



Ratkaisuja nuorten mielen hyvinvoinnin tueksi

Väliraportti 2022–2025

Tähän väliraporttiin olemme koonneet tietoa IMAGINE-hankkeen ensimmäisen kauden tutkimustoiminnasta, tuloksista, tapahtumista, vuorovaikutuksesta ja yhteiskunnallisesta vaikuttavuudesta.

IMAGINE-hankkeessa tavoitteenamme on turvata nuorten tasavertainen pääsy vaikuttaviin matalan kynnyksen mielenterveyspalveluihin sekä sujuvampi siirtymä aikuisuuteen ja nuorten osallisuus yhteiskunnassa mielenterveysongelmista huolimatta.

Tutkimuksemme keskittyy neljään psykososiaaliseen lyhytinterventioon:

- Nuorten vuorovaikutusohjanta (IPC-N; engl. Interpersonal Counselling for Adolescents) masennuksen ehkäisyyn opiskeluhuollossa,
- Ryhmät kuntoon -ryhmäinterventio (G4H; engl. Groups 4 Health) yksinäisyyden vähentämiseen korkeakouluympäristössä,
- kognitiivinen terapia nuorten sosiaalisten tilanteiden pelon hoitoon (TMT; Tosi minä -treeni) ja
- koulukoteihin ja vankeinhoitoon suunnattu myötätuntotyöskentely yhdistettyä virtuaalitodellisuudessa tapahtuvaan taitoharjoitteluun (CFT+VR; engl. Compassion-focused therapy with Virtual Reality).

Kehitämme interventioita Suomeen sopiviksi. Esimerkiksi virtuaalitodellisuutta hyödynnetään tutkimuksessamme ensimmäistä kertaa myötätuntotyöskentelyssä. Teemme tiivistä kansainvälistä yhteistyötä interventioiden kehittäjien kanssa (Portugali, Australia, Alankomaat ja Iso-Britannia).

Alustavia tutkimustuloksia

Olemme tuoneet Suomeen kolme uutta, muualla vaikuttavaksi osoitettua ja nuorille suunnattua lyhyttä psykososiaalista interventiota. Näiden kolmen intervention lisäksi olemme arvioineet soveltuvuutta ja vaikuttavuutta nuorten vaikuttavuusohjannasta (IPC-N). Ensimmäisten tulosten perusteella tutkittavat interventiot soveltuvat Suomeen hyvin.

- Interpersonaalisen psykoterapian (IPT) vaikuttavuus nuorten masennuksen ennaltaehkäisyyn ja hoitoon osoittautui kohtalaiseksi systemaattisessa katsauksessamme. Suomalaisessa aineistossa IPC-N muodostaa merkittävän osan saadusta avusta.
 - Ryhmät kuntoon -interventio vähensi opiskelijoiden ahdistus- ja masennusoireita sekä yksinäisyyttä.
 - CFT+VR vähensi tunnekylmyyttä, sekä paransi terapeutista yhteistyösuhdetta ja itseymmärrystä.
 - Tosi minä -treeni on kouluun soveltuva ja hyödyllinen hoito nuorten sosiaalisten tilanteiden pelkoon (STP).
- 

Suosituksemme: Kun vaikuttavaksi osoitettu menetelmä tuodaan Suomeen, sen muokkaus tulee tehdä hallitusti ja läpinäkyvästi. Soveltuvuus ja mielellään myös muokatun menetelmän vaikuttavuus olisi hyvä arvioida Suomessa. Arviointiin liittyvää resurssia ja osaamista tarvitaan nykyistä enemmän.

Tutkimuskatsauksemme mukaan nuorten osallisuutta ei vielä osata hyödyntää mielenterveyspalveluissa: nuoria on pääosin kuultu aikuisten ehdolla tai he ovat toimineet konsultteina aikuisille, kun nuorten mielenterveyspalveluita on kehitetty ja arvioitu.

