



Mitä ovat psykososiaalinen tuki ja palvelut?

Yhdessä aikuisuuteen – Elämässä Eteenpäin (YEE)-hankkeen yhteiskehittämisen foorumi 13.9.2022

Tanja Hirschovits-Gerz

YTT sosiaalipsykologi, YEE-hankkeen projektipäällikkö, THL
13.9.2022

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Psykososiaalinen tuki ja palvelut

Tuki – palvelu – hoito?

- Jäsennystä ja terminologiaa
- Psykososiaalinen lainsäädännössä
- Psykososiaalinen: menetelmä vai ajattelutapa?
➔ **Tänään YEE-hanke tarjoaa kattauksen psykososiaalista hoitoa, palveluita ja tukea**



Kuvituskuva Julia Varala

Mitä on psykososiaalinen tuki ja palvelut?

Käypä hoito 2020 mm. Traumaperäinen stressihäiriö. :
<https://www.kaypahoito.fi/imk00510>

Lähde: Castrén M, Ekman S, Martikainen M, Sahi T, Söder J (toim.) Suuronnettomuusopas. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 2006, s. 123.

Mielenterveyden ongelmien vaikuttavat hoitomuodot

Somaattisessa hoidossa: Psykososiaalinen kuntoutus keuhkohtaumataudissa 2019.

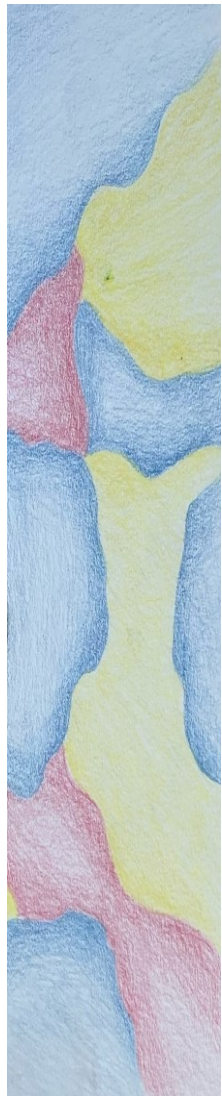
<https://www.kaypahoito.fi/nak02544>

...Rentoutus ainoana hoitona vähensi merkittävästi hengenahdistusta ja paransi psykologista hyvinvointia.

Sopeutumisvalmennus ja ryhmämuotoinen psykososiaalinen tuki. Käypä hoito suositus 2016.

<https://www.kaypahoito.fi/nix02371>. Esim. AVH

Sopeutumisvalmennus on suomalaisen kuntoutuksen oivallus...



Kuvituskuva Julia Varala

Mitä merkitsee psykososiaalinen päihdehuollossa?

