

PSYKOLOGIA 2024

ABSTRAKTIKIRJA

SYMPOSIUM 1

● Liikennepsykologia: Uusia näkökulmia	1
Psychological consequences of road traffic crashes	2
—Igor Radun	
Käyttätymistieteelliset interventiot kestävän liikennekäyttötymisen edistämise	3
—Paula Salo	
Monitehtäväsuoritukset turvallisuuskriittisessä ympäristössä	4
—Lauri Oksama	
Psykologinen näkökulma liikennelentäjien terveyteen ja turvallisuuteen	5
—Visa Sarparanta	
● Mielenterveyden tutkimuksen uudet suunnat	6
Oireet toistensa aiheuttajina vs yhteiset tekijät	7
—Sakari Lintula	
Masennusriski ei seuraa normaalijakaumaa yleisväestössä	8
—Anna Talkkari	
Ensisijaiset prosessit masennus- ja ahdistusoireilun yhteisvaihtelussa	9
—Jaakko Tammilehto	
Koneopitut tekstisisällöt nettiterapian keskeyttämisen ennustajana	10
—Sanna Mylläri	
● Psykologisen hoidon kohdentaminen	11
Hoidosta hoitoon – uhka päätyä psykoterapiasta toiseen	12
—Aino Plattonen	
Kevyet hoidot vakavissa ongelmissa – psykoosihistoria	13
—Eva Rikandi	
Psykoterapiasuuntauksen valinnan optimointi kohdennetun oppimisen keinoin	14
—Veera Malkki	
ADHD vai jotain muuta? – Koetun kognition ja tunne-elämän transdiagnostiikkaa	15
—Johanna Stenberg	
● Puhetta laulusta: Musiikki tukee kuulo- ja kielitoimintoja aivoissa läpi elämän	16
Kielellinen kehitys ja musiikin vaikutus lukivaikeusriskissä olevilla vauvoilla	17
—Paula Virtala	
Musiikkileikkikoulu lasten kielellisen kehityksen tukena	18
—Tanja Linnavalli	
Ikääntyminen ja kommunikaatio: Laulu terveen ikääntymisen tukena ja mittarina	19
—Nella Moisseinen	
Laulun sanoin: Laulukyvyn säilyminen ja laulukuntoutuksen vaikuttavuus afasiassa	20
—Anni Pitkäniemi	
● Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus terveydenhuollossa	21
Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen hyvinvointi ja vähemmistöstressi	22
—Anna Keski-Rahkonen	
Nuoruusikäisten sukupuoli-identiteetin tutkimusjakson asiakkaiden hyvinvointi ja	23
—Aino Lehtinen ja Kaisa Puro	
Lyhytterapeuttinen tuki sukupuolen korjausprosessin aikana	24
—Laura Blomqvist	
Seksuaalisuuden ja sukupuolisuuden monimuotoisuuden teemat psykoterapiassa – koh	25
—Aleksi Jalava	

SYMPOSIUM 2

● Keho, aivot ja kognitio	26
Suolesta aivoihin	27
—Sanna Lensu	
Parempi urheilusuoritus aivostimulaatiolla?	28
—Jan Wikgren	
Hyvä peritty kunto on yhteydessä oppimiseen	29
—Elina Mäkinen	
Oppimisen optimointia kehon rytmien avulla	30
—Miriam Nokia	
● Mielenterveysoireet ja psykososiaaliset voimavarat kouluiässä	31
Hyvinvoinnin profiilit maahanmuuttaja- ja pakolaisnuorilla: haasteet ja voimavar	32
—Sanni Aalto	
Lasten tunteiden tunnistuskyvyn profiilit ja sosioemotionaalinen hyvinvointi	33
—Petra Laamanen	
Lapsuusaikaisten haitallisten kokemusten ylisukupolvinen vaikutus	34
—Tiia Kuha	
Vanhempien kokemukset ja hoidon tuloksellisuus Oppi-vanhemmushjelmassa	35
—Assi Pelttonen	
● Toimijuus psykoterapiassa – integratiivinen lähestymistapa	36
Toimijuuskäsite psykoterapiassa	37
—Minna-Leena Seilonen	
Heikko toimijuustunto psykoterapian lähtökohtana	38
—Katja Kurri	
Toimijuuden muutos psykoterapiassa	39
—Jarl Wahlström	
● Toiminnanohjauksen varhaiskehitys	40
Toiminnanohjauksen kehitysprofiilit vauvaiästä taapero- ja leikki-ikään	41
—Anniina Karonen	
Lasten toiminnanohjauksen varhaiskehitys ja vanhemman hoivakäyttämisen laatu	42
—Pauliina Juntunen ja Fiia Takio	
Varhaisen suolistomikrobiston koostumuksen yhteys myöhempään toiminnanohjaukseen	43
—Venla Huovinen	
Signaloidun yöheräilyn yhteys toiminnanohjauksen taitoihin	44
—Tiina Mäkelä	
● Työuupumus: Ilmiö, syyt ja seuraukset	45
Työuupumukseen liittyvät käytännöt kymmenessä Euroopan maassa	46
—Anne Mäkikangas	
Työhyvinvoinnin biomarkkereita etsimässä	47
—Henna Saloniemi	
Työuupumuksen syytekijät työuupuneiden kokemana	48
—Monika Snellman	
Työuupumuksen ja työssä suoriutumisen profiilit: kolmen vuoden seurantalutkimus	49
—Laura Hirva	

SYMPOSIUM 3

Autismikirjon lasten sosiaalinen kommunikaatio ja vuorovaikutus	50
Autismipiirteisten taaperoiden varhainen vanhempainohjanta	51
—Elina Husu, Terhi M Helminen, Jaakko Nevalainen, Anneli Kylliäinen	
Onnistunut leikkivuorovaikutus alkuopetuksessa autismikirjon lapsilla	52
—Piret Vermilä	
Autismikirjon oppilaiden ja luokkatoverien vuorovaikutus ryhmätyötilanteissa	53
—Anni Kilpiä, A Kämäräinen, K Dindar, K Pihlainen, EHerttuainen, E Kärnä	
Autismikirjon lasten pragmaattiset kommunikaatiotaidot	54
—Soile Loukusa, KDindar, LMäkinen, IGabbatore, AKotila, HEbeling, ELeinonen	
Kansalliset rekisterit osana mielenterveyden tutkimusta	55
Mielenterveyden ylisukupolvisuus	56
—Marius Lahti-Pulkinen	
Työterveyshuolto ratkaisuna työelämän mielenterveysongelmiin	57
—Sanna Selinheimo	
Koulumenestys ja mielenterveys	58
—Christian Hakulinen	
Minuus vuorovaikutuksessa	59
Uhkaavista vuorovaikutustilanteista kertominen	60
—Henri Nevalainen	
Minuus ja kertomukset ulkopuolelle jäämisestä	61
—Mariel Wuolio	
Persoonallisuuden haavoittuvuus rekrytointihaastatteluissa	62
—Teija Ahopelto, Melisa Stevanovic, Johanna Ruusuvoori ja Sanni Tiitinen	
Asiakkaan itsekritiikki uraohjauksessa	63
—Liisa Voutilainen ja Sanna Vehviläinen	
Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia	64
Narratiivinen lääketiede ja potilaskeskeinen terveydenhuolto	65
—Jussi Valtonen	
Narratiivisen lääketieteen kurssin koetut vaikutukset ja ammatillinen merkitys	66
—Elina Renko	
Kirjallisuusterapeuttinen mielisairaalamuisto-työpaja	67
—Karoliina Maanmieli	
Kerronnallisen toimijuuden kehittäminen ennaltaehkäisevässä perhetyössä	68
—Petra Partanen	
Sotilas 2020-luvulla: soveltuvuus ja toimintakyky	69
Uusi sotilaan toimintakyvyn malli	70
—Lauri Oksama	
Vagushermostimulaation vaikuttavuus taistelijan toimintakykyyn univajeessa	71
—Tomi Passi	
Vagushermostimulaatio toimintakyvyn tukemisessa kasarmilla ja maastossa	72
—Satu Pakarinen	
Osiovasteteoriaan perustuva pakkovalintainen persoonallisuustesti	73
—Mikael Nederström	
Terapia- ja psykoterapiakoulutus tänään	74
Moderni pedagogiikka ja verkko-oppiminen terapeuttikoulutuksissa	75
—Kasper Mikkonen	
Kognitiivinen lyhytterapia koulutus	76
—Susan Laitala	
Menetelmäohjaus lyhytterapiakoulutuksessa	77
—Sinikka Uola	
Psykoterapeuttikoulutus julkisen sektorin tarpeisiin	78
—Eeva-Eerika Helminen	

SYMPOSIUM 4

● Early parent-child relationships, parental characteristics and child development	79
Maternal adverse childhood experiences, reproductive trauma and parenting	80
—Alma Suutari	
Community-based parenting interventions and mother-infant emotion regulation	81
—Dominika Borucha	
Parental bonding and child preschool social-emotional problems	82
—Enni Hatakka	
Implications of maternal substance use on early mother-child interaction	83
—Noora Hyysalo	
● Itsesäätelyn ja käyttäytymisen tukemisen interventiot varhaiskasvatusikäisille	84
Positiivisesti ryhmässä oppiva varhaiskasvatus (ProVaka)	85
—Vesa Närhi	
Lapsen intensiivinen tuki varhaiskasvatuksessa: näyttöön pohjaavia tukimalleja	86
—Anne Karhu	
Leikitään ja keskitytään (LeKe): toiminnanohjauksen vahvistaminen leikin avulla	87
—Liisa Klenberg	
Yksilöllisten tekijöiden vaikutus LeKe:n interventiovasteeseen	88
—Minna Hakala	
● Kun katsoit minuun-Kasvonilmeet ja katsesuunta psykofysiologisessa tutkimuksessa	89
Aivojen automaattiset herätevasteet kasvonilmeiden havaitsemisen tutkimuksessa	90
—Piia Astikainen	
Katseen ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen herättämät reaktiot yksinäisillä	91
—Elisa Vuoriainen	
Psykofysiologiset reaktiot ihmisen ja robotin välisessä katsekontaktissa	92
—Samuli Linnunsalo	
Sykkeen tarkkaavuusvasteet kasvoihin autismipiirteisillä taaperoilla	93
—Anneli Kylliäinen	
● Psykologien ammatillisen kehittymisen polut oppilashuollossa	94
Mitä psykologin työ koulussa on, ja mitä se ei ole	95
—Vesa Nevalainen	
Oppilashuollon tietotyöpöydän käyttäminen työn tukena ja tiedolla johtamisen per	96
—Lauri Janhunen	
Mikä saa psykologin pysymään töissä koulussa?	97
—Maiju Väntti	
Menetelmäkehittäminen työssä havaittujen ongelmien ratkaisemiseksi	98
—Saara Ollikainen ja Noora Tuhkanen	
● Vanhempien resilienssi– Tutkimustuloksia FinnBrain-tutkimuksesta	99
Vanhempien piirresilienssi mielenterveyden tukena	100
—Viivi Mondolin	
Koherenssin tunne sekä koherenssin yhteys vanhempien mielialaan odotusaikana	101
—Carlos Sirkiä	
Äidin resilienssi ja mielenterveys ja vastasyntyneen solullinen ikääntymisaste	102
—Eeva-Leena Kataja	

