

Nuorten mielenterveyden ja riippuvuuksien palvelut - asiakkaan polku (yli 13- vuotias)



Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue
Koonnut Mari Vuorenmäki, Kehittämissuunnittelija
Tulevaisuuden sote-keskus –hanke
9/2023

Nuoren (ja huoltajien) polku:

[Lisätietoa ja järjestötoimijoita](#),
[Yhteystietoja](#), [Lähteet](#)

[Palvelun jälkeen](#)

Akuutissa hädässä 112 tai 116117 tai
Sote-keskusten kiirevastaanotot
www.hyvaep.fi

[Palveluni aikana tapahtuvaa](#)

[Yhteydenotto ammattilaiseen](#)

[Huoli herää: oireilu ja arjen tuki](#)



Sisällysluettelo:

- [**HUOLI HERÄÄ: OIREILU JA ARJEN TUKEA**](#)
- Tietoa nuorten mielenterveyden haasteista
- Tietoa nuorten riippuvuuksista
- Nuorten mielenterveysongelmat saattavat näkyä esimerkiksi näin
- Nuorten erilaisten riippuvuuksien ongelmat saattavat näkyä esimerkiksi näin
- Tietoa nuorten mielenterveyden haasteiden ja riippuvuuksien ennaltaehkäisemisestä sekä nuoren tukemisesta haastavassa tilanteessa
- Linkkejä arkeen
- Erilaisia ryhmiä ja vertaistukea
- Jos vanhemmalla on mielenterveyden haasteita
- Jos vanhemmalla on päihderiippuvuuden haasteita
- Jos vanhemmalla on peliriippuvuuden haasteita
- [**YHTEYDENOTTO AMMATTILAISEEN**](#)
- Miten ja keneen voin ottaa yhteyttä, kun huoleni herää tai haluan apua
- Äkillinen tai kriisiytynyt tilanne
- Väkivaltaepäily
- Yhteystietoja
- [**PALVELUNI AIKANA TAPAHTUVAA**](#)
- Mitä tapahtuu kun selvitetään mikä on tilanne ja mitä palvelua tarvitaan
- Hoidon tarpeen arviointi ja Palvelutarpeen arviointi (PTA, ensiarvio): määritelmät
- Palvelujen suunnittelu
- Tutkimukset
- Nuoren tuen eri muodot
 - Sosiaali- ja terveydenhuollon antama tuki
 - Koulun tai opiskelupaikan antama tuki
 - Kelan tuki
- Palvelujen järjestäminen
- Palvelujen toteutus
- [**PALVELUN JÄLKEEN: SEURANTA JA ARVIOINTI**](#)
- [**LISÄTIETOA JA JÄRJESTÖTOIMIJOITA**](#)
- [**LÄHTEET**](#)

Huoli herää: oireilu ja arjen tuki

- [Tietoa nuorten mielenterveyden haasteista](#)
- [Tietoa nuorten riippuvuuksista](#)
- [Mielenterveysongelmat saattavat näkyä esimerkiksi näin](#)
- [Erialaisten riippuvuuksien ongelmat saattavat näkyä esimerkiksi näin](#)
- [Tietoa nuorten mielenterveyden haasteiden ja riippuvuuksien ennaltaehkäisemisestä sekä nuoren tukemisesta haastavassa tilanteessa](#)
- [Linkkejä arkeen](#)
- [Erilaisia ryhmiä ja vertaistukea](#)
- [Jos vanhemmalla on mielenterveyden haasteita](#)
- [Jos vanhemmalla on päihderiippuvuuden haasteita](#)
- [Jos vanhemmalla on peliriippuvuuden haasteita](#)

Tietoa nuorten mielenterveyden haasteista

- Nuoren mielenterveys kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Jokainen nuori on yksilö, jonka kehittymiseen vaikuttavat hänen omien piirteidensä lisäksi läheiset ihmissuhteet kotona ja koulussa. Myös poliittiset päätökset ja yhteiskunnassa vallitseva suvaitsevaisuus tai syrjintä vaikuttavat nuoreen ja hänen ympäristöönsä. Mielenterveyden kehittymisen kannalta erityisen herkkiä vaiheita ovat raskausaika ja ensimmäiset elinvuodet sekä nuoruusikä.
- Mielenterveys on tärkeä voimavara, joka auttaa selviämään iänmukaisista haasteista, olemaan myönteisessä vuorovaikutuksessa muiden kanssa ja hyväksymään oman itsensä. Hyvinvointi nuoruusaikana on arvo sinänsä, eikä sen edistämistä pitäisi perustella pelkästään tulevien, mahdollisesti aikuisiässä ilmenevien ongelmien vuoksi.
- **Häiriöt ovat monien tekijöiden summa**
 - Nuoren kehitys on yksilöllistä, eikä kaikki nuorten oireilu viittaa mielenterveyden häiriöön. Esimerkiksi käyttäytymisen ja keskittymisen vaikeudet voivat liittyä nuoren kasvuympäristön tekijöihin, jolloin ensisijaista on pyrkiä vaikuttamaan niihin.
 - Nuoruudessa voimakkaat tunteet ja niiden äkillinen vaihtelu on tavallista. Olo voi tuntua yhtenä hetkenä täysin toivottomalta ja pian taas hyvältä.
 - Murrosiässä sisäinen ja ulkoinen ärsyketulva kasvaa voimakkaasti. Nuoren mieli voi olla täynnä ajatuksia ja tunteita, joita hän vasta opettelee jäsentämään järkeviksi kokonaisuuksiksi.
 - Nuoren saattaa olla vaikea kuvailla tunteitaan ja ajatuksiaan. Häneltä voi puuttua tunnesanastoa, eikä hän välttämättä tunnista tunteiden kirjoa kehossaan ja mielessään.
 - Jos nuori ei osaa sanoittaa huoliaan, voivat tunteet ilmetä myös fyysisinä oireina, kuten vatsakipuina, päänsärkyinä tai epämääräisinä kipuina, joiden takia nuori saattaa hakeutua terveydenhuoltoon.
 - Onkin tärkeää huomioida nuorten kehitykselliset tarpeet kokonaisvaltaisesti erilaisten palveluiden järjestämisessä. Esimerkiksi koulujen tilasuunnittelussa ja toiminnan järjestämisessä tulee huomioida oppimisympäristön vaikutus nuoren mielenterveydelle.
 - Kehitystä tukeva ympäristö on erityisen tärkeä niille nuorille, joilla on erityistarpeita esimerkiksi neuropsykiatrisen oireilun, aistiherkkyyden tai liikuntarajoitteen myötä.
- Lähde ja lisätietoa:
 - Mukaellen THL [nuorten mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt – THL Mikä nuorta vaivaa ja tarvitseeko hän apua? | Mielenterveystalo.fi](#)
 - Mielenterveystalo [Nuoret | Mielenterveystalo.fi](#)

[Palaa Huoli herää: oireilu ja arjen tuki](#)

Tietoa nuorten riippuvuuksista

- Riippuvuuden eli addiktion ydinoire on aineen käytön tai toiminnan pakonomaisuus. Ihminen hakee aineen tai toiminnan tuottamaa mielihyvää tai tunnetilaa eikä enää pysty säätelemään aineen käytön tai toiminnan aloitusta, määrää tai lopettamista.
- Riippuvuutta voi olla tupakkatuotteisiin, alkoholiin, huumeisiin tai pelaamiseen (rahapelaaminen, konsolipelaaminen).
- Riippuvuussairautta sairastava ihminen ei välttämättä kykene tunnistamaan tai halua myöntää riippuvuuden aiheuttamia sosiaalisia, terveydellisiä tai taloudellisia oireita ja haittoja.
- Riippuvuuksilla on usein samanlaisia syntymekanismeja, ja riippuvuus mielletään usein yksilöiden ongelmaksi. Riippuvuuden syntyyn ja kehitykseen vaikuttaa kuitenkin yksilön ominaisuuksien ja toiminnan lisäksi vahvasti myös se sosiaalinen todellisuus, eli ne yhteisöt ja yhteiskunta, jossa elämme.
- **Riippuvuuden taustatekijät**
 - Riippuvuuden kehittyminen edellyttää toistuvaa kyseisen aineen käyttöä tai sellaista toimintaa, joka johtaa riippuvuuteen liittyviin aivo- ja psykososiaalisiin muutoksiin. Perintötekijät vaikuttavat merkittävästi yksilön riskiin sairastua riippuvuussairauteen ja esimerkiksi alkoholiriippuvuudelle altistavien perintötekijöiden on arvioitu lisäävän riippuvuuden kehittymisen riskiä noin 50 prosenttia. Myös joihinkin mielenterveyden häiriöihin liittyy suurentunut riski riippuvuuksiin. Riippuvuus voi kehittyä missä iässä tahansa.
- Lähde ja lisätietoa: THL [Päihde- ja toiminnalliset riippuvuudet - THL](#)