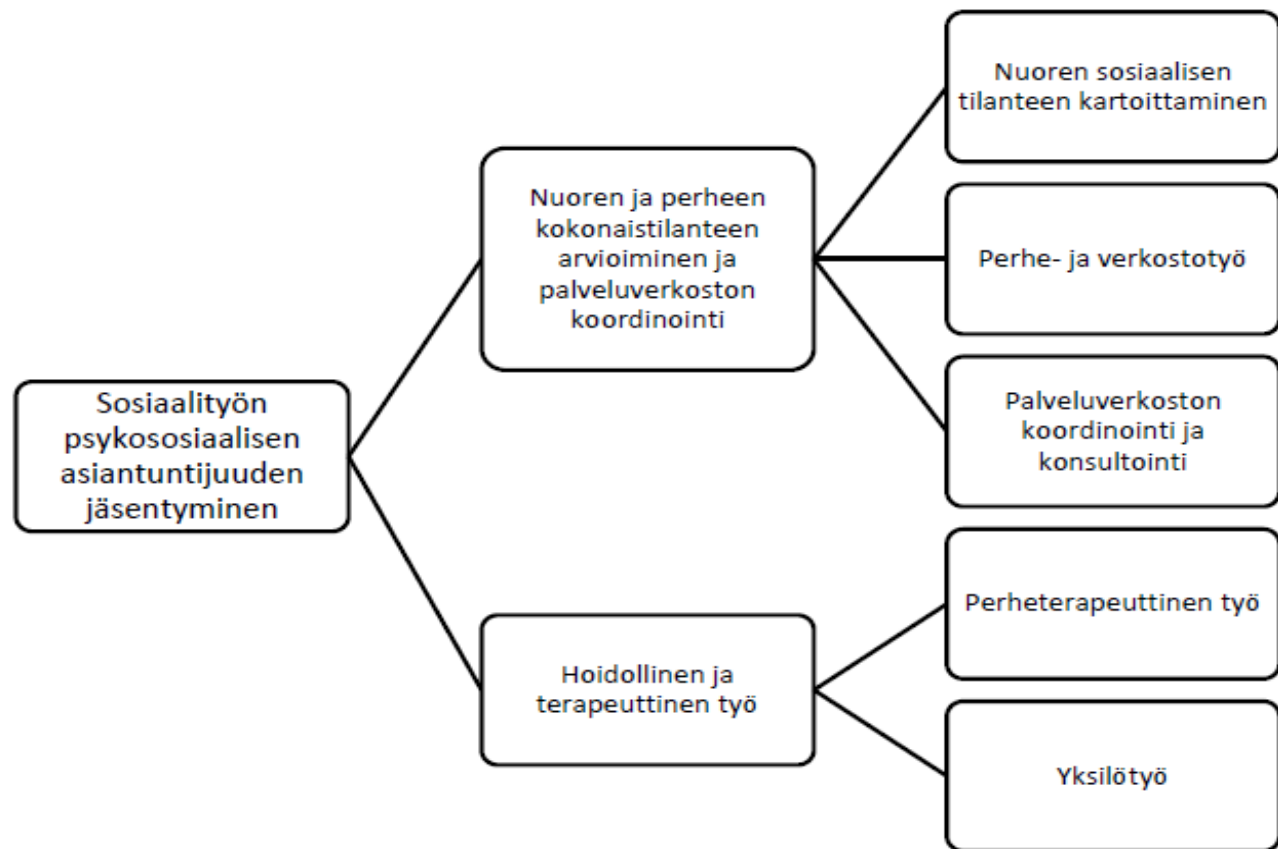
- Weckroth Antti 2007, YP
<https://www.julkari.fi/handle/10024/101216>
- Listaus Helsingin yliopiston kokoelmista psykososiaali-alkuisilla hakusanoilla tuottaa 272 teosta. Psykososiaalinen monitieteellisenä kysymyksenä: Lääketiede 70-luvulla, kasvatustieteen ja kehityspsykologian 70-luvulla, yhteiskuntatiede 90-luvulla
- Päihdehoidon käsitteistöön psykososiaalinen on vakiintunut **korvaushoitokeskustelun** ja lääketieteen kasvavan roolin myötä. Muut tieteenalat lainaavat käsitettä, mutta niille sen käyttö ei ole samalla tavalla merkittävää päihdetyön kehittämisen näkökulmasta. Sosiaali- ja terveysministeriön asetus (289/2002) edellyttää psykososiaalisen hoidon järjestämistä korvaushoitojen yhteydessä, määrittelemättä kuitenkaan tarkemmin sen sisältöä. Niinpä käsitettä käytetään, mutta sen käyttö näyttäisi olevan **luonteeltaan enemmänkin poliittista kuin analyttistä**, eikä se sellaisena palvele tutkimuksen tai työn kehittämisenkään tarpeita.

Eriteltyjä psykososiaalisia menetelmiä Käypä hoito -sivuilla luetellaan 11: dynaaminen psykoterapia,

- kahdentoista askeleen hoito, kognitiivinen
- käyttäytymisterapia,
- motivoiva haastattelu,
- palveluohjaus,
- ratkaisukeskeinen terapia,
- retkahdusten ehkäisy,
- systeemiteoreettinen perhe- ja verkostoterapia,
- yhteisöhoito,
- yhteisövahvistusohjelma
- tukea antava vuorovaikutus.

Sosiaalityön psykososiaalinen asiantuntijuus nuorispsykiatrian moniammatillisen työyhteisön määrittelemänä

Arajärvi, Mönkkönen, Kekoni, Toikko 2020. Janus, 28. *Nuorispsykiatriassa psykososiaalinen sosiaalityö jäsennetään kaksoisroolina, joka koostuu nuoren sosiaalisen toimintakyvyn ja perheen kokonaistilanteen arvioimisesta ja palveluverkoston koordinoinnista sekä terapeuttisesta työstä.* Ammattiryhmien haastatteluissa korostui yhteisesti näkemys siitä, että lähtökohtana sosiaalityöntekijän asiantuntijuudelle nuorispsykiatriassa on ymmärrys **psykkisten oireiden vaikutuksesta nuoren sosiaaliseen toimintakykyyn.**



