakeja ja sääntöjä, joilla turvataan lasten oikeus iästä riippumatta saada lääketieteellistä neuvontaa ja luottamuksellista apua tarvitsematta vanhempiensa suostumusta.

**Norjalainen Mental Helse Ungdom** -järjestö korostaa myös laadukkaiden ja helposti saatavilla olevien terveystalveluiden tarvetta. Järjestön mielestä lasten ja nuorten mielenterveysongelmia ei tule ratkaista pelkästään niitä hoitamalla, vaan niitä tulee torjua lisäämällä ja vahvistamalla lasten ja nuorten tietämystä mielenterveysongelmista. Uusi teknologia tulee nähdä perinteisen hoidon täydentäjänä, ei sen korvaajana. Lisäksi korostetaan turvallisuuden ja henkilötietojen suojauksen tärkeyttä, kun luottamuksellisia tietoja käsitellään verkkoympäristössä.

**Ruotsin lapsiasiavaltuutettu** viittaa sosiaalhallituksen laatimaan kahteen raporttiin: "Psyisk ohälsa bland unga – Underlagsrapport till Barns och ungas hälsa, vård och omsorg 2013" ja "Psyisk hälsa bland barn, unga och vuxna i Skåne" (2012). Niissä viitataan mm. seuraaviin organisaatioihin, jotka tarjoavat psyykkisesti huonosti voiville lapsille apua ja keskustelumahdollisuuden puhelimitse, sähköpostitse tai chatin välityksellä: Barnes rätt i samhället (Bris), Pelastakaa lapset, Ungdomsmottagningen (UMO) ja lasten- ja nuortenpsykiatria.

**Ruotsalainen Mind** tukee jäsen ehdotusta. Mind on aatteellinen yhdistys, joka ylläpitää Självordslinje-nimistä itsemurhien ehkäisyyn perustettua linjaa. Viime vuonna yhteydenottoja puhelimitse ja chatin kautta oli 21 000 etenkin alle 25-vuotiailta nuorilta. Avuntarvitsijoita olisi ollut huomattavasti enemmänkin. Koska verkon kautta saatavalle avulle on suuri kysyntä, tänä vuonna käynnistetään verkkofoorumi Mind-



Forum, joka tarjoaa anonyymiä vertaistukea (mielenterveysongelmia itse aikanaan kokeneita tukihenkilöitä, jotka tarjoavat tukea tai kuntoutusta palvelussa), tietoa mielenterveyden häiriöistä sekä mahdollisuuden jakaa oma tarinansa.

**Ruotsin sosiaalhallitus** suhtautuu ehdotukseen myönteisesti. Sosiaalhallituksen mukaan mielenterveysongelmista kärsivien lasten ja nuorten määrän on todettu kasvaneen. Siksi on tärkeää, että hoitoa ja tukea on saatavilla siellä, missä lapset ja nuoret viettävät paljon aikaa, esimerkiksi internetissä.

### **Ahvenanmaan terveyden- ja sairaanhoito (Ålands Hälso- och sjukvård)**

Ahvenanmaan koulupsykologit ovat korostaneet tarvetta koulupiirien väliseen yhteiseen oppilashuoltoon. Koska Ahvenanmaalla yhteisö on pieni ja maantieteellisesti eristynyt, pohjoismainen yhteistyö verkkopalveluiden kehittämiseksi olisi tarpeen, mielellään yhdessä Ruotsin kanssa kielen vuoksi.

Ahvenanmaan maakunnan hallitus on yhtä mieltä siitä, että lasten ja nuorten on tärkeää saada apua ja tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Juuri varhainen puuttuminen on tärkeää, ja tuen tarve tulisi havaita jo varhaiskasvatuksessa. Maakunnan hallitus kertoi Ahvenanmaalla tällä hetkellä tarjolla olevista tukimuodoista, esimerkiksi Pelastakaa Lapset -järjestön kotisivuista. Tutkimus on välttämätöntä, ja verkossa lapsille ja nuorille tarjolla olevan avun laatua on jatkuvasti tarkasteltava.

