

## Keskustelualoite KA 5/2024 vp

**Inka Hopsu vihr ym.**

### **Keskustelualoite nuorten hyvinvoinnista, jaksamisesta ja mielen- terveydestä sekä niiden edistämisen keinoista**

#### **Eduskunnan puhemiehelle**

Nuorten tulevaisuususkko on tavanomaisesti ollut vahva, mutta näyttää tällä hetkellä heikkenemisen merkkejä eikä mikään ihme. Nuorten elämää varjostavat nyt poikkeuksellisen suuret uhkakuvat, muun muassa ilmasto- ja biodiversiteettikriisi ja hyvinvointivaltion kestävyyttä koskevat kysymykset. Nuorten mielenterveyden ongelmat ovat lisääntyneet, ja tutkimusten mukaan jopa noin 20—25 prosenttia nuorista kärsii jostain mielenterveyden häiriöstä. Esimerkiksi vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan jo joka kolmas yläkouluikäinen tyttö kokee ahdistuneisuusoireita. Kaiken keskellä Euroopassa käydään sotaa ja yleinen turvallisuusympäristö on kiristynyt.

Ilmasto- ja biodiversiteettikriisi, kiristynyt turvallisuustilanne sekä lisääntyneet mielenterveyden ongelmat ja edelleen pinnan alla kytevät koronapandemian jäljet vaikuttavat kaikkein eniten nuoriin, mutta samalla he ovat päässeet osallistumaan ja heitä on huomioitu niiden käsittelyssä kaikkein vähiten. Itse asiassa monet leikkaustoimenpiteistä kohdistuvat juuri nuoriin. Tätä perustellaan tulevien nuorten sukupolvien hyvinvoinnista huolehtimisella. Mutta vahvan talouden puolustamisen lisäksi tulevaisuuden nuorten hyvinvoinnista huolehditaan myös nykyisten nuorten hyvinvoinnin turvaamisella, sillä esimerkiksi vanhempien mielenterveysaasteet vaikuttavat lapsiin vahvasti ja yli puolet masentuneiden vanhempien lapsista sairastuu itsekin johonkin mielenterveyshäiriöön ennen 25 vuoden ikää.

Suomi on nykyisessä hallitusohjelmassa sitoutunut ehkäisemään nuorten syrjäytymistä muun muassa laatimalla laaja-alaisen toimenpideohjelman nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi sekä hyvinvointivajeen ja mielenterveyden ongelmien paikkaamiseksi. OECD:n raportin mukaan mielenterveyden häiriöt maksavat Suomessa vuosittain noin 11 miljardia euroa, ja Valtiontalouden tarkastusviraston mukaan yksi syrjäytynyt nuori maksaa yhteiskunnalle hieman yli miljoona euroa. Mielenterveyteen ja nuorten hyvinvointiin panostaminen onkin siis myös kansantaloudellinen teko. On kuitenkin myöhäistä ratkaista nuorten jaksamisen ja hyvinvoinnin sekä syrjäytymisen haasteita pelkästään korjaavilla toimenpiteillä. Hallitus lupaakin myös panostaa ennalta ehkäiseviin toimenpiteisiin, kuten etsivään nuorisotyöhön ja nuorten työpajoihin.

Missä tämän toimenpideohjelman ja ennalta ehkäisevien toimenpiteiden suhteen mennään tällä hetkellä? Ovatko hallitusohjelmassa esitetyt toimenpiteet riittäviä nykyisellään?

Terveys on kuitenkin laaja käsite sisältäen niin fyysisen, psyykkisen kuin sosiaalisenkin hyvinvoinnin. Nämä kaikki ulottuvuudet ovat myös yhteydessä toisiinsa, eli psyykkistä terveyttä voi-

## Keskustelualoite KA 5/2024 vp

daan tukea huolehtimalla myös fyysisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista. Nuorten hyvinvoinnin, jaksamisen ja mielenterveyden tukemiseksi onkin keskityttävä ongelmien juurisyihin.