Kuvio 1. Sosiaalityön psykososiaalisen asiantuntijuuden jäsentyminen nuorispsykiatriassa

Psykososiaaliset hoidot – Mielen terveystalo

- Psykososiaalista hoitoa käytetään monien psyykkisten häiriöiden hoidossa. **Yksilöpsykoterapioiden** lisäksi psykososiaalisia hoitomuotoja ovat mm. **psykoedukaatio, erilaiset perheinterventiot, ryhmämuotoiset interventiot, luovat interventiot, arkielämän taitojen ja sosiaalisten taitojen harjoittelu sekä kognitiiviset kuntoutusohjelmat. Hoitomuodoissa hyödynnetään esimerkiksi toimintaterapiaa, taideterapiaa, kirjallisuusterapiaa ja musiikkiterapiaa.**
- Psykososiaalisten hoitojen tavoitteena on sosiaalisen toimintakyvyn parantaminen, uusien taitojen oppiminen, toimivien ihmissuhteiden ylläpito ja elämänlaadun parantaminen. Tavoitteena voi olla myös helpottaa potilaan ja omaisten sopeutumista sairauteen ja sairauden uusiutumiskausien ehkäisy. Psykososiaalisia hoitoja voidaan toteuttaa esimerkiksi moniammatillisena yhteistyönä yksilö-, ryhmä ja perheinterventioina. Nykyisin niitä voidaan tarjota myös **internetin välityksellä**. Myös **vertaistukeen perustuvat keskusteluryhmät** voivat olla psykososiaalista hoitoa.

VRT. Biologisiksi hoidoiksi kutsutaan hoitoja, joilla pyritään vaikuttamaan yksilön elimistöön. Erilaisia biologisia hoitomuotoja ovat muun muassa lääkehoidot, valohoito, aivojen magneettihoito sekä aivojen sähköhoito.

Psykososiaalinen tuki ja palvelut eivät siis ole mikään yksittäinen "tempu" tai yksi työmenetelmä

Traumaattisten tilanteiden jälkeinen psykososiaalinen tuki on moniammatillista yhteistyötä (Henriksson & Laukkala 2010, Duodecim)

- *Psykososiaalisen tuen ja palvelujen järjestäminen traumaattisten tilanteiden jälkeen on osa kuntien vastuulla olevaa lakisääteistä sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa ja välttämätön osa varautumista erityistilanteisiin.*
Psykososiaalinen tuki ja palvelut on kattotermi sille kokonaistoiminnalle, jolla pyritään torjumaan ja lievittämään onnettomuuksien ja muiden äkillisten järkyttävien tapahtumien aiheuttamaa psyykkistä ja sosiaalista kuormitusta (Ponteva 2006, Sosiaali- ja terveysministeriö 2009a).
- *Psykososiaalinen tuki voidaan jakaa karkeasti **psyykkiseen tukeen, sosiaalitoimen antamaan tukeen sekä kirkon ja muiden uskonnollisten yhteisöjen antamaan hengelliseen tukeen.***

Mikään tietty ammattiryhmä ei voi "auktorisoida" psykososiaalista kriisityötä vain itselleen. Pitkäjännitteisessä kokonaistoiminnassa tarvitaan lääkäreitä, psykologeja, sosiaalityöntekijöitä, hoitohenkilöstöä, kirkon työntekijöitä, Punaisen Ristin ja muiden järjestöjen asiantuntijoita ja riittävästi koulutettuja vapaaehtoisia sekä vertaistukea. Tilanteen mukaan myös esimerkiksi opetusalan ja nuorisotyön toiminta voi kuulua tuen kokonaisuuteen. Kriisiviestintä on aina välttämätön osa psykososiaalista kriisityötä.

