

8.11.2024

Asiantuntijalausunto hallituksen esityksestä eduskunnalle lasten ja nuorten terapiatakuuta koskevaksi lainsäädännöksi HE 131/2024 Vp

*Mira Karrasch, Neuropsykologian dosentti ja vanhempi yliopistonlehtori
Psykologian laitos, Åbo Akademi, S-posti: mira.karrasch@abo.fi*

Korona-ajan pitkittyneet tapaamisrajoitukset heikensivät lasten ja nuorten mielenterveyttä, koska ne osuivat yhteen jo muutenkin lisääntyvään digitalisaatioon ja reaalielämästä eriytymiseen. Tutkimusten mukaan *digitalisaatiolla, älypuhelimilla ja sosiaalisella medially* on merkittävää vaikutusta nuorten mielenterveysongelmiin, tytöillä erityisesti kuvapohjainen some todettu haitalliseksi. Some-alustojen algoritmit ovat omiaan tuottamaan sosiaalisesti tarttuvaa oireita/ongelmia (esim. ahdistus-, sukupuolidysforia-, Tourette- ja ADHD-epidemioita). Samat tekijät ovat olleet myös heikentämässä keskittymiskykyä ja oppimistuloksia, sekä lisäämässä väkivaltaista käyttäytymistä.

Hallituksen tavoite kieltää älypuhelimien käyttö koulupäivän aikana onkin erittäin kannatettavaa.

Nyt arvioitavana olevan terapiatakuu-lakiesityksen osalta huomioisin seuraavaa:

1. Lakiesityksen tavoite lisätä ennaltaehkäiseviä ja matalan kynnyksen palveluita on kannatettavaa. Lakiehdotusta leimaa kuitenkin *psykososiaalisten ongelmien mieltäminen lääketieteellisen viitekehyksen kautta*, erityisesti hoidoista ja interventioista puhuttaessa.
2. Lasten ja nuorten psykososiaaliset ongelmat noudattavat kovin harvoin psykiatrisen diagnostiikan oireluokkia, *monioireisuus* on enemmän sääntö kuin poikkeus. Hoidon ja tuen suunnittelu yksinomaan eri diagnoosi- tai oireluokkien perusteella ei ole mielekästä. *Yksilöllisyyden* huomioiminen hyvin tärkeää.
3. Näyttöön perustuvia hoitomuotoja on enemmän kuin CoolKids ja IPC, palveluvalikoiman kaventaminen ei ole tarkoituksenmukaista.
4. Lasten ja nuorten *digitaalinen kasvuympäristö* ei ole omiaan tukemaan sosiaalisten ja kognitiivisten taitojen, eikä psyykkisen resilienssin kehittymistä. Ongelmaa ei ratkaista pelkästään hoitoja ja tukea lisäämällä, vaan *psykologista asiantuntijuutta* pitää jalkauttaa niin kouluihin ja perustason palveluihin, kuin myös julkiseen keskusteluun. Perheet ja vanhemmat, sekä koulut, tarvitsevat tietoa ja tukea esim. liiallisen digitalisaation haitoista ja rajojen asettamisen tärkeydestä.
5. Digitaalisten omahoitopalveluiden osalta pitää muistaa, että osa nuorten ongelmista on johdettavissa nimenomaan *digitalisaatioon* (eristäytyminen, sosiaalisen vuorovaikutuksen puute tai sen ongelmat, someriippuvuus, uniongelmat, kiusaaminen jne), jolloin yksinomaan tai pääsääntöisesti netin kautta annettava tuki ei riitä.
6. Ihmiselämään kuuluvien psyykkisten ilmiöiden *normalisointi* on ensiarvoisen tärkeää. Negatiiviset tunteet ja vastoinkäymiset kuuluvat elämään. Keskittymisongelmat eivät myöskään automaattisesti indikoiki tarkkaavuushäiriötä. *Mikäli mielenterveyden häiriöiksi miellettyjen ilmiöiden kirjoa ja laajuutta ei saada rajattua, tukitoimien tarve tulee jatkamaan kasvuaan, eikä yhteiskunnan palvelut pysty kohtaamaan tuen tarvetta.*

8.11.2024

Viitteet:

Gansner, M., Berson, C., & Javed, Z. (2024). Social media contagion of high-risk behaviors in youth. *Pediatric Clinics of North America*. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2024.07.037>

Haidt, J. (2024). *Ahdistunut sukupolvi*. Terra Cognita.

Haltigan, J.D., Pringsheim, T.M., & Rajkumar, G. (2023). Social media as an incubator of personality and behavioral psychopathology: Symptom and disorder authenticity or psychosomatic social contagion? *Comprehensive Psychiatry*, 121, <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2022.152362>

Kajanoja, J., & Valtonen, J. (2024). A descriptive diagnosis or a causal explanation? Accuracy of depictions of depression on authoritative health organization websites. *Psychopathology*, 57, 389-398. <https://doi.org/10.1159/000538458>

Panchal, U., Salazar de Pablo, G., Franco, M., y.m. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32, <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01856-w>

Ranta, K., Aalto-Setälä, T., Heikkinen, T., & Kiviruusu, O. (2024). Social anxiety in Finnish adolescents from 2013 to 2021: change from pre-COVID-19 to COVID-19 era, and mid-pandemic correlates. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 59, 121-136. <https://doi.org/10.1007/s00127-023-02466-4>

Sina, E., Buck, C., Ahrens, W. y.m. (2023) Digital media exposure and cognitive functioning in European children and adolescents of the I.Family study. *Sci Rep* 13, 18855. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-45944-0>

Taylor, L. (2023). Social Media's Mental Health Problem: A Multi-Method Examination of Social Media Mental Health Content and Its Impact on Vulnerable Adolescents. Väitöskirja, University of California.

Twenge, J. (2020). Increases in depression, self-harm, and suicide among U.S. adolescents after 2012 and links to technology use: possible mechanisms. *Psychiatric Research & Clinical Practice*, 2, <https://doi.org/10.1176/appi.prcp.20190015>

Twenge, J., Haidt, J., Lozano, J., & Cummings, K.M. (2022). Specification curve analysis shows that social media use is linked to poor mental health, especially among girls. *Acta Psychologica*, 224, <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103512>