

---

Vastine Mustosen ja Saloviidan kirjeeseen

## *Arjessa ja yhdessä rakennetaan mielenterveyttä – myös koulussa*

**Kirjallisuuskatsauksemme** tavoitteena oli tuoda esille tutkimustietoa luokanopettajan mahdollisuuksista rakentaa, tukea ja havainnoida yhteistyössä muiden tahojen kanssa lasten mielenterveyttä arjen koulutyössä. Mukana oli myös ristiriitaisia tietoja, mm. se, että opettajat kokivat käyttäytymisen ja tunne-elämän ongelmien lisääntyneen, vaikka Souranderin ym. 2008 aineistossa lähinnä masennuksen oireet lisääntyivät tytöillä. Jälkimmäistä eivät sen enempää vanhemmat kuin opettajatkaan olleet havainneet. Emme pyrkineet perustelemaan kumpaakaan tulosta sen enempää. Tämän kysymyksen käsittelyyn keskittyi jo aiempi Duodecimin katsaus (Santalahti ja Sourander 2008). Opettaja-lehden tiedot ovat opet-

tajien kokemaa, kuten kirjoitimmekin ja ne antavat tietoa heidän työskentelytilanteestaan. Toisaalta nämä tiedot antoivat myös viitteitä siitä, että mielenterveysongelmiin saatetaan koulussa vastata vain opetuksellisin keinoin, esimerkiksi lisäämällä erityisopetusta, mutta tätä ei ollut katsauksessa mahdollista eikä tarkoitukseen arvioida.

Mielenterveyttä ei voida ajatella kaksijakoisesti (joko sitä on tai ei ole), vaan se on parhaimmillaan mm. kykyä toimia ja käyttää omia voimavarojaan rakentavasti. Hyvä mielenterveys mahdollistaa mielekkään vuorovaikutuksen niin itsen kuin toisten kanssa. Mielenterveyttä voidaan rakentaa yhteiskunnassamme monilla eri tavoilla ja eri sektoreilla – myös

837

koulussa. Se ei ole medikalisaatiota vaan normaalia järkevää toimintaa. Vaalitaanhan koulussa muutakin terveyttä esimerkiksi opettamalla terveellisiä elintapoja kouluruokailun ja liikunnan avulla sekä ylläpitämällä kouluterveydenhuoltoa.

Mielenterveysongelmiin liittyy usein tiedon ja kokemuksen puutteen vuoksi turhaakin pelkoa. Tätä voitaisiin hälventää mielenterveystietoutta antamalla. Erityisesti lasten ja nuorten parissa työskenteleville se olisi varsin tarpeellista. Siksi suosittelemme sitä osaksi opettajien peruskoulutusta. Tällöin mielenterveysongelmia kohdatessaan opettaja voisi selvittää vähemmällä kuormittumisella, osaisi paremmin kohdata perheitä ja valita suhtautumistaan ja toimintalinjojaan arjen työssään. Tämän voisi olettaa vähentävän erityisopetuksen tarvetta tai vaikuttavan sen kohdentumiseen myönteisesti, mistä Mustonen ja Saloviita olivat huolissaan.

Opettajilla on kuitenkin sekä hyvät mahdollisuudet että usein hyvät kyvyt havainnoida lapsia luokissaan. Tätä on syytä kunnioittaa nykyistä enemmän ja hyödyntää sitä lapsen parhaaksi. Katsauksesta olisi pitänyt tulla esille, että varhaisella puuttumisella tarkoitamme ongelmien havaitsemista ja toimimista sen hyväksi, että lapselle mahdollistuu koulun käyminen yhdessä muiden kanssa sekä iloitseminen itsestä ja omista kyvyistään tai taidoistaan. Joka tapauksessa korostimme, että terveydenhuollon tulee olla opettajien tukena tilanteessa, jossa opettajien kyvyt eivät riitä. Tutkiminen, diagnosointi ja hoitosuunnitelman teko kuuluvat terveydenhuollolle.

Katsauksemme synnytti keskustelua, mikä on aina hyvä ymmärryksen lisääjä. Monia nä-

kökulmia ja monenlaista tutkimustietoa tarvitaan, jotta osaamme toimia mielenterveyttä vaalien ja edistäen. Katsauksessamme emme ottaneet kantaa erityisopetukseen sinänsä emmekä myöskään terveydenhuollon salassapitokysymyksiin tai OAJ:n siihen liittyviin suosituksiin. Näin ollen emme niitä myöskään kommentoi tässä. Sen sijaan mielenterveystietoutta tarvitaan niin koulussa kuin muuallakin yhteiskunnassa, jotta osaisimme toimia harkiten ja voimavaroja oikein kohdentaen. Aina ei tarvita massiivisia toimia, vaan normaali ystävällinen arjen tuki auttaa monia. Myös lasta. ■

### KIRJALLISUUTTA

- Santalahti P, Sourander A. Onko lastenpsykiatrinen sairastavuus lisääntynyt? *Duodecim* 2008;124(13):1499–506.
- Sourander A, Niemelä S, Santalahti P, Helenius H, Piha J. Changes in psychiatric problems and service use among 8-year old children: a 16-year population-based time-trend study. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 2008;47:317–27.

**HELI KOIVUMAA-HONKANEN, LT, MPH, professori**  
Oulun yliopisto, kliinisen lääketieteen laitos;  
Lapin sairaanhoitopiiri, psykiatrian klinikka ja  
KYS:n psykiatrian klinikka, PL 1777, 70211 KYS

**MERI HONKANEN, kasvatustieteen kandidaatti**  
Itä-Suomen yliopisto, soveltavan kasvatustieteen  
ja opettajankoulutuksen osasto, Savonlinnan  
opettajankoulutuslaitos

**TUULA HURTIG, FT, tohtoritutkija**  
Oulun yliopisto, terveystieteiden laitos ja kliinisen  
lääketieteen laitos ja OYS:n lastenpsykiatrian klinikka

**IRMA MOILANEN, LKT, professori (emerita)**  
Oulun yliopisto, kliinisen lääketieteen laitos,  
lastenpsykiatrian klinikka

**ANJA TAANILA, kasvatustieteiden tohtori, professori**  
Oulun yliopisto, terveystieteiden laitos,  
OYS:n yleislääketieteiden yksikkö