Ilman huoltajaa tulleiden alaikäisten psykososiaalinen tukeminen perheryhmäkodissa ja tukiasumisyksikössä, TE 2017

- Perheryhmäkodissa psykososiaalinen tuki jakautuu kolmeen osaan: **kehityksen tukemiseen, häiriöiden ehkäisyyn ja korjaavaan toimintaan**. Arjessa psykososiaalinen tukityö on yksinkertaisimmillaan kokoaikaista aktiivista läsnäoloa ja yhdessä tekemistä.
- Psykososiaalinen tuki voi olla monenlaista toimintaa, jonka tavoitteena on rajoittaa, lievittää ja torjua psyykkistä stressiä aiheuttavien tapahtumien negatiivisia terveydellisiä ja sosiaalisia seurauksia. Psykososiaalinen tuki voi olla akuuttia kriisiauttamista, mutta se ei rajoitu siihen vaan voi olla hyvinkin laaja-alaista. Kaikille nuorille keskusteluun perustuva toiminta ei sovi. Heille voidaan tarjota toiminnallisia auttamismuotoja, kuten erilaisia harrastuksia, kerhoja tai urheilua, joissa tehdään yhdessä jotakin ja keskustellaan samalla .
- **Traumatietoisien lähestymistavan ja psykososiaalisen tuen keskeiset rakennuspalikat ovat lasten turvallisuus, turvallisuuden tunteen rakentaminen sekä luottamus henkilökuntaan.**
- <https://kotoutuminen.fi/alaikaisen-tukemisen-kasikirja>
- Ilman huoltajaa tulleiden alaikäisten psykososiaalinen tukeminen perheryhmäkodissa ja tukiasumisyksikössä -käsikirja on tarkoitettu henkilöille, jotka työskentelevät ilman huoltajaa olevien alaikäisten parissa perheryhmäkodeissa tai tukiasumisyksiköissä.
- Ilman huoltajaa turvapaikanhakijoina tulleille alaikäisille perheryhmäkoti ja tukiasumisyksikkö ovat keskeisiä kasvun ja kehityksen ympäristöjä. Psykososiaalista tukea tarjoava toiminta auttaa lasta ja nuorta eteenpäin uudessa ja haastavassa tilanteessa.

Työryhmältä 12 suositusta psykososiaalisen tuen kehittämiseksi kriisitilanteissa <https://stm.fi/-/tyoryhmalta-12-suositusta-psykososiaalisen-tuen-kehittamiseksi-kriisitilanteissa>

Psykososiaalinen tuki lyhyesti:

- Psykososiaalisen tuen ja palveluiden järjestäminen on osa lakisääteistä sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa.
- Psykososiaalinen tuki koostuu akuutista kriisityöstä ja kiireellisestä sosiaalityöstä.
- Äkillisten traumaattisten tilanteiden psykososiaalisen tuen lähtökohtana on, että tukea tarjotaan aktiivisesti kaikille, jotka ovat kokeneet äkillisen järkyttävän tapahtuman tai esimerkiksi menettäneet äkillisesti läheisen ihmisen.
- Keskeisiä psykososiaalisen tuen prosessin etenemisen vaiheita ovat hälytyksen vastaanottaminen, sakkivaiheen tapaaminen ja kriisitapaamiset, seuranta ja jälkihoito.

- s. 20 Akuutti kriisityö tarkoittaa välittömästi tarjottavaa läsnä olevaa tukea sekä kriisityötä, joka pitää sisällään mm. kriisitapaamisia yksittäisille henkilöille, perheille tai soveltuville ryhmille. Tämän työskentelyn tarkoituksena on rauhoittaa stressivasteita sekä edesauttaa kriisin psyykkistä käsittelyä sekä **palauttaa psykososiaalista toimintakykyä tukien luontaista toipumista ja käytettävissä olevia omia voimavaroja sekä ehkäistä psyykkisen traumatisoitumisen pitkäaikaisseurauksia.**

Lainsäädäntöehdotus 25 a § Psykososiaalinen tuki

- **Sosiaalihuollon psykososiaalisella tuella tarkoitetaan sosiaalityönä ja sosiaaliohjauksena annettavaa tukea, jolla vahvistetaan asiakkaan toimintakykyä, toimijuutta ja elämäntaitoja sekä autetaan häntä ylläpitämään sosiaalisia suhteita. Traumaattisissa tilanteissa annettavaan psykososiaaliseen tukeen kuuluu myös akuutti kriisityö.**
- Psykososiaalisen tuen johtamisesta ja yhteensovittamisesta äkillisessä traumaattisessa tilanteessa osana sosiaalipäivystystä säädetään 29 a §:ssä. Psyko-sosiaalista tukea voidaan antaa yhteistyössä terveydenhuollon kanssa ja siitä säädetään myös terveydenhuoltolaissa.



