

Nuorisovaltuusto 18.11.2025 § 58

§ 58

Vastauksen antaminen nuorisovaltuuston aloitteeseen yöaikaan olevan mielenterveys-chatin perustamiseksi

Valmistelijat ja lisätiedot (etunimi.sukunimi@luvn.fi):
Strömberg Juha-Pekka
Råman-Maljonen Susanna

Päätösehdotus

Nuorisovaltuusto päättää

1. merkitä tiedoksi alla olevan vastauksen aloitteeseen tiedoksi

Vastaus aloitteeseen

Aloitteen ydin

Nuorisovaltuusto esittää yöaikaan (klo 00.00–08.00) avoinna olevan matalan kynnyksen mielenterveyschatin perustamista Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueelle. Perusteluna on nuorten tarpeiden huomioiminen, erityisesti ilta- ja yöaikaan korostuva tuen tarve sekä nykyisten palveluiden riittämättömyys.

Palvelutarpeen arviointi ja tutkimusnäyttö

Tutkimusten mukaan chateilla on merkittävä vaikutus nuorten hyvinvointiin lyhyellä aikavälillä. Ne koetaan matalan kynnyksen palveluiksi, joissa erityisesti nuoret naiset ja tytöt hakevat apua ahdistukseen, masennukseen ja itsetuhoisiin ajatuksiin. Yöaikaan palveluiden saatavuus on kuitenkin rajallista, ja ruuhkat ovat yleisiä.

Miksi mielenterveyschateihin otetaan yhteyttä?

Chateihin otetaan eniten yhteyttä pahan olon, ahdistuneisuuden, masentuneisuuden, ihmissuhdeongelmien, yksinäisyyden, väkivaltakokemusten ja itsetuhoisuuden vuoksi (Brody C. ym. 2020; Matthews, S. ym. 2023; Iversen C. & Westerlund M. 2024)

Lyhyen ja pitkän aikavälin vaikutukset yhteydenottajien

hyvinvointiin

Chatit auttavat välittömästi yhteydenoton jälkeen ja vaikutukset voivat kestää muutamia viikkoja. Suurimalla osalla ahdistuneisuus, mielialaoireilu ja itsetuhoisuus vähenee, toiveikkuus lisääntyy, saa työkaluja vaikeisiin tuntemuksiin ja asiat eivät tunnu ylittsepääsemättömiltä. (Brody C. ym. 2020; Hoffberg AS. 2020; Zabelski, S. ym. 2023; Matthews, S. ym. 2023; Costa, MGB. 2024; Iversen C. & Westerlund M. 2024; Helfer, A. ym. 2025). Pienellä osalla olo voi heiketä, esim. toivottomuus, alakulo ja ahdistuneisuus voi lisääntyä (Zabelski, S. ym. 2023; Costa, MGB. 2024). Pitkän aikavälin tutkimuksia on niukasti. Joissakin tutkimuksissa on viitteitä mielialan kohenemisesta ja itsetuhoisuuden vähenemisestä (Hoffberg AS. ym. 2020; Matthews, S. ym. 2023; Zabelski, S. ym. 2023; Costa, MGB. 2024), mutta tuloksia ei voida pitää luotettavina.

Puhelinten ja -chattien vertailu

Puhelut ja chatit ovat yhtä hyödyllisiä lyhyellä aikavälillä (Zabelski, S. ym. 2023; Costa, MGB. 2024). Puhelut mahdollistavat äänensävyjen tulkinnan, joka auttaa yhteydenottajan tunnetilan arviointia. Puheluissa on vähemmän väärinymmärtämisen riskiä verrattuna chattiin ja niihin liittyy vähemmän teknisiä ongelmia. (Costa, M.G.B. 2024).

Yhteydenottajien on helpompi keskustella chateissa vaikeista asioista kuten itsetuhoisuudesta (Matthews, S. ym. 2023; Iversen C. & Westerlund M. 2024; Metsäranta K. ym. 2024). Työntekijöiden on vaikeampaa arvioida itsemurhariskiä chatissa (Matthews, S. ym. 2023; Costa, M.G.B. 2024; Helfer A. ym. 2025). Chattien haaste on verbaalin viestinnän puuttuminen, yhteydenottajien katoaminen, tekniset ongelmat ja tietosuoja (Brody C. ym. 2020; Zabelski, S. ym. 2023; Costa, MGB. 2024; Helfer, A. ym. 2025).

Useimmat chatit eivät ole auki 24/7, ja palvelut ruuhkautuvat iltaisin ja viikonloppuisin. Jonotusajat voivat olla pitkiä, eivätkä kaikki yhteydenottajat pääse läpi. (Metsäranta K. ym. 2024; Helfer A. ym. 2025; Higuera-Lozano I. ym. 2025). Resurssien optimointi ruuhka-aikojen mukaan on tärkeää, jos se on käytännössä mahdollista (de Boer TR. ym. 2023).

Chattien käyttäjäryhmät

Chatit ovat 12–29-vuotiaiden suosiossa, ja tytöt ja nuoret naiset käyttävät niitä poikia useammin (Brody C. ym. 2020; Matthews, S. ym. 2023; Zabelski, S. ym. 2023; Metsäranta K. ym. 2024; Costa, MGB. 2024; Helfer A. ym. 2025). Chätteihin ottavat yhteyttä usein samat henkilöt. He ovat yhtä tyytyväisiä palveluun kuin harvemmin yhteyttä ottavat.

(Costa, MGB. 2024; Iversen C. & Westerlund M. 2024; Helfer A. ym. 2025). Monella yhteydenottajista on olemassa oleva hoitokontakti julkiseen terveydenhuoltoon (Matthews, S. ym. 2023; Iversen C. & Westerlund M. 2024).

Chatissa työskentelevien tausta ja koulutus

Työntekijät ja vapaaehtoiset ovat yhtä hyviä avun tarjoajina. Auttajan tunnetaidot ja saatu koulutus vaikuttavat merkittävästi yhteydenottajien tyytyväisyyteen. (Costa, MGB. 2024; Helfer A. ym. 2025). Chätti vaatii avun auttajilta enemmän aikaa ja taitoja verrattuna puheluun. (Costa, MGB. 2024; Higuera-Lozano I. ym. 2025).

Tietosuoja ja tekoäly

Chat-alustan valinnassa on huomioitava, mitä tietoja alusta kerää käyttäjistään sekä kuinka se niitä hyödyntää ja säilyttää (Zabelski, S. ym. 2023; Matthews, S. ym. 2023; Higuera-Lozano I. ym. 2025). Tekoälybottien käyttöä mielenterveyschäteissä on tutkittu vain vähän. Ne voivat potentiaalisesti tarjota jatkuvaa tukea. Niiden kyky arvioida kriisejä, itsetuhoisuutta ja osoittaa empatiaa on vielä rajallinen. (Haque MDR. & Rubya S. 2023).

Mielenterveyschattien tutkimusaineiston laatu

Pitkäaikaistutkimuksia on vaikea toteuttaa palveluiden anonymiteetin vuoksi. Suurin osa teeman tutkimuksista sisältää monia harhan lähteitä. Tämä vaikeuttaa tutkimusten arviointia ja vertailua. Chattien kustannusvaikuttavuudesta ei ole tehty tutkimuksia. (Hoffberg AS. ym. 2020; Zabelski, S. ym. 2023; Costa, MGB. 2024).

Perustason mielenterveys- ja päihdepalvelujen rooli nuorten mielenterveys- ja päihdehoidossa

Nuorten mielenterveys- ja päihdepalveluissa tarjotaan 13–17-vuotiaille nuorille ja huoltajille ohjausta, neuvontaa, arviointia ja hoitoa keskivaikeissa mieliala- ja/tai riippuvuushaasteissa. Aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa tarjotaan yli 18-vuotiaille ohjausta, neuvontaa, arviointia ja hoitoa keskivaikeissa mieliala- ja/tai riippuvuushaasteissa. Lieviin mielenterveys- ja/tai riippuvuushaasteisiin ohjausta, neuvontaa ja tukea tarvitsevien nuorten palvelut tarjotaan lähtökohtaisesti opiskeluhuollossa.

Mielenterveys- ja päihdepalvelujen perustehtävä nuorten mielenterveys- ja päihdepalvelujen kokonaisuudessa on keskittyä tarjoamaan nimenomaisesti hoitoa hoidontarpeen

arvioinnin perusteella todettuihin keskivaikeatasoiisiin oirekuviin. Matalankynnyksen palveluita MTP palvelut tarjoavat ajanvarauksettomien vastaanottoaikojen (VIA) ja päihteitä käyttävien terveysneuvontapalvelujen muodossa. Toki MTP palvelut tuottavat myös ohjaus- ja neuvontatukea kuntalaisille MTP haasteisiin ja oikean hoitotahon valintaan liittyen sekä ammattilaisille suunnattua konsultaatiotukea.

MTP-palvelujen rooli ei ole tuottaa päivystyksellistä tai kriisityyppistä virka-ajan ulkopuolella toteutuvaa palvelua, vaan päivystykselliset mtp-palvelut tuotetaan avosairaanhoidon ja erikoissairaanhoidon päivystyspalveluissa. Kriisitilanteissa asiakkaat ohjataan sosiaali- ja kriisipäivystyksen palveluihin.

Suosittellemme, että nuorten mielenterveyschatin tuottamisen mahdollisuudesta ja tarpeesta pyydetäisiin vastine myös Sosiaali- ja kriisipäivystyksen näkökulmasta.

Nykyisellään kriisitilanteissa nuoria palvelevat tahot
Sosiaali- ja kriisipäivystys Sosiaali- ja kriisipäivystys | Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

Päivystysapu 116117 (24/7) 116117 Päivystysapu
Hätäkeskus (24/7)

Mieli Kriisipuhelin (24/7) MIELI Kriisipuhelin 09 2525 0111

SPR nuorten turvatalo Nuorten turvatalot – tukea, turvaa ja toimintaa - Punainen Risti

Nettiturvis (aikoja saatavilla myös iltaisin ja vkl) Nettiturvis - Punainen Risti

Sekaisin chat (arkisin 9–24, viikonloppuisin 15–24) Sekasin-chat – keskusteluapua nuorille

Oman palvelutuotannon mahdollisuudet ja haasteet

Mahdollisuudet

Digitaalinen alusta (Lunna) mahdollistaa chat-palvelun toteuttamisen, mahdollisesti myös anonyymisti. Lunna-alustan toimivuutta yöaikaisen anonyymien chat-palvelun toteuttamiseen tulisi vielä erikseen kartoittaa ja arvioida.

Pilotointi hankerahoituksella voisi olla realistinen ensimmäinen askel yöaikaisen palvelun kokeiluun, mikäli palvelua lähdettäisiin omana palvelutuotantona suunnittelemaan. Palvelun kohdentaminen esimerkiksi 13–29-vuotiaille voisi rajata asiakasryhmää ja helpottaa resurssien kohdentamista. Hankerahoituksella pilotointi edellyttää sitä, että rahoitusta voitaisiin hakea vasta sopivan hankeaiheen löytyessä.

Kaksikielisyys voidaan huomioida rekrytoinnissa ja teknisissä

ratkaisuisissa. Toki tunnistettava kaksikielisyys myös yhtenä riskinä rekrytoinnissa onnistumisen osalta.

Haasteet

Henkilöstöresurssit: Yöaikainen palvelu vaatisi arviolta 8 HTV:n lisäresurssin, mikä tarkoittaa merkittäviä rekrytointi- ja koulutustarpeita.

Nuorten mielenterveyschat kannattaisi toteuttaa yksikössä, jossa työskennellään yöaikaan.

Kustannukset: Yötyölisät, koulutus, työnohjaus, tilavuokra ja tekninen tuki nostavat kustannuksia. Arviomme mukaan kustannukset olisivat tällä henkilöstömäärällä noin 700 000€ vuodessa.

Turvallisuus ja riskienhallinta: Itsemurhariskin arviointi on haastavampaa chat-ympäristössä kuin puhelimitse.

Palvelun jatkuvuus ja laatu: Yötyö voi kuormittaa henkilöstöä ja vaikuttaa palvelun laatuun ilman riittävää tukea.

Ulkoistamisen ja järjestöyhteistyön mahdollisuudet ja esteet

Mahdollisuudet

Järjestöillä (esim. Mieli ry, Sekasin-chat) on jo olemassa olevat rakenteet ja osaaminen chat-palveluiden tuottamiseen.

Tutkimusten mukaan ei ole merkittävää eroa siinä, tuottaako palvelun julkinen vai kolmannen sektorin toimija.

Valtakunnallinen yhteistyö voisi mahdollistaa kustannustehokkaan ja laajemmin saavutettavan palvelun.

Esteet

Järjestöjen rahoitustilanne on tällä hetkellä heikko, eikä 24/7-palvelun laajentaminen ole mahdollista ilman julkista lisärahoitusta.

Hyvinvointialueiden yhteinen rahoitusmalli (esim. Mieli ry:n kriisipuhelin) voisi toimia mallina, mutta vaatii poliittista ja hallinnollista päätöksentekoa.

Johtopäätös

Yöaikaisen mielenterveyschatin tarve on perusteltu ja tutkimusnäytön tukema. Palvelun toteuttaminen omana

tuotantona vaatisi merkittäviä lisäresursseja ja valmistelua. Julkisen sektorin sijaan tämän tyyppinen palvelu sopisi Suomessa parhaiten järjestökentän toteuttamaksi, jossa tällaista palvelua jo tuotetaan vaikkakaan ei 24/7. Nuorten mielenterveys-chatin tulisi olla mielestämme kansallinen, eikä hyvinvointialueitasoinen palvelu. Realistinen etenemistapa voisi olla:

Valtakunnallisen järjestöyhteistyön tukeminen ja rahoitusmallin kehittäminen.

ja

2. todeta nuorisovaltuuston aloitteen loppuun käsitellyksi.

Käsittely

Päätös

Nuorisovaltuusto hyväksyi päätösehdotuksen yksimielisesti.

Selostus

Hyvinvointialuelain (611/2021) 32 §:n mukaan vaikuttamistoimielimille tulee antaa mahdollisuus vaikuttaa hyvinvointialueen toiminnan suunnitteluun, valmisteluun, toteuttamiseen ja seurantaan asioissa, joilla on tai joilla vaikuttamistoimielin arvioi olevan merkitystä lasten ja nuorten, ikääntyneen väestön tai vammaisten henkilöiden ja heidän tarvitsemiensa palveluiden kannalta, ja vaikuttamistoimielimet tulee ottaa mukaan osallistumisen ja kuulemisen kehittämiseen hyvinvointialueella.

Hyvinvointialueen hallintosäännön 83 §:n mukaan vaikuttamistoimielimellä on oikeus tehdä aloitteita hyvinvointialueen toimintaa koskevissa asioissa.

Sen viranomaisen, jonka käsiteltäväksi aloite kuuluu, on ilmoitettava aloitteen tekijälle kuu- kauden kuluessa aloitteen tekemisestä sen arvioitu käsittelyaika ja keneltä saa lisätietoja aloitteen käsittelystä.

Liitteet

Oheismateriaali

- Pöytäkirjanote. Nuorisovaltuusto 2.9.2025 § 41

Tiedoksi

Täytäntöönpano

Päätöshistoria