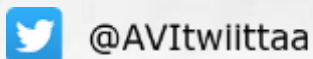


# Pohjoispohjalaisten lasten ja nuorten mielen hyvinvoinnin tilannekuva

Tilannekuvaseminaari  
15.3.2022



Lapsilla ja nuorilla masennusoireilu ja ahdistuneisuus ovat lisääntyneet.

Tukea oli onnistuttu kohdentamaan ahdistusoireisille nuorille, mutta silti moni heistä jäi ilman tarvitsemaansa apua. Varsinkin koulupsykologien ja koulukuraattoreiden palveluihin pääsy oli haasteellista.

Suurin osa lapsista ja nuorista on kuitenkin tyytyväinen elämäänsä.

Pohjois-Pohjanmaalla vuonna 2021 mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneita 18-24 vuotiaita nuoria oli hieman enemmän kuin vuonna 2020.

Armeijasta vapautuksen rauhan aikana 2020 sai 10.1 % nuorista miehistä, suurimpana syynä mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt.

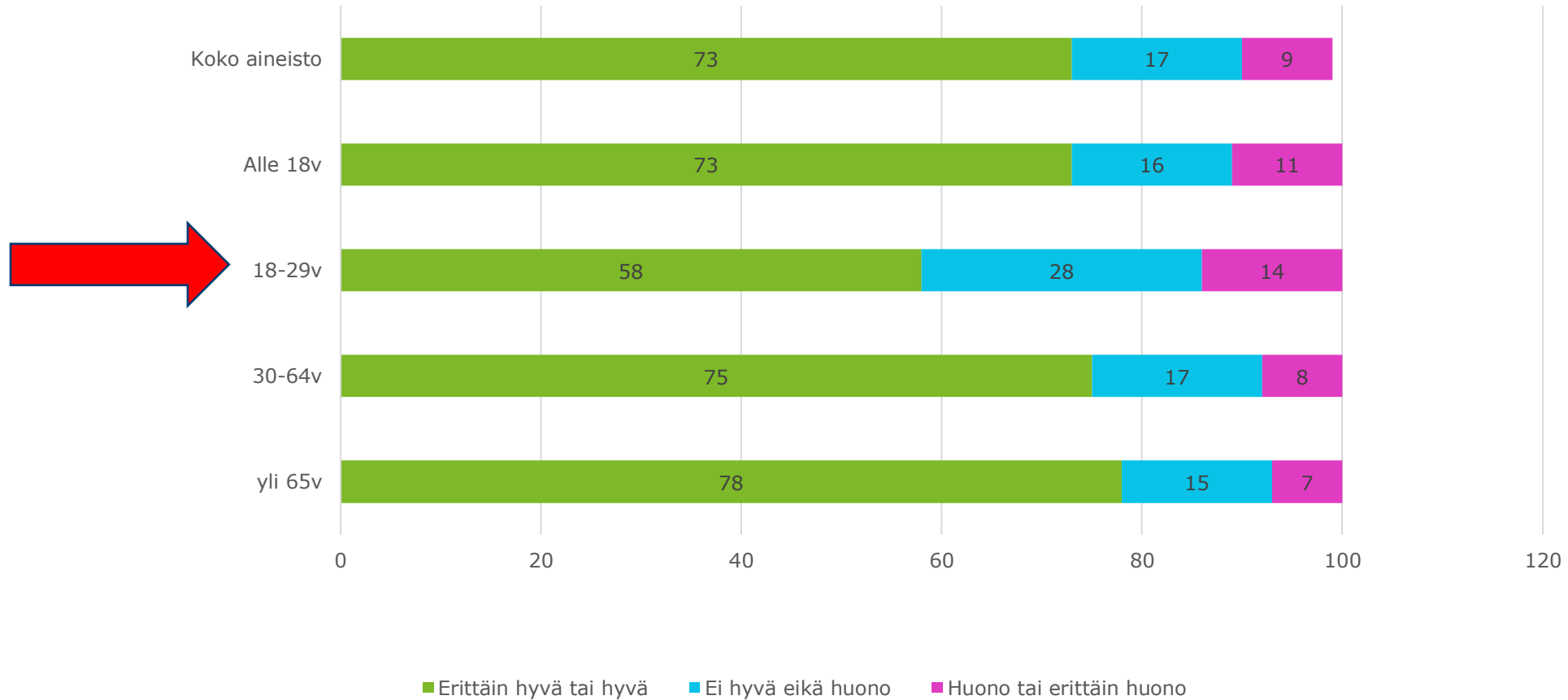
# Mielen hyvinvoinnin tila 2021, Pohjois-Pohjanmaa