Nuorten mielenterveysongelmat saattavat näkyä esimerkiksi näin:

Psykologinen oireilu / Mielen haasteet

ahdistuneisuus

pelko olla yksin

nukkumisen pulmat, uniongelmat

jumittunut suru

tunnesäätelyn ongelmat

huomionhaku

seksuaalisuus

masentuneisuus

nuoren oma huolestuminen voinnistaan / kaveri huolestuu

itsesäätelyn ongelmat

surullisuus / paha olo

innostumattomuus

itkuisuus

alakuloisuus

vaikeita ja vaivia tunteita

itsetuhoisuus

oman identiteetin haku

muutokset perheessä, esim. vanhempien ero

Käytöspulmat

vetäytyneisyys/näkymättömyys

etäisyys

huomionhaku

väkivaltaisuus

elää peli/video-maailmassa

kiukkukohtaukset

hankaluutta arjessa toimimisessa

hankaluutta ihmissuhteissa toimimisessa

uhmakkuus

raivokohtaukset

aggressiivisuus

käytöspulmat

jännittäminen

pelot

kiusaaminen, myös somessa tapahtuva

rikollisuus

kriisitilanteet

Sosiaaliset haasteet

toisiin kohdistuva häiriökäyttäytyminen

kaveriongelmat

ongelmat sisarus-suhteissa

vuorovaikutuksen pulmat

leikkitaidon puutteellisuus tai kapea-alaisuus

hiljainen nuori

koulupoissaolot

muutokset koulumenestyksessä

Terveysteen liittyvät haasteet

ongelmia syömisessä

pakko-oireet

pakkotoiminnot

vatsavaivat

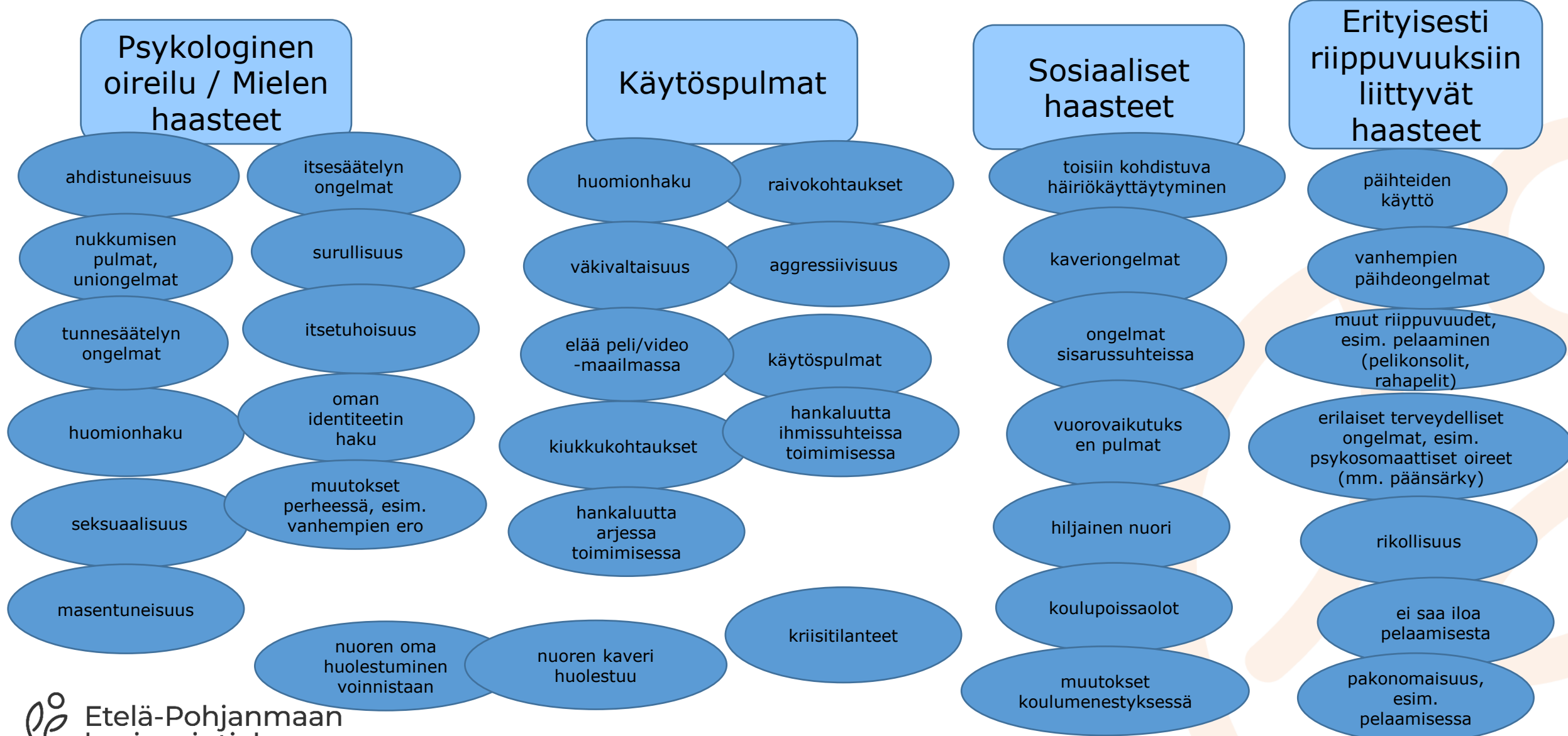
päänsärky

kastelu

tuhriminen

vanhempien mielenterveysongelmat

Nuorten erilaisten riippuvuuksien ongelmat saattavat näkyä esimerkiksi näin:



Tietoa nuorten mielenterveyden haasteiden ja riippuvuuksien ennaltaehkäisemisestä ja nuoren tukemisesta haastavassa tilanteessa

Nuorella perusasiat kunnossa

Riittävä uni
Säännölliset ruokajat
Riittävä liikunta
Ruutuajan huomioiminen
Aikuisen läsnäolo
Kaverisuhteet kunnossa
Turvallinen arki, jossa nuorella selkeät, johdonmukaiset rajat

Vanhemmuuden tuki

Koulussa huomioidaan vanhemmuus, sen haasteet ja tuetaan vanhemmuudessa

Itsetunnon vahvistuminen

Nuoren kehuminen onnistumisissa!
Haastavimmissa tilanteissa motivoiminen, nuoren kuuntelu

Ennaltaehkäisy

Ole kiinnostunut nuoresta. Kysy, mitä hänelle kuuluu.
Vietä aikaa hänen kanssaan. **Tehkää yhdessä** asioita, jotka tuottavat teille iloa.
Näytä nuorelle esimerkkiä. Pohdi, millaisen mallin nuori on kotoa saanut alkoholin ja tupakan käytöstä.
Keskustelkaa avoimesti siitä, mitä hyviä ja huonoja puolia päihteillä nuoren näkökulmasta on.
Pyri ymmärtämään nuoren syitä käyttä päihteitä.
Kannusta nuorta mukaan harrastuksiin ja luovaan toimintaan.
Tue nuoren itsetuntoa.
Sopikaa yhteisesti kotiintuloajoista.
Ole yhteydessä nuoren kavereiden vanhempiin.