Suosituksemme: Palveluiden yhdenvertaisuus ja nuorten sitoutuminen hoitoon voivat parantua kuulemalla nuorten ääntä, hyödyntämällä nuorten kokemusasiantuntijuutta sekä nuorilähtöisyydellä.

Haastatteluaineistomme osoittivat, että IPC-N-menetelmän implementointiin ei asetettu tarpeeksi selkeitä kansallisen tason tavoitteita. Menetelmän käyttöönotto ja koulutus vaihtelivat alueittain, eikä yhtenäistä seuranta ole. Hankerahan loputtua 2023 menetelmän käyttö on vähentynyt huomattavasti.

Suosituksemme: Menetelmän juurtumiseen tarvitaan selkeää johtajuutta, yhdenmukaista viestintää, yhteisesti asetettuja tavoitteita ja indikaattoreita onnistumiselle. Kunkin menetelmän ylläpitäjän (osaamiskeskus tai muu taho) ja menetelmän käyttöönottoa hyvinvointialueilla tukevien henkilöiden rooli on tässä keskeinen.

Tutkimustoiminta numeroina

- 62** julkaisua
- 20** osallistumista kotimaisiin ja kansainvälisiin tiede- ja tutkimuspäiviin tai konferensseihin
- 14** väitöskirjatutkijaa
- 13** mediaesiintymistä
- 67** luentoa tai muuta esitystä erilaisissa tilaisuuksissa
- 28** asiantuntijalasuntoja tai -puheenvuoroja eduskunnassa tai asiantuntijajäsenyyksiä työryhmissä

Nostot hankkeen yhteiskunnallisesta vaikuttavuudesta

- Järjestimme yhteistä dialogia tukevia Kuvittele, jos... -tilaisuuksia ja YOUNG-ohjelman yhteisiä sidosryhmätilaisuuksia. Niiden avulla lisäämme jatkossakin yhteistyötä, keskusteluja ja tiedonvaihtoa keskeisten sidosryhmäkumppanien kanssa.
 - Lue lisää Kuvittele, jos onnistuisimme paremmin tukemaan lasten ja nuorten mielenterveyttä -tilaisuudesta.
 - Lue lisää Kuvittele, jos nuorten ääntä kuultaisiin mielenterveyden tuessa herkemmin -tilaisuudesta.
- Kuulimme nuoria terapiatakuuseen liittyvän lain valmistelussa. Teimme nuorille valmisteluun liittyvän kyselyn, jossa kartoitettiin heidän toiveitaan mielenterveyspalveluista. Yliopistotutkija Päivi Berg konsortioistamme oli kuultavana sosiaali- ja terveysministeriössä ja auttoi nuorten osallistamisessa.

- Keräsimme lyhytinterventtioiden käyttöönotosta ja juurruttamisesta tietoa, jota olemme levittäneet Suomessa. Tietoja on hyödynnetty mm. [Itlan Miten onnistun implementoinnissa? -oppaassa \(2023\)](#), implementoinnin verkkokoulussa, tekeillä olevilla implementoinnin sivuilla, johtajille suunnatussa webinaarisarjassa sekä useissa suomenkielisissä julkaisuissa.
- Tarjosimme IMAGINE-hankkeen tuloksia useiden, eri alojen asiantuntijoiden työn tueksi. Olemme tukeneet mm. terapiatakuulain säätämisessä ja toimeenpanon valmistelussa sekä lausuneet terapiatakuuesityksistä. Olemme taustoittaneet eduskunnan valiokuntia ja Palkon työryhmiä pyydetyksi. Palkon työryhmään saimme myös nimetyn edustajan IMAGINE-konsortioista. Tulevaisuusvaliokunta ehdotti konsortiomme johtajan Jari Lahden esityksen ja konsortiomme varajohtajan Outi Linnarannan lausunnon tukemana, että Suomi esittää lasten ja nuorten mielenterveyden nostamista yhdeksi EU:n kärkiteemaksi.
- Julkaisimme kaksi politiikkasuositusta DECA-hankkeen kanssa.
 - [Digitaalinen sivistys kansalaistaidoksi varhaiskasvatuksesta vanhuuteen. Julkilausuma digitaalisen informaatiolukutaidon huomioimisesta tulevaisuuden hallitusohjelmanneuvotteluissa. \(2023\)](#)
 - [Eri ryhmät huomioiva medialukutaito on kansallisen informaatioturvallisuuden tuki. \(2025\)](#)
- Lisäksi julkaisimme useita uutisia, tiedotteita, verkkosivusisältöjä, somepostauksia ja uutiskirjenostoja IMAGINE-hankkeen, YOUNG-onhjelman sekä hankkeessa mukana olevien organisaatioiden, kuten THL:n kanavissa.