**Nuorten Pohjoismaiden neuvoston** mielestä tukea tarvitaan lisää, oli kyse sitten aatteellisista tai vakiintuneista järjestöistä, jotka työskentelevät lasten ja nuorten mielenterveysongelmien parissa. Nuorten Pohjoismaiden neuvoston arvion mukaan jo olemassa oleville avunsaantimahdollisuuksille on vaikea saada rahoitusta. Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat tulisi ottaa paremmin huomioon rahastoissa ja julkisissa avustuksissa. Mielenterveysongelman määritelmä on tällä hetkellä liian kapea eikä kata nuorten nykyisin kohtaamia ongelmia, kuten stressiä. Nuorten Pohjoismaiden neuvosto suhtautuu myönteisesti ehdotukseen tuoda esiin hyviä pohjoismaisia esimerkkejä sekä tehdä tutkimusta, jotta saadaan selville kaikkein tehokkaimmin vaikuttavat keinot.

Pohjoismaiden ministerineuvoston alainen **Pohjoismainen hyvinvointikeskus** tukee myös ehdotusta. Pohjoismainen hyvinvointikeskus tekee akateemista työtä lasten ja nuorten mielenterveysongelmien parissa ja on antanut konkreettisia suosituksia. Pohjoismainen hyvinvointikeskus ehdottaa esimerkiksi, että Pohjoismaiden neuvosto pyytää ministerineuvostoa laatimaan kartoituksen, jossa luokitellaan erilaiset olemassa olevat tekniset ratkaisut ja asetetaan ne priorisointijärjestykseen. Kyse voi olla interaktiivisista verkkosivuista, erilaisista sovelluksista tai digitaalisesti tarjottavasta hoidosta. Kartoitukseen tulee sisällyttää julkinen, yksityinen ja kolmas sektori, ja se kytetään viranomais- ja tutkimusasiantuntijoihin sekä nuorista koostuvaan viiteryhmään. Kartoituksessa keskitytään parhaisiin käytäntöihin ja tulee olla mukana tanskalaisen Headspacen ja ruotsalaisen Tilian kaltaisia yhdistyksiä. Tämä konkreettinen ehdotus on kirjattu että-lauseeksi.



### **Valiokunnan näkemykset**

Hyvinvointi Pohjolassa -valiokunta antaa ehdotukselle täyden tuen. Ehdotus täydentää aiempia samansisältöisiä suosituksia ottamalla huomioon internetin ja hyvinvointiteknologian tarjoamat ratkaisut lasten ja nuorten mielenterveyden edistäjinä, ja koko valiokunta tukee tätä. Valiokunnan mielestä on tärkeää panostaa ennaltaehkäisemiseen ja varhaisiin toimiin, jotta psyykkisten diagnoosien ja ongelmien kehittyminen voidaan ehkäistä. Lapset ja nuoret voivat olla haavoittuvassa asemassa, ja siksi on tärkeää, että yhteiskunta kohtaa tukea tarvitsevien nuorten tarpeet. Tästä esimerkkeinä ovat järjestöt Tilia ja Headspace, jotka tarjoavat sellaisia verkkopalveluita, joita viranomaiset eivät voi tarjota. Tämän vuoksi valiokunta suosittaa, että Pohjoismaiden ministerit perehtyvät tarkemmin näihin hyviin esimerkkeihin ja edistävät asiaa Pohjoismaissa.



Torshávnissa Färsaarilla 28. kesäkuuta 2017

*Bente Stein Mathisen (H)*

*Brigitte Klinskov Jerkel (KF)*

*Christian Juhl (EL)*

*Jenis av Rana (Mfl.)*

*Karen J. Klint (S)*

*Krista Mikkonen (vihr.)*

*Kåre Simensen (A)*

*Lennart Axelsson (S)*

*Maria Stockhaus (M)*

*Mika Raatikainen (ps.)*

*Paula Bieler (SD)*

*Rikard Larsson (S)*

*Sivert Haugen Bjørnstad (FrP)*

*Ulf Leirstein (FrP)*