Muistuta, että päihteistä on aina lupa kieltäytyä, ja omien arvojen mukaan toimimisesta voi olla ylpeä. Koskaan ei tarvitse eikä kannata käyttää päihteitä vain siksi, että muutkin käyttävät. Vaikka kaveri olisi humalassa, voi itse osallistua hauskanpitoon selvin päin.
Harjoitelkaa yhdessä, miten päihteistä kieltäydytään rohkeasti.

Nuoren koko hyvinvointi huomioitava!!

Linkkejä arkeen:

Netti sisältää runsaasti tietoa ja neuvoja. Voit tehdä myös erilaisia kyselyitä, jotka auttavat sinua jäsentämään mistä on kyse ja mistä saat apua

Mielen haasteet:

- Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue: Voimaa arkeen –kurssitoiminta [Voimaa arkeen - kurssitoiminta - Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue \(hyvaep.fi\)](#)
- Finfami [Lapset ja nuoret - Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry](#) tietoa, tukea, toivoa
- Kela www.kela.fi/kuntoutus
- Mannerheimin lastensuojeluliitto [Etusivu - Mannerheimin nuortensuojeluliitto \(mll.fi\)](#) tukea, tietoa, koulutusta
- Mieli ry [Lapset ja nuoret - MIELI ry](#) Mielenterveystaitoja voidaan opettaa ja opetella nuorten ja nuorten kanssa päivittäisessä arjessa: varhaiskasvatuksessa, ala- ja yläkoulussa, nuorisotyössä ja urheiluvalmennuksessa.
- Nuorten kompassi www.nuortenkompassi.fi
- Nuorten mielenterveystalo [Nuoret | Mielenterveystalo.fi](#) ->neuvoja, tietoa, omahoito-oppaita ja ohjelmia
- Nuorten talo [Tietoa Nuortentalosta | Nuortentalo | Terveyskylä.fi \(terveyskyla.fi\)](#) arkeen ja tulevaisuuteen liittyvää materiaalia nuorille
- Nuortennetti [Nuortennetti | MLL](#) tukea, tekemistä ja tietoa elämään liittyvistä asioista
- Nyyti ry [Etusivu - Nyyti ry](#)
- Oivamieli sivusto [Oiva - Harjoituksia mielen ja kehon hyvinvointiin \(oivamieli.fi\)](#) Oivan avulla voit lievittää stressiä, parantaa mielialaa ja löytää lisää mielekkyyttä elämään
- Pesäpuu [Etusivu - Pesäpuu \(pesapuu.fi\)](#) tukea, tietoa, koulutusta
- Sähköinen perhekeskus nuorille ”Helpperi” (tulossa)
- Sähköinen perhekeskus www.omaperhe.fi
- Terapiat etulinjaan [Etusivu - Terapiatetulinjaan](#) tietoa, koulutusta
- THL www.thl.fi tukea, tietoa, koulutusta

- Verkko nuorisotalo [Netari.fi - nettinuorisotalo, tukichat ja chat-kalenteri](#) Suomen suurin nettinuorisotalo
- Yeesi, NUORTEN OMA VALTAKUNNALLINEN MIELENTERVEYSSEURA [Etusivu | Nuorten mielenterveysseura Yeesi ry](#)
- Zekki | Miten sulla menee? [Zekki | Miten sulla menee?](#)

Riippuvuudet: lisää sivulla ” Jos vanhemmalla on peliriippuvuuden haasteita”

- Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry [Ehkäistään päihde- ja peliongelmiä jo ennen kuin ne syntyvät | Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry](#) tukea, tietoa, koulutusta
- Irti huumeista ry [Irti Huumeista ry .fi](#) tukea, tietoa, koulutusta
- Peluuri [Peluuri auttaa, kun pelaaminen haittaa](#) tietoa, tukea, materiaalia
- Pelirajaton [Vertaistukea rahapelaajille ja läheisille | Pelirajaton](#) vertaistukea rahapelaajille ja läheisille
- Päihdelinkki [Päihdelinkki.fi | Kattava verkkosivusto päihteistä ja riippuvuuksista \(paihdelinkki.fi\)](#) tietoa, tukea, omahoito
- Päihdeasiamies [Etusivu - PÄIHDEASIAMIES \(paihdeasiamies.fi\)](#) tukea, tietoa, koulutusta

Erilaisia Appeja:

- Chillaa (noin 10v. →)
- Kids’Skills (nuorten vanhemmille)

Chat:

- Apuu - aikuinen auttaa –chat [Apuu - aikuinen auttaa](#)
- Nuorten oma nettimummola | Muruset tukea [nuorten ja nuorten oma nettimummola | Muruset](#) Chat-keskustelu mummon tai vaarin kanssa
- Sekaisin-chat [Sekasin247 | Sekasin-chat // sekasin247.fi](#) keskustelupalvelu hyvinvoinnin ja mielenterveyden asioihin

[Palaa Huoli herää: oireilu ja arjen tuki](#)

Erilaisia ryhmiä ja vertaistukea

Ryhmistä ja vertaistuesta voit kysyä omalta terveydenhoitajaltasi, koulusi kuraattorilta tai muulta alueesi ammattilaiselta

- [Vertaistukiryhmät \(Suomen Mielenterveys ry\)](#)
- [Vertaistapaamiset ja -puhelut, kun läheinen sairastaa psyykkisesti \(FinFami Uusimaa ry\)](#)
- Vertaistukea kaikenikäisille päihde-, ihmissuhde- ja mielenterveysongelmista kärsiville, sekä miehille että naisille [Suomen Valkonauhaliitto](#)
- Sininauhaliitto jäsenyhteisöineen on olemassa, jotta huono-osaisuus sekä päihde- ja pelihaitat vähenisivät [Sininauhaliitto](#)
- Käynti kerrallaan terapia (KKT)
- Toimintaterapiaryhmät
- Ammatillisesti ohjattuja vertaistukiryhmiä yhdistyksillä
- MiePä- nuorten vanhempien vertaistukiryhmät
- Teiniperhekahvila(teinien vanhemmille) Seinäjoki MLL
- Voimauttavat verkkoryhmät jännittäjille(verkkoryhmä) [Jännittäjäryhmät - Ohjaamojen Onni - Ohjaamo \(ohjaamot.fi\)](#)
- Hyvinvointiryhmä(verkkoryhmä) [Hyvinvointiryhmät ja -tuokit - Ohjaamojen Onni - Ohjaamo \(ohjaamot.fi\)](#)
- Asiaa ADHD:sta (verkkoryhmä) [Asiaa autismikirjosta ja Asiaa ADHD:stä ryhmät - Ohjaamojen Onni - Ohjaamo \(ohjaamot.fi\)](#)
- Cool Kids -ryhmät
- Tunnetaitoryhmät

