

Uusia näkökulmia nuorten mielenterveyteen

Nuoruutta lähestytään usein riskien kautta, kun nuorista ja heidän toiminnastaan kannetaan huolta (Harrikari 2008). Viime aikoina etenkin nuorten mielenterveysdiagnoosien ja erilaisten oireiden lisääntyminen on aiheuttanut huolta niin julkisessa keskustelussa kuin tutkijoidenkin parissa. Taustalla on huoli erityisesti kansantalouden kehityksestä, kun yhä suurempi määrä nuoria aikuisia jää työkyvyttömyyseläkkeelle mielenterveyteen liittyvien ongelmien vuoksi (ETK 2020; ks. myös Rikala 2018).

Nuorten mielenterveyden lähestyminen yksilöllisiä riskejä korostavasta ongelmakeskeisestä näkökulmasta liittyy laajempaan biolääketieteellisen lähestymistavan vakiintumiseen mielenterveyden tutkimuksessa. Lääketieteellinen malli ottaa kohteekseen yksilön, jolloin mielenterveysongelmia korjataan yksilöä kuntouttamalla ja hänen elämänsä ”kuntoon laittamalla”. Tällöin nuori on mielenterveyden ammattilaisten ja asiantuntijoiden työn ja tietämyksen kohde. Lopullinen vastuu toipumisesta jää kuitenkin yksilölle, jonka tulee olla riittävän vastuuntuntoinen ja pitää huolta itsestään (esim. Helén 2011).

Sosiaalista oikeudenmukaisuutta painottava ja biolääketieteellisen vallankäytön kanssa tekemisiin joutuneiden ihmisten kokemuksia arvostava tutkimussuuntaus, hulluustutkimus (Mad Studies), ja siihen liittyvä yhteiskunnallinen liikehdintä on kuitenkin vahvistunut viimeisen kymmenen vuoden aikana (Beresford & Russo 2022; LeFrançois, Menzies & Reaume 2013). Alkujaan anglo- ja eurosentristen näkökulmien rinnalle on tullut monia globaaleja valtasuhteita sekä rodullistamisen, sarron ja mielenterveyden yhteyksiä analysoivia avauksia (esim. Fey & Mills 2022; Eromosele 2022; Joseph 2019). Länsimaissa tällä hetkellä hegemoninen lääketieteellinen ymmärrys mielen toiminnasta on historiallisesti muodostunut ja muuttuva, eikä suinkaan ainoa mahdollinen tapa tarkastella mieltä ja psyykkistä kipua. Vielä niinkin vähän aikaa sitten kuin 1980-luvulla, sosiaaliset ja yhteiskunnalliset kysymykset olivat psykiatrisen ymmärryksen lisäksi vähintäänkin yhtä olennaisia näkökulmia mielenterveyteen Suomessakin (esim. Alanko 2017). Sen jälkeen tapahtunut muutos on ollut nopea ja melko totaalinen, mutta ehkä jonkinlaista paluuta mielen sosiaalisen ja kulttuurisen luonteen tunnustamiseen on tapahtumassa. Edellä mainittu tutkimussuuntaus on siitä yksi esimerkki ja erityisesti anglosaksisissa maissa psykiatristen diagnoosien ensisijaisuutta ja tarkoituksenmukaisuutta koskeva kriittinen keskustelu on laajentunut tiedeyhteisön ja aktivismin ulkopuolellekin (esim. Johnstone 2022; Suomen osalta esim. Ikävalko 2021).

Tämän teemanumeron tekstit haastavat yksilö- ja ongelmakeskeistä lähestymistapaa mielenterveyteen. Ne pyrkivät ymmärtämään mielenterveyttä ilmiönä, joka laajenee yksilön ympärille erilaisiin ympäristöihin ja laajemmin yhteiskuntaan. Teemanumerossa nuoria ja mielenterveyttä lähestytään useiden eri tieteenalojen sekä vaihtelevien ja uutta luovien käsitteistöjen näkökulmasta. Mielenterveys näyttäytyy ennen kaikkea kulttuurisiin merkityksenantoihin ja sosiaalisiin käytäntöihin sidoksissa olevana sekä kontekstin mukaan vaihtelevia merkityksiä saavana ilmiönä ja elettyinä kokemuksena.

Teemanumero ei tyydy vain kritisoimaan yksilökeskeistä, nuorten ongelmia patologisoivaa ymmärrystä vaan esittää erilaisia keinoja ja menetelmiä näkökulmien laajentamiseksi mielen terveyden tukemisessa ja tutkimisessa. Teemanumeron tekstien kokonaisuus hankaloittaa, monimutkaistaa ja outouttaa ajatuksen mielen terveydestä vain jonakin yksilön terveyteen tai lääketieteeseen sidoksissa olevana kysymyksenä. Tämä ei silti tarkoita, etteivätkö kirjoittajat ottaisi vakavasti yksilön kokeman kärsimyksen ja psyykkisen kivun kaikkine seurauksineen.

Teemanumeron sisältö

Artikkeleiden ja puheenvuorojen moninaisuus kuvastaa nuorten ja mielen terveyden ilmiön moninaisuutta ja useiden näkökulmien tarpeellisuutta.

