

Suomen Psykologiliitto ry:n lausunto

## Valtioneuvoston Ikäohjelmaa koskevasta periaatepäätöksestä (VN/17850/2022)

Suomen Psykologiliitto ry pitää ikäihmisten periaatepäätöksen luonnoksessa kuvattuja vaikuttamistavoitteista sekä toimeenpanosuunnitelmaa ja toimenpide-ehtotuksia yleisesti ottaen kannatettavina. Olennaista on, että ohjelma rakentaa vahvat suuntaviivat, joiden alle lyhyemmän aikajänteen toimenpiteet voidaan rakentaa.

Keskeistä on korostaa ikäihmisten aktiivista osallisuutta, ja pyrkiä vahvistamaan toimijuutta sekä fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn säilymistä mahdollisimman pitkään.

Mielenterveys on jäänyt ikäihmisten palveluissa katveeseen jo pitkän aikaa, ja sitä on katsottu vahvasti häiriöiden näkökulmasta. Tähän tulee saada muutos panostamalla mielen hyvinvointiin, vahvistamalla sen edistämisen käytäntöjä sekä takaamalla riittävä ja oikea-aikainen hoito myös ikääntyneille tarpeen niin vaatiessa. Lisäksi tarvitaan tutkittua tietoa siitä, mitä mielen hyvinvointi ja sitä rakentavat tekijät erityisesti ikääntyneiden kohdalla ovat, ja tätä tietoa tulisi hyödyntää sekä päätöksenteossa että käytännön työssä.

### **Väestön ikääntymisen tuomat mahdollisuudet ja niiden hyödyntäminen**

Ikääntyneen väestön elämäkokemusta ja osaamista tulisi aktiivisemmin hyödyntää yhteiskunnan eduksi esimerkiksi päätöksenteossa, työelämän mentorointimahdollisuuksina ja sukupolvien välisenä toimintana. Päätöksenteossa tulisi ottaa iäkkäiden näkemykset huomioon, ja heitä tulisi nykyistä paremmin osallistaa heille suunnattujen palveluiden ja toimintojen kehittämässä ja muotoilemisessa, jolloin saadaan niistä paremmin tarpeisiin vastaavia. Ikäihmiset toimivat usein myös vapaaehtoisina, sekä ovat merkittävä tekijä lähipiiriinsä kuuluvien nuorempien sukupolvien tai lapsiperheiden tukemisessa.

Myös iäkkäät ihmiset tulisi nähdä heterogeenisena joukkona, josta monet voivat edelleen olla aktiivisia toimijoita, ja kiinnostuneita vahvasta osallisuudesta yhteisöihin ja yhteiskuntaan. Iäkkäät on hyvä huomioida kuluttajina ja palveluiden käyttäjinä, ja väestön ikääntyminen tulisi ottaa huomioon kaikilla aloilla muuttaen toimintoja ei ainoastaan ikäystävällisiksi, vaan pikemminkin ystävällisiksi kaikille ikäryhmästä riippumatta.

Väestön ikääntymisen myötä syntyy myös laajempi mahdollisuus ymmärtää ja hahmottaa ikääntyminen uudella tavalla: ymmärtää ikääntymistä luonnollisena osana elämäkulkua, vahvistaa myönteistä ikääntymiskuvaa sekä huomata iäkkäiden toimintakykyisyyden ja

hyvinvoinnin kohentuminen, ja nähdä iäkkäätkin voimavaraisina ja osaavina. Toki myös ikääntymiseen liittyvät haavoittuvuutta aiheuttavat tekijät on keskeistä nostaa osaksi yhteiskunnallista keskustelua.

## **Iäkkäiden asioiden osalta tärkeimmät kehitettävät asiat hallituskauden 2027–2031 aikana**

Iäkkäiden ihmisten mielen hyvinvoinnin edistämiseen, mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyyn sekä tukeen, palveluihin ja hoitoon on panostettava huomattavasti nykyistä vahvemmin. Psykologisen osaamisen hyödyntäminen ikäihmisten palveluiden kehittämisessä, toteuttamisessa sekä arvioinnissa nykyistä paremmin on nostettava keskiöön.

Jo pitkään iäkkäiden mielenterveys ja varsinkin mielen hyvinvoinnin näkökulma on jäänyt katveeseen, erityisesti toimenpiteiden osalta. Mielen hyvinvoinnin edistäminen on tärkeää, sillä liian usein mielenterveys nähdään vain mielenterveysongelmien kautta. Iäkkäiden ihmisten mielen hyvinvoinnin, eli hyvän normaalin elämän ja arjen edistäminen, on merkityksellistä. Siihen panostaminen vaikuttaa iäkkäiden toimintakykyisyyteen, terveellisiin elintapoihin ja itsestä huolehtimiseen, fyysiseen terveyteen, toipumiseen, resilienssiin sekä myös palveluiden käyttöön. Ennaltaehkäisevään työhön tulisi panostaa ikäihmisten palveluissa kautta linjan. Lisäksi on korkea aika panostaa iäkkäiden mielenterveysongelmien tunnistamiseen ja oikea-aikaiseen puuttumiseen ja hoitoon, mikä edellyttää myös iäkkäille suunnattuja ja heidän erityistarpeensa huomioon ottavia mielenterveyspalveluita. Jos näihin ongelmiin ei puututa ajoissa, aiheutuu siitä inhimillistä kärsimystä sekä kustannuksia esimerkiksi muun terveydenhuollon ja palveluiden kuormittumisena, tai ohjautumisena väriin asumispalveluihin.

Vera Gergov  
Ammattiasioista vastaava psykologi  
Suomen Psykologiliitto ry  
vera.gergov@psyli.fi

Sirkkaliisa Heimonen  
Geropsykologian ammatillisen työryhmän  
puheenjohtaja  
Suomen Psykologiliitto ry

Lausunnon laatimiseen ovat osallistuneet myös Suomen Psykologiliitto ry:n Geropsykologian ammatillisen työryhmän jäsenet.