

This is an electronic reprint of the original article. This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version: Putkuri, T. ; Lahti, M. ; Axelin, A. & Salminen, L. (2021) Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat - terveydenhoitaja tarvitsee monenlaista osaamista. *Terveydenhoitaja* 2, 34-36.

**IINA PUTKURI**

terveydenhoitaja, TtM, ohjelmakouluttaja
Turun Yliopisto,
kognitiivisen lääketieteen laitos
johtaja, Laurea
ammattikorkeakoulu

**IARI LAHTI**

terveydenhoitaja, TtT,
post doc -tutkija
Turun Yliopisto,
kognitiivisen lääketieteen laitos
johtaja, Turun
ammattikorkeakoulu

**ANNA AXELIN**

terveydenhoitaja, TtT,
pääasiantuntija
Turun Yliopisto,
kognitiivisen lääketieteen laitos

**EENA SALMINEN**

terveydenhoitaja, TtT,
professori
Turun Yliopisto,
kognitiivisen lääketieteen laitos
johtaja, Suomen
kognitiivisen lääketieteen
keskus

Lasten ja nuorten mielenterveys- ongelmat

- terveydenhoitaja tarvitsee monenlaista osaamista

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat ja lisääntyvät hoidontarve aiheuttavat huolta sekä Suomessa että maailmalla.

Lähes joka neljäs lapsi tai nuori raportoi kokevansa mielenterveyteen liittyviä oireita viikoittain ja diagnosoitu mielenterveyden häiriö on useammalla kuin joka kymmenennellä lapsella tai nuorella. Viime aikoina paljon keskustelua on herättänyt lasten ja nuorten mielenterveysongelmien hoitamisen painottuminen erikoissairaanhoidon. Perusterveydenhuollossa tarjottavien mielenterveyspalveluiden vahvistaminen onkin yksi tuoreen Mielenterveysstrategian painopisteistä.

Lasten ja nuorten perusterveydenhuollon palveluista neuvola ja kouluterveydenhuolto ovat keskeisimmät. Niissä työskentelevät terveydenhoitajat tavoittavat lähes koko ikäluokan vuosittain. Lakisääteisesti mielenterveyden edistäminen on yksi terveystarkastusten tavoitteista, mutta varsinkin mielenterveysongelmien hoito ei tämänhetkisen lainsäädännön mukaan sisälly neuvolan tai kouluterveydenhuollon toimintaan.

Terveydenhoitajien toteuttamaa mielenterveystyötä on tutkittu Suomessa hyvin vähän ja myös kansainvälinen tutkimus aiheesta on niukkaa. Aiemman tutkimuksen pohjalta terveydenhoitajien mielenterveysosaaminen näyttäisi olevan vahvinta jatkohoitoon ohjaamisen alueella. Sen sijaan erityisesti ongelmassa auttaminen näyttöön perustuvien menetelmien avulla näyttäisi olevan puutteellista. Vaikka terveydenhoitajat kokevat mielenterveyteen liittyvät työtehtävät mielekkäinä ja palkitsevina, ovat he tutkimuksissa tuoneet esiin huolta oman osaamisensa riittävydestä.

Terveydenhoitajan rooli tutkimustiedon valossa

Vuosina 2018–2020 toteutetun tutkimuksen tavoitteena oli kuvata lastenneuvolassa tai kouluterveydenhuollossa työskentelevien terveydenhoitajien tarvitsemää mielenterveysosaamista sekä terveydenhoita-

jien näkemyksiä siitä, millaiset valmiudet terveydenhoitajakoulutus antaa mielenterveyshoitotyön tekemiseen neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa. Tutkimuksessa haastateltiin pienissä ryhmissä 24:ää lastenneuvolassa tai kouluterveydenhuollossa työskentelevää terveydenhoitajaa Etelä- ja Itä-Suomen alueelta.