Jos vanhemmalla on mielenterveyden haasteita

- Mielenterveysongelmiin liittyy paljon ennakkoluuloja ja väärää käsityksiä. Siksi voi tuntua raskaalta, kun oma vanhempi sairastuu. Mielenterveyden ongelmat ovat kuitenkin yleisiä. Niitä voidaan hoitaa muun muassa keskustelun ja lääkityksen avulla. Suuri osa ihmisistä paranee tai oppii elämään sairautensa kanssa.
- Moni asia kotona muuttuu, kun vanhempi sairastuu. Vanhemman käyttäytymiseen voi tulla erikoisia piirteitä, joita on vaikea ymmärtää. Ne saattavat tuntua nuoresta hämmentäviltä ja pelottavilta.
 - Vanhempi voi suuttua tai itkeä ilman syytä.
 - Vanhempi ei ehkä uskalla lähteä kotoa minnekään.
 - Vanhempi saattaa puhua omituisia.
 - Kodin asiat voivat jäädä hoitamatta.
 - Vanhempi voi käyttäytyä tavalla, joka pahoittaa nuoren mielen.
 - Vanhempi ei ehkä osaa ottaa nuoren tarpeita ja tilanteita huomioon sekä kuunnella ja auttaa.
 - Vanhempien välille voi tulla riitoja.
- Jos vanhemmallasi on mielenterveysongelma, se voi vaikuttaa myös sinun vointiisi. Saatat:
 - tuntea ahdistusta tai masennusta
 - kärsiä unettomuudesta
 - olla levoton ja keskittymiskyvytön
 - pohtia, sairastutko sinäkin
- Nämä tunteet ovat aivan normaaleja. Jos ne jatkuvat pitkään, ne kertovat siitä, että tilanne on nuorelle liian raskas. Silloin kannattaa hakea apua. Jos nuori on koulussa, voi hakea apua kouluterveydenhoitajalta, koulupsykologilta tai kuraattorilta. Tilanteesta voi jutella vanhempien kanssa. Mukana on hyvä olla myös työntekijä, joka hoitaa vanhempaa. Nuori saa osallistua perhetapaamisiin siellä, missä vanhempaa hoidetaan. Keskustelu auttaa selvittämään ongelmia ja etsimään niihin yhdessä ratkaisuja.

➤ Lähde: Mielenterveystalo [Vanhemmallani on mielenterveysongelma | Mielenterveystalo.fi](https://www.mielenterveystalo.fi/vanhemmallani-on-mielenterveysongelma)

Jos vanhemmalla on päihderiippuvuuden haasteita

- Päihteet aiheuttavat riippuvuutta. Elimistö alkaa vaatia päihdettä, eikä sen käyttäminen ole siksi täysin vapaa valinta. Muille perheenjäsenille päihteiden käyttö näyttyy kuitenkin välinpitämättömyytenä ja rakkauden puutteena. Nuori voikin miettiä huolestuneena, miksi vanhempi käyttää päihteitä. Vakava päihteiden käyttö on aaltoilevaa. Seesteiset vaiheet, päihtyminen ja krapula seuraavat toinen toistaan. Aaltoilu rytmittää perheen elämää. Suunnitelmia on vaikea tehdä ja toteuttaa. Elämä voi olla jatkuvasti epävarmaa, täynnä pelkoa ja pettymyksiä.
- Päihteet vaikuttavat ajatteluun, tunteisiin ja käyttäytymiseen. Siksi päihteiden käyttö heijastuu myös vanhemmuuteen ja koko perheen elämään. Vanhemmalla on oikeus saada apua päihdeongelmaansa. Samalla hoitava taho voi auttaa nuorta ja perhettä. Vanhempi voi myös itse tukea nuorta.
- Päihteet vaikuttavat ihmisen kykyyn ottaa toisia huomioon sekä hallita omia tunteita ja käyttäytymistä. Vanhemman on vaikea tunnistaa nuorten mielialoja ja tarpeita sekä oman käyttäytymisen seurauksia. Vanhempi voi kiukustua mitättömästä asiasta. Helläkin vanhempi voi tulla kovakouraiseksi ja väkivaltaiseksi. Vanhemman muuttuminen toisenlaiseksi on nuorille hämmentävää, pelottavaa ja turvatonta. Kaiken ikäiset lapset tarvitsevat turvallisen aikuisen tuekseen. Toisen vanhemman merkitys usein korostuu.
- Vanhemman päihteiden käyttö herättää nuorena erilaisia tunteita: syyllisyyttä, ahdistuneisuutta, häpeää, hämmentyneisyyttä, vihaa, masentuneisuutta.
- Päihdeongelma kiristää usein puolisoiden välejä. Se voi aiheuttaa riitoja ja jopa väkivaltaa. Kodin ja lasten hoito voi jäädä vain toisen vanhemman hoidettavaksi. Se voi johtaa esimerkiksi puolison masennukseen tai päihdeongelman kehittymiseen myös hänelle.
- Vaikka vanhempi käyttääkin päihteitä, se ei määrittele koko vanhemmuutta. Päihteiden käyttäjä on myös vanhempi, joka rakastaa lapsiaan ja haluaa heidän parastaan.
- Päihteiden käytön vaikutukset uhkaavat kuitenkin vakavasti nuoren kehitystä. Siksi onkin erittäin tärkeää hakea mahdollisimman pian apua koko perheelle.
- Päihdeongelmiin liittyvä häpeä ja salailu johtavat usein siihen, että kodin tilanteista puhuminen on vaikeaa. Silloin ongelmia ei voida käsitellä eikä myöskään ratkaista. Tärkeää on asiasta puhuminen, toimintamallien miettiminen, mukavan yhteisen tekemisen suunnittelu ja avun hakeminen. Apua kannattaa hakea ennen kuin mitään pahempaa tapahtuu. Ammattiapua voit hakea:
 - A-klinikalta, perheneuvolasta, kouluterveydenhuollosta, lastensuojelusta, muista perhepalveluista, muista sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista
- Koulu voi tukea nuorta, kun kotona on vaikeaa. Niissä täytyy puuttua myös nuoren mahdolliseen kiusaamiseen. Nuoren tukeminen vaatii yhteistyötä ja kykyä puhua rakentavasti perheen ongelmista. Jos nuori on koulussa, voi hän hakea apua kouluterveydenhoitajalta, koulupsykologilta tai kuraattorilta. Nuoren tukeminen vaatii yhteistyötä ja kykyä puhua rakentavasti perheen ongelmista.

➤ Lähde: Mielenterveystalo [Tietoa vanhemmalle, jolla on päihdeongelma | Mielenterveystalo.fi](https://www.mielenterveystalo.fi/tietoa-vanhemmalle-jolla-on-paihdeongelma)

Jos vanhemmalla on peliriippuvuuden haasteita

- Nettipelit ja konsolipelit ovat hauskaa ajanvietettä ja raha- sekä digipelaaminen aiheuttaa usein voimakasta mielihyvää. Joskus ne voivat kuitenkin viedä niin suuren palan päivästä, ettei aikaa tai energiaa riitä enää muuhun. Silloin pelaamiseen tai netin käyttöön on saattanut syntyä riippuvuus ja liiallinen peleihin uppoutuminen alkaa vaikuttaa elämään negatiivisesti. Silloin voidaan puhua ongelmapelaamisesta.
- Ongelmapelaamiseen saattaa liittyä halu paeta muita ongelmia, kuten masennusta, kiusaamista tai pulmia ihmissuhteissa. Pelaajalla voi olla itsemurha-ajatuksia. Rahapelaamiseen liittyen hänellä saattaa olla velkaa ja hän ehkä rahoittaa pelaamistaan rikollisinkin keinoin. Ihmissuhdeongelmat voivat johtaa muun muassa avioeroon. Peliongelmaan liittyy usein erilaisia vaikeita tunteita, esimerkiksi syyllisyyttä, ahdistusta ja häpeää. Pelaaja saattaa salata pelaamistaan.
- Jos pelaaminen on ongelma, voi apua saada:
 - <https://www.peluuri.fi/>
 - https://www.peluuri.fi/peluuri/restart-videopelaajille?gclid=Cj0KCQjwhLKUBhDiARIsAMaTLnFchoeJLLJvJQYjmD7tDojVCVB9X6o13oXVSF2ux056MgMSmrZN9pgaAqUdEALw_wcB
 - <https://www.peluuri.fi/peluuri/tehostartti-ryhma>
 - <https://pelirajaton.fi/>
 - <https://pelirajaton.fi/vertaistukea/nettivertaistuki/>
 - <https://pelirajaton.fi/vertaistukea/vertaispuhelin/>

➤ Lähde: Mielenterveystalo [Perustietoa peliongelmistä | Mielenterveystalo.fi](#)

[Palaa Huoli herää: oireilu ja arjen tuki](#)

Yhteydenotto ammattilaiseen

- [Miten ja keneen voin ottaa yhteyttä, kun huoli herää tai haluan apua](#)
- [Äkillinen tai kriisiytynyt tilanne](#)
- [Väkivaltaepäily](#)
- [Yhteystietoja](#)