## Lapset ja nuoret

- Kouluterveyskyselyn 2021 mukaan kaikissa ikäryhmissä lasten ja nuorten mielialaan liittyvät ongelmat Pohjois-Pohjanmaalla ovat lisääntyneet vuodesta 2019, mutta ovat edelleen hieman alle maan keskitason. Masennusoireilua vuonna 2021 oli enemmän kuin 2019. **Tyttöjen kokema ahdistuneisuus on ollut kasvussa pitkään**, mutta korona-aikana nousut 10 prosenttiyksikköä. Koko maassa nuorista vuonna 2021 kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuneisuudesta kertoi noin 30 prosenttia tytöistä. Pohjois-Pohjanmaalla luvut ovat muutaman prosentin alempana. Poikien vastaavat luvut ovat 5-8 prosenttia ja nousua kolmisen prosenttia joka ikäryhmässä.
- **Käyntejä terveydenhoitajalla ja lääkärillä oli aikaisempaa vähemmän, vaikka tuen tarve on kasvanut. Koulun aikuisilta saatu tuki ja apu mielialaan liittyviin asioihin oli kuitenkin lisääntynyt. Vaikka tukea oli onnistuttu kohdentamaan ahdistusoireisille nuorille, mutta silti moni heistä jäi ilman tarvitsemaansa apua. Pohjois-Pohjanmaan alueella nuorten avun saanti on haasteellisempaa verrattuna kokomaan lukuihin, varsinkin koulupsykologien ja koulukuraattoreiden palvelujen osalta.** Kysymykseen oletko saanut tukea koulupsykologilta lukuvuoden aikana varsinkin toisen asteen puolella lukion 1.-2.lk tulos on noin 4 % (kokomaa 57,40/ P-P 53,10) alhaisempi ja ammattioppilaitoksen tulos on 5 % (kokomaa 70,6/ P-P 65,60) alhaisempi kuin kokomaan vastausprosentti. Koulukuraattoreilta saatu tuki lukuvuoden aikana toisella asteella oli lukion 1.-2.lk tuloksissa 2 % ja ammattioppilaitosten tuloksissa 3 % kokomaan lukua alemmalla tasolla. Kysymyksen ollessa: "Ei ole saanut tukea koulupsykologilta lukuvuoden aikana", tulokset tukevat samaa trendiä. Lukion 1-2.lk tulos oli 4 % kokomaan vastausprosenttia suurempi ja ammattiopiston tulos 5 % kokomaan lukua suurempi. Ja kysymyksen ollessa "Ei ole saanut tukea koulukuraattoreilta lukuvuoden aikana", lukion 1-2.lk vastaukset olivat 2 % kokomaan vastausprosenttia suurempi ja ammattiopiston vastaukset 3 % kokomaan lukua suurempi.
- Suurin osa kouluterveyskyselyyn vastaajista oli tyytyväisiä elämäänsä (68,8 %– 86,4 %). Luku on kuitenkin pienennyt vuodesta 2019, kuten koko maassakin.
- Pohjois-Pohjanmaalla oli vuonna 2021 maan seitsemänneksi eniten **mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneita 18-24 vuotiaita nuoria**, eli 31,6 / 1000 vastaavanikäistä. **Osuus on noussut 1,3 yksikköä vuodesta 2020.** Suurin osa päivärahaa saaneista oli naisia, kuten koko maassakin.
- Vuonna 2020 kutsuntaikäisistä nuorista vapautuksen rauhan aikana sai 10,1 prosenttia Pohjois-Pohjanmaan ja Kainuun alueen nuorista, suurimpana syynä poistumaan mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt.

# Minun arkeni ja elämäni –kysely 2021 (Koko aineisto N=4690)

Mielen hyvinvointi, % vastaajista



# Mielen hyvinvointi - Avoimet vastaukset, lapset ja nuoret

(Alle 18v N= 1233, 18-29v N= 384)



## Alle 18 v

%



## 18-29v

%



# Kouluterveyskysely webinaari 14.12.2021, Paneeli: Mitä ajatuksia nousi näistä kouluterveyskyselyn tuloksista ja miten tulokset näyttävät omassa kunnassa?

## ● Huoli tytöistä

- Ahdistuneisuus, yksinäisyys, paha olo, uupumus ja seksuaalinen häirintä lisääntyneet (seksuaalisesta häirinnästä puhutaan enemmän ja on huomattu että sellainen toiminta, jota on pidetty normaalina ei olekaan ihan ok.)
- Ahdistuneisuutta voi lisätä mm. ulkonäköpaineet, sosiaalinen kyvyttömyys, jännitysoireet, ulkoiset paineet (some, kaveripiiri, julkiset mallit), runsas somen käyttö (hyvin ulkonäkökeskeistä), puhelinriippuvuus, riittävä yöuni, perheen yhteinen ateria
- Ammattiin opiskelevilla tytöillä päihteiden käyttö lisääntynyt Oulussa (kannabis ja muut laittomat päihteet)
- Tyttöjen sosiaalinen kyvyttömyys: joukossa voidaan "muka" hengaila, mutta todellisuudessa ovat porukan ulkokehällä ja ilman yhtään todellista ystävää
- Yhteiskunnan odotukset ja paineet, huoli omasta tulevaisuudesta
  - Voivatko nuoret vaikuttaa omiin asioihinsa, kokeeko että tulevaisuus on turvallinen ja nuori löytää paikkansa -> kunnassa on resursseja, on turvallisia aikuisia, apua saadaan ja sitä pystytään tarjoamaan nopeasti
  - Lukiossa valtava valinnan määrä valittavia opintoja – osaako valita tulevaisuuden kannalta oikein?

