

HE 131/2024 vp Hallituksen esitys eduskunnalle lasten ja nuorten terapiatakuuta koskevaksi lainsäädännöksi

Huomiota ja kommentteja

Mira Karrasch

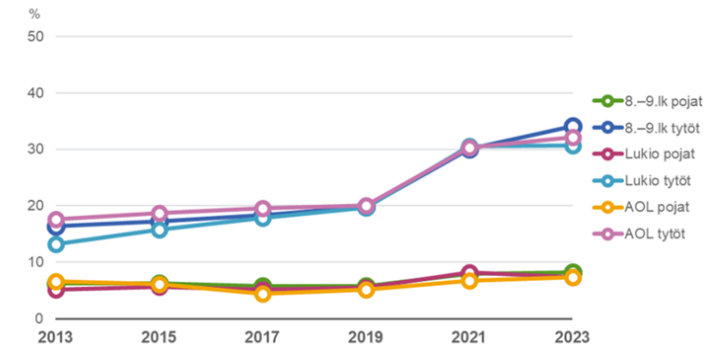
Neuropsykologian dosentti, Vanhempi yliopistonlehtori

Psykologian laitos, Åbo Akademi

S-posti: mira.karrasch@abo.fi

Koronarajoitukset

- Korona-ajan pitkittyneet tapaamisrajoitukset lisäsivät lasten ja nuorten mielenterveysoireilua
- Erityisen haitallista kehityksen nivelvaiheissa
- Vaikutukset ovat laajat ja tulevat heijastumaan vielä pitkälle tulevaisuuteen



Indikaattori perustuu GAD7-mittariin (Generalized anxiety disorder).



Kouluterveyskysely

21.9.2023

- 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>

Digitalisaatio ja some

- Tutkimusten mukaan digitalisaatiolla, älypuhelimilla ja sosiaalisella medialla on merkittävää vaikutusta lasten ja nuorten mielenterveysongelmien kasvuun, tytöillä erityisesti kuvapohjainen some todettu mielenterveydelle haitalliseksi
- Koronarajoitukset siksi erityisen haitallisia, koska taustalla oli jo meneillään some- ja digi-todellisuuteen siirtyminen

- Haidt, J. (2024). Ahdistunut sukupolvi. Terra Cognita.
- 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>

Some ja algoritmit

- Some-alustojen algoritmit ovat omiaan tuottamaan **sosiaalisesti tarttuvia oireita/ongelmia** (esim. ahdistus-, sukupuolidysforia-, Tourette- ja ADHD-epidemioita).
- Samat tekijät ovat olleet myös **heikentämässä keskittymiskykyä ja oppimistuloksia**, sekä lisäämässä väkivaltaista käyttäytymistä.
- Hallituksen esitys älypuhelimien käytön kieltämisestä koulussa erinomaisen hyvä

- 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>
- 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>
- 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>

Medikalisaatio

- Lakiesityksen tavoite lisätä ennaltaehkäiseviä ja matalan kynnyksen palveluita on kannatettavaa. Lakiehdotusta leimaa kuitenkin psykososiaalisten ongelmien mieltäminen **lääketieteellisen viitekehyksen kautta**, erityisesti hoidoista ja interventioista puhuttaessa
- 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 mielekäästä. Yksilöllisyyden huomioiminen hyvin tärkeää
- Näyttöön perustuvia hoitomuotoja on enemmän kuin CoolKids ja IPC, palveluvalikoiman kaventaminen ei ole tarkoituksenmukaista

Digitalisaatio

- 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. Päättäjät, perheet ja vanhemmat, sekä koulut ja opettajat, tarvitsevat **tietoa ja tukea liiallisen digitalisaation haitoista** ja rajojen asettamisen tärkeydestä
- 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

Normalisointi

- Ihmiselämään kuuluvien psyykkisten ilmiöiden normalisointi on ensiarvoisen tärkeää. Esim.
 - Jännitys ja negatiiviset tunteet kuuluvat elämään, kukaan ei voi elää koskaan ahdistumatta, eikä ahdistuneisuus aina edellytä psykoterapeuttista interventiota. Sen sijaan tarvitaan tietoa ahdistukseen usein liittyvän välttämiskäyttäytymisen ongelmaa lisäävästä vaikutuksesta.
 - Niin ikään keskittyminen ei onnistu keneltäkään, jos digilaitteilla ja somessa ollaan monta tuntia päivässä. Tällöin ei kyseessä ole diagnosointia ja hoitoa edellyttävä tarkkaavuushäiriö, vaan huono ja kognitiivista kapasiteettia heikentävä tapa.
- **Mikäli mielenterveyden häiriöiksi miellettyjen ilmiöiden kirjoa ja laajuutta ei saada rajattua, tukitoimien tarve tulee jatkamaan kasvuaan, eikä yhteiskunnan palvelut pysty kohtaamaan tuen tarvetta**