



Lasten ja nuorten mielenterveyttä tukevat tutkitusti vaikuttavat menetelmät ovat hyvinvointialueille kannattava investointi

Terapiatakuun tavoite on tarjota alle 23-vuotiaille tukea ja hoitoa mielenterveysongelmiin nopeasti ja maksuttomasti. Tässä onnistuminen edellyttää lasten ja nuorten mielenterveyden tukemista

tutkitusti vaikuttavilla psykososiaalisilla menetelmillä, jotka sopivat paikallisiin palveluihin ja otetaan käyttöön suunnitelmallisesti. Vaikuttavien menetelmien pitkäjänteinen käyttöönotto on hyvinvointialueille kannattava investointi.

*Vaikuttava mielenterveystyö
tukee lasten ja nuorten
turvallista kasvua.*



Terapiatakuu korostaa menetelmien tutkittua vaikuttavuutta

Keväällä 2025 voimaan tulleen terapiatakuulainsäädännön tavoitteena on taata lapsille ja alle 23-vuotiaille nuorille ilmainen pääsy lyhytpsykoterapiaan tai muuhun psykososiaaliseen hoitoon perustason palveluissa. Tämän pitää toteutua kuukauden kuluessa siitä, kun tarve on todettu. Laki korostaa käytettävien menetelmien tieteellisissä tutkimuksissa osoitettua vaikuttavuutta.

Hyvinvointialueiden palveluvalikoimat ovat muotoutumassa, mutta toistaiseksi käytössä on myös monia psykososiaalisia menetelmiä, joiden vaikuttavuudesta ei ole tutkimusnäyttöä. Niitä ei tulisi valita palveluvalikoimaan, mikäli tarjolla on tutkitusti vaikuttavia vaihtoehtoja.

Riippumattomien tahojen tekemät luotettavat vaikuttavuusarviot tarjoavat hyvinvointialueille tärkeää tietoa menetelmiä koskevan päätöksenteon ja terapiatakuun toimeenpanon tueksi. Itla arvioi Suomessa käytössä olevien, lapsille, nuorille ja perheille suunnattujen psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuutta.

|| Tutustu menetelmäpankkiimme: [Menetelmäpankki - Itla](#)

Esimerkki vaikuttavasta menetelmästä:

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmät vähentävät lasten käytösongelmia

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien tavoitteena on kannustaa vanhempia käyttämään myönteisiä kasvatustekniikoita 3–12-vuotiaiden käytösongelmaisten lasten kanssa sekä vahvistamaan näin lasten itsetuntoa ja pärjäämistä. Ryhmät auttavat vanhempia suhtautumaan lapsiin positiivisesti ja empaattisesti sekä tunnistamaan omaa ja lapsien toimintatapoja.

Itlan menetelmäarvio osoittaa Ihmeelliset vuodet -ryhmien tutkitusti vähentävän lasten käytösoireita eli menetelmä on vaikuttava.

|| Lue lisää vaikuttavuusarviosta:

[Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmät](#)

Vain käytetystä menetelmästä on hyötyä

Uuden psykososiaalisen menetelmän käyttöön ottaminen on hyvinvointialueille sekä ajankäytöllisesti että taloudellisesti suuri investointi. Jo menetelmään kouluttautuminen voi edellyttää yhdeltä työntekijältä kymmenien tuntien työtä.

Menetelmän vakiintuminen palveluihin on kannattavan investoinnin edellytys

Tämä onnistuu vain, mikäli:

- menetelmä vastaa asiakkaiden, sitä käyttävien ammattilaisten ja hyvinvointialueen tarpeisiin
- ammattilaisilla on edellytykset käyttää menetelmää, mm. tarvittavan työajan suhteen
- menetelmä otetaan käyttöön eli implementoidaan huolellisesti ja prosessia johdetaan pitkäjänteisesti.

Siksi hyvinvointialueiden on tärkeää varmistaa paitsi palveluvalikoimaan otettavien menetelmien vaikuttavuus, myös niiden soveltuvuus palveluihin sekä pitkäjänteinen käyttöönotto. Silloin vältetään turhilta kustannuksilta sekä varmistetaan taloudellisten investointien kohdistuminen menetelmiin, jotka auttavat lapsia ja nuoria parhaiten.

Itla tukee hyvinvointialueita menetelmien käyttöönotossa ja soveltuvuuden arvioinnissa.

|| Lue lisää: [Menetelmän käyttöönotto](#) | [Menetelmän soveltuvuus](#)

Käyttöön vakiintuneiden vaikuttavien menetelmien avulla lapset, nuoret ja perheet saavat laadukasta tukea oikea-aikaisesti, ja hyvinvointialueiden edellytykset tehdä yhteiskunnallisesti ja taloudellisesti vaikuttavaa mielenterveystyötä paranevat.

Esimerkki menetelmien soveltuvuuden arvioinnista:

Kanta-Hämeen hyvinvointialue arvioi yhteistyössä Itlan kanssa menetelmien soveltuvuutta lasten, nuorten ja perheiden palveluihin.

Hyvinvointialue piti arviointia hyödyllisenä, sillä:

- arviointi tuotti arvokasta tietoa menetelmien käyttöönottoa tukevista tekijöistä ja sen haasteista
- arviointitietoa voidaan hyödyntää alueen palveluihin kuuluvien menetelmien valinnassa.

|| Lue lisää menetelmien soveltuvuuden arvioinnista: [Kanta-Hämeen hyvinvointialueen ja Itlan pilotti](#)

Pirkanmaan käyttöönotto- ja koordinaatiomalli

Pirkanmaan hyvinvointialueella on kehitetty psykososiaalisten menetelmien käyttöönotto- ja koordinaatiomalli, jonka tavoitteena on varmistaa menetelmien suunnitelmallinen käyttöönotto sekä niistä asiakkaille koitua hyöty.

|| Lue lisää Pirkanmaan käyttöönotto- ja koordinaatiomallista:

[Psykososiaalisten menetelmien käyttöönotto- ja koordinaatiomalli \(Pirkanmaan hva, RRP, II, TP2\)](#) | Innokylä

Huomioi tämä

Mielenterveyttä tukevat ja hoitavat psykososiaaliset menetelmät tuottavat parhaan mahdollisen hyödyn lapsille, nuorille ja perheille, kun ne ovat

- tutkitusti vaikuttavia
- hyvinvointialueen palveluihin soveltuvia
- säännöllisesti käytössä.

Näin varmistetaan se, että hyvinvointialueiden menetelmiin kohdentamat taloudelliset investoinnit kannattavat.





► **Keille Pointti on suunnattu ja miksi?**

Julkaisumme on tarkoitettu hyvinvointialueiden päättäjille. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä siitä, miksi lasten ja nuorten mielenterveyttä tulisi tukea tutkitusti vaikuttavilla menetelmillä sekä siitä, miten terapiatakuulle asetetut tavoitteet saavutetaan.

► **Mitä tarkoittaa psykososiaalinen menetelmä?**

Mielenterveyttä edistävät psykososiaaliset menetelmät ovat keinoja, joilla voidaan tukea mielenterveyttä sekä ennaltaehkäistä ja hoitaa mielenterveysongelmia. Lapsille, nuorille ja perheille tarkoitetuilla menetelmillä voidaan muun muassa tukea vanhemmuutta, ehkäistä käytöshäiriöitä ja hoitaa ahdistusta.

► **Mistä tietää, että menetelmä on vaikuttava ja miten sitä arvioidaan?**

Menetelmä on tutkitusti vaikuttava eli se tuottaa asiakkaille hyötyä, jos sen tehokkuus on osoitettu useissa laadukkaissa vaikuttavuustutkimuksissa. Jos menetelmästä ei ole tehty tutkimuksia, sen vaikuttavuutta ei voida todentaa.

Etsitkö vaikuttavaa menetelmää? Tutustu Itlan menetelmäpankkiin:
[Menetelmäpankki - Itla](#)

► **Mitä tarkoittaa menetelmän soveltuvuus?**

Menetelmä on soveltuva, kun se on tutkitusti vaikuttava ja realistisesti toteutettavissa hyvinvointialueen palveluissa. Soveltuva menetelmä on helppokäyttöinen ja asiakkaiden sekä ammattilaisten hyväksymä.

Lue lisää: [Menetelmän käyttöönotto](#) | [Menetelmän soveltuvuus](#)

Lisätietoja: Kehitysjohtaja Marjo Kurki, Itla | 044 271 0797 | marjo.kurki@itla.fi

Lähteet

- Hasson, H. & von Thiele Schwarz, U. (2023) Implementeringsboken: så inför du nytt som gör nytta. Natur & Kultur Läromedel och Akademi.
- Kouvonen, P., Tani, S., Kurki, M. & Hamari, L. (2023) Miten onnistun implementoinnissa? Opas psykososiaalisten menetelmien vaikuttavaan implementointiin. Opaste, Itsenäisyyden juhluvuoden säätiö.
- Merikukka, M., Backman, H., Heikkilä, L. & Kurki, M. (2025). Lasten ja nuorten mielenterveyttä edistävien psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuus – Opas näytön systemaattiseen arviointiin. Itlan oppaat ja käsikirjat 2025:1
- Moore, G., Campbell, M., Copeland, L. ym. (2020). Adaptation of interventions for implementation and/or re-evaluation in new contexts: The ADAPT guidance (v1.0). <https://decipher.uk.net/portfolio/the-adapt-study/>
- Seilo, N., Lindholm, L., Tani, S. ym. (2024) Psykososiaalisen intervention adaptointi –kuvaus keskeisistä näkökulmista ja käsitteistä. Kasvun tuki –aikakauslehti, 4(1). <https://doi.org/10.61259/kt.144999>



POINTTI

Selkeästi
tutkimuksesta
5/2025