SYMPOSIUM 5

● Kielen oppiminen ja motivaatio	103
Kehityksellisen kielihäiriön tunnistaminen - koneoppimissovellus	104
—Jade Plym	
Seulontatyökalu oppimismotivaation tunnistamiseksi	105
—Sami Määttä	
Psykologiaa soveltamassa Ekapelistä kaikki maailman lapset täyteen lukutaitoon	106
—Heikki Lyytinen	
● Psykedeelien terapeuttinen hyötykäyttö ja niiden vaikutusmekanismit	107
Psykedeelien aiheuttamien mystisten kokemusten yhteys terapeuttisiin vaikutuksiin	108
—Samuli Kangaslampi, PsT	
Psykedeelit, hengelliset transformaatiot ja mielenterveys	109
—Jussi Jylkkä, FT, dos	
Psykologinen joustavuus välittää psykedeelien käytön yhteyttä hyvinvointiin	110
—Andreas Krabbe, PsM	
Psilosybiiniavusteinen terapia alkoholiriippuvuuden hoidossa	111
—Heikki Vanhanen, PsM & Patrick Zilliacus, PsM	
● Terapiatyöskentelyn prosessit ja interventiot	112
Psykoterapeutin interoseptio ja terapeuttinen allianssi	113
—Satu Halonen	
Mielikuvatyöskentelyyn perustuva lyhytterapiainterventio	114
—Sinikka Uola	
Kehollinen yhteensovittautuminen psykoterapiassa	115
—Petra Nyman-Salonen	
HOT-verkkointerventio unettomuuteen: mikä tekee siitä toimivan?	116
—Tetta Hämäläinen	
● The Psychology of Food and Eating: From Basics to Real Life Data and Application	117
A picture set of high-fat/high-carbohydrate foods for the population of Finland	118
—Arsene Kanyamibwa	
Impaired updating of working memory representations in individuals with high BMI	119
—Nadine Herzog	
Emotional and stress-eating in 800 healthy individuals using EMA	120
—Matthias Aulbach	
NeuroPOD - Cognitive Phenotyping and Subgroup Identification in Obesity	121
—Artemii Nikitin	
● Tunne-elämän vaikeudet ja myötätunnon mahdollisuudet	122
Tietoisuustaitointervention vaikutukset nuorten hyvinvointiin	123
—Jemina Qvick	
Mindfulnesspohjainen mentalisaation harjoitusohjelma vanhemmille	124
—Timo Teräsahjo	
Tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien yhteydet myötätuntoon	125
—Sofia Pihlaja	
Sosiaalisten tilanteiden pelosta kärsivien suomalaisnuorten turvakäyttäytyminen	126
—Siiri Lampela	

SYMPOSIUM 6

Annatto intuition viedä vai ajatteletko analyyttisesti? Yksilölliset erot ajatte	127
Analyyttinen ajattelutyyli, tiedon arviointi ja tiedeasenteet	128
—Kaisa Elovaara	
Koronaa koskevat salaliittoteoriauskomukset ja niihin liittyvät kognitiiviset ja	129
—Johanna Kaakinen	
Analyyttisen ajattelun profiilit	130
—Annika Svedholm-Häkkinen	
Keskustelua	131
—Jukka Häkkinen	
Mielenterveyden riskit väestössä	132
Optimismin, pessimismin ja masennusoireiden kaksisuuntaiset yhteydet aikuisilla	133
—Jutta Karhu	
Kognitio ja kuolleisuus psykoosisairauksia sairastavilla suomalaisilla	134
—Ville Mäkipelto	
Toisen asteen opiskelijoiden masennusoireilu ennen koronapandemiaa ja sen aikana	135
—Kati Vasalampi	
Vanhemman väkivaltarikollisuus ja lasten itsetuhoisuus: koko väestön rekisteritu	136
—Aurora Järvinen	
Mitä psykologin tulisi tietää nukkumisesta?	137
Miksi ja miten kerätä tietoa unesta?	138
—Saana Myllyntausta	
Pikkulapsivaiheen uni koko perheen näkökulmasta	139
—Sini Hyvämäki	
Nuoruusiän nukkumisen erityispiirteet: liian vähän ja liian myöhään	140
—Liisa Kuula	
Aikuisten unen haasteet ja unihäiriöt – miten arvioin ja hoidan?	141
—Heli Järnefelt	
Narsismin kasvot - mielessä, kehossa ja aivoissa	142
Grandioottisen ja haavoittuvan narsismin yhteys mentalisaatiokykyyn, episteemise	143
—Jarno Tuominen	
Narsistiset piirteet ennustavat kohonnutta fysiologista kiihtymystilaa itsestä k	144
—Pentti Henttonen	
Narsististen piirteiden vaikutukset aivoaktivaatioon vastaanotettaessa positiivi	145
—Matias Piispanen	
Relational Foundations of Socioemotional Development and Dynamics	146
Linear and Quadratic Links of Early Stress with Adolescent Emotion Regulation	147
—Miranna Uitto	
Early Stress Predicting Adolescent Stress System Reactivity and Coordination	148
—Maria Konttinen	
Bidirectional Links of Parents' Psychological Distress and Partnership Quality	149
—Yan Li	
Dynamic Attachment Features in Everyday Life	150
—Jaakko Tammilehto	

SYMPOSIUM 7

● Ilmastomuutos ja psykologia	151
Ilmastomuutos ja psykologia —Nils Sandman	152
Mihin kohdistaa käyttäytymistieteellisiä ilmastotoimia? —Elisa Sahari	153
Käyttäytymistieteelliset työkalut ilmastomuutoksen hillitsemisessä —Paula Salo	154
Ilmastotunteet ja ilmastoahdistus —Noel Niskanen	155
● Mielenterveysongelmien syyt, hoidot ja niitä koskevat uskomukset	156
Mistä masennus johtuu? Kyselytutkimus kausaalisista uskomuksista —Mira Karrasch	157
Neurodualismi: terapian ja lääkkeiden uskotut vaikutukset aivoihin ja mieleen —Jussi Valtonen	158
Onko masennusdiagnoosi kuvaus oireista vai niiden selitys? —Jani Kajanoja	159
Mielenterveyshäiriöiden hoitamisesta auttamiseen vaikeissa elämäntilanteissa —Tomi Bergström	160
● Näkökulmia emotionaaliseen saatavillaoloon vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteessa	161
Äidin mielialaoireet, vuorovaikutus ja lapsen sosioemotionaalinen kehitys —Hetti Lahtela	162
Emotionaalinen saatavillaolo ja kasvoihin suuntautuva tarkkaavuus perheessä —Aino Luotola	163
Uuden teknologian näkökulmia varhaisen vuorovaikutuksen arviointiin —Eveliina Mykkänen	164
Emotionaalinen saatavillaolo, kiintymyssuhde ja mielenterveys nuoruusiässä —Marjo Flykt	165
● Neurokognitiiviset kyvyt	166
Nopean nimeämisen yhteydet akateemisiin taitoihin ja tarkkaavuuteen —Riikka Heikkilä	167
Päällekkäisen puheen tarkkaavaisuusmekanismi aivoissa —Patrik Wikman	168
Raskaudenaikainen ja varhaislapsuuden D-vitamiini ja neurokehitys 6–8-vuotiaana —Vilja Seppälä	169
Trail Making testin suoritusprofiilit —Pekka Rapeli	170
● Persoonallisuuden, emootioiden ja kulttuurin vaikutukset vuorovaikutukselliseen	171
Tarinankerronnan kasvovauha: narsistiset kertojat reagoivat epähuomioivaan tarina —Emmi Koskinen	172
Videovälitteisen ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen erot psykofysiologisissa reaktioissa —Santeri Lepistö	173
Kulttuurin ja kielitaustan vaikutus kuulijan taustapalautteiden käyttöön vuorovaikutuksessa —Markus Söderman	174
Monitasoinen viitekehys vuorovaikutukselliseen sitoutumiseen —Ville Harjunen	175

Hyvinvointia ja teknologisia sovelluksia	176
Pelaa fiksusti -hanke: muutokset perheissä ryhmätoiminnan myötä	177
—Päivi Merjonen, Julia Turok, Adrienn Jalonen	
Dynaaminen persoonallisuus – pilottitutkimus pelipohjaisesta mittausmenetelmästä	178
—Jallu Lindblom	
Toipuminen ahdistuksesta ja masennuksesta 2-vuotisessa yksilöterapiassa	179
—Pekka Koistinen	
Kiusaamisen ehkäisyn haasteet	180
Classroom-Level Victimization and Belief in a Just World	181
—Daniel Graf	
Oppilaan aikomus lopettaa kiusaaminen erilaisten opettajan viestien seurauksena	182
—Eerika Johander	
Kiusaamistapauksiin puuttumisen seuranta	183
—Christina Salmivalli	
Erilaiset koulukiusaajat nuorina aikuisina	184
—Tiina Turunen	
Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat perheissä ja vertaisryhmissä	185
Mielenterveyden häiriöiden leviäminen nuorten vertaisverkostoissa	186
—Jussi Alho	
Lasten mielenterveyden häiriöt ja vanhempien psykiatrinen sairastuvuus	187
—Ripsa Niemi	
Lasten mielenterveyden häiriöt ja vanhempien tulot ja työllisyys	188
—Kaisla Komulainen	
Lasten mielenterveyden häiriöt ja vanhempien psykiatriset sairauspoissaolot	189
—Mai Gutvilig	
Työympäristön haasteista hyvinvointiin	190
Työuupumuksen ja työssä suoriutumisen pitkittäisprofiilit ja transitiot	191
—Laura Hirva	
Muutosvoimavarat organisaatiomuutoksessa ja niiden merkitys henkilöstön sopeutum	192
—Eveliina Peltoniemi	
Työhön sopivan toimiston edellytykset - globaali sisäympäristötarkastelu	193
—Jenni Radun	
Psykologisesti turvallinen työyhteisö – Teoreettisten näkökulmien yhdistäminen	194
—Nina Savela	
Vanhemmuuden siirtymät ja fysiologinen reaktiivisuus lasten tunteita kohtaan	195
Kasvolihavasteet vauvan tunteisiin uusilla äideillä ja lapsettomilla naisilla	196
—Hanneli Sinisalo	
Empaattinen reagointi lasten tunnesignaaleihin isyyden eri vaiheissa	197
—Sonja Veistola	
Pupillivasteet vauvojen kasvonilmeisiin ensikertalaisilla äideillä ja isillä	198
—Santeri Yrttiaho	
Autonomisen hermoston reaktiot vauvan itkuun uusilla ja kokeneilla äideillä	199
—Mikko Peltola	