Piia Ruutu ja **Markku Jahnukainen** tarkastelevat artikkelissaan nuorten monia maailmoja. He kuvaavat, miten eri kontekstit – koulu, koti ja vertaissuhteet sekä niiden väliset suhteet – vaikuttavat nuorten koulunkäyntiin ja sen keskeytymiseen. Koulunkäynnin keskeytyminen ei siten johdu vain yksittäisestä nuoresta, vaan tietoa tarvitaan erilaisten elämänympäristöjen suhteesta keskeytymisen taustalla. Ruutu ja Jahnukainen kritisoivat palveluita, joissa keskitytään helpotamaan ja hoitamaan kapeasti vain yksilön oireita. Monien maailmojen näkökulma voisi heidän mukaansa auttaa laajentamaan tarkastelua kasvuyhteisöjen moninaisuuteen ja dynamiikkaan.

Anna Pakarinen tarkastelee artikkelissaan rap-artisti Cheekin uranpäättötrilogian kertomuksia, joissa käsitellään mielen terveyden ongelmia, diagnostiikkaa sekä terapeuttisia ja medikalisoivia käytäntöjä. Rap-musiikki on ollut perinteisesti keino kanta-aottavalle vastapuheelle marginalisoituja ryhmiä koskevista rakenteellisista epäkohdista. Pakarinen esittää rap-lyriikoiden tekemiselle ja kuuntelemiselle perustuvien, toimijuutta vahvistavien menetelmien kehittämistä. Niiden avulla voitaisiin luoda kulttuurihyvinvointia tuottamalla kuntoutujille koherenssin tunnetta kykynä ymmärtää oma asemansa ja vaikuttaa siihen.

Tuuli Kurki käsittelee artikkelissaan rasismia kohtaavien nuorten keskinäistä hoivaa ja sen syntyä nuorten vertaistukiryhmissä. Kurki kysyy, millaisia muotoja rasismia aiheuttama ruumiillinen kipu saa nuorten kokemuksissa ja millä tavoin tähän kipuun vastataan huolenpidolla ja hoivalla. Kanssahoivan käsitteen avulla Kurki analysoi hoivan tuottumista rasismia kokevien kehojen välillä ja hoivatuksi tulemisen kokemusta. Hän tuo myös esiin kanssahoivan ristiriitaisia merkityksiä, sillä hoiva saatetaan tulkita häiriöksi esimerkiksi koulun virallisissa tiloissa ja se voi myös uuvuttaa hoivaajansa. Mustien ja ruskeiden nuorten keskinäinen hoivavastuu kertoo myös palvelujärjestelmän epäonnistumisesta ja heihin kohdistuvan hyväksyvän katseen puuttumisesta.

Niina Meriläinen ja **Susi Nousiainen** kertovat puheenvuorossaan, miten kanssatutkimus mahdollistaa tarkastelemaan nuorten mielen terveyttä ja hyvinvointia medikalisaatiopuheen ulkopuolella. Heidän tutkimuksessaan ammattiin opiskelevat nuoret kanssatutkijat ovat tutkimuskohteiden sijaan tiedontuottajia, jotka haastavat julkisessa keskustelussa esiintyvät heitä leimaavat ja ongelmia korostavat puhetavat. Laajemmassa kehyksessä päihdemyönteisyyden tai huonojen elämäntapojen sijaan nuorten kokemia haasteita ovat esimerkiksi hoitoon pääsyn vaikeudet ja vähemmistöihin kuuluvien unohtaminen.

Anna Koivukoski kritisoii puheenvuorossaan mielen terveyttä koskevaa nykykeskustelua, joka pyrkii normalisoimaan mielen terveysongelmia. Tässä keskustelussa esitetään, että mielen-

terveysongelmat koskettavat jollain tavalla lähes kaikkia, eivätkä ne ”näy päällepäin”. Tällainen puhe voi toimia tarkoitustaan eli mielenterveysongelmiin kiinnittyvän stigman vähentämistä vastaan ja jopa lisätä sitä niiden kohdalla, jotka eivät kykene peittämään mielenterveysongelmiaan. Koivukoski kritisoi myös sitä, miten uusissa sairaalaympäristöissä mielenterveysongelmat pyritään häivyttämään korostamalla potilaiden kykyä olla huomaamattomia ja piilottaa sairautensa. Stigman häivyttämisen sijaan Koivumäki ehdottaa keskittymistä konkreettisiin tavoitteisiin kuten siihen, onko hoitoa ylipäätään tarjolla.

Ville Venesmäki kuvaa puheenvuorossaan omakohtaisten kokemustensa kautta, miten mielenterveyspalveluissa asiakkuudesta tulee yksilön työ. Asiakkaan ammattitaitoon kuuluu esimerkiksi kyky selittää ongelmansa ammattilaisten ymmärtämällä kielellä ja muutenkin täyttää kunnollisen asiakkaan rooliodotukset. Taitava asiakas ymmärtää, että häntä vaivaa lääketieteellinen ongelma, joka irrotetaan arkisesta ympäristöstä, kuten koetusta taloudellisesta niukkuudesta ja arkea rytmittävien rutiinien puutteesta. Venesmäki kuvaa hänen kohdallaan vuosia kestänyttä arkivalmennusta, jossa hän on tukihenkilönsä kanssa harjoitellut arjen rakentamista. Tämä on tuottanut onnistumisen kokemuksia psykiatrisen tulkintakehyksen ulkopuolella.