Tutkimustulosten mukaan terveydenhoitajat tarvitsevat työssään osaamista mielenterveyden edistämiseen ja ongelmien ennaltaehkäisyyn, mutta myös mielenterveyteen liittyvien oireiden lievittämiseen ja mielenterveyshäiriöiden hoitoon. Mielenterveysosaamista tarvitaan lastenneuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa viikoittain tai jopa päivittäin. Terveydenhoitajat kohtaavat mielenterveyskysymyksiä esimerkiksi terveystarkastuksissa ja somaattisten vaivojen tai koulupoissaolojen syitä selvitellessään. Lisäksi osaamista koettiin tarvittavan vaikeista asioista

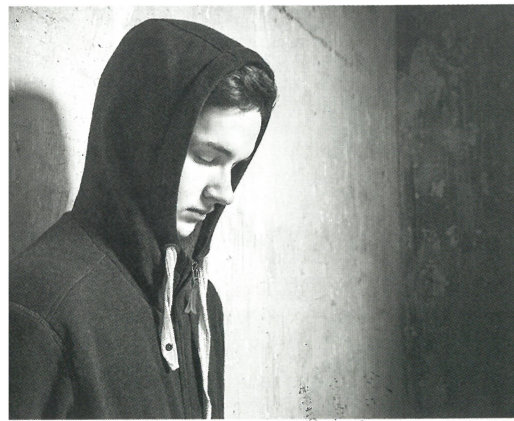
keskusteltaessa, esimerkiksi traumaattisten kokemusten, lastensuojeluilmoituksen tekemisen tai seksuaaliseen kehitykseen liittyvien asioiden yhteydessä. Perusterveydenhuollon tarjoamien mielenterveyspalveluiden vähäisyyden ja erikoissairaanhoidon pitkien jonotusaikojen koettiin johtaneen siihen, että neuvoloissa ja kouluissa työskentelevillä terveydenhoitajilla tulisi olla valmiudet tarjota nykyistä vahvempaa tukea mielenterveysongelmiin.

Ihmissuhdetaidot vahvuutena, menetelmien osaamista ja teorian tietoa kaivattiin lisää

Terveydenhoitajien vahvuudeksi mielenterveyshoitotyössä osoittautui intuitiivinen osaaminen ja ihmissuhdeosaaminen. Kokonaisvaltainen lähestymistapa ja luottamuksellisen asiakassuhteen rakentaminen auttoivat kerätessä tietoa asiakkaan tilanteesta, mikä yhdistettynä intuitioon teki

terveydenhoitajista taitavia huomaamaan milloin lapsella tai nuorella ei ole kaikki hyvin. Yhteistyötaidot lapsen, nuoren ja perheen, mutta myös muiden ammattilaisten kanssa, helpottivat jatkohoitoon motiivintia ja kannustamista. Positiivisen psykologian taidot, kuten tunnetyöskentely ja itsensä tukeminen, sekä halu auttaa antavat terveydenhoitajille hyvät lähtökohdat mielenterveyshoitotyön toteuttamiseen.

Mielenterveyshoitotyön osaamisen kannalta terveydenhoitajakoulutuksen koettiin parhaiten tarjoavan valmiuksia juuri asiakkaiden empaattiseen kohtaamiseen. Terveydenhoitajat itse kokivat olevansa taitavia saamaan lapset ja nuoret puhumaan asioistaan ja osaavansa kuunnella heitä. Vaikka kuunteleminen nähtiinkin tärkeänä mielenterveysongelmia kohdattaessa, arvelivat terveydenhoitajat pelkän kuuntelemisen olevan apuna riittämätöntä. Terveydenhoitajat kertoivatkin osaamattomuus- ➤