Kuvituskuva Julia Varala

Psykososiaalinen lainsäädännössä

Finlexissä 11 osumaa:

- **Terveydenhuoltolaki** 50 § Kiireellinen hoito ja 27 § Mielenterveystyö: 1) terveydenhuollon palveluihin sisältyvä mielenterveyttä suojaaviin ja sitä vaarantaviin tekijöihin liittyvä ohjaus ja neuvonta sekä tarpeenmukainen yksilön ja perheen «psykososiaalinen» tuki
- **Laki valvotusta koevapaudesta annetun lain muuttamisesta** 4 § Lääkehoito ja «psykososiaalinen» hoito koevapauden ehtona
- **Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta** 14 § Yhteinen terveysneuvonta
- **Sosiaali- ja terveysministeriön asetus opioidiriippuvaisten vieroitus- ja korvaushoidosta eräillä lääkkeillä** 5§ Opioidiriippuvaisen tässä asetuksessa tarkoitetun hoidon tulee perustua hoitosuunnitelmaan, jossa lääkehoidon lisäksi määritellään hoidon tavoite, potilaan muu lääketieteellinen ja «psykososiaalinen» hoito, kuntoutus ja seuranta
- **Sosiaalihuoltolaki** 30.12.2014/1301
- 25 § Tässä laissa tarkoitettuun mielenterveystyöhön kuuluu:
 - 1) sosiaalipalveluihin sisältyvä mielenterveyttä suojaaviin ja sitä vaarantaviin tekijöihin liittyvä ohjaus ja neuvonta sekä tarpeenmukainen yksilön ja perheen psykososiaalinen tuki;
 - 2) yksilön ja yhteisön psykososiaalisen tuen yhteensovittaminen äkillisissä järkyttävissä tilanteissa;
- 29 § Sosiaalipäivystys osallistuu tarvittaessa psykososiaalisen tuen antamiseen kiireellisissä tilanteissa.

Työsuojelulaki: <https://www.tyosuojelu.fi/tyoolot/psykososiaalinen-kuormitus>

THL-sivuilta poimittua, psykososiaalinen hoito

- Psykososiaaliset hoidot muodostavat toisiaan täydentävän jatkumon: vapaamuotoinen psykososiaalinen tuki ja oireenmukainen hoito, omahoito, perustason, päihdehoidon ja psykiatrian erityispalveluiden terapeutit, lyhytpsykoterapiat ja pitkä kuntouttava psykoterapia. **Vain pieni osa psyykkisistä oireista kärsivistä ihmisistä tarvitsee kuntouttavaa psykoterapiaa.** Kun kuvaamme jonkin tämän psykososiaalisen hoidon jatkumon sisältöä, käytämme ilmaisua "menetelmä".
- Palvelujärjestelmässä psykososiaalista tukea tarjotaan matalan kynnyksen palveluissa, sosiaali- ja kriisipalveluissa tai muissa julkisen tai yksityisen sektorin tarjoamissa palveluissa. Kolmas sektori, kuten järjestöt, ovat tärkeitä erityisesti kriisiavun tarjoajina. Kun nämä lähestymistavat eivät ole riittäviä tai todetaan mielenterveyden häiriö, voidaan tarjota täydentäviä psykiatrisia erityispalveluita tai psykoterapiaa.

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/terapeutit-menetelmat-ja-terapiapalvelut>



Kuvituskuva Julia Varala

Psykososiaaliset hoidot

Psykososiaaliset hoidot on tarkoitettu henkilöille, joilla on mielenterveyteen liittyviä oireita. Psykososiaaliset hoidot pyrkivät samanaikaisesti vahvistamaan mielen hyvinvointia edistäviä tekijöitä yksilötasolla sekä toisaalta kykyjä vähentää ja hallita riskitekijöitä ja oireita.

Ammattilaisen antama oireenmukainen hoito

- [Mielenterveyden työkalupakki ja etulinjan psykososiaalisen hoidon osaajat](#)
- [Terapeuttinen interventio \(3-20x\) ja psykoterapiahoito](#)

[Lisätietoa Suomessa kussakin oireessa tai sairaudessa käytettävistä vaikuttavista interventioista](#)

Lapset ja nuoret:

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/terapeuttiset-menetelmat-ja-terapiapalvelut/nayttoon-perustuvat-tuki-ja-hoitomenetelmat/lasten-ja-nuorten-hoitoon-soveltuvat-menetelmat>

Käytännössä hoidot keskittyvät esimerkiksi vahvistamaan taitoja ja kykyjä vaikuttaa hyvinvointiin elintavoilla vahvistaa ihmissuhteita voimavarana säädellä tunteita tai stressiä tunnistaa tilanteita, joissa voisi toimia itselle haitallisella tavalla tunnistaa ja muuttaa unettomuudelle, ahmimiselle, päihteiden käytölle, ihmissuhdeongelmille tai muulle itselle haitalliselle toiminnalle altistavia ajatusmalleja tarkkailla omia ajatuksia ja reaktioita suhteessa muihin.

