

Sosiaali- ja terveysministeriö
PL 33
00023 Valtioneuvosto

Monimuotoiset perheet -verkoston lausunto luonnoksesta Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma 2020–2030

1) Mielenterveyslinjaukset

Linjaus 1: Mielenterveys pääomana

Perhe- ja läheissuhteilla on valtava merkitys ihmisen hyvinvoinnille. Vastaavasti perheenjäsenten kokema syrjintä, työttömyys, stressi, yksinäisyys ja esimerkiksi kiusaaminen vaikuttavat kielteisesti mielenterveyteen.

Monimuotoiset perheet, kuten sateenkaariperheet ja yhden vanhemman perheet, kohtaavat edelleen syrjintää ja ennakkoluuloja perhetyyppinsä perusteella. Kahden kulttuurin perheiden ja adoptioperheiden kohtaama rasismi heijastuu sekä aikuisten että lasten hyvinvointiin. Myös työttömyys, lapsiperheköyhyys ja toimeentuloon liittyvä stressi ovat osa monen monimuotoisessa perheessä elävän arkea. Lapsiperheköyhyys on korostunutta yhden vanhemman perheissä. Huono-osaisuuden kasautuminen ja siirtyminen sukupolvelta toiselle asettaa lapset jo syntyessään keskenään eri asemaan.

Kuten strategialuonnoksessa kuvataan, mielenterveyteen vaikutetaan sosiaali- ja terveydenhuollon toimenpiteiden lisäksi myös monilla muilla tavoilla. Näitä ovat muun muassa laadukas varhaiskasvatus ja muut perhepoliittiset päätökset, perheiden toimeentulon turvaaminen sekä työllistymisen ja työn ja perheen yhteensovittamisen tukeminen. Näiden osa-alueiden merkitys on monimuotoisten perheiden näkökulmasta keskeinen. On esimerkiksi arvioitu, että pienituloisten vanhempien työllistyminen on yksi tehokkaimmista keinoista ehkäistä nuorten syrjäytymistä. Toimenpideohjelmaan on myös sisällytettävä läheisen kuoleman kokeneiden työntekijöiden työhönpaluuun tukemiseen liittyvät toimenpiteet.

Linjaus 2: Lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa

Erytystä huomiota tulee kiinnittää haavoittuvassa asemassa olevien lasten ja nuorten tukemiseen eri keinoin. Esimerkiksi kahden kulttuurin perheiden, sateenkaariperheiden ja yhden vanhemman perheiden lapset saattavat kokea syrjintää ja kiusaamista perhetyyppinsä perusteella. Samoin kahden kulttuurin perheiden lapset, adoptiolapset sekä itse sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön kuuluvat lapset ja nuoret voivat altistua syrjinnälle. Myös läheisen kuolema aiheuttaa usein vahvaa psykologista kuormitusta.

Kattavat ja laadukkaat varhaiskasvatuspalvelut, oppilashuollon riittävä resursointi ja mieleiset harrastusmahdollisuudet ovat keskeisiä keinoja vahvistaa lasten ja nuorten mielenterveystaitoja ja ehkäistä mielenterveyden ongelmia. Oppilashuolto on järjestettävä niin, että jokaisessa koulussa on koulupsykologi tavattavissa heti kun lapsi tarvitsee tukea. Kynnys ottaa yhteyttä koulupsykologiin on tehtävä mahdollisimman matalaksi ja lapsia on kannustettava tuen hakemiseen varhaisessa vaiheessa. Opettajilla on oltava valmiudet ohjata tukea tarvitsevat lapset keskustelemaan koulupsykologin kanssa matalalla kynnyksellä. Varhaiskasvatuksessa, kouluissa, oppilaitoksissa ja lastensuojelussa tulee myös turvata turvalliset, syrjinnästä vapaat tilat ja käytännöt.

Lasten ja nuorten kokemat mielenterveyden haasteet ovat vahvasti yhteydessä vanhempien kokemaan kuormitukseen ja mielenterveysongelmiin. Vuoden 2017 kouluterveyskyselyn mukaan elämäntapahtumat, esimerkiksi uusperheen muodostuminen, läheisen vakava sairastuminen tai kuolema ja vanhempien ero olivat yhteydessä lapsen masennusoireiluun. Elämäntapahtuminen kasautuminen lisäsi masennusoireiden esiintymistä. (Talja, Rantanen, Koivisto & Joronen: Itsearvioitu masennusoireilu ja elämäntapahtumat 4. ja 5. luokan oppilailla – Kouluterveyskysely. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2019:56: 168–180.)

Myös erotilastot ovat perinteisesti kulkeneet käsi kädessä itsemurhatilastojen kanssa. Keski-ikäisten miesten itsemurhien taustalla peräti neljäsosalla on ollut avio- tai avoero. Erytistarpeisten lasten vanhemmilla on myös kohonnut eronneisuusriski. Eroneuvonnalla ja eropalveluilla voidaan vaikuttaa eroa suunnittelevien tai eron kokneiden lapsiperheiden hyvinvointiin ehkäisevästi.

Lapsensa tai puolionsa menettäneille vanhemmille sekä perheen muille jäsenille tulee tarjota riittävää kriisiapua. Perheiden arkea helpottavan kotipalvelun saatavuus on turvattava paikkakunnasta riippumatta. Kaksosten, kolmosten tai nelosten syntyminen perheeseen tulee tunnistaa entistä paremmin haasteellisena elämäntilanteena. Vanhemman riittämätön lepo altistaa masennukselle. Monikkovanhemmat kokevat yhden lapsen kerrallaan saaneita vanhempia enemmän stressiä ja tarvitsevat enemmän tukea erityisesti vauva-ärkeen. Myös lapsiperheiden toimeentulo-ongelmiin tulee löytää kestäviä ratkaisuja.

Linjaus 3: Mielenterveysoikeudet

Strategialuonnoksen toimenpide-ehdotukset ovat kautta linjan kunnianhimoisia, laajoja, usein myös poikkihallinnollisia ja mittavia resursseja vaativia. Monimuotoiset perheet -verkoston huolena on, tuleeko tämän tason strategialla olemaan aitoa ohjausvaikutusta. Toimenpide-ehdotukset ovat sinänsä kannatettavia, esimerkkinä ehdotus 7: ”Suunnitellaan toimenpiteet köyhyyden ja eriarvoisuuden vaikutusten vähentämiseksi yksilöiden ja

perheiden mielenterveyttä heikentävinä tekijöinä.”

Linjaus 4: Ihmisen tarpeiden mukaiset, laaja-alaiset palvelut

Ihmisten moninaisten perhesuhteiden tunnistaminen on keskeinen osa vaikuttavaa mielenterveystyötä. Mielenterveyden häiriöstä kärsivän ihmisen taustalla saattaa olla esimerkiksi perhesuhteisiin liittyviä haasteita, jotka jäävät syrjinnän pelossa kertomatta. Myös lapsen ja nuoren kannalta on keskeistä, että hänen todelliset perhesuhteensa tulevat palveluissa tunnistetuiksi ilman ennakkoluuloja. Kohtaamistaitojen lisääminen madaltaa kynnystä hakea ja vastaanottaa apua. Palvelutarjonta myös tukea tarvitseville läheisille on tärkeä osa ennaltaehkäiseviä palveluita.

Lasten ja nuorten mielenterveyspalveluissa tulee pyrkiä mahdollisimman pysyviin hoito- ja asiakassuhteisiin.

Psykososiaalisten interventioiden lisäksi tulee varmistaa toimiva palveluohjaus ja pitkäketoinen tuki sitä tarvitseville. Esimerkiksi läheisen kuoleman kokeneen perheen saaman kriisiavun jälkeen jatkotuen saaminen on tärkeää, mutta nykyisellään satunnaista. Vastuu jatkotuen pariin ohjaamisesta on oltava jokaisella ammattilaisella.

Vahvempaa tukea tarvitseville voisi pohtia palveluasumisen ja avopalveluiden taitekohtaan perhehoitoa. Perhehoito saattaisi tässä tapauksessa olla sekä inhimillinen että kustannustehokas vaihtoehto.

Linjaus 5: Hyvä mielenterveysjohtaminen

Tulevaisuudessa voi nousta entistä tarpeellisemmaksi tunnistaa poliittisten päätösten mahdolliset mielenterveysvaikutukset. Tarvitaan eri politiikan sektorit läpileikkaavaa näkökulmaa. Ennakoimalla mielenterveysvaikutuksia on mahdollista tehdä mielen hyvinvoinnin kannalta edullisia investointeja ja päätöksiä.

Yksi esimerkki löytyy valmisteilla olevasta perhevapaaudistuksesta. Tuoreen Stanfordin yliopiston tutkimuksen mukaan vanhempien mahdollisuus käyttää tarpeen mukaan vanhempainrahapäiviä joustavasti yhtä aikaa vaikuttaa myönteisesti äidin fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. Tutkimuksen mukaan muun muassa ahdistuslääkkeiden tarve väheni 26 %. (Persson & Rossin-Slater: When Dad Can Stay Home: Fathers' Workplace Flexibility and Maternal Health. IZA, Institute of Labor Economics 2019.) Tutkimustiedon perusteella perhevapaajärjestelmää tulisi kehittää joustavampaan suuntaan, jossa mahdollistetaan vanhempien yhtäaikainen kotonaolo tarpeen niin vaatiessa. Eriyisen tärkeitä joustot ovat tilanteissa, joissa perheeseen syntyy tai adoptoidaan yhtä aikaa useampi kuin yksi lapsi, jos sisarusten ikäero on huomattavan pieni tai jos perheessä on muuta kuormitusta.

Perheiden monimuotoisuuden on lisäksi tarpeen olla lähtökohtana kaikessa perheisiin liittyvässä päätöksenteossa, jotta syntyvät toimenpiteet eivät sulje mitään perheryhmää tahattomasti ulkopuolelleen.

2) Itsemurhien ehkäisyohjelma

Luonnos itsemurhien ehkäisyohjelmaksi on selkeä ja toimenpiteet kannatettavia. Luonnoksessa huomioidaan kattavasti itsemurhien taustalla vaikuttavia moninaisia riskitekijöitä. Monimuotoiset perheet -verkosto muistuttaa, että muun muassa erotilastoilla on yhteys itsemurhatilastoihin. Myös lapsen kuoleman jälkeen vanhempien kuolleisuus on korkeampi. Strukturoidut vertaisryhmät (kehitetty erikseen myös miehille) helpottavat ja nopeuttavat henkistä toipumista niin erosta kuin myös perheenjäsenen kuolemasta. Riittävän ammattiavun lisäksi onkin tärkeä turvata tarvittavat vertaistukipalvelut ja palveluohjaus soveltuvan vertaistuen pariin.

Ammattiavun ja tukipalveluiden saavutettavuuteen sekä henkilöstön osaamiseen tulee panostaa, jotta tunnistettujen riskiryhmien erityistarpeisiin osataan vastata. Ohjelmassa on myös huomioitava riskien mahdollinen päällekkäisyys ja kasautuminen.

Itsemurhien ehkäisytyössä on tärkeä ottaa huomioon henkilön kaikki perhe- ja läheissuhteet, ei ainoastaan biologiset tai juridiset sukulaissuhteet. Esimerkiksi toimenpide 27 ”huomioidaan nuorten kohdalla vanhemmat ja sisarukset” olisi hyvä muuttaa muotoon ”huomioidaan nuorten kohdalla vanhemmat, sisarukset ja muut nuoren nimeämät perhe- ja läheissuhteet”.

Lausunnon aiemmat huomiot (kansallinen mielenterveysstrategia) pätevät monelta osin myös tähän osioon.

3) Mielenterveyslinjausten indikaattorit

Ei kommentteja.

4) Mahdolliset muut huomiot ja kommentit

Ei kommentteja.

Lausunto kokonaisuudessaan

Lisätietoja

Anna Moring
Johtava asiantuntija
Monimuotoiset perheet -verkosto
Kaikkien perheiden Suomi -hanke
050 3750832

anna.moring@monimuotoisetperheet.fi

Monimuotoiset perheet -verkosto

on kymmenen suomalaisen perhejärjestön yhteistyöverkosto, johon kuuluvat Adoptioperheet ry, Familia ry, KÄPY – Lapsikuolemaperheet ry, Lapsettomien yhdistys Simpukka ry, Perhehoitoliitto ry, Sateenkaariperheet ry, Suomen Monikkoperheet ry, Suomen nuoret lesket ry, Suomen Uusperheiden Liitto ry ja Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry.

Verkosto koordinoi Kaikkien perheiden Suomi -hanketta, jonka tehtävänä on kerätä ja levittää tietoa monimuotoisten perheiden erityistilanteista.

www.monimuotoisetperheet.fi