

On tärkeää tehdä laaja-alainen suunnitelma nuorten auttamiseksi

Maailmanlaajuinen Covid-19 epidemia on vaikuttanut merkittävästi arkeemme jo vuoden ajan. Pandemia ja sen leviämisen estämiseksi tehdyt välttämättömät toimenpiteet ovat aiheuttaneet erityisesti nuorille traumaattisia kokemuksia, joilla on merkittäviä vaikutuksia sekä nuoren psyykkiseen että sosiaaliseen kehitykseen.

Poikkeuksellisissa oloissa

Nuoret ovat olleet huolissaan paitsi omasta terveydestään myös vanhempiensa ja isovanhempiensa selviämisestä. He ovat viettäneet aiempaa enemmän aikaa kotona perheidensä kanssa. Monelle perheelle pandemia on aiheuttanut työttömyyttä ja taloudellisia vaikeuksia. Huoli on niistä nuorista, joiden arjesta on puuttunut huolenpito ja joilla on ollut lisääntynyt riski kohdata kotona tapahtuvaa väkivaltaa.

Nuorille tärkeät koulun aikuiskontaktit ovat vähentyneet.

Nuorten harrastustoiminta on ollut rajoittunutta. Liikunnalliset aktiviteetit ovat niukentuneet. Nuorten kehitykselle tärkeät kaverisuhteet on toteutuneet aiemmin totutusta poikkeavalla tavalla. Sosiaalisen median sekä hyvät että huonot ominaisuudet ovat korostuneet. Ruutuaika on kasvanut.

Nuorten mielenterveys

Näyttää siltä, että ne nuoret, joilla on ollut psyykkisiä ongelmia jo aiemmin, ovat kärsineet tilanteesta eniten. Nuorten masennus ja ahdistus ovat lisääntyneet. Keskittymiskyky on monella huonontunut. Unirytmii on saattanut kääntyä.

Käytettävissä olevat mielenterveyspalvelut ovat olleet rajoitetut ja osin toimineet etävastaanotoin. Jo ennen pandemiaa perustason mielenterveyspalvelut olivat liian vähäiset ja erikoissairaanhoido oli ruuhkautunut ja ylikuormittunut.

Suomen nuorisopsykiatrisen yhdistyksen hallitus ehdottaa

1. Teemaan liittyvää keskustelufoorumia (webinaaria), jossa puheenvuoron pitäjät edustaisivat eri tahoja, esimerkiksi koulu, nuorisotyö, oppilashuolto, lastensuojelu, kolmannen sektorin toimijat, nuorisopsykiatria.
2. Perustetaan eri alojen asiantuntijoista ja nuorten edustajista koostuva työryhmä, joka laatii suunnitelman ja strategian, miten nuoria autetaan selviämään pandemia-ajan seurauksista pandemian jälkeiseen aikaan.