Tutkimusten mukaan lukioikäisistä enää noin kolme prosenttia liikkuu suositusten mukaisesti. Lisäksi noin 40 prosentilla 5.- ja 8.-luokkalaisista oppilaista fyysinen toimintakyky on tasolla, joka voi hankaloittaa päivittäisessä elämässä jaksamista. Liikunta tukee itsetuntoa ja oppimista sekä rakentaa myönteistä minäkuvaa ja omanarvontuntoa. Nuorena omaksuttu liikunnallinen elämäntapa tukee liikkuvaa elämäntapaa myös vanhempana, mikä auttaa huolehtimaan terveydestä läpi elämän.

Psykkisen hyvinvoinnin osalta näemme tällä hetkellä jo kouluaikanaan loppuunpalaneita nuoria, jotka ovat erittäin väsyneitä jo työelämään tullessaan. Sairauslomia myönnetään yhä enemmän työuupumuksen vuoksi, ja mielenterveysongelmat ovat yleisin syy työkyvyttömyyseläkkeelle jäämiseen. Opiskelijoiden stressitekijöistä toimeentulo on yksi suurimmista, ja kasvaneet opintolainat sekä toisella että korkea-asteella pahimmillaan estävät niin oman asunnon ostamisen kuin ylipäätään elämässä eteenpäin menemisen.

Sosiaaliseen hyvinvointiin vaikuttaa myös osallisuus, jolla on niin ikään vahva yhteys mielenterveyteen. Suomen Punaisen Ristin teettämän yksinäisyysbarometrin mukaan nuoret ja nuoret aikuiset kokevat eniten yksinäisyyttä, ulkopuolelle jätetyksi tulemista ja eristäytyneisyyttä. Harrastamisen Suomen malli on yksi tapa lisätä nuorten yhteisöllisyyttä. Tutkimusten mukaan vapaaajan aktiivisuudella on suojaava vaikutus myöhempien mielenterveysongelmien ilmaantumiseen. Etenkin sosiaalisesti aktiivinen vapaa-aika sekä harrastukset ja niissä muodostuneet pitkään säilyvät yhteisöt ja ystävyydet vähentävät muun muassa päihteiden käyttöhäiriön ja ahdistuksen ilmaantumista sekä riskiä rikoksiin ja syrjäytymiseen.

Nuorten hyvinvointi on polarisoitunutta, ja ongelmat kasautuvat pienelle joukolle nuoria, jotka voivat aiempaa huonommin. Eriarvoistuminen näkyy taloudellisina, terveydellisinä, sosiaalisina ja koulutuksellisina vaikutuksina sekä yhteiskunnalliseen osallistumiseen vaikuttavana kysymyksenä. Eriarvoistuminen näyttää myös kiihtyvän, ja erityinen haaste on yhteiskunnallisen aseman periytyvyys.

Nuorten syrjäytymisen ehkäisy ja hyvinvoinnin turvaaminen on yhteiskunnan yksi tärkeimpiä tehtäviä ja jaettu tavoite yli puolue- ja hallitus-oppositiorajojen. Meidän päättäjien vastuulla on pysähtyä tarkastelemaan nuorten hyvinvointia, kuulla heidän tarpeitaan ja etsiä keinoja nuorten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Meillä ei ole varaa menettää yhtäkään nuorta.

Edellä olevan perusteella ehdotamme,

*että eduskunta käy ajankohtaiskeskustelun nuorten hyvinvoinnista, jaksamisesta ja mielenterveydestä sekä niiden edistämisen keinoista.*

## **Keskustelualoite KA 5/2024 vp**

Helsingissä 13.3.2024

Inka Hopsu vihr  
Tiina Elo vihr  
Maria Ohisalo vihr  
Oras Tynkkynen vihr  
Sofia Virta vihr  
Atte Harjanne vihr