## ● Huoli alakoululaisista

- 4-5 lk. väkivaltakokemukset lisääntyneet – lastensuojeluilmoitukset lisääntyneet
- Aikuisten henkinen ja fyysinen väkivalta lapsia kohtaan
- Miten lapset kokevat aikuisten päihteiden käytön
- Jännitteet kotona ovat kasvaneet ja kärsijöinä erityisesti alakouluikäiset lapset, miten lapset uskaltavat puhua ongelmistaan

## ● Yleinen huoli nuorista

- Ei osata luoda uusia suhteita tai aloittaa kavereiden kanssa keskustelua
- Valtava turvallisen aikuisen kohtaamisen tarve
- Masennus, ahdistus, koulu-uupumus, läheisen ystävän puute lisääntyneet
- Korkeakouluopiskelijoilla mielenterveysongelmia enemmän kuin muulla aikuisväestöllä
- Palvelut ruuhkautuneet
- Ilkivaltaa
- Huoli nuorten mielen hyvinvoinnista sekä suojaamattomasta yhdynnästä
- Vaikeudet oppimistaidoissa etenkin toisella asteella lisääntyneet: itseopiskelun rooli kasvanut, johon kaikki eivät ole valmiita; luontaiset luokkayhteisöt toiselta asteelta ovat kadonneet (yksinäisyyden lisääntyminen?)
- Ongelmia ollut havaittavissa jo varsin nuorena
  - Jalkautuva työ ja vapaa-ajan harrastuksia tarjoavat seurat olisi tärkeää saada toimimaan koulun ja perusterveydenhuollon kanssa yhteen
  - Ennaltaehkäisevän työn pitkäjänteisyys – tulokset näkyvät vasta 10 – 15 vuoden kuluttua

## ● Suurin osa lapsista ja nuorista voi hyvin

- Pahoinvoivien osuus on pieni, mutta he työllistävät paljon mm. oppilashuoltoa

## ● Kiusaamistrendi taittumassa

- Vanhemmat keskustelevat aktiivisesti somessa -> sitä kautta asiat tulevat myös nuorisotyön tietoisuuteen
- Kouluissa panostetaan – kiusaamista ei hyväksytä, esim. Challenge –hanke Kuhmossa, jossa ojentaja –mallia testataan

## ● Huumeiden ja muiden päihteiden käyttö vähentynyt

- Nuoret tietävät mistä huumeita saa, mutta eivät käytä niitä
- Tulokset kuitenkin vaihtelevia, eri ikäluokissa eroavaisuuksia
- Raittiiden osuus on lisääntynyt ja humalajuominen vähentynyt kaikilla kouluasteilla Oulussa

## ● Työrauha kouluissa parantunut

- Opettajien lähelle tulo kehittynyt: menty karttakeppi-meiningistä enemmän tunteiden hallintaan ja tunteilla keskusteluun
- Kokemus opettajan kohtelun oikeudenmukaisuudesta vahvistunut
- Tunne ja vuorovaikutustaitojen sekä kaveritaitojen opettaminen jo varhaisiällä kantaa läpi elämän

“

**Matalan kynnyksen  
mielenterveyspalveluille  
sekä  
mielenterveysosaamisen  
lisäämiselle on edelleen  
tarvetta.**



Aluehallintovirasto

## Kehitysnäkymät: Mielen hyvinvoinnin tila, Pohjois- Pohjanmaa

- Ennen koronaa mielenterveyden häiriöt, erityisesti masennus ja ahdistus olivat tilastojen mukaan lisääntymässä ja näin myös tapahtui vuonna 2020, kun korona-pandemia oli alkanut.
- Korona pandemia on vaikuttanut laaja-alaisesti suomalaiseen yhteiskuntaan ja vaatinut meiltä kaikilta sopeutumista sekä uskoa omaan että läheisten selviytymiseen kriisistä. Psyykinen kuormitus on lisääntynyt, joka näkyy myös kaiken ikäisten elämässä.
- Sota Ukrainassa vaikuttaa turvallisuuden tunteeseen ja mielen hyvinvointiin.
- Korjaavien toimien lisäksi tarvitaan yksilön ja yhteisön suojaavien tekijöiden tunnistamista ja niiden vahvistamista sekä riskissä olevien ihmisten tukemista.
- Tarvitsemme myös lisää matalan kynnyksen palveluja, sillä erityisesti nuorilla on aikaisempaa enemmän psyykkistä kuormitusta, joka ilmenee uniongelmina sekä ahdistus- ja masennusoireina.
- STM on käynnistänyt työn matalan kynnyksen mielenterveyspalveluiden saatavuuden parantamiseksi perustason palveluissa. Pohjois-Pohjanmaalla tätä kehittämistyötä tehdään POPsote -hankkeissa.
- Mielenterveysosaamisen lisäämiselle on edelleen tarvetta.