Verkkokurssi mielenterveyden edistämisestä kouluterveydenhoitajille

Tutkimustulosten pohjalta on jo nyt yhdessä asiantuntijoiden kanssa kehitetty Kustannus Oy Duodecimin Oppiportissa helmikuussa 2021 julkaistu, kouluterveydenhoitajille suunnattu Mielenterveyden edistäminen kouluterveydenhuollossa -verkkokurssikokonaisuus. Kokonaisuus koostuu kolmesta noin tunnin mittaisesta verkkokurssista, joilla käsitellään käytännönläheisesti mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyä ja kohtamista kouluterveydenhuollossa sekä syvennyttään erityisesti masennuksen, ahdistuksen ja itsetuhoisuuden kohtaamiseen. Verkkokurssikokonaisuuden vaikutuksista kouluterveydenhoitajien mielenterveysosaamiseen kerätään tutkimustietoa kevään 2021 aikana. Terveydenhoitajilta toivotaan aktiivista osallistumista tutkimukseen.

Terveydenhoitajaliiton puheenjohtaja **Tiina Mäenpää** on ollut mukana kurssien sisällön tuotannossa sekä arvioinnissa. Myös liiton kehittämisspäälikkö **Aija Saarinen** on arvioinut kurssien sisältöä. Lue lisää verkkokurssikokonaisuudesta seuraavalta sivulta.

► *Artikkelin aineisto on kerätty osana Turun yliopiston Hoitotieteen laitokselle tehtyä pro gradu -tutkielmaa. Tutkimuksen tuloksia on julkaistu aiemmin lehdissä Scandinavian Journal of Caring Sciences ja Tutkiva Hoitotyö.*

den ja ahdistuksen tunteista liittyen lasten ja nuorten mielenterveyspulmiin.

Osaamattomuutta koettiin erityisesti teoreettiseen tietoon ja näyttöön perustuvien menetelmien käyttöön liittyen. Täydennyskoulutusta ja lisäosaamista toivottiin esimerkiksi mielenterveysongelmien taustasyistä, oireista ja niiden arvioinnissa hyödynnettävistä kyselylomakkeista, näyttöön perustuvista menetelmistä sekä hoitopoluista ja hoidon porrastamisesta. Näyttöön perustuvien menetelmien osaamista toivottiin sekä mielenterveysongelmien ehkäisyyn että oireiden lievittämiseen liittyen. Lisäksi terveydenhoitajat toivoivat taitoja mielenterveyteen liittyvien ryhmien vetämiseen. Tässä olisikin saumaa järjestää täydennyskoulutusta.

Vaikka terveydenhoitajat kokevat mielenterveyteen liittyvät työtehtävät mielekkäinä ja palkitsevina, ovat he tutkimuksissa tuoneet esiin huolta oman osaamisensa riittäväydestä.

Tutkimukseen osallistuneet terveydenhoitajat kokivat terveydenhoitajakoulutuksen sisältämät mielenterveysopinnot yksipuolisina ja terveydenhoitotyöhön yhdistymättöminä. Opinnoissa oli keskitytty aikuisten vakaviin mielenterveysongelmiin lasten ja nuorten mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyyn ja varhaisen puuttumisen sijaan. Mielenterveysopinnot koettiin kokonaisuudessaan olleen liian vähäisiä ja terveydenhoitajien muistikuvat opinnoista

liittyivät yksittäisiin asioihin; kokonaisuus lastenneurolassa tai kouluterveydenhuollossa tehtävästä mielenterveydestä ei ollut muodostunut. Lisäksi lääketieteen näkökulman koettiin korostuneen ja oppimisen painottuneen työharjoittelujaksoihin mielenterveysyksiköissä. Merkittävää on, että yksikään tutkimukseen osallistuneista ei tuonut esiin mielenterveysosaamisen kehittyneen muiden kuin mielenterveysyksiköissä tapahtuneiden harjoittelujaksojen kautta. Tämä saattaa kertoa siitä, että mielenterveys nähdään sekä opiskelijoiden että opettajien ja harjoitteluharjoittajien taholta edelleen muusta terveydestä ja hyvinvoinnista erillisenä, eikä mahdollisuuksia oppia mielenterveyshoitotyön taitoja muiden opinto- ja harjoittelujaksojen aikana osata hyödyntää. Tähän asiaan toivottavasti puututaan tulevaisuuden terveydenhoitajakoulutuksessa.