Oireenmukainen omahoito [Omahoito \(Mielenterveystalo\)](#)



Psykososiaaliset hoidot, **Lapset ja nuoret**

Lasten ja nuorten hoitoon soveltuvat menetelmät

- Cool Kids
- EMDR
- Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä
- Interpersonaalinen psykoterapia (IPT-N)
- IPC-ohjaus
- Kognitiivinen käyttäytymisterapia (KKT)
- Lyhyt psykodynaaminen psykoterapia
- Monimuotoinen perheterapia (MDFT)
- Narratiivinen altistusterapia (NET/KidNET)
- Traumakeskeinen kognitiivinen käyttäytymisterapia (TF-KKT)
- Voimaperheet

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/terapeuttiset-menetelmat-ja-terapiapalvelut/nayttoon-perustuvat-tuki-ja-hoitomenetelmat/lasten-ja-nuorten-hoitoon-soveltuvat-menetelmat>



Kuvituskuva Julia Varala



Psykososiaaliset hoidot, **Aikuisten ja ikääntyneiden hoitoon soveltuvat menetelmät**

Mielenterveyden ongelmien tuki- ja hoitomenetelmiä.

Dialektinen käyttäytymisterapia (DKT)

Interpersoonallinen psykoterapia (IPT)

Kognitiivinen käyttäytymisterapia (KKT)

Käyttäytymisen aktivointi

Kognitiivinen remediaatio

Metakognitiivinen terapia

Muisteluterapia

Narratiivinen altistusterapia (NET)

Nykyhetkeen keskittyvä,
aikarajoitettu terapia (PCT)

Perheterapia ja perhekeskeinen hoito

Psykodynaaminen psykoterapia

Tietoisuustaitoharjoitukset

Voimavarasuuntautunut ja ratkaisukeskeinen

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/terapeuttiset-menetelmat-ja-terapiapalvelut/nayttoon-perustuvat-tuki-ja-hoitomenetelmat/aikuisten-ja-ikaantyneiden-hoitoon-soveltuvat-menetelmat>

Missä psykososiaalista tukea ja palveluita voi saada ja miten terapiaan päästä?

Palvelujärjestelmässä psykososiaalista tukea tarjotaan matalan kynnyksen palveluissa, sosiaali- ja kriisipalveluissa tai muissa julkisen tai yksityisen sektorin tarjoamissa palveluissa. Kolmas sektori, kuten järjestöt, ovat tärkeitä erityisesti kriisiavun tarjoajina. Kun nämä lähestymistavat eivät ole riittäviä tai todetaan mielenterveyden häiriö, voidaan tarjota täydentäviä psykiatrisia erityispalveluita tai psykoterapiaa.

- terveysasemallesi
- työterveyshuoltoon
- opiskelijaterveydenhuoltoon tai
- yksityiselle psykiatrille.
- Kansaneläkelaitos korvaa työ- tai opiskelukyvyn parantamiseen tähtäävää kuntoutuspsykoterapiaa mielenterveyshäiriöistä kärsiville 16–67-vuotiaille. Korvauksen voi saada myös esimerkiksi neurokognitiivisten ongelmien tai neuropsykiatrisen häiriön kuntoutukseen. Vaativaa lääkinnällistä kuntoutusta Kela korvaa, jotta töistä tai arkielämän toiminnoista voisi selvitä sairaudesta tai vammasta huolimatta. Edellytykset korvauksien saamiseen löytyvät Kelan sivuilta:
- [Kuntoutuspsykoterapia \(Kela\)](#)
- [Vaativa lääkinnällinen kuntoutus \(Kela\)](#)



Lähellä nuorta –
valtakunnallisesti
vaikuttava

Yhteystiedot www.thl.fi/yee
anja Hirschovits-Gerz, projektipäällikkö, YEE-hanke
tanja.hirschovits-Gerz@thl.fi, 0295247954

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Kiitos