

Terapiassa käynnin tärkeys

Kysyntä mielenterveyspalveluille on nykypäivänä äärimmäisen korkea. Psykoterapiaan on vaikea päästä ja muutkin mielenterveyspalvelut ovat ruuhkautuneita koko Suomessa.

Kouluterveyskyselyn (2023) mukaan Pirkanmaan hyvinvointialueen 8. ja 9. luokkalaisista 35,5%, lukiolaisista 44,9% ja ammattikoululaisista 32,8% vastasivat olleensa huolissaan omasta mielialastaan kuluneen 12 kuukauden aikana. Pirkanmaalaisista nuorista reilu kolmasosa on siis kärsinyt mielialaan liittyvistä ongelmista. Mistä nuoret saisivat auttavan käden tarpeeksi matalalla kynnyksellä?

Koulujen roolia kuulutetaan jatkuvasti, ja onkin totta, että opiskelijaterveydenhuollon tulee olla kunnossa ja saavutettavaa. Jokaisella koululla tulisi olla täysipäiväisesti kuraattorin sekä psykologin palveluita. On kuitenkin todettu, että nämä jo olemassa olevat palvelut ovat myös hyvin ruuhkautuneita. Sen lisäksi käynnit sijoitetaan yleensä oppituntien kanssa päällekkäin, jolloin oppilaan tai opiskelijan koulutyö joutuu kärsimään. Ei myöskään ole oppilaan tai opiskelijan edun mukaista, jos hän joutuu perustelemaan opettajalleen poissaolonsa syytä kuraattori- tai psykologikäynnin takia. Osa oppilaista ja alaikäisistä opiskelijoista ei uskalla hakea apua siinä pelossa, että salassapitosopimusta rikotaan tai että esimerkiksi omat vanhemmat saisivat tietää keskusteluista käynneillä. Jotkut nuorista voivat myös pitää avun pyytämistä mielenterveysasioissa häpeällisenä ja heikkouden merkinä.

Petteri Orpon hallitus on kirjannut hallitusohjelmaansa lasten ja nuorten terapiatakuun. Terapiatakuun toteutuminen helpottaisi kaikkien suomalaisten, erityisesti vähävaraisten lasten ja nuorten mielenterveyden ahdinkoa. Terapiatakuu toisi tasa-arvoisuutta kaikille sosioekonomisesta taustasta riippumatta, sillä kaikille tarjottaisiin mahdollisuus psykoterapiaan ja muihin psykososiaalsiin hoitoihin. Jos hoitoon pääseminen olisi helpompaa, nopeampaa ja luotettavampaa, mielenterveysongelmat tulisivat varmasti myös aiemmin ammattilaisten tietoon. Tapauksissa, joissa perusterveydenhuollon palvelut eivät riittäisi vastaamaan lapsen tai nuoren tarpeisiin, tulisi potilas siirtää erikoissairaanhoidon piiriin jatkohoitoa varten.

Tampereen nuorisovaltuuston mielestä on kriittisen tärkeää saada lapsille ja nuorille paremmin järjestetyt mielenterveyspalvelut. Päättäjien tulee aktiivisesti nostaa esille terapian tarpeellisuutta yhteiskunnassa ja tehdä päätöksiä, jotka tukevat terapian saatavuutta tasa-arvoisesti. Ilman mieleltään hyvinvoivia lapsia ja nuoria ei ole tasapainossa pysyvää kansanterveyttä.

Tampereella 12.8.2024

Kirjoittanut Helmi Hukkanen

Tampereen Nuorisovaltuusto