Kaiken kaikkiaan terveydenhoitajakoulutukseen sisältyneiden mielenterveysopinnot ei koettu vastaavan riittävästi nykyisiä työn asettamia mielenterveysosaamisen vaatimuksia. Pääsääntöisesti tutkimukseen osallistuneilla terveydenhoitajilla oli vahva halua auttaa lapsia ja nuoria mielenterveyskysymyksissä nykyistä paremmin. Teoreettisen tiedon ja menetelmäosaamisen ollessa puutteellista terveydenhoitajien pääasiallisiksi työkaluiksi jää

oma persoona, jolloin ammatillisen etäisyyden pitäminen voi olla hankalaa. Tämä voi osaltaan myös selittää terveydenhoitajien kokemia riittämättömyyden, osaamattomuuden ja ahdistuksen tunteita.

Kohti tulevaisuutta

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmien yleisyydestä ja toisaalta terveydenhoitajien työn luonteesta johtuen mielenterveys työ on oleellinen osa jokaisen lastenneurolassa tai kouluterveydenhuollossa työskentelevän terveydenhoitajan arkea. Terveydenhoitaja on terveyden edistämisen asiantuntija ja näkee ihmisen psyykkisenä, fyysisenä ja sosiaalisena kokonaisuutena. Hän on myös aitiopaikalla tavatessaan lapsia ja nuoria säännöllisesti, tuttua aikuisena lapselle luonnollisissa ympäristöissä.

Tutkimuksen tulosten valossa näyttäisi, että työn vaatimukset ja terveydenhoitajien tämänhetkiset valmiudet eivät kohtaa. Osaamisen lisäksi tilanteeseen vaikuttaa oletettavasti myös muita tekijöitä, kuten resurssit ja terveydenhoitajien kokemus itsetuhoisuuden omaan osaamiseensa liittyen. Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää terveydenhoitajien työnkuvaan ja tarjottaviin mielenterveyspalveluihin liittyvässä poliittisessa päätöksenteossa sekä terveydenhoitajakoulutuksen ja täydennyskoulutuksen kehittämisessä. ■

Teksti: **TIINA PUTKURI**

Mielenterveyden edistäminen kouluterveydenhuollossa

Kouluterveydenhoitajille suunnattu uusi verkkokurssikokonaisuus, Mielenterveyden edistäminen kouluterveydenhuollossa, johdattaa oppijan mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyyn, tunnistamiseen ja ongelmassa auttamisen pariin konkreettisen ja käytännönläheisen sisällön avulla.

Kokonaisuus koostuu kolmesta noin tunnin mittaisesta verkkokurssista. Verkkokurssit on suunnattu ensisijaisesti peruskouluissa työskenteleville kouluterveydenhoitajille, mutta ne soveltuvat mainiosti myös esimerkiksi opiskeluterveydenhuollossa työskenteleville.

Aiheita käsitellään monipuolisesti ja työelämästä tuttuun esimerkkien avulla. Kurssilla tapaavat muun muassa seksuaalista häirintää kokeneen Senjan, ADHD-epäilyn vuoksi vastaanotolle tulleen Emilin, puhumattoman Ennan ja itseään viiltelevän Saran. Verkkokurssilta löytyy tekstisisällön lisäksi myös interaktiivisia tehtäviä ja lyhyitä videoita. Verkkokurssit voi suorittaa osissa vaikka muutama sivu kerrallaan. Suositeltavaa on kuitenkin aloittaa mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyä käsittelevästä kurssista ja edetä Mielenterveysongelmien kohtaaminen kouluterveydenhuollossa -kurssin kautta kokonaisuuden kolmanteen osaan, eli Masennus, ahdistuneisuus ja itsetuhoisuus kouluterveydenhuollossa -kurssille.

Itsenäisen opiskelun lisäksi verkkokurssit voi suorittaa myös kollegan tai koko työyhteisön kanssa yhdessä. Oppiminen tehostuu yhteisten keskustelujen kautta, ja verkkokurssilla esitellyt menetelmiä on helppo harjoitella aluksi työkaverin kanssa. Jokaisen kurssin lopusta löytyy täydentäviä tehtäviä ja harjoituksia, jotka on helppo tallentaa PDF-muodossa omalle koneelle myöhempiä tutustumista varten. Tehtäviä voi myös hyödyntää esimerkiksi työyhteisön kokouksessa tai kehittämisspäivässä. Lisätietoa kaipaaville on koostettu verkkokurssien yhteyteen kattava lista aiheita käsittelevää viimeaikaista kirjallisuutta.

Verkkokurssien innostavasta sisällöstä vastaa Oppiportin verkkokoulutusasiantuntijan ja kouluterveydenhoitajien mielenterveysosaamisesta väitöskirjaa tekevän **Tiina Putkurin** lisäksi huippuosaajista koostuva tiimi. Terveydenhoitajien asiantuntijat, dosentti, tutkimuspäälikkö **Tuovi Hakulinen** Terveyden- ja hyvinvoinnin laitokselta sekä TtT, puheenjohtaja **Tiina Mäenpää** Terveydenhoitajaliitosta ovat varmistaneet sisällön kohdistuvan juuri kouluterveydenhoitajan työhön. Nuorisopsykiatrian erikoislääkäri **Anna So-**

fiä Sarvasmaa puolestaan on tuonut kurseille arvokasta näkemystä nuorten psyykkisestä oireilusta ja siihen sopivista arviointi- ja hoitomenetelmistä. Lisäksi verkkokurssien pilottivaiheessa kouluterveydenhuollon, lastenpsykiatrian ja nuorisopsykiatrian johtavista asiantuntijoista useampi antoi arvokkaita vinkkejä kurssien viimeistelyyn.

Mielenterveyden edistäminen kouluterveydenhuollossa verkkokurssit on otettu hyvin vastaan; jo ensimmäisten viikkojen aikana kurseja oli avattu yhteensä noin 2000 kertaa. Kasvavaan joukkoon pääsee mukaan helposti missä ja milloin vain Oppiportti-palvelun kautta. Kustannus Oy Duodecimin Oppiportti on laajalti terveydenhuollon käytössä oleva täydennyskoulutuspalvelu, jonka käyttö on yksittäiselle työntekijälle maksutonta. Mikäli et ole rekisteröitynyt vielä Oppiportin käyttäjäksi, tulee rekisteröityminen tehdä Oppiportti-lisenssin ostaneen organisaation verkossa. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että menet työpaikkasi verkossa olevalla koneella osoitteeseen Oppiportti.fi ja napsautat oikean yläreunan oranssia Oma Duodecim -painiketta. Uusi käyttäjä -kohdasta pääset luomaan itsellesi Duodecim-tilin, jonka tunnusten avulla jatkossa Oppiportin käyttö on mahdollista myös omalta kotikoneelta tai mobiililaitteelta.

Mielenterveyden edistäminen kouluterveydenhuollossa kokonaisuuteen kuuluvat verkkokurssit:

- Mielenterveysongelmien ennaltaehkäisy kouluterveydenhuollossa
- Mielenterveysongelmien kohtaaminen kouluterveydenhuollossa
- Masennus, ahdistuneisuus ja itsetuhoisuus kouluterveydenhuollossa ■

Terveydenhoitajien vahvuudeksi mielenterveyshoitotyössä osoittautui intuitiivinen osaaminen ja ihmishuhteoosaaminen.

Mielenterveytyö on oleellinen osa jokaisen lastenneurolassa tai kouluterveydenhuollossa työskentelevän terveydenhoitajan arkea.