Teemanumeron tekstit yhdessä tarjoavat uusia suuntia nuorten mielenterveyden tukemiselle ja tutkimiselle tulevaisuudessa. *Instituutionaalisella* tasolla uutta on esimerkiksi se, että nuorten monia maailmoja ja voimavarojen siirtymistä niiden välillä tarkasteltaisiin jatkossakin nuorten näkökulmasta yhteiskunnallinen eriarvoisuus huomioiden. Lisäksi kanssahoivan ja kanssatutkijuuden ideat voisivat edelleen auttaa tekemään nuorista hoidon tai tutkimuksen kohteiden sijaan hoivan tarjoajia ja tiedontuottajia. *Kulttuurisella* tasolla uudenlaiset menetelmät, kuten rap-työpajat ja niiden tutkimus, voisivat mahdollistaa vastapuheen, omien kokemusten esille tuomisen ja voimaantumisen. Uudenlaista lähestymistä nuorten mielenterveyteen pohdittaessa ei voida myöskään unohtaa *taloudellista* ja *aineellista* tasoa eli sitä, mistä esimerkiksi toimeentulo muodostuu. Nuorten näkökulmasta tulevaisuudessa tarvitaan lisää resursseja monipuoliseen psykososiaaliseen hoitoon ja hoivaan sekä tukea omanlaisen arjen rakentamiseen.

Olemme iloisia ja ylpeitä saadessamme olla tämän hienon teemanumeron takana ja voidessamme omalta osaltamme vahvistaa kriittistä mielenterveyttä koskevaa keskustelua ja nuorisotutkimusta Suomessa. Suurin kunnia ja kiitos kuuluu kaikille upeille kirjoittajille ja heidän tekemälleen korkeatasoiselle tutkimus- ja ajattelutyölle.

Teemanumeron vastaavat toimittajat

Elina Ikävalko, Tuuli Kurki ja Jarkko Salminen

Lähteet

- Alanko, Anna (2017) *Improving Mental Health Care: Finnish Mental Health Policy Rationale in the Era of Dehospitalisation*. Helsinki: Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta.
- Beresford, Peter & Russo, Jasna (toim.) (2022) *The Routledge International Handbook of Mad Studies*. Lontoo ja New York: Routledge.
- ETK [Eläketurvakeskus] (2020) Mielenterveyden sairaudet yleisin työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen syy. <https://www.etk.fi/ajankohtaista/mielenterveyden-sairaudet-yleisin-tyokyvyttömyyseläkkeelle-siirtymisen-syy/>

PÄÄKIRJOITUS

- Eromosele, Femi (2022) Madness, Decolonisation and Mental Health Activism in Africa. Teoksessa Peter Beresford & Jasna Russo (toim.) *The Routledge International Handbook of Mad Studies*. Lontoo ja New York: Routledge, 327–339.
- Fey, Jana-Maria & Mills, China (2022) The (Global) Rise of Anti-stigma Campaigns. Teoksessa Peter Beresford & Jasna Russo (toim.) *The Routledge International Handbook of Mad Studies*. Lontoo ja New York: Routledge, 190–201.
- Johnstone, Lucy (2022) *A Straight Talking Introduction to Psychiatric Diagnoses*. Revised Second Edition. Monmouth: PCCS Books Ltd.
- Joseph, Ameil J. (2019) Constituting “Lived Experience” Discourses in Mental Health: The Ethics of Racialized Identification/Representation and the Erasure of Intergeneration Colonial Violence. *Journal of Ethics in Mental Health* 10 (VI), 1–23.
- Harrikari, Timo (2008) *Riskillä merkityt. Lapset ja nuoret huolen ja puuttumisen politiikassa*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 87.
- Helén, Ilpo (2011) Asiakaslähtöisyys: eli miten mielenterveystyön ajatus epäpolitisoitui. Teoksessa Ilpo Helén (toim.) *Reformin pirstaleet. Mielenterveyspolitiikka hyvinvointivaltion jälkeen*. Vastapaino: Tampere, 153–181.
- Ikävalko, Elina (2021) Affektiivinen kuuluminen vertaisuuteen perustuvassa mielenterveystyössä. *Sosiologia* 58 (4), 338–354.
- LeFrançois, Brenda A. & Menzies, Robert & Reaume, Geoffrey (2013) *Mad Matters. A Critical Reader in Canadian Mad Studies*. Toronto: Canadian Scholars’ Press Inc.
- Rikala, Sanna (2018) Masennus, työkyvyttömyys ja sosiaalinen eriarvoisuus nuorten aikuisten elämänsäilytyksessä. *Yhteiskuntapolitiikka* 83 (2), 159–170.