SYMPOSIUM 9

● Näkökulmia oppimiseen ja toimintakykyyn	200
Täysi lukutaito kaikille	201
—Heikki Lyytinen	
Lukumäärien nimeäminen - uusi luku- ja laskusujuvuuden ennustaja?	202
—Sara Huotari	
Pelaa fiksusti: tyytyväisyys ryhmiin ja niiden vaikutukset perheissä	203
—Julia Turok (Päivi Merjonen, Adrienn Jalonen)	
Työttömien työkykyvajeet	204
—Kirsi Honkalampi	
● Nuorten käyttäytyminen ja ympäristö	205
Nuorten ruokahävikin vähentämistä koskevat motivaatioprofiilit ja asenteet	206
—Riikka Hirvonen (J Hokkanen, H Pitkäniemi, M Pollari ja A-L Elorinne)	
Onko koulujen tilasuunnittelussa unohdettu kognitiivinen ergonomia?	207
—Jenni Radun	
Liiallisen netinkäytön yleistymisen sekä yhteydet opiskelun haasteisiin	208
—Olli Kiviruusu	
● Psykologian historian juonteita	209
Psykologiaa Suomessa 1910-luvulla	210
—Juhani Ihanus	
Sosiaalipsykologia Suomessa ennen tieteenalan institutionalisoitumista	211
—Eemeli Hakoköngäs	
Psykologia-lehden paikasta suomalaisella tiedekentällä	212
—Joel Hänninen	
Sabina Spielreinin myöhään löydetty historia	213
—Jorma Fredriksson	
● Virtuaalitodellisuuden mahdollisuudet kehityksellisten pulmien arvioinnissa	214
Virtuaalitodellisuuden käyttö lasten tavoitesuuntautuneen toiminnan arvioinnissa	215
—Erik Seesjärvi	
Lasten sosiaalisen kommunikaation tutkimus virtuaalitodellisuudessa	216
—Satu Saalasti	
Virtuaalitodellisuuden hyödyntäminen kehityksellisten pulmien aivotutkimuksessa	217
—Juha Salmitaival	
● Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa	218
Äidin psyykkiset oireet ja lapsen sosiaalinen kompetenssi 5-vuotiaana	219
—Katja Tervahartiala	
Yksinäisyyden ja ostrakismin ryhmät 5-vuotiailla	220
—Anne-Elina Salo	
Yksinäisyys ja sen riskitekijät pikkukeskosilla	221
—Susanna Salomäki	
Yksinäisyyden ja ostrakismin alaryhmät nuorilla	222
—Noona Kiuru	

● Kehityopsykologinen tieto näkyväksi! —Riikka Korja	223
● Psykologin neutraalisuus ja yhteiskunnallinen vastuu - missä menee raja? —Elopsykologit	224
● Psykoterapian laaturekisteri työvälineenä psykologin ja psykoterapeutin työssä —Marko Salmenkivi	225
● Urapolkunäkymiä psykologin ammattiin - Erikoispsykologien rooli työelämässä —Riikka Korja	226
● Luonto- ja eläinavusteinen dialoginen työnohjaus —Pauliina Tuomivaara	227
● Korkea vaatimustaso ja psykologinen turvallisuus - mahdotontako? —Suomen psykologiliiton urheilu- ja taiteenpsykologien ammatillinen työryhmä	228

POSTERIT

● Koulukiusaaminen aktivoi nuorten ja aikuisten aivoja laaja-alaisesti --Birgitta Paranko	229
● Sykevälivaihtelu lapsen tarkkaavuuden mittarina --Emilia Kiiveri	230
● Antisosiaalisen ja epävakaan persoonallisuushäiriön yhteys nettiterapiahoitoon --Enna Kujansuu, Sanna Mylläri, Tom Rosenström, Suoma Saarni	231
● Can additional schooling reduce social differences in mental health risk? --Henrik Dobewall	232
● Does sisu predict managerial well-being and work performance? --Ilmari Määttänen	233
● Työllisyys ja tulot ennen ja jälkeen kumppanin psykiatrisen diagnoosin --Jade Knop	234
● Excess Mortality in Persons with Bipolar Disorder: A Finnish Register Study --Julia Rimmington	235
● Koulupoissaolojen kehityskulkujen yhteydet koulupolkuihin ja hyvinvointiin --Mari Tunkkari	236
● Changes in sleep and life satisfaction during retirement --Marika Kontturi	237
● Transcending the limits of our ordinary strength: Validation of the Sisu Scale o --Marta Velázquez Gil	238
● Interindividual similarities between early life stress and adult brain function --Miro Ilomäki	239
● Exploring typical development of interhemispheric connections --Nea Rinne	240
● Why did you pick that army? Player personality traits and faction choice --Oliver Lindahl	241
● Uusi sovellus perinataalimielenterveyden tueksi --Riikka Lemmetyinen	242
● Neuropsykologisen ryhmäkuntoutuksen vaikutus elämänlaatuun -pilottitutkimus --Riitu Puumalainen	243
● Toiminnanohjauksen vaikeuksien yhteys TOTAKU-kuntoutuksen keston --Saara Räisänen	244
● Elämäkertamuistin subjektiivisen toiminnan mittaaminen --Samuli Kangaslampi	245

Liikennepsykologia: Uusia näkökulmia

Symp1	KE	10:40	F3005
-------	----	-------	-------

Symposium

Symposiumissa käsitellään monipuolisesti liikenteen psykologisia ja käyttäytymistieteellisiä ulottuvuuksia. Esityksissä pureudutaan muun muassa liikenneonnettomuuksien psykologisiin seurauksiin, kestävä liikennekäyttäytymisen edistämiseen, monitehtäväsuorituksiin vaativissa turvallisuuskriittisissä ympäristöissä sekä klinisen ilmailupsykologian rooliin lentävän henkilöstön ja ilmailulääkärien tukena. Asiantuntijoiden esittämät tutkimustulokset ja käytännön näkökulmat tarjoavat arvokasta tietoa liikenteen ja psykologian välisestä vuorovaikutuksesta. Igor Radunin esityksessä käsitellään liikenneonnettomuuksien psykologisia seurauksia. Vaikka liikenneturvallisuudessa keskitytään yleensä kuolemiin ja vakaviin vammoihin, onnettomuuksien psykologiset vaikutukset jäävät usein vähemmälle huomiolle. Radunin esityksessä tarkastellaan aiempia tutkimuksia aiheesta sekä uutta tietoa raskaiden ajoneuvojen kuljettajien kohtaamista psykologisista seurauksista onnettomuuksista, joissa vastapuoli tarkoituksellisesti aiheuttanut törmäyksen. Paula Salon esityksessä käsitellään käyttäytymistieteellisiä interventioita kestävä liikennekäyttäytymisen edistämiseksi. Tutkimuksessa kehitetään keinoja aktiivisten kulkutapojen, kuten kävelyn ja pyöräilyn, edistämiseksi työ- ja koulumatkaliikenteessä. Esitys perustuu kansainvälisiin tutkimuksiin ja CLIMATE NUDGE -tutkimushankkeen interventioihin, jotka pyrkivät vaikuttamaan ihmisten valintoihin liikenteessä käyttäytymistieteellisten periaatteiden avulla. Lauri Oksaman esityksessä käsitellään monitehtäväsuorituksia turvallisuuskriittisessä ympäristössä. Monitehtäväsuoritus on tärkeä taito monissa työympäristöissä, kuten ilmailussa ja autoilussa. Esityksessä esitellään äskettäin kehitetty monitehtäväympäristö, joka vaatii osallistujilta tarkkaavaisuuden jakamista ja priorisointia erilaisten tehtävien välillä. Tutkimus tarkastelee uuden testin validiteettia vertaamalla sitä muihin kognitiivisia kykyjä mittaaviin testeihin. Visa Sarparannan esityksessä käsitellään liikennelentäjien lääketieteellistä kelpoisuutta ja ilmailupsykologista konsultaatiota. Esityksessä käsitellään ilmailulääketieteellistä säädösympäristöä, keskeisiä psykologisia tapauksia maailmalta sekä ilmailijoiden psykologista soveltuvuusarviointia ja klinistä ilmailupsykologiaa.

Liikennepsykologia: Uusia näkökulmia

			
Symp1	KE	10:40	F3005

 Psychological consequences of road traffic crashes

 Igor Radun

Esitys ja abstrakti ovat englanninkieliset. When we talk about traffic safety, we primarily focus on fatalities and serious injuries often ignoring the psychological consequences of road crashes. This is understandable because death is indeed the worst that can happen. Furthermore, both fatalities and serious injuries are clear and easily measurable indicators of traffic safety developments over years, allowing also comparisons between different countries. On the other hand, it is somewhat surprising given the amount of research undertaken on the psychological consequences of road traffic crashes. In this presentation, I will give short overviews of previous research on this topic and our own research regarding the psychological consequences for heavy vehicle drivers of incidents in which other vehicles were deliberately crashed into theirs.

Liikennepsykologia: Uusia näkökulmia

Symp1 KE 10:40 F3005

Käyttäytymistieteelliset interventiot kestävän liikennekäyttäytymisen edistämiseksi

Paula Salo

Aktiivisten kulkumuotojen käyttö liikenteessä vastaa kahteen merkittävään yhteiskunnalliseen haasteeseen: ilmastonmuutoksen hillitsemiseen kasvihuonekaasupäästöjä vähentämällä ja fyysisen passiivisuuden haitallisten terveysvaikutusten vähentämiseen. Käyttäytymisen muokkaamisessa on lähivuosina myös Suomessa kasvanut kiinnostus käyttäytymistieteellisiä ohjauskeinoja, kuten tuoppausta kohtaan (engl. nudge). CLIMATE NUDGE -tutkimushankkeessa kehitetään käyttäytymistieteellisiä keinoja, joilla edistetään aktiivisia kulkutapoja työ- ja koulumatkaliikenteessä. Tuoppauksessa hyödynnetään ymmärrystä ihmisen tiedonkäsittelykyvystä ja käyttäytymiseen vaikuttavista tekijöistä tarkoituksena ohjata valintoja ja päätöksentekoa. Keskeinen menetelmä on muokata valinta-arkkitehtuuria siten, että tietyn valinnan tekeminen, vaikkapa aktiivisen kulkutavan valinta, on helpompaa. Valitsijaa ei kuitenkaan estetä valitsemasta jotakin muuta vaihtoehtoa. Tuoppausten on myös tarkoitus olla kustannustehokkaita ja skaalattavia. Esityksessä käydään kriittisesti läpi tuoppauksen rajoja ja mahdollisuuksia liikenteessä, erityisesti kulkutapojen valinnassa. Esitys pohjautuu sekä kansainvälisiin tutkimuksiin että CLIMATE NUDGE -tutkimushankkeessa toteutettuihin interventioihin. CLIMATE NUDGE -hankkeessa on pyritty vastaamaan tuoppausmenetelmää kohtaan esitettyyn kritiikkiin mm. kehittämällä yhteiskehittämisprosessia tuoppausten luomiseen. Kohderyhmien osallistamisella on pyritty vähentämään asiantuntijajarhaa, jossa asiantuntijat eivät tarkastele asiaa riittävästi kohderyhmän näkökulmasta. Myös tuoppausmenetelmän eettinen tarkastelu ja sosiaalisen hyväksyttävyyden tutkiminen ovat tärkeä osa hanketta ja siinä kehitettäviä interventioita. CLIMATE NUDGE on Strategisen tutkimuksen neuvoston (STN) rahoittama 6-vuotinen tutkimushanke, jonka toteuttavat Turun yliopiston psykologian ja filosofian oppiaineet sekä Centre for Collaborative Research, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Pellervon taloustutkimus (PTT), Suomen ympäristökeskus (SYKE), Itä-Suomen yliopisto (UEF) ja Työterveyslaitos. Lisätietoja hankkeesta on saatavilla osoitteesta www.ilmastotuoppaus.fi.