Olemme kohdanneet yli 16 000 nuorta osana Vuorovaikutusohjannan käyttöönotto Suomessa -tutkimuksen infotilaisuuksia, joissa käsiteltiin mielen hyvinvointia ja avunsaantimahdollisuuksia.

Katsaus tulevaisuuteen



Kuva 1. Vaikuttavuustavoitteemme

Toisella rahoituskaudella pääpaino kaikkien tutkimusteemojemme kohdalla on kerättyjen aineistojen osalta tulosten analysoinnissa, niiden julkaisemisessa ja päähavainnoista viestimisessä. Näkökulmina ovat interventioiden vaikuttavuus, kustannusvaikuttavuus, implementointi ja interventioihin sitoutuminen.

1) Kun menetelmien soveltuvuus ja vaikuttavuus on varmistettu, sovellamme konsortion implementointituloksia ja tuemme kaikkien interventioiden juurtumista sekä laajennamme interventioiden toteutusta.

2) Hyödynnämme yhdessä Itlan kanssa rakennettua vuorovaikutteista implementoinnin valmennusmallia. Arvioimme uudestaan IPC-N:n juurtumisen nykytilannetta kaikilla hyvinvointialueilla ja teemme syventäviä haastatteluja viidellä alueella. Tutkimme myös IPC-N:n

kirjaamiskäytäntöjä. Tämän jälkeen sovellamme valmennusmallia IPC-N juurtumisen tueksi ja tutkimme mallin vaikuttavuutta.

Toteutamme kolmen intervention (IPC-N, RK, TMT) taloudellisen arvioinnin ja CFT+VR:n intervention kustannusarvioinnin. Taloudellisessa arvioinnissa vertailemme interventioita kontrolliryhmiin kustannusten ja terveyshyötyjen suhteen. Tarkastelemme kustannuksia yhteiskunnallisesta näkökulmasta ottaen huomioon interventiokustannukset sekä sosiaali- ja terveyspalvelujen käyttöön liittyvät kustannukset. Täydennämme aineistoa tarvittaessa kattavilla rekisteriaineistoilla.

3) Keskitymme nuorilähtöisyyden ja osallisuuden tutkimiseen. Tarkoituksenamme on laskea kynnystä osallistua interventioihin ja huomioida hoitomotivaation lisääminen osana interventioita. Pääsemme tutkimaan hoitomotivaation kasvattamiseen tähtäävän erittäin lyhyen intervention vaikuttavuutta. Hyödynnämme some-aineistosta saatuja havaintoja kielellisistä ilmaisuista ja esteistä hoidon hakemiselle. Muokkaamme tuloksiin perustuen interventioita tarvittaessa edelleen niin, että ne olisivat nuorten hyväksymiä ja saavutettavia.

4) Tunnistamme oire-, voimavara- ja toimintakykymittareita, joilla voi parhaimmin ennustaa tulevaa palvelutarvetta ja tunnistaa ehkäisevän tai hoitavan intervention tarve varhaisessa vaiheessa. Neljän intervention seurannassa olemme käyttäneet pääosin samoja mittareita tiedon vertailemiseksi.

Vuorovaikutuksen osalta jatkamme tiivistä yhteistyötä sidosryhmien kanssa. Tavoitteenamme on dialogisen yhteistyön kautta juurruttaa interventiot osaksi palvelutarjontaa. Pääpainomme toisella kaudella on tutkitun tiedon levittämisessä niin käytännön työntekijöille, kuin suunnittelijoille ja päätöksentekijöille. Järjestämme sidosryhmätilaisuuksia, kokoamme tietoa viestinnällisesti järkevään muotoon ja tuotamme politiikkasuosituksia.

Virtuaalitodellisuutta hyödynnetään ensimmäistä kertaa myötätuntotyöskentelyssä IMAGINE-hankkeessa.

Julkaisunostot

Berg, P., Suodenjärvi, H., Lahti, T., Marttila, K., Miikki, R., & Linnaranta, O. (2024). Nuorten osallisuus ja osallistaminen mielenterveysongelmien ehkäisyyn ja hoitoon tarkoitetuissa menetelmissä. Nuorisotutkimus, 42(2), 70–81.

Gomez Cardona, L., Yang, M., Seon, Q., Karia, M., Velupillai, G., Noel, V. & Linnaranta O. (2023). The methods of improving cultural sensitivity of depression scales for use among global indigenous populations: a systematic scoping review. Cambridge Prisms: Global Mental Health, 2023;10:e83.

Heikkilä, M., Kaunomäki, J., Lindberg, N., Lahti, J., Marttunen, M., Ranta, K., Manninen, M. & Ribeiro da Silva, D. (2024). Compassion-focused therapy with virtual reality for callous-unemotional youth: a clinical case study on the process of a young offender. Psychiatria Fennica, 55, 102-123.

Kaljadin J., Linnaranta O., Myllyniemi A., Seilo N., Lindgren M., Therman S. (2024) Patient Health Questionnaire modified for Adolescents (PHQ-9-A) -masennuskyselyn kääntäminen ja validointi. Tutkimuksesta tiiviisti 33/2024. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki

Kiviruusu O., Aalto-Setälä T., Haravuori H., Lindgren M., Ranta K., Silén Y., Therman S., Marttunen M., Suvisaari J. Mental health after the COVID-19 pandemic among Finnish youth: a repeated, cross-sectional, population-based study. Lancet Psychiatry, Vol 11, Issue 6, 2024, 451-460.

Lampela, S., Monthan, J., Marttunen, M., Minkkinen, J. & Ranta, K. (2022). Brief, developmentally oriented cognitive therapy for adolescents with social anxiety disorder: a case series from pilot evaluation. Psychiatria Fennica, 53, 56-75.

Seilo, N., Mämmi, K. & Linnaranta, O. (2024). Adaption of interpersonal counselling for adolescents (IPC-A) for Finnish student welfare services – Retrospective evaluation by using an expanded framework for reporting adaptations and modifications (frame). Psychiatria Fennica, 55, 48-63.

Seilo, N., Lindholm, L., Tani, S., Laajasalo, T., Lämsä, R., Cresswell-Smith, J., Kouvonen, P., & Linnaranta, O. (2024). Psykososiaalisen intervention adaptointi – kuvaus keskeisistä näkökulmista ja käsitteistä. Kasvun tuki -aikakauslehti, 4(1).

Konsortion johtaja

Jari Lahti

Konsortion varajohtaja

Outi Linnaranta

Vuorovaikutusvastaava

Janne Matikainen

stnimage.fi

Tieteenalat: Kliininen ja mielenterveyden psykologia, psykososiaalisten interventtioiden ja psykoterapioiden tutkimus, nuorisotutkimus, sosiaalipsykologia, terveystaloustiede, viestinnän tutkimus ja sosiologia



Itsenäisyyden
juhlavuoden
lastensäätiö

Hankkeen rahoittaa