Miten ja keneen voin ottaa yhteyttä, kun huoleni herää tai haluan apua

Missä voi ottaa huolen esiin ja keneen voi olla yhteydessä:

- Omassa koulussa voi kertoa opettajalle, toiselle opettajalle, kuraattorille, terveydenhoitajalle, psykkarille (psykiatrinen sairaanhoitaja) tai muulle luotettavalle aikuiselle.
- Huolesta voi kertoa muualla sosiaali- tai terveydenhuollon palvelussa jossa jo asioidaan (muun muassa kasvatus- ja perheneuvola, perhetyö).
- Yhteyttä voi ottaa oman alueen päihdetyöntekijään. Hänellä on kokemusta myös muistakin riippuvuutta aiheuttavista asioista (esimerkiksi peliriippuvuus).
- Koulussa ammattilainen voi itse tuoda huolensa esiin.
- **Yhteydenotto käsitellään luottamuksellisesti, sillä jokaisella ammattilaisella on vaitiolovelvollisuus eli ammattilainen ei saa kertoa asiaa eteenpäin toisille ammattilaisille ilman asianomaisen (nuori, vanhempi) lupaa, poissulkien rikosepäily tai jos nuori on vaarassa. [Kts. väkivaltaepäily](#)**
- Luvan saatuaan ammattilainen voi viedä asiaa eteenpäin joko koulussa tai kasvatus- ja perheneuvolassa.

Äkillinen tai kriisiytynyt tilanne

- Nuoren äkillisissä, vakavissa mielenterveydenhäiriö tilanteissa hakeudutaan päivystykseen, jossa lääkäri arvioi hoidon tarpeellisuutta. Hoito voi tarvittaessa toteutua joko avo- tai osastohoitona.
- **Akuutissa hädässä soita 112**

Väkivaltaepäily

- **Nuoren seksuaalinen hyväksikäyttö, kaltoinkohtelu tai riisto on aina rikos, johon tulee puuttua.**
 - **Väkivallan muodot** [Väkivallan muodot – THL](#)
- Mikäli nuorella tai perheen jäsenellä on kokemus tai tunne että nuorta on kaltoinkohdeltu tai käytetty seksuaalisesti hyväksi, asiasta pitää kertoa luotettavalle aikuiselle:
 - Kertoa voi luotettavalle aikuiselle vaikka koulussa omalle opettajalle, toiselle opettajalle, kuraattorille, terveydenhoitajalle, psykykarille (psykiatrinen sairaanhoitaja) tai muualla sosiaali- tai terveydenhuollon palvelussa jossa jo asioidaan.
- Koulussa ammattilainen voi itse tuoda huolensa esiin.
- Yhteydenotto käsitellään luottamuksellisesti ja siitä tehdään ilmoitus poliisille, jos on perusteltua syytä epäillä, että lapseen on kasvuympäristössään kohdistettu rikoslain 21 luvussa rangaistavaksi säädetty teko, josta säädetty enimmäisrangaistus on vähintään kaksi vuotta vankeutta.
 - Poliisille ilmoittaminen ei edellytä täyttä varmuutta tai edes todennäköisiä syitä epäillä rikoksen tapahtuneen, vaan pelkkä epäily asiasta riittää.
- Epäiltäessä nuoren lievääkin pahoinpitelyä, tulee tehdä aina lastensuojeluilmoitus. <https://www.hyvaep.fi/palvelu/lastensuojeluilmoitus-ja-sosiaalihuoltolain-mukainen-yhteydenotto/>
- Vastuu ilmoittamisesta on sillä, joka asian havaitsee. Ilmoitusvelvollisuutta ei voi siirtää toiselle henkilölle.
- Mikäli kyse on perheen sisäisestä epäilystä, lastensuojeluilmoituksesta tai poliisille tehdystä ilmoituksesta ei saa kertoa vanhemmille tai huoltajille.
- Akuutissa hädässä soita 112!
- Nuoren on monesti hyvin vaikea kertoa seksuaalisen häirinnän tai kaltoinkohtelun uhriksi joutumisesta. Tapahtumaan liittyvä häpeä ja syyllisyys voivat saada nuoren salaamaan tapahtuneen kaikilta lähellään olevilta aikuisilta. Pelkona voi myös olla, ettei häntä uskota. Myös suhde kaltoinkohtelun tekijään, saattaa olla nuorelle tärkeä ja vaikka suhteessa tapahtuisi jotain hämmentävää, epämiellyttävää tai ikävää, ei hänelle haluta aiheuttaa ongelmia. Tekijä usein kieltää uhria puhumasta asiasta eikä nuori helposti riko tätä lupasta.
 - Tärkeää olisikin, että kun nuoren käytös jollain tavalla muuttuu, aikuiset kartoittaisivat nuoren elämää myös kysymällä: onko tapahtunut jotain ikävää tai jotain, josta haluaisit puhua? Onko joku tehnyt sinulle jotain pahaa tai epämiellyttävää?
- Lähde: [Laki lastensuojelulain 25 ja 25 d §:n... 542/2011 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX ®](#)

[Palaa
Yhteydenotto
ammattilaiseen](#)

Yhteystietoja

- Sote-keskukset
 - Lääkärien vastaanotot <https://www.hyvaep.fi/palvelu/laakaran-ja-hoitajan-vastaanotto/>
 - Kiirevastaanotot: <https://www.hyvaep.fi/palvelu/kiirevastaanotot/>
- Sosiaali- ja kriisipäivystys: puhelin 044 470 0444
 - Sosiaali- ja kriisipäivystykseen kuuluvat tilanteet, joissa tarvitaan kiireellisesti sosiaaliviranomaisen toimenpiteitä. Etelä-Pohjanmaan maakunnan asukkaiden sekä kunnissa oleskelevien henkilöiden äkillisistä ja välttämättömistä sosiaalipalveluista vastaa Etelä-Pohjanmaan sosiaali- ja kriisipäivystyskeskus.
- Perhekeskuksen asiakasohjaukset
 - Suupohja, Kurikka, Ilmajoki, puh. 040 640 2436, arkisin klo 9- 11, 13-15
 - Seinäjoki, Isokyrö, puh. 050 344 8443, arkisin klo 9- 11, 13-15
 - Lapua, Kaksineuvoinen, Järvi-Pohjanmaa, KuusSote, puh. 040 352 3841, arkisin klo 9- 11, 13-15
- Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue www.hyvaep.fi

Palveluni aikana tapahtuvaa

- [Mitä tapahtuu kun selvitetään mikä on tilanne ja mitä palvelua tarvitaan](#)
- [Hoidon tarpeen arviointi ja Palvelutarpeen arviointi \(PTA, ensiarvio\): määritelmät](#)
- [Palvelujen suunnittelu](#)
- [Tutkimukset](#)
- [Nuoren tuen eri muodot](#)
 - [Sosiaali- ja terveydenhuollon antama tuki](#)
 - [Koulun tai opiskelupaikan antama tuki](#)
 - [Kelan tuki](#)
- [Palvelujen järjestäminen](#)
- [Palvelujen toteutus](#)

Mitä tapahtuu kun selvitetään mikä on tilanne ja mitä palvelua tarvitaan:

- **Lievissä mielenterveyden ja riippuvuuden haasteissa nuori** voi tavata psykiatrista sairaanhoitajaa (koululla psyykkari/merkkari), kuraattoria tai terveydenhoitajaa. Tämä ammattilainen on vanhempiin (nuoren luvalla) yhteydessä tai vanhemmat ovat mukana käynneillä.
 - Lievissä häiriöissä nuori hyötyy muutamastakin käynnistä ammattilaisen luona eikä ole tarvetta laajemmalle palvelun kartoittamiselle.
- **Mikäli edellä mainitun kaltainen apu ei riitä, on tarpeen tehdä laajempi selvitys:**
 - Nuoren hoidon ja palvelujen tarve selvitetään ja arvioidaan laajasti sekä kokonaisvaltaisesti.
 - **huomio: Vanhemmat ovat nuoren hoidossa nuoren luvalla mukana, edellyttäen että taustat vanhempiin ja kotitilanne on selvitetty.**
 - Ammattilaiset tapaavat molemmat huoltajat. Arviointia tarvittavista palveluista tehdään moniammatillisessa ryhmässä. Ryhmä voi kokoontua eri kokoonpanoilla.
 - Ryhmä voi kokoontua nuorelle tutussa paikassa, esimerkiksi koulussa, jos tämä sopii perheelle.
 - Tapaamisissa sovitaan aina kuinka jatketaan, kuka kutsuu ryhmän koolle, missä tavataan uudelleen ja milloin. Pohditaan yhdessä myös mahdollisia jatkotoimia ja tilanteen seurantaa.
 - **Tavoitteena on muodostaa nuoren, ammattihenkilöiden ja tarvittaessa myös nuoren läheisten yhteinen näkemys tilanteesta.**
 - Tapaamisten aikana:
 - kartoitetaan lähiympäristöä, kaverisuhteita, harrastuksia, mikä on nuoren toimintakyky ja terveydentila, mitä sosiaalipalveluja ja terveydenhuollon palveluita tai muita tukitoimia nuorelle ja perheelle järjestetään.
 - täytetään erilaisia lomakkeita (niin nuori kuin aikuinen). Yleisimmin täytetään ahdistus ja masennus mittarit.
 - pohditaan myös onko tarpeen laatia nuorelle erillinen sosiaalihuollon asiakassuunnitelma tai terveydenhuollon hoitosuunnitelma ja kuka toimii nuoren omatyöntekijänä vastaten palvelujen yhteensovittamisesta ja sujumisesta.
 - pohditaan myös onko tarpeen tehdä tutkimuksia ja millaisia tutkimuksia. Nuorelle ja perheelle kerrotaan mitä nämä tutkimukset ovat ja mikä on arvioitu aikataulu niihin pääsemiseen. [Katso kohta Tutkimukset](#)
 - [Hoidon tarpeen arvio](#) on merkittävässä roolissa. Lääkärin tehtävänä on määrittää mahdollinen mielenterveyden tai riippuvuuden diagnoosi. Lääkärin tehtävänä on myös miettiä hoidon aloitusta, myös ei lääkkeellistä hoitoa.
 - tilanteen arvioinnilla pyritään tunnistamaan fyysiset oireet suhteessa mielenterveysasioihin.
 - voidaan sopia jo heti kotiin annettavasta tuesta, mikäli sille koetaan tarvetta.
 - nuorelle ja perheelle selvitetään vaihtoehdot palvelujen toteuttamisesta ja eri vaihtoehtojen vaikutukset.
- **Tilanteesta voidaan konsultoida (eli kysyä neuvoa) muilta ammattilaisilta myös anonymisti eli nimettömänä, mikäli ei ole nuoren tai perheen lupaa konsultoida nimellä tai ei ole tarvetta kysyä neuvoa nimellä.**
- **Huomioitavaa: jos on kyse kotona näkyvästä /olevasta mielenterveyden tai riippuvuuksien ongelmista tai haasteista, on sen henkilön joka tiedon vastaanottaa velvollisuus huolehtia siitä, ettei lapsi tai aikuinen ole vaarassa. Perheelle pitää ilmoittaa jos lastensuojeluilmoitus tehdään.**

Hoidon tarpeen arviointi ja Palvelutarpeen arviointi (PTA, ensiarvio): määritelmät

- Palvelutarpeen arvio = **toiminta, jossa asiantuntija tai ammattihenkilö arvioi asiakkaan palvelutarvetta ja asiakkuuden edellytyksiä yhteistyössä asiakkaan kanssa sekä sitä, millä palveluilla tarpeisiin pystytään vastaamaan.**
 - [Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX ®](#) mukaan palvelutarpeen arviointi on aloitettava viivytyksettä.
 - Palvelutarpeen arviointiin osallistuvat sosiaalihuollon asiakas, **sosiaalihuollon** ammattihenkilö ja tarvittaessa muut asiantuntijat sekä asiakkaan läheiset.
 - Ensiarvion palvelutarpeesta tehdään 7 arkipäivän sisällä. Palvelutarpeen arviointi tehdään kolmen kuukauden sisällä yhteydenotosta.
- Monialaisena yhteistyönä tehtävä palvelutarpeen arviointi vastaa siis sosiaalihuoltolain ja terveydenhuoltolain edellyttämää palvelun tai hoidon tarpeen arviointia.
- Pta yhteenvedossa kirjataan johtopäätökset nuoren palveluiden tarpeista.
- Hoidon tarpeen arvio = **hoitoprosessin eri vaiheisiin kuuluva toiminta, jossa terveydenhuollon ammattihenkilö mahdollisuuksien mukaan yhteisymmärryksessä asiakkaan tai potilaan tai tarvittaessa tämän edustajan kanssa tekee arvion asiakkaan tai potilaan tarvitsemasta hoidosta ja sen kiireellisyydestä.**
 - Kiireettömän hoidon tarpeen arvioinnin lakisääteisistä määräajoista ja muista ehdoista perusterveydenhuollossa, erikoissairaanhoidossa ja nuorten mielenterveyspalveluissa säädetään terveydenhuoltolaissa (<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#L6P51> §51, §52 ja §53). Näiden määräaikojen ja ehtojen perusteella seurataan terveydenhuollon eri palvelunantajien hoitoon pääsyn toteutumista.
 - Hoidon tarpeen arvion määrä-ajat (kiireetön hoito pitää saada yhteys ja saada hoidon tarpeen arvio 3vrk:ssa, 1.9.23 jälkeen 1 vrk:ssa)
- Erilaiset suunnitelmat:
 - Sosiaalihuollon asiakassuunnitelmassa kuvataan asiakkaan tarvitsemat sosiaalipalvelut ja muu tuki, hänen itsensä toteutettavaksi tarkoitetut voimavarot ja ylläpitävät ja vahvistavat toimet sekä yhteistyöhön osallistuvat tahot.
 - Terveystarpeen arvioinnin suunnitelmassa kuvataan kaikki potilaan terveysongelmat sekä niihin liittyvät terveydenhuollon palvelunantajien suunnittelemat tutkimus-, hoito-, kuntoutus- ja seurantatoimet.
 - Erillisten suunnitelmien sijasta asiakkaan suostumuksella voidaan laatia monialainen suunnitelma yhteistyön ja vastuunjaon selkeyttämiseksi.

Palvelujen suunnittelu

- Kun nuoren ja mahdollisesti perheen sosiaali- ja terveyspalvelujen tarve on pitänyt arvioida, ryhdytään yhdessä suunnittelemaan sitä, miten hoito ja palvelut sovitetaan yhteen nuoren ja perheen kannalta mielekkäällä ja toimivalla tavalla.
 - **Yhdessä pohditaan myös voiko nuoren tilannetta jäädä vain toistaiseksi seuraamaan ja mitkä ovat ne tukimuodot, joita nuoren ja perheen on hyvä saada.**
- Ennen palvelujen suunnittelun aloittamista sovitaan kuka koordinoi suunnitelman laatimista eli kuka sovittaa palvelut yhteen perheen kanssa nuorelle sopivalla tavalla. Näin pyritään välttämään päällekkäisyyksiä. Samalla varmistetaan sujuva arki nuorelle ja perheelle.
 - Sovitaan myös mikä palvelu tai toiminta alkaa heti, mikä myöhemmin. Sovitaan yksi asia kerrallaan ja laitetaan asiat tärkeysjärjestykseen. Tavoitteet ovat käytännöllisiä, pieniksi pilkottuja tavoitteita (nuoren tai perheen määrittelemät tai yhdessä määritellyt).
- Nuoren ja perheen kanssa aloitetaan työskentely:
 - Tilannetta voidaan selvittää kasvatus- ja perheneuvolassa. Siellä sovitaan työntekijät, jotka lähtevät asiaa viemään eteenpäin.
 - Koulun henkilökunta voi tehdä tilanteen selvittelyä koulussa (koululääkäri, terveydenhoitaja, psykiatrinen sairaanhoitaja, päihdetyöntekijä).
 - Psykologi ja lääkäri miettivät kuinka paljon haasteet kuormittavat nuorta. Lääkäri tekee diagnoosin, mikäli se on tarpeen.
 - Lääkärin vastaanotolla nuori on aina mukana. Vastaanotto voi olla moniammatillinen. Perheen läsnäolo riippuu tilanteesta.
 - Kasvatus- ja perheneuvolan tai koululääkärin kautta mennään yleensä (lääkärin läheteellä) erikoissairaanhoidon pariin lasten- ja nuorisopsykiatrian puolelle mikäli tälle ilmenee tarvetta.
- Vanhempien on oikeus saada ohjausta ja neuvontaa vanhemmuuteen ja nuoren kanssa toimimiseen.
 - Tärkeää on selvittää vanhempien voimavarat toteuttaa sovittuja suunnitelmia ja mitä apuja sekä tukea tarvitsette tässä.
- Nuorelle ja perheelle kerrotaan myös arviot aikatauluista miten pian mihinkin palveluun pääsee tai jos joutuu jonottamaan palvelua, niin kuinka pitkä on jonotusaika.
- Mahdollista on myös mielenterveys- tai päihdekuntoutuksen palveluihin siirtyminen.

Tutkimukset

- Kun on herännyt huoli nuoresta tai aloitetut varhaisen tuen tukitoimet eivät riitä, voidaan tehdä tutkimuksia tarkemman tilanteen selvittämiseksi.
- Tutkimukset tehdään perustasolla eli koulussa (terveydenhoitaja, psykiatrinen hoitaja), kasvatus- ja perheneuvolassa tai sotekeskuksessa (lääkärin vastaanotto). Tarvittaessa ammattilaiset kysyvät neuvoa ja lisätietoa erityistasolta, esimerkiksi nuorisopsykiatrialta.
- Tutkimuksilla ja tilanteen arvioinnilla pyritään tunnistamaan fyysiset eli somaattiset asiat suhteessa mielenterveysasioihin.
- Ennen tutkimuksiin ohjaamista on tehty arvio eli selvitys nuoren ja perheen tarpeista, katso luku [Mitä tapahtuu kun selvitetään mikä on tilanne ja mitä palvelua tarvitsette](#)
- Tietoa kerätään:
 - nuoren psyykkisestä ja fyysisestä terveydentilasta ja oireilusta: miten nuori voi, miten hän jaksaa.
 - oireiden kehityshistoriasta ja esiintymisestä, esimerkiksi koska oireet ovat tulleet esille, kuinka kauan niitä on ollut, miten ne vaikuttavat nuoren elämään.
 - riippuvuuden (päihde, peli, huume, tai muu vastaava) kehityshistoriasta ja esiintymisestä, esimerkiksi koska oireet ovat tulleet esille, kuinka kauan niitä on ollut, miten ne vaikuttavat nuoren elämään.
 - toimintakyvystä ja suoriutumisesta eri ympäristöissä, eli miten nuori pärjää koulussa, miten kotona sujuu, miten kaverien kanssa sujuu.
 - nuoren ja perheen elämäntilanteesta, esimerkiksi millainen perhe on, onko nuorella sisaria, miten arki sujuu.
 - nuorta (ja perhettä) havainnoimalla eli nuorta (ja ehkä teitä perheenä) seurataan ja havainnoidaan miten nuori toimii erilaisissa tilanteissa esimerkiksi luokassa.

Nuoren tuen eri muodot

- [Sosiaali- ja terveydenhuollon antama tuki](#)
- [Koulun tai opiskelupaikan antama tuki](#)
- [Kelan tuki](#)

Sosiaali- ja terveydenhuollon antama tuki

- **Sosiaali- ja terveydenhuollosta on mahdollista saada erilaista tukea niin nuorelle kuin koko perheelle. Tässä on osa mahdollisen tuen muodoista (lisää voit kysyä omalta terveydenhoitajaltasi, koulusi kuraattorilta tai muulta alueesi ammattilaiselta):**
 - Erilaiset terapiatyöskentelytavat (sekä yksilönä että perheenä):
 - IPC, Cool Kids, Käynti kerrallaan terapia (KKT), Ihmeelliset vuodet, perheneuvolan vanhempainohjaus, sovittelu, parisuhdetyö, perheterapia, lyhytterapia, kuntoutuspsykoterapia
 - omahoito-ohjelmat, löytyy muun muassa nuorten mielenterveystalon sivuilta <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/nuoret>
 - ryhmät nuorille ja vanhemmille katso täältä [Erilaisia ryhmiä ja vertaistukea](#)
 - perheen tunnetaitotyöskentely, tunnetaitoryhmät, vuorovaikutusarviointi -hoito
 - psykiatrisen sairaanhoitajan, kuraattorin ja päihdetyöntekijän tapaaminen
 - riippuvuushoidot
 - varhaisen tuen perhetyö, lapsiperheiden kotipalvelu
 - tukikäynnit / perhekäynnit
- Työskentelyn periaatteet:
 - Nuorten yksilöllisten kehityksellisten riskien sekä nuoren ja vanhemman vuorovaikutusongelmien tunnistaminen, nuorten mielenterveysongelmien ja -häiriöiden sekä nuorten neuropsykiatristen häiriöiden tunnistaminen, arviointi ja diagnostiset perustutkimukset.
 - Nuorten lievien ja keskivaikeiden mielenterveysongelmien ja -häiriöiden sekä erilaisten riippuvuuksien tunnistaminen, tuki ja hoito sekä nuorten vanhempien psykososiaalisiin ongelmiin liittyvä varhainen hoito ja tuki yhteistyössä sosiaalihuollon ja aikuisten palveluiden kanssa.
 - Nuoren ja vanhemman vuorovaikutusta, vanhemmuutta, nuorta ja nuoren sosiaalista verkostoa tukevat interventiot lievissä ja keskivaikeissa häiriöissä.
 - Nuorten arkiympäristöjen toimijoiden (mm. koulu) konsultointi nuorten mielenterveyteen ja sen hoitoon liittyvissä asioissa.
 - Matalan kynnyksen palveluiden toteuttaminen moniammatillisessa ja monitoimijaisessa verkostossa yhteistyönä sekä tarvittaessa yhteistyössä nuortenpsykiatrian erityistason konsultaatioiden ja jalkautuvien palveluiden kanssa.
- Muut terapiamuodot <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/terapia/muut-terapiamuodot>

Koulun tai opiskelupaikan antama tuki

- Perusopetuslain mukaan nuorella on oikeus saada opetussuunnitelman mukaisen opetuksen ohella oppilaanohjausta ja riittävää oppimisen ja koulunkäynnin tukea koko opetuksen ajan. **Tukea on annettava heti, kun tuen tarve ilmenee.**
- **Tuen tasot ja tukimuodot**
 - Tuen tarpeen varhaiseksi havaitsemiseksi nuoren tilannetta tulee seurata ja aloittaa tuen antaminen heti, kun siihen ilmenee tarvetta. Yhteistyö nuoren (ja huoltajan) kanssa on tärkeää sekä tarpeiden selvittämisen että tuen suunnittelun ja onnistuneen toteuttamisen kannalta.
 - Nuoren saaman tuen tulee olla joustavaa, pitkäjänteisesti suunniteltua ja tuen tarpeen mukaan muuttuvaa.
 - **Oppimisen ja koulunkäynnin tuen kolme tasoa ovat yleinen, tehostettu ja erityinen tuki.** Näistä nuori voi saada kerrallaan vain yhden tasoista tukea. Tukimuotoja ovat esimerkiksi tukiopetus, osa-aikainen erityisopetus, avustajapalvelut ja erityiset apuvälineet. Jokaisella tuen tasolla voidaan käyttää kaikkia eri tukimuotoja lukuun ottamatta erityisen tuen päätökseen perustuvaa erityisopetusta.
- Lähde: Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023 <https://okm.fi/oppimisen-ja-koulunkaynnin-tuki>

Kelan tuki

- Kela järjestää kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja lapsille, nuorille ja aikuisille sekä heidän perheilleen ja läheisilleen. Sopeutumisvalmennuskurssit auttavat lasta ja hänen perhettään sopeutumaan sairauden tai vamman mukanaan tuomiin muutoksiin.
- Sopeutumisvalmennuksesta ja muista kuntoutusvaihtoehdoista voi keskustella lasta tai nuorta hoitavan tahon kanssa.
 - lisätietoa Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseista (Kela) <https://www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumisvalmennuskurssit>
- Kelan kuntoutus
 - Jos nuoren on sairauden tai vamman vuoksi vaikea valita ammattia tai selvittää opinnoista tai töistä, nuori voi saada tukea kuntoutukseen. Kela järjestää kuntoutusta kaikenikäisille ja turvaa toimeentuloa kuntoutuksen aikana. Kuntoutus auttaa elämään sairauden kanssa, jatkamaan töissä tai palaamaan työelämään.
 - nuoren kuntoutusraha [Nuoren kuntoutusraha | Henkilöasiakkaat | Kela](#)
 - nuoren kuntoutusrahaa maksetaan opiskelun tai muun työelämään tähtäävän kuntoutuksen ajalta.
 - nuoren kuntoutusrahaa, voi saada jos:
 - nuori on 16–19-vuotias.
 - työ- tai opiskelukyky tai mahdollisuus valita ammatti tai työ on heikentynyt sairauden tai vamman vuoksi.
 - nuori tarvitsee erityisiä tukitoimia, jotta voi opiskella tai osallistua muuhun työllistymistä edistävään kuntoutukseen (esim. työkokeilu tai -harjoittelu).
 - nuorelle on laadittu hyvinvointialueella henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelma (KHOPS) opiskelun tai muun kuntoutuksen ajalle.
- **Ajankohtaiset tiedot ja lisätietoa Kelan sivuilta www.kela.fi**

Palvelujen järjestäminen

- Perheelle ja lapselle järjestetään yhdessä ammattilaisten kanssa tarvittavat palvelut. Osan palvelujen järjestämisestä voi jäädä perheen vastuulle, mutta tästä kerrotaan perheelle (esimerkiksi jotain palvelua perheen pitää itse hakea eikä se tule automaattisesti).
- Tarvitut palvelut järjestetään yhdessä laaditun suunnitelman perusteella.
- Palveluita voidaan toteuttaa moniammatillisesti.
- Monialaisena yhteistyönä arvioidaan myös palvelujen aikataulutus ja se, mitkä palvelut on mahdollista toteuttaa samanaikaisesti.
 - Palvelut voivat olla Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueen omia palveluita tai ne voidaan ostaa esimerkiksi yksityiseltä palveluntuottajalta. Palvelua voi saada myös vaikka järjestöstä.
- Ammattilaisten on tärkeää tietää mitä palveluita on jo olemassa, ettei ole montaa samanlaista palvelua menossa yhtä aikaa.
- Yhdessä sovituista asioista annetaan kirjallinen kooste perheelle.

Palvelujen toteutus

- Sovitut palvelut toteutetaan yhdessä sovitun suunnitelman mukaisesti eri toimialojen kesken.
- Eri toimijoiden välisistä vastuista ja yhteydenpidosta sovitaan yhdessä nuoren ja perheen kanssa.
- Etukäteen on hyvä myös sopia myös toimintatavoista, jos palveluissa tulee muutoksia tai viiveitä eli keneen voit ottaa yhteyttä, jos jokin palvelu ei toimi tai siihen tulee muutoksia.

Palvelun jälkeen: seuranta ja arviointi

- Sovittuja palveluita ja niiden toteutumista seurataan ja arvioidaan koko niiden toteutuksen ajan.
- Palveluiden yhteen sovittamista arvioidaan myös koordinoitivastuussa olevan työntekijän koolle kutsumassa yhteistyöverkostossa.
 - Yhteistyöverkostossa kootaan yhteen eri palveluissa tehdyt havainnot nuoren ja perheen hyvinvoinnista.
 - Tarvittaessa palvelut organisoidaan uudelleen ja palveluiden toteutusta muutetaan.
 - Suunnitelmaa on syytä tarkistaa, kun nuoren tai perheen tuen tarpeissa tapahtuu olennaisia muutoksia tai palveluiden yhteen sovittaminen ei onnistu.
- Mahdollista lääkehoitoa seurataan erikseen sovitun terveydenhuollon ammattilaisten toimesta.
- Palveluiden seuranta ja arviointi on jatkuva prosessi, jossa huomioidaan nuoren ja perheen kokemukset sekä palveluiden toteutuminen suhteessa yhteistyössä laadittuun suunnitelmaan.
 - Mittareina voi olla: nuoren / vanhemman kokemus, muutokset toimintakyvyssä, koulupoissaoloissa ja koulumenestyksessä, voinnin kehitys.

Lisätietoa ja järjestötoimijoita:

- Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue www.hyvaep.fi
- Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa [Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa \(julkari.fi\)](#)
- Mielenterveystalo – päihteet [Päihteet | Mielenterveystalo.fi](#)
- Nuorten mielenterveystalo [Nuoret | Mielenterveystalo.fi](#)
- OmaPerhe sähköinen perhekeskus www.omaperhe.fi

- Katso tästä [Linkkejä arkeen](#)

Innokylä:

- <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/perhekeskus-nuorten-mielenterveyden-ja-riippuvuuksien-palvelut-asiakkaan-polku-yli-13>

Lähteet

- Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri (Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue). Tutkintapyyntö ohje lapsen kohdistuneen seksuaalirikoksen epäilystä tai lapsen henkeen ja terveyteen kohdistuvan rikoksen epäilystä
- Kela. www.kela.fi
- Lehmuskoski Antero, Ålander Anne, Immonen Maila, Virtanen Nina, Lohijoki Hanna & Jokinen Taina. 2021. Kirjaaminen monialaisessa työyhteisössä. THL. [Kirjaaminen monialaisessa yhteistyössä \(julkari.fi\)](#)
- Mielenterveystalo [Vanhemmallani on mielenterveysongelma | Mielenterveystalo.fi](#)
- Mielenterveystalo [Tietoa vanhemmalle, jolla on päihdeongelma | Mielenterveystalo.fi](#)
- Mielenterveystalo [Perustietoa peliongelmistä | Mielenterveystalo.fi](#)
- Mielenterveystalo [Mikä nuorta vaivaa ja tarvitseeko hän apua? | Mielenterveystalo.fi](#)
- Mielenterveystalo [Nuoret | Mielenterveystalo.fi](#)
- Mielenterveystalo <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/paihteet/nuorten-paihteiden-kaytto>
- [Lapset ja nuoret - MIELI ry](#)
- Mieli <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/>
- Oppimisen ja koulunkäynnin tuki. Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2023. [Oppimisen ja koulunkäynnin tuki - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö](#) Viitattu 1.6.2023
- Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301 [Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX ®](#)
- Sosiaalihuoltolaki [Laki lastensuojelulain 25 ja 25 d §:n... 542/2011 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX ®](#)
- Sotesanasto [Sote-sanastot - Sanasto - Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistamisen keskeiset käsitteet \(thl.fi\)](#)
- Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326 [Terveydenhuoltolaki 1326/2010 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX ®](#)
- THL [Päihde- ja toiminnalliset riippuvuudet - THL](#)
- THL [nuorten mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt - THL](#)
- THL Väkivallan muodot [Väkivallan muodot - THL](#)
- Kuvat [Papunet Kuvapankki](#)

[Palaa alkuun](#)