Liikennepsykologia: Uusia näkökulmia

Symp1	KE	10:40	F3005
-------	----	-------	-------

Monitehtäväsuoritukset turvallisuuskriittisessä ympäristössä

Lauri Oksama

Monitehtäväsuoritus ('multitasking') eri osatehtävien kesken on olennainen taito monissa työympäristöissä, joissa pitää ohjata tai valvoa jotain nopeaa muuttuvaa prosessia tai ajoneuvoa. Aito usean tehtävän samanaikainen moniajo ei ole tällöin mahdollista, sillä seurattavat näytöt sijaitsevat tyypillisesti eri puolilla ohjaamoa ja edellyttävät tarkkaavaisuuden siirtoja paikasta toiseen. Operaattori joutuukin jakamaan rajallista prosessointikapasiteettiaan vuorotellen osatehtävien kesken. Esimerkiksi lentokoneen tai auton ohjaaminen koostuu useasta osatehtävästä, joiden tärkeys vaihtelee hetkellisesti (navigointi, liikenteen seuranta, radion säätäminen). Tällainen monitehtäväsuoritus, jossa osatehtävien tärkeysjärjestykset vaihtuvat jatkuvasti haastaakin erittäin voimakkaasti operaattorin tarkkaavaisuutta ja toiminnanohjausjärjestelmää, sillä operaattorien on kyettävä nopeasti määrittämään osatehtävien tärkeys eli miten jakaa tarkkaavaisuus osatehtävien kesken. Hänen on siis sopeuduttava jatkuvasti uuteen ja erilaiseen tarkkaavaisuuden jakamiseen. Keskeiseen rooliin nousee täten kyky priorisoida ja jakaa tarkkaavaisuutta nopeasti osatehtävien prioriteettien mukaisesti. Toisin sanoen operaattorin on kohdennettava huomionsa tärkeimpiin tehtäviin oikeaan aikaan vähemmän tärkeiden tehtävien kustannuksella. Vaativissa turvallisuuskriittisissä ympäristöissä, kuten ilmailussa, onkin tarpeen arvioida alalle pyrkivien kykyä tähän priorisointiin ja tarkkaavaisuuden jakamiseen. Tätä varten kehitimme äskettäin monitehtäväympäristön, joka vaatii edellä kuvattua osatehtävien priorisointia, älykästä ja joustavaa toiminnan ohjausta sekä ajan jakamista menestyksekkään suorituksen saavuttamiseksi (ks. Kulomäki ym., 2022). Tehtävä koostuu neljästä osatehtävästä, jotka vaativat jatkuvaa seuranta- ja tarkkoja reaktioita täsmälleen oikeaan aikaan. Osatehtävillä on erilaiset tapahtumatiheydet, jotka määrittävät niiden prioriteetit; osatehtävä, jolla oli korkein tapahtumatiheys, vaati enemmän huomiota ja vastauksia kuin osatehtävä, jolla oli matalampi tapahtumatiheys. Lisäksi osallistujien motivoimiseksi käytettiin pelimäistä kokonaispistemääräjärjestelmää, jossa palkittiin tai rangaistiin vastausten tarkkuudesta osatehtäviin. Tässä esityksessä tarkastelemme uuden monitehtävätestin validiteettia tarkastelemalla sen yhteyksiä muiden kognitiivisia rakenteita mittaavien testien kanssa, kuten joustavaa älykkyyden, ja muiden vanhempien monitehtäväympäristöjen kuten SYNWORK (Elsmore, 1994), kanssa. Raportoimme korrelatiivisia tuloksia Suomen ilmavoimien hakijoilta (kaksi aineistoa, N=456 ja N=196). Tuloksemme osoittavat, että uudella monitehtäväympäristöllämme on parempi diskriminanttivaliditeetti (alemmat korrelaatiot) abstraktiin älykkyyteen verrattuna kuin aiemmilla moniajatehtävillä, kuten SYNWORK (Elsmore, 1994).

Liikennepsykologia: Uusia näkökulmia

			
Symp1	KE	10:40	F3005

 Psykologinen näkökulma liikennelentäjien terveyteen ja turvallisuuteen

 Visa Sarparanta

Esityksessä syvennyttään liikennelentäjien terveyteen ja turvallisuuteen liittyviin psykologisiin näkökohtiin, erityisesti keskittyen ilmailulääketieteellisen kelpoisuuden vaatimuksiin ja ilmailupsykologiseen konsultaatioon. Esityksessä käsitellään lääketieteellisen sääntelyn tiukkuutta erityisesti mielenterveydellisten tekijöiden osalta. Esityksessä tuodaan esille onnettomuustapauksia, joissa mielenterveydellä on todennäköisesti ollut merkittävä vaikutus. Lisäksi keskustellaan eroista psykologisen soveltuvuusarvioinnin ja kliinisen ilmailupsykologian välillä tuoden esille psykologin roolia ja merkitystä kokonaisuudessa, ilmailulääkäreiden ja viranomaisten tukena.

Mielenterveyden tutkimuksen uudet suunnat

			
Symp1	KE	10:40	SL

Symposium

Perustavanlaatuiset kysymykset mielenterveyden etiologiasta ja sen hoidosta ovat yhä ajankohtaisia. Mielenterveyden klassiselle luokittelulle on noussut rinnakkaisia selityksiä. Tähän vastauksena on otettu käyttöön uudenlaisia menetelmiä ja muodostettu uutta teoriaa. Tässä symposiumissa käsitellään mielenterveyden tutkimuksen uusimpia kehityksiä. Ensimmäinen esitys käsittelee kahta tunnetuinta nykyaikaista mielenterveyden tunnettua teoriaa, Verkostoteoriaa ja Yhteisen tekijän teoriaa, sekä avaa oireiden yhteisvaihtelun käsitteen ja tärkeyden. Esityksessä käsitellään psykometristen teorioiden yhtenevyyttä ja eroavuutta perustuen kirjallisuuskatsaukseen ja matemaattiseen analyysiin. Toinen esitys käsittelee piilevän (latentin) masennusriskin jakautuneisuutta populaatiossa. Tyypillisesti, masennus oletetaan normaalijakautuneeksi, mutta esitettävät tutkimustulokset kyseenalaistavat tämän oletuksen. Kolmas esitys käsittelee masennus- ja ahdistusoireilun välisiä prosesseja nettiterapioissa ja yleisväestössä. Esityksessä saadaan monipuolinen näkökulma masennuksen ja ahdistuksen väliseen dynamiikkaan ja sitä selittäviin hypoteeseihin. Neljäs esitys käsittelee vaikuttaviksi osoitettujen nettiterapioiden keskeistä ongelmaa - keskeyttämistä. Aiheena olevassa tutkimuksessa nettiterapioiden keskeyttämistä ennustettiin ihmisten terapianaikaisten viestien sisällöllä. Symposiumin yhdistävänä teemana on modernit näkökulmat ja metodit mielenterveyden tutkimuksessa. Esitämme uusia avauksia mielenterveyden tutkimuksessa.

Mielenterveyden tutkimuksen uudet suunnat

Symp1	KE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Oireet toistensa aiheuttajina vs. yhteiset tekijät

Sakari Lintula

Mielenterveyden rakenne ei ole selvä. Erityisesti mielenkiintona on ollut niin sanottu 'komorbiditeettionglema' eli oireiden voimakas esiintyminen ja vaihtelu yhdessä. Oireiden yhteisvaihtelulla nimensä mukaisesti tarkoitetaan oireiden vaikeutumista ja helpottumista samanaikaisesti. Suuren yhteisvaihtelun selittäville teorioille on omana osajoukkonaan psykometriset teoriat. Psykometristen teorioiden ominainen piirre, ja vahvuus, on niiden esitystapa matemaattisina malleina. Matemaattiset mallit ovat täsmällisiä: Tiedetään tarkalleen mitä teoria sanoo ja mitä ei. Yleensä tarkastellaan sitä, että minkälaisen yhteisvaihtelurakenteen oireille teoriat muodostavat. Keskeinen psykometrinen kysymys onkin miksi oireet vaihtelevat yhdessä? Yksi nykyaikainen debatti liittyy niin sanotun Verkostoteorian ja Yhteisen tekijän teorian eroihin. Molemmat psykometriset teoriat ovat esitettävissä malleina, jotka määrittävät tietynlaisen rakenteen oireiden välille. Verkostoteorian mallit esittävät oireet toistensa vaikutuksista syntyvinä, eli ovat toisistaan suoraan tai ketjumaisesti riippuvia. Siksi oireiden yhteisvaihtelu syntyy myös oireiden vaikutuksista toisiinsa. Esimerkiksi ahdistuneisuuden voidaan ajatella aiheuttavan unettomuutta, joka edelleen aiheuttaa tarkkaamattomuutta. Yhteisen tekijän mallit vuorostaan esittävät oireet yhdestä tekijästä riippuvina. Oireiden yhteisvaihtelu muodostuu täysin tämän yhteisen tekijän vaikutuksesta. Esimerkiksi masennus tai masennusriski voidaan nähdä yhteisenä tekijänä, joka aiheuttaa anhedonian, tyhjyyden tunteen ja jaksamattomuuden, jolloin vaihtelu masennuksessa aikaansaa yhteisvaihtelua näissä oireissa. Ongelmaksi on muodostunut, että molemmat teoreettiset mallit muodostavat poikkileikkausasetelmassa samankaltaisen yhteisvaihtelun ja siten ovat erottamattomissa toisistaan. Tämänkaltaisen teorioiden välinen erottamattomuus on ongelmallista, koska teorioiden vertailu uhkaa jäädä näkökulmakysymykseksi, eikä empiirisesti testattavaksi kysymykseksi. Verkostomallien ja Yhteisen tekijän mallien eroavuutta muunkaltaisissa aineistoissa ei ole kuitenkaan vielä paljon tutkittu. Matemaattinen analyysimme osoittaakin, että pitkittäisaineistossa teoriat eroavat melko selkeästi toisistaan: On olemassa vain hyvin rajattu joukko tietynlaisia Verkostomalleja, jotka eivät eroa Yhteisen tekijän mallista. Tutkimuksessa keskitytään tämän joukon piirteisiin ja siihen, miten testata Verkostoteoriaa ja Yhteisen tekijän teoriaa toisiinsa vasten. Analyysillä tunnistetaan pitkittäisaineistoja koskevat vaatimukset erilaisten verkostomallien luotettavaan erottamiseen Yhteisen tekijän malleista. Psykometriset teoriat hyötyvät matemaattisesta täsmällisyydestään. Niiden tutkiminen vaatii kuitenkin pitkäjänteistä analyysiä. Erinäisten teorioiden matemaattinen vertailu onkin vasta alussa.

Mielenterveyden tutkimuksen uudet suunnat

			
Symp1	KE	10:40	SL

Masennusriski ei seuraa normaalijakaumaa yleisväestössä

Anna Talkkari

Masennusoireina ilmenevää piilevää (latenttia) masennusriskiä pidetään monisyyisenä kvantitatiivisena piirteenä ja siksi sen tyypillisesti oletetaan jakautuvan yleisväestössä normaalisti. Tätä oletusta ei kuitenkaan ole vielä empiirisesti todennettu, vaikka se on psykopatologiariskin ymmärtämisen ja tutkimuskäytännön kannalta varsin oleellinen. Prevention ja interventioiden suunnittelun näkökulmasta on olennaista ymmärtää riskitekijöiden jakaantumista koko väestön tasolla, ja masennusriskijakauman todellisen muodon tunteminen vähentäisi latentin tekijän mallien mahdollista harhaa. Latentin masennusriskijakauman todellista muotoa tutkittiin sovittamalla Davidian Curve -IRT-malli (DC-IRT) vuosien 2005-2018 NHANES (National Health and Nutrition Examination Survey; <https://www.cdc.gov/nchs/nhanes/>) masennuksen oirekyselyaineistoon (9-osainen Patient Health Questionnaire [PHQ-9], N = 36 244). Menetelmää ei ole aiemmin sovellettu vastaavissa konteksteissa, joten sen suoriutumista suurikokoisilla otoksilla ja realistisilla oirekyselymuuttujilla arvioitiin simulaatioilla. Simulaatioiden perusteella DC-IRT kykenee löytämään monimutkaisia latentteja jakaumia silloinkin, kun ne eivät ole suoraan nähtävissä summapistejakaumista. Nykytekniikoilla jakaumaestimaattien tarkkuus on kuitenkin parhaimmillaan muutaman tuhannen havainnon otoksilla, ja sitä suuremmilla havaintomäärillä se laskee. Alkuperäinen NHANES-aineisto jaettiin satunnaisiin, teknisesti optimaalisiin 3 000 havainnon otoksiin, joista kaikkiin DC-IRT sovitettiin erikseen. Latentin masennusriskin jakauma oli vino vasemmalle sekä yksittäisissä otoksissa että niiden keskiarvoistuksen perusteella. Löydös on merkittävä, sillä se viittaa pienen masennusriskin omaavien olevan muusta populaatiosta jollakin tapaa eriäviä, toisin kuin hyvin suuren riskin omaavien, kuten tyypillisesti ajatellaan. Vaikka menetelmän jatkokehitykselle on tarvetta, on selvää, että tyypillinen oletus latentista normaalijakautuneisuudesta ei päde masennukseen. Tulos avaa uusia mahdollisuuksia ymmärtää psykopatologian luonnetta ja vähentää psykopatologiatutkimuksen harhaa tarkemmalla psykometrisella mallinnuksella.

Mielenterveyden tutkimuksen uudet suunnat

Symp1	KE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Ensisijaiset prosessit masennus- ja ahdistusoireilun yhteisvaihtelussa

Jaakko Tammilehto

Mielenterveysongelmien voimakas yhteisesiintyvyys korostaa tarvetta tunnistaa niiden dynamiikkaa ja hoitoa ohjaavat syyprosessit. Tässä pyrkimyksessä edistymisen on erityisen merkittävää masennus- ja ahdistusoireiden osalta, jotka ovat kaksi yleisintä mielenterveysongelmaa. Kokeellisten asetelmien käytännön haasteiden vuoksi tutkimus on pyrkinyt ymmärtämään oireiden yhteisvaihtelua selittäviä prosesseja hyödyntämällä havaintoasetelmia ja tavanomaisia ristiviivemalleja. Johtopäätöksiä ovat kuitenkin rajoittaneet transdiagnostisia yhteisiä syytekijöitä koskevien selitysten laiminlyönti. Tutkimus ei ole myöskään huomionnut masennus- ja ahdistusoireiden dynamiikan jatkuva-aikaista ja kehittyvää luonnetta. Tässä tutkimuksessa pyrittiin saavuttamaan vakuuttavampi ymmärrys masennus- ja ahdistusoireilun yhteisvaihtelun taustalla olevista syyprosesseista. Tämä tapahtui mallintamalla oireiden dynamiikkaa epä-Gaussisella riippuvuuden suunta-analyysillä ja jatkuva-aika rakenneyhtälömalleilla useissa nettiterapia- ja yleisväestökohorteissa. Nettiterapia-aineistot koostuivat 6 675 HUS:n masennuksen nettiterapiapotilaasta ja 6 699 HUS:n yleistyneen ahdistuneisuushäiriön nettiterapiapotilaasta. Potilaat raportoivat masennusoireiluaan PHQ-9-mittarilla ja ahdistusoireiluaan OASIS-mittarilla kolmesti tai neljästi hoidon aikana. Yleisväestön kohorttien osalta hyödynnettiin the Irish Longitudinal Study of Aging (N = 6 253; <https://tilda.tcd.ie/>) ja Midlife in the United States (N = 3 087; <https://midus.wisc.edu/>) aineistoja, joissa osallistujat raportoivat masennus- ja ahdistusoireiluaan kolmesti kuuden tai kahdenkymmenen vuoden aikana. Molemmat kausaalisesti informatiiviset menetelmät osoittivat yhtenevyyttä tuloksissa. Epä-Gaussiset mallit viittasivat siihen, että kaksisuuntaiset kausaalivaikutukset ja/tai transdiagnostiset yhteiset syytekijät selittävät masennus- ja ahdistusoireiden aikadynamiikkaa nettiterapioiden aikana. Jatkuva-aikamallit täydensivät näitä tuloksia ehdottaen transdiagnostisten ajassa muuttuvien tekijöiden vaikuttavan oireiden hoidon aikaiseen dynamiikkaan oireiden välisten kaksisuuntaisten vaikutusten sijaan. Yleisväestökohorttien osalta epä-Gaussiset mallit ehdottivat johdonmukaisesti masennuksen hallitsevan ahdistusoireilun dynamiikkaa. Lisäksi jatkuva-aikamallit ehdottivat ajassa muuttumattomien transdiagnostisten syytekijöiden selittävän pysyviä oireitasoja hoidon aikana ja yleisväestössä lyhyellä aikavälillä ja jopa yli vuosikymmenten ajan. Löydösten mukaan transdiagnostiset yhteiset syytekijät ja masennuksen yksisuuntainen vaikutus ahdistuneisuuteen selittävät ensisijaisesti masennus- ja ahdistusoireilun dynamiikkaa oireiden välisten kaksisuuntaisten vaikutusten sijaan. Tämä korostaa olemassa olevien transdiagnostisten terapeuttisten menetelmien hyötyä masennuksen ja ahdistuksen hoidossa kokonaisvaltaisten hoitotulosten saavuttamiseksi.

Mielenterveyden tutkimuksen uudet suunnat

Symp1	KE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Koneopitut tekstisisällöt nettiterapian keskeyttämisen ennustajana

Sanna Mylläri

Nettiterapiat on todettu tehokkaiksi hoitomuodoiksi muun muassa masennukseen ja ahdistuneisuushäiriöihin. Niiden merkittävänä etuna voidaan pitää skaalautuvuutta suurille potilasjoukoille sekä saavutettavuutta riippumatta maantieteellisestä sijainnista. Netterapioiden haasteena on kuitenkin usein suuri keskeyttämisprosentti, jonka taustatekijöitä on tärkeä oppia tunnistamaan nykyistä paremmin. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, voidaanko potilaan nettiterapeutille lähettämien viestien sisällöillä ennustaa nettiterapian ennen aikaista keskeyttämistä. Aineisto koostui kahden HUS-nettiterapiaohjelman potilaista: masennus (N = 3 747) ja yleistynyt ahdistuneisuushäiriö (N = 1 691). Potilaiden lähettämistä viesteistä luotiin latenteja aihe muuttujia käyttäen latent Dirichlet allocation -nimistä ohjaamatonta koneoppimismallia. Ennen aikaisen keskeyttämisen ennustamiseen käytettiin elastic net -regressiomallia, jossa käytettiin ennustajana aihe muuttujia ja kahta referenssikovariaattia: potilaan oire taso hoidon alussa sekä potilaan kirjoittamien viestien määrä. Ristiin validoinnin avulla tarkasteltiin aihe muuttujien tuottamaa ennustekyvyn lisäystä verrattuna malliin, joka sisälsi pelkästään referenssikovariaatit. Latentit aihe muuttujat sisältävä mallin ennustekyky oli parempi kuin mallin, joka sisälsi pelkästään referenssikovariaatit. Mallin ennustekyvylle keskeisistä aiheista osa ennusti keskeyttämistä sekä masennus- että ahdistuneisuus potilailla, kun taas osa aiheista ennusti keskeyttämistä vain toisessa nettiterapiaohjelmassa. Esimerkiksi tavoitteiden asettamiseen liittyvät viestisisällöt olivat yhteydessä pienempään keskeyttämisen todennäköisyyteen kummassakin nettiterapiassa. Ohjaamattoman koneoppimisen keinoin voidaan tuottaa laajasta tekstiaineistosta aiheita, jotka ennustavat hoidon keskeyttämistä tulkittavissa olevalla ja kliinisesti ymmärrettävällä tavalla. Kahden erillisen nettiterapiaohjelman tekstisisältöjen yhdistäminen osoitti, että potilaiden teksteistä pystytään tunnistamaan sekä hoito-ohjelmaspesifejä että transdiagnostisia keskeyttämisriskiin liittyviä aiheita. Netterapiatekstien automaattisella mallinnuksella voidaan mahdollisesti parantaa keskeyttämisriskissä olevien potilaiden tunnistamista.

Psykologisen hoidon kohdentaminen

			
Symp1	KE	10:40	PI

Symposium

Kansainvälinen psykoterapiahoitoja toisiinsa vertaileva tutkimus on päätynyt niin sanottuun Dodo-linnun johtopäätökseen – kaikki ovat voittaneet ja kaikki palkitaan. Hoidot ovat tehokkaita, mutta eivät eroa toisistaan tehonsa puolesta. Määrittääkö kustannustehokkuutta siis vain kustannus? Yksilöllisiä hoitosääntöjä, eli hoidon personointia, koskeva tutkimus voi tuoda nyansseja tähän yksinkertaistavaan tilannekuvaan. Vaikkei mikään hoito olisikaan paras kaikille, jokin hoito voi silti olla paras jollekin henkilölle ja toinen toiselle. Monipuolistaako parhaimmin sopivan ja satunnaisesti valitun hoidon vertailu palveluvalikoimatarpeen tilannekuvaan? Kuinka hyvin potilaat järjestelmässämme ylipäättään ohjautuvat heille soveltuviin psykologisiin hoitoihin? Kuinka ja missä määrin potilaiden oireilu ylipäättään eroaa toisistaan (onko ICD-luokitus hyvä personoinnin työkalu)? Tässä symposiumissa kysymyksiin pureutuvat Helsingin Yliopiston Psychological Treatments, Etiology and Mental health -tutkimusryhmän tutkijat (<https://blogs.helsinki.fi/psyteam-research-group/>). Symposiumin aluksi puheenjohtaja taustoittaa tutkimuskysymyksiä ja niihin vastaamisessa hyödyllisiä viimeaikaisia hallinnollisia ja tutkimuksellisia kehitysaskelia, kansallisista rekistereistä koneoppimiseen ja transdiagnostisiin malleihin. Sen jälkeen tutkimusryhmän jäsenet esittelevät tuoreimpia tuloksiaan tutkimuskentältä.

Psykologisen hoidon kohdentaminen

			
Symp1	KE	10:40	PI

 Hoidosta hoitoon – uhka päätyä psykoterapiasta toiseen

 Aino Plattonen

Psykoterapia ja psykososiaaliset interventiot, kuten nettiterapia, ovat osoittautuneet vaikuttaviksi hoitomuodoiksi mielenterveyden häiriöihin, mutta kaikki eivät toivu pysyvästi. Tietoa hoidon tarpeesta interventioiden jälkeen on vähän. Esityksessä esitellään suomalaista naturalistista rekisteritutkimusta HUS alueelta, jossa tarkastellaan uhkaa päätyä yhden psykoterapiamuodon jälkeen toiseen psykoterapeuttiseen hoitoon. Aineisto koostuu HUSin nettiterapiaan tai lyhyeen ostopalvelopsykoterapiaan ohjatuista aikuispotilaista sekä heidän ikä-, sukupuoli- ja asuinpaikkakaltaistetuista verrokeista ($n > 130\,000$). Tarkasteltavat hoitomuodot ovat HUSin tuottama nettiterapia, lyhyt ostopalvelopsykoterapia sekä pitkä, Kelan tukema kuntoutuspsykoterapia. Aineisto kattaa ajanjakson 2013-2021 ja sisältää tietoja useista eri kansallisista rekistereistä. Esitys luo katsauksen hoitovalikoimaamme ja hoitotehoon vuosien jäniteellä.

Psykologisen hoidon kohdentaminen

			
Symp1	KE	10:40	PI

 Kevyet hoidot vakavissa ongelmissa – psykoosihistoria

 Eva Rikandi

Nettiterapiahoitojen on epäilty sopivan huonosti vaikean psykopatologian kohdalla, mutta kansainvälinen tutkimus ei ole tukenut oletusta. Tutkimus on kuitenkin tyypillisesti määritellyt "vaikean" psykopatologian korkeana oirepisteenä hoitoon tullessa. Esimerkiksi, suurena määränä uniongelmia unettomuuden hoitoon tullessa. Tutkimustietoa on huonommin elämän aikaisen psykiatrisen historian näkökulmasta, mikä usein kliinisessä käytännössä [anamnestisesti] luonnehtii "vaikeaa" häiriötaakkaa. Tässä tutkimuksessa tarkastelen aiemman psykoosihistorian vaikutusta unettomuuden kevyestä ohjatusta nettiterapiasta [mobiili-laitehoidosta] hyötymiseen. Tutkimuksessani yhdistän HUSin unettomuuden nettiterapian ja kansallisten rekistereiden tietoja ja tarkastelen miten elämän aikana saatu psykoosisairauden diagnoosi vaikuttaa unettomuuden haitta-asteeseen sekä unettomuuden nettiterapiasta saatuun hyötyyn. Teen vertailuja myös eri diagnoosien alaryhmissä sekä tutkin iän ja sukupuolen vaikutusta yhdessä psykoosisairauden kanssa. Nettiterapioiden kaltaiset, helposti saatavilla olevat ja kustannustehokkaat hoidot voisivat osana tavanmukaista hoitoa helpottaa potilaiden elämänlaatua myös vakavissa mielenterveyden häiriöissä ja vähentää sairauden yksilölle ja yhteiskunnalle tuomaa kokonaistaakkaa.

Psykologisen hoidon kohdentaminen

Symp1	KE	10:40	PI
-------	----	-------	----

Psykoterapiasuuntauksen valinnan optimointi kohdennetun oppimisen keinoin

Veera Malkki

Eri psykoterapiasuuntausten vaikuttavuudessa ei ole havaittu merkittäviä eroja, vaikka sekä potilaiden että klinikoiden kokemuksen mukaan hoidon valinnalla on väliä. Kun psykoterapiasuuntausten välistä vertailua on tehty rajaamalla tarkastelua potilasryhmän tai oireiden vakavuusasteen perusteella, on eroja vaikuttavuudessa tullut esiin. Epäonnistunut hoitovalinta voi lisätä riskiä psykoterapiaan liittyvien haittatapahtumien esiintymiselle tai hoidon keskeyttämiselle. Mielenterveyden hoitoon käytettävien rajallisten resurssien tehokas kohdentaminen onkin tärkeää, jotta mahdollisimman moni voi saada apua. Hoidon valinnan optimointi on yksi keino pyrkiä tehostamaan hoitoprosessia. Tässä HUS:n ylläpitämän Psykoterapian laaturekisterin aineistoon perustuvassa tutkimuksessa hyödynnettiin kohdennetun oppimisen (targeted learning) viitekehystä, joka yhdistää tilastotiedettä ja koneoppimismalleja. Tutkimuksen tavoitteena oli estimoida kullekin potilaalle optimaalista psykoterapiasuuntausta edustava hoito, ennen terapian alkamista saatavilla olevien potilasta ja tämän oirekuvaa koskevien tietojen avulla. Käytettyjen menetelmien avulla tutkimuksessa oli mahdollista estimoida poikkileikkausaineistosta hoidon keskiarvoinen efekti, vertailemalla havaittua hoitojen jakaumaa ja hoidon tuloksellisuutta tilanteeseen, jossa kaikki potilaat olisivat käyneet yksilön ominaisuuksien perusteella tälle optimoidun hoidon. Psykoterapiasuuntauksen valinnan optimoinnilla saatiin havaittuun hoidon allokointiin verrattuna parempia hoitotuloksia useilla eri mittareilla arvioituna.

Psykologisen hoidon kohdentaminen

Symp1

KE

10:40

PI

ADHD vai jotain muuta? – Koetun kognition ja tunne-elämän transdiagnostiikkaa

Johanna Stenberg

Modernit transdiagnostiset mallit herättävät lisääntyvää tieteellistä kiinnostusta psykiatristen häiriöiden ja Dodo-päätelmän alueella [1]. Psykopatologian rakenteelliset mallit tarjoavat lupaavan viitekehyksen neurokognition ja psykopatologian välisen suhteen ymmärtämiseksi [2]. Lisäksi ne tarjoavat tilastollisia työkaluja erilaisten virhelähteiden huomioimiseen subjektiivisten oirevalitusten taustalla. Esimerkiksi tarve kognitiivisesti ja psykiatrisesti ilmenevän ADHD:n arviointiin ja hoitoon on kasvanut maailmanlaajuisesti ja samalla tiedetään, että ADHD:lle tyypillinen oireisto ei ole spesifi ADHD:lle ja, että kliininen käytäntö nojaa suhteellisen epäluotettaviin oirekokemuksiin [3]. Esityksessä kuvataan tutkimus, jossa mallinnetaan tukea etsivien suomalaisten nuorten ja aikuisten KOMO-kyselyn [4] kautta raportoimien kognitiivisten ja affektiivisten haasteiden monitahoista yhteyttä. Kognitiiviset tekijät voidaan sisällyttää yleispsykopatologian (ns. "bi-factor") malleihin jäännösfaktoreina, joiden vaihtelua yleinen psykopatologia osaltaan selittää. Vaihtoehtoisesti yleinen kognitiivinen kapasiteetti voidaan mallintaa p-faktorille rinnakkaisena yleisenä tekijänä, joka selittää kognitiivisessa suoriutumisessa havaittua vaihtelua ja jonka lisäksi voidaan eritellä kognitiivisia jäännösfaktoreita (ns. "two-tier-malli"). Eksploratiivisen faktorianalyysin pohjalta luotuja vaihtoehtoisia malleja verrattiin ja havaittiin two-tier-mallin sopivan parhaiten aineistoon. Malli sisälsi kaksi yleistä faktoria (yleinen psykopatologia ja yleinen kognitio) sekä neljä erillistä jäännösfaktoria (ahdistuneisuus, tarkkaavuus ja toiminnanohjaus, matemaattinen suoriutuminen ja hahmottaminen ja visumotoriikka). Lopuksi tutkittiin näiden faktoreiden yhteyttä neuropsykologisen tutkimuksen perusteella arvioituun kognitiiviseen suoriutumiseen. Tulokset kannustavat psykopatologian ja kognition samanaikaiseen ja laajempaan arviointiin aikuisilla, jotka hakevat tukea erilaisiin psyykkisen tai kognitiivisen toimintakyvyn haasteisiin, kuten ajankohtaisesti yleistyvään ADHD-tyyppiseen oireiluun. Tutkimus tuo lisätietoa suomalaisen KOMO-menetelmän potentiaalista. Lähteet: 1. Ringwald, W. R., Forbes, M. K. & Wright, A. G. C. Meta-analysis of structural evidence for the Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP) model. *Psychol Med* 53, 533–546 (2023). 2. Haywood, D., Baughman, F. D., Mullan, B. A. & Heslop, K. R. Psychopathology and Neurocognition in the Era of the p-Factor: The Current Landscape and the Road Forward. *Psychiatry Int* 2, 233–249 (2021). 3. Suhr, J. A. & Johnson, E. E. H. First Do No Harm: Ethical Issues in Pathologizing Normal Variations in Behavior and Functioning. *Psychol Inj and Law* 15, 253–267 (2022). 4. Peltonen, K., Gustavsson-Lilius, M., Parkkila, M., Mentula, T., Stenberg, J., & Poutiainen, E. (2019). Oppimisen ja mielenterveyden ongelmia kartoittavan KOMO-kyselyn psykometriset ominaisuudet. *Psykologia* 54 (2019).

Puhetta laulusta: Musiikki tukee kuulo- ja kielitoimintoja aivoissa läpi elämän

			
Symp1	KE	10:40	PII

Symposium

Musiikin kehitykselliset, kliiniset ja aivokuvantamistutkimukset ovat viime vuosina tarjonneet runsaasti uutta tietoa musiikin psykologisista ja hermostollisia vaikutusmekanismeista ja positiivisista siirtovaikutuksista. Nykytiedon perusteella voidaan sanoa, että musiikin laaja-alainen aivoperusta sekä sen motivoivuus, voimakkaat sosioemotionaaliset vaikutukset sekä läheinen yhteys kielellisiin, kognitiivisiin ja motorisiin toimintoihin tekevät siitä tehokkaan ja monipuolisen työkalun tukea kehitystä lapsuudessa ja ylläpitää toimintakykyä ikääntyessä sekä myös kuntouttaa vaurioituneita aivoja. Musiikki on etenkin kommunikaation ja vuorovaikutuksen väline; elämässä usein juuri musiikki puhuu, kun sanat eivät riitä. Tässä symposiumissa esittelemme Jyväskylän ja Helsingin yliopistojen yhteisen Musiikin, mielen, kehon ja aivojen tutkimuksen huippuyksikön (MMBB) viimeaikaisia poikittais-, pitkittäis- ja interventiotutkimuksia erilaisten musiikkiharrastusten ja -kuntoutusmenetelmien (musiikin kuuntelu, musiikkileikkikoulu, laulaminen) monipuolisista positiivisista vaikutuksista kuulo- ja kielellisiin toimintoihin ja kommunikointikykyyn sekä niihin liittyvistä neurofysiologisista, toiminnallisista ja rakenteellisista aivomekanismeista. Symposium koostuu neljästä esityksestä. Paula Virtala kertoo ensin, miten lukivaikeusriski vaikuttaa auditiivisten ja kielellisten toimintojen varhaiseen kehitykseen aivoissa ja miten laulettu musiikin säännöllisen kuuntelun avulla voidaan parantaa puheäänteiden akustisten ja foneemisten muutosten käsittelyä aivoissa lukivaikeusriskissä sekä esittelee uutta MMBB:n tutkimushanketta ryhmämuotoisen musiikkitoiminnan (perhemuskari) vaikutuksista puheen ja kielen kehitykseen varhaislapsuudessa. Tanja Linnavalli jatkaa kertomalla, miten musiikkileikkikoulun avulla voidaan kehittää alle kouluikäisten lasten puheäänteiden prosessoinnin taitoja ja sanavarastoa, sekä esittelee uutta MMBB:n tutkimushanketta musiikkileikkikoulutoiminnan vaikutuksista lasten sosiaalisten ja toiminnanohjauksen taitojen kehitykseen. Nella Moisseisen esityksessä siirrytään kohti ikääntymistä. Hän kertoo, miten puheentuottoon ja laulamiseen liittyvä aivotoiminta muuttuu läpi aikuisiän ja miten säännöllinen lauluharrastus voi tukea aivoradastojen konnektiivisuutta läpi aikuisuuden sekä vaativaa kuuloinformaation prosessointia ja sanasujuvuutta ikääntyneissä aivoissa. Lopuksi Anni Pitkäniemi kertoo, miten laulukyky voi säilyä aivoissa aivoverenkiertohäiriön aiheuttamassa afasiassa ja miten laulupohjaisella kuntoutuksella voidaan parantaa kommunikointikykyä sekä kielellistä ja psykososiaalista toimintakykyä afasiassa.

Puhetta laulusta: Musiikki tukee kuulo- ja kielitoimintoja aivoissa läpi elämän

			
Symp1	KE	10:40	PII

Kielellinen kehitys ja musiikin vaikutus lukivaikeusriskissä olevilla vauvoilla

Paula Virtala

Kielen oppimisen perusta luodaan vauvaiässä, kun oman äidinkielen fonologia omaksutaan. Tämän kehityksen tukeminen voisi hyödyttää puheen ja kielen oppimista ja ennaltaehkäistä myöhempiä niihin liittyviä haasteita kuten lapsuudessa yleistä kehityksellistä lukivaikeutta. Musiikin tiedetään tukevan kuulotiedonkäsittelyä, puheen havaitsemista sekä kielellisiä ja lukitaitoja, minkä vuoksi se voisi olla kustannustehokas ja jo vauvaikäisille soveltuva kuntoutusmuoto. Lukivauva-pitkittäistutkimushankkeessa selvitimme musiikin hyötyjä lukivaikeuden perinnöllisessä riskissä oleville vauvoille. Jaoimme noin 150 vauvaa pseudosatunnaistetusti laulettua tai instrumentaalimusiikkia kuunteleviin ryhmiin sekä tavanomaista hoitoa saavaan verrokkiryhmään. Musiikinkuunteluinterventio toteutettiin ensimmäisen puolen elinvuoden aikana. Aivosähkökäyrän (EEG) poikkeavuusvasteita (mismatch response, MMR) puheäänten muutoksiin tutkittiin vauvoilta vastasyntyneenä ennen interventiota sekä kuuden ja 28 kuukauden iässä intervention jälkeen, jolloin myös kielen kehityksen ensivaiheita oli mahdollista arvioida standardoitujen kyselylomakkeiden ja testien avulla. Foneemimuutosten synnyttämät MMR-vasteet voimistuivat intervention seurauksena laulettua musiikkia kuulleiden ryhmässä. Samat vasteet olivat heikentyneitä lukivaikeuden riskissä olevilla vauvoilla verrattuna vauvoihin, joilla ei esiintynyt lukivaikeutta lähisuvussa. Suoria interventiovaikutuksia vasteisiin tai kielellisiin taitoihin ei nähty enää 28 kuukauden iässä, mahdollisesti kuunteluintervention passiivisen luonteen vuoksi. Voimakkaammat MMR-vasteet vauvaiässä ja 28 kuukauden iässä olivat kuitenkin yhteydessä parempiin esikielellisiin taitoihin vauvaiässä ja esilukutaitoihin ennen kouluikää. Esilukutaidot, kuten nopea nimeäminen, ovat keskeisiä lukemaan oppimisen ja lukutaidon ennustajia leikki-iässä, ja ne olivat heikentyneitä lukivaikeuden riskissä olevilla lapsilla verrattuna lapsiin, joilla ei esiintynyt lukivaikeutta lähisuvussa. Lukivauva-hankkeen tulokset tukevat laulettua musiikin käyttöä vauvaiässä puheen ja kielen kehityksen tukemiseen erityisesti luki- ja kielihäiriöiden riskissä olevilla lapsilla. Olemme käynnistäneet tulosten pohjalta suunnitellun uuden Vauhtivauva-interventiotutkimuksen. Satunnaistetussa kontrolloidussa tutkimuksessa vertaamme ryhmämuotoisen aktiivisen musiikkitoiminnan (perhemuskari) ja vastaavanlaisen sirkustoiminnan (perhesirkus) vaikutuksia puheen ja kielen kehitykseen varhaislapsuudessa lapsilla, joilla on tai ei ole perinnöllistä lukivaikeuden riskiä. Aktiivisempi ja sosiaalisempi musiikkitoiminta voi tuottaa musiikin kuuntelua suurempia hyötyjä paitsi suoraan kuulojärjestelmän, puheen ja kielen kehitykselle, myös perheiden hyvinvoinnille ja lasten sosioemotionaaliselle kehitykselle.

Puhetta laulusta: Musiikki tukee kuulo- ja kielitoimintoja aivoissa läpi elämän

			
Symp1	KE	10:40	PII

 Musiikkileikkikoulu lasten kielellisen kehityksen tukena

 Tanja Linnavalli

Useiden tutkimusten perusteella yksilöllisesti ohjattuun tai muuten intensiiviseen musiikkitoimintaan osallistuminen tukee lasten kielellisten taitojen kehittymistä. Kaikilla lapsilla ei kuitenkaan ole mahdollisuutta harrastaa musiikkia musiikkiopistossa, eikä päiväkotien viikko-ohjelmaan tai koulujen opetussuunnitelmiin aina mahdu päivittäisiä pitkiä musiikkituokioita. Toisaalta taas Suomessa on tarjolla edullista matalan kynnyksen ryhmämuotoista musiikkileikkikoulutoimintaa. Selvitimme kaksivuotisessa pitkittäistutkimuksessa voiko kerran viikossa päiväkodeissa pidetty musiikkileikkikoulu vaikuttaa lasten kielitaitoon positiivisesti. Vertasimme musiikkileikkikouluun osallistuvien alun perin 5-vuotiaiden lasten kielellistä kehitystä heidän ikätovereihinsa, jotka joko osallistuivat päiväkodeissa järjestettyihin tanssitunteihin tai eivät osallistuneet kumpaankaan toimintaan. Lapsia (N = 66) testattiin seurannan aikana neljä kertaa. Kahden vuoden aikana musiikkileikkikouluun osallistuneiden lasten äänteiden prosessoinnin taidot paranivat ja sanavarasto kasvoi enemmän kuin vertailuryhmissä olevien lasten. Tulokset viittaavat siihen, että ei ainoastaan määrätietoinen soitinvalmennus, vaan myös leikkillisistä elementeistä rakennettu ryhmämusiikkitoiminta tukee pienten lasten kielellisten valmiuksien kehitystä. Parhaillaan meneillään olevassa Musiikin mielen, kehon ja aivojen tutkimuksen huippuyksikön MUSPRO-hankkeessa tutkitaan samankaltaisessa asetelmassa musiikkileikkikoulutoiminnan mahdollisuuksia tukea alun perin 4-vuotiaiden lasten sosiaalisia ja toiminnanohjauksen taitoja. Kaksivuotinen seuranta loppuu keväällä 2025. Näiden päiväkodeissa tehtävien tutkimusten vahvuutena on mahdollisuus rekrytoida mukaan myös sellaisia perheitä, joilla ei ole resursseja osallistua päiväkotien ulkopuolella järjestettävään musiikkitoimintaan ja tuoda lapsiaan testattavaksi yliopiston tiloihin.

Puhetta laulusta: Musiikki tukee kuulo- ja kielitoimintoja aivoissa läpi elämän

			
Symp1	KE	10:40	PII

Ikääntyminen ja kommunikaatio: Laulu terveen ikääntymisen tukena ja mittarina

Nella Moisseinen

Aivojen ikääntyminen alkaa varhain aikuisuudessa. Yhdessä heikentyvien aistitoimintojen sekä perinnöllisten ja elämäntapatekijöiden kanssa se vaikuttaa neurokognitiivisiin kykyihin ja puheen tuottoon sekä edelleen kommunikaatioon. Nopeimmat muutokset tapahtuvat etuotsalohkolla, jossa ikääntyminen näkyy laaja-alaisempana aktivaationa kognitiivisesti haastavissa tehtävissä, kuten nopeatempoisessa puheen tuotossa. On kuitenkin epäselvää, pohjautuuko ilmiö ensisijaisesti kognitiivisissa vai kielellisissä toiminnoissa tapahtuviin muutoksiin. Myöskään puhetehtävistä tunnettujen ikääntymismuutosten ilmenemistä muussa äänen tuotossa ja kommunikaatiossa ei tunneta; aiemmista tutkimuksista kuitenkin tiedetään, että esimerkiksi laulu jakaa puheen kanssa osittain saman aivoperustan. Selvitimme toiminnallisella magneettikuvauksella (fMRI) kognitiivisen tehtävän vaikutuksia puheessa havaittaviin ikämuutoksiin poikittaistutkimuksessa (N = 100, ikä 21–88 vuotta), jossa vertasimme puhetta ja laulua toisto-, muisti- ja improvisaatiotehtävin. Havaitsimme, että puhetehtävissä etuotsalohkon aktivaation laajentuminen liittyi kognitiivisesti haastavimpaan tehtävään (improvisaatio). Samalla puheen tuottamiseen liittyvillä somatomotorisilla alueilla esiintyi kognitiivisesta tehtävästä riippumaton, systemaattinen aktivaation heikkeneminen. Sen sijaan laulutehtävissä ei ollut vastaavia ikääntymisvaikutuksia. Tämä viittaa siihen, että osittain samasta aivoperustasta huolimatta ikääntyminen ei vaikuta puheeseen ja lauluun samalla tavoin. Tutkimus jätti avoimeksi sen, kuinka ikääntyminen vaikuttaa lauluun, ja voisiko tätä eroa ikävaikutuksissa hyödyntää puhetoimintojen ja kommunikaation tukemiseksi. Jatkotutkimuksissa selvitimme ei-ammattimaisen, säännöllisen laulamisen yhteyttä aivojen rakenteeseen ja toimintaan sekä puheen tuottoon poikittaistutkimuksilla. Rakenteellisessa MRI-tutkimuksessa (N = 95, ikä 21–88 vuotta) havaitsimme, että lauluharrastuksen kesto oli yhteydessä laaja-alaisesti parempaan valkean aineen radastojen eheyteen aivoissa. Elektroenkefalografia (EEG) -tutkimuksessa (N = 78) vertasimme yli 60-vuotiaiden kuorolauluharrastajien ja ikäverrokkien abstraktin äänenkäsittelyn aivoperustaa taajuus- ja sijainti-informaatiota yhdistelevällä tehtävällä. Laulajilla ääni-informaation erottelukyky oli tehostunut ja lisäksi yhteydessä parempaan suoriutumiseen sanasujuustehtävässä. Yhdessä tulokset viittaavat siihen, että laulaminen voi tukea kommunikaatiota huolimatta iän vaikutuksista puhetoimintoihin ja niiden aivoperustaan. Lisäksi puheessa havaittuja ikääntymismuutoksia ei havaittu laulussa. Vastaavia tuloksia on saatu myös esimerkiksi afasiatutkimuksissa, joissa laulukyvyn on havaittu säilyvän puheverkoston vaurioista huolimatta. Yhdessä tulokset havainnollistavat myös nollatulosten tärkeyttä tunnettujen ilmiöiden rinnalla ja kiinnostavat huomion monitekijäistä heikkenemistä vähemmän tutkittuun ilmiöön: ikääntyvien aivojen resilienssiin ja muovautuvuuteen.

Puhetta laulusta: Musiikki tukee kuulo- ja kielitoimintoja aivoissa läpi elämän

			
Symp1	KE	10:40	PII

Laulun sanoin: Laulukyvyn säilyminen ja laulukuntoutuksen vaikuttavuus afasiassa

Anni Pitkäniemi

Puheen ja laulamisen jaetut ominaisuudet ja eroavaisuudet ovat kiinnostaneet tutkijoita ja klinikoita vuosisatojen ajan. Lukuisat tapauskuvaukset ovat osoittaneet, että kyky laulaa tutun laulun sanoja voi olla säilynyt afasiasta johtuvista puheen tuottamisen vaikeuksista huolimatta. Ilmiötä on selitetty puheen ja laulamisen erilaisella aivoperustalla: siinä missä puheen prosessointi on painottunut vasemman aivopuoliskon kieliverkoston, on laulamisen esitetty nojautuvan enemmän oikean aivopuoliskon rakenteisiin. Ilmiötä ei kuitenkaan ole todennettu laajemmilla aivokuvantamistutkimuksilla. Vaikka ryhmämuotoisella laulukuntoutuksella voisi olla erityisiä etuja afasiapotilaiden näkökulmasta, myös kehitetyt laulupohjaiset menetelmät ja niiden tutkimus ovat keskittyneet tähän mennessä pieniin otoksiin yksilökuntoutuksessa. Tutkimuksemme ensimmäisessä osassa selvitimme poikkileikkaustutkimuksella (N = 45 afasiapotilasta), miksi laulukyky voi säilyä vaikeassakin afasiassa. Aivojen rakenteellista magneettikuvausta hyödyntäen havaitsimme, että sujuva puheen tuottaminen oli yhteydessä aivojen kieliverkoston otsa-, ohimo- ja päälakilohkojen alueisiin ja dorsaaliseen ja ventraaliseen radastoon, mutta myös kieliverkoston ulkopuolisiin projektioradastoihin. Ennako-odotustemme vastaisesti myös laulettujen sanojen tuottaminen oli yhteydessä keskeisesti vasemman aivopuoliskon rakenteisiin, erityisesti kieliverkoston ohimolohkon alueisiin ja ventraaliseen radastoon, kuten myös projektioradastoihin. Tutkimuksen toisessa osiossa selvitimme satunnaistetulla kontrolloidulla tutkimuksella (N = 54 afasiapotilasta, 43 läheistä), voidaanko 16 viikon laulupohjaisella ryhmämuotoisella kuntoutuksella parantaa afasiapotilaiden kommunikointikykyä sekä kielellisiä ja psykososiaalisia toimintoja ja tukea myös heistä huolehtivien läheisten hyvinvointia. Viikoittaista ryhmämuotoista kuorolauluharjoittelua ja melodista intonaatioterapiaa sekä tablettipohjaista kotiharjoittelua yhdistävän laulukuntoutuksen havaittiin kohentavan afasiapotilaiden kommunikaatiota ja responsiivista puheen tuottoa sekä lisäävän heidän sosiaalista aktiivisuuttaan. Myös läheisten kokemaa kuormittuneisuutta väheni intervention aikana. Sanojen tuottaminen sekä puheen että laulamisen kautta näyttävät siis jakavan yhteisen perustan vasemman aivopuoliskon kieliverkoston, mutta hajautuvan sen alla osin eri radastoihin. Tuloksemme tarjoavat uuden selityksen sille, miksi laulukyky saattaa säilyä puheen tuottamisen vaikeuksista huolimatta. Tutkimuksemme perusteella ryhmämuotoinen laulupohjainen kuntoutus voisi muiden hoito- ja kuntoutustoimien tukena tehostaa afasiapotilaiden puheen ja kommunikaation sekä psykososiaalisten toimintojen toipumista sekä lievittää potilaiden läheisten kokemaa kuormittuneisuutta. Kaikkiaan tuloksemme tuovat uutta tietoa puheen ja laulamisen aivoperustasta sekä tarjoavat biologisia merkkitekijöitä ja välineitä laulupohjaisen afasiakuntoutuksen ja sen vaikuttavuuden arvioinnin tueksi.

Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus terveydenhuollossa

			
Symp1	KE	10:40	PIII

Symposium

 Suomalaisnuorista jopa 15 % kuuluu sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön. Vaikka sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen kokema yhteiskunnallinen stigma on vähentynyt yhteiskunnan arvojen muututtua vuosien saatossa suvaitsemammaksi (esim. Savin-Williams, 2005), esimerkiksi Kouluterveyskyselyn perusteella selvästi suurempi osa sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön kuuluvista nuorista tulee syrjityksi, kiusatuksi, tai joutuu väkivallan kohteeksi kun muuhun väestöön kuuluvat nuoret (Kouluterveyskysely, 2017). Vastaavasti myös sukupuoli- ja seksuaalivähemmistön mielenterveysoireet ovat selvästi muuta väestöä yleisempiä (Plöderl & Tremblay, 2015). Tästä johtuen sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöt ovat haavoittuva ryhmä, joilla voi olla muuta väestöä suurempi terveystarve. Moni terveydenhuollossa toimiva ei kuitenkaan tunne sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen haavoittuvuuteen liittyvää teoreettista taustaa tai tutkimusperustaisia työskentelytapoja. Tämän symposiumin esitykset kuvaavat sekä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen hyvinvointiin liittyviä taustatekijöitä vähemmistöstressimallin (Meyer, 2003) kautta, esittävät tutkimustietoa sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen hyvinvoinnista ja kuvaavat nykyisiä tutkimusperustaisia työskentelytapoja terveydenhuollossa.

Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus terveydenhuollossa

			
Symp1	KE	10:40	PIII

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen hyvinvointi ja vähemmistöstressi

Anna Keski-Rahkonen

Suomalaisnuorista vähintään 14 % kuuluu seksuaalivähemmistöihin ja 5,5 % sukupuolivähemmistöihin. Vähemmistöstressi uhkaa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen hyvinvointia ja yhdenvertaisuutta. Tuoreiden tutkimusten perusteella sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvat nuoret voivat muita nuoria huonommin, ovat elämäänsä muita nuoria tyytymättömämpiä ja kokevat muita heikompaa osallisuutta yhteiskuntaan. Erityisen haavoittuvassa asemassa ovat sukupuolivähemmistöihin kuuluvat nuoret. Vähemmistöstressiteoria on psykologisen tutkimuksen piirissä viime vuosikymmeninä voimakkaasti kehittynyt uudenlainen tutkimuslinja, joka pyrkii selittämään seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen kokemia ylimääräistä kuormitusta. Vähemmistöstressiä aiheuttavat sekä syrjinnän ja epäoikeudenmukaisuuden kokemukset että vähemmistöidentiteettiin liittyvä pelko, häpeä ja salaaminen ja sisäistetty itsesyrjintä. Tutkimusten perusteella vähemmistöstressi lisää mielenterveys- ja päihdeongelmia ja itsetuhoisuutta ja monien fyysisten sairauksien riskiä. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien ihmisten terveyttä, hyvinvointia ja yhdenvertaisuutta voidaan parantaa vähemmistöstressin juurisyihin vaikuttamalla sekä vähemmistöihin kuuluvien resilienssiä ja psykologisia voimavaroja kehittämällä. Viime vuosina on kehitetty lukuisia lupaavia tutkimusperusteisia vähemmistöstressiteoriaan perustuvia interventiot, oppikirjoja ja hoitokäsikirjoja terveyden ammattilaisten käyttöön. Terveydenhuollossa inklusiivinen kielenkäytön edistäminen, terveyden ammattilaisten kouluttaminen ja erilaisten yhdenvertaisuutta uhkaavien rakenteellisten esteiden tietoinen muuttaminen ovat keskeisiä keinoja parantaa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen asemaa.

Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus terveydenhuollossa

Symp1	KE	10:40	PIII
-------	----	-------	------

Nuoruusikäisten sukupuoli-identiteetin tutkimusjakson asiakkaiden hyvinvointi ja

Aino Lehtinen ja Kaisa Puro

Moni sukupuoliristiriitaa kokeva nuori toivoo sukupuolenkorjaushoitojen helpottavan vointiaan, ja lähetteet nuorten sukupuoli-identiteetin tutkimuksiin SIT-poliklinikalle ovat voimakkaassa kasvussa. 2013 HUS:n sukupuoli-identiteetin tutkimusryhmä sai yhteensä 23 lähetettä, vuonna 2020 jo yli viisisataa. Moni perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon psykologi tapaa vastaanotollaan nuoria, jotka toivovat fysiologisia hoitoja helpottamaan kokemaansa sukupuolidysforiaa, ja psykologeilla voi olla epävarmuutta siitä, millaisista asioista nuoren kanssa kannattaa keskustella ennen SIT-poliklinikalle hakeutumista. Lisäksi psykologin rooliin osana SIT-jaksoa toteuttavaa moniammatillista tiimiä liittyy tietynlainen portinvartija-asetelma: nuori kokee voimakasta sukupuolidysforian aiheuttamaa kärsimystä, ja psykologi pyrkii puolestaan arvioimaan, onko nuoren ajankohtainen vointi ja sukupuoli-identiteetin vakaus riittävä sukupuolenkorjausprosessin aloittamiseksi. Sekä sukupuolenkorjaushoitojen aloittamiseen että aloittamatta jättämiseen liittyy huomattavia riskejä: toisaalta nuoruusikäisen sukupuoli-identiteetti saattaa vielä kehittyä ja muuttua, ja osa hoidoista voi saada aikaan peruuttamatonta muutosta. Toisaalta taas hoitojen epääminen saattaa herättää voimakasta epätoivoa ja nuori jää mahdollisesti puutteellisten selviytymiskeinojen varaan sukupuolidysforian käsittelyssä. Myöskin tutkimustieto siitä, millaiset taustatekijät ovat yhteydessä hyvinvoinnin kehitykseen nuorten sukupuolenkorjaushoitojen myötä on hyvin puutteellista. Sukupuoli-identiteetin tutkimusjakson nuorten hyvinvointi psykologin tutkimuksen perusteella oli monin tavoin heikko. 78,2 %:lla nuorista oli taustallaan vähintään yhdenlaista psykiatrista oireilua, ja puolilla nuorista oli ollut psykiatrian hoitokontakti. Lisäksi yli puolella nuorista oli taustallaan konflikteja perhesuhteissa, ja vajaalla kolmanneksella taustaa koulukiusaamisesta. Neuropsykiatristen häiriöiden diagnoosit olivat aineistossa harvinaisia. Kuitenkin psykiatrisia oireita mittavissa oirekyselyissä valtaosa sukupuoli-identiteetin tutkimusjakson nuorista raportoi hyvin vähän oireita, vaikka nuorilla oli taustallaan huomattavaa aiempaa oireilua ja elämän kuormitustekijöitä. Sukupuolen korjaushoidot paransivat useimpien nuorten hyvinvointia. Taustatekijöistä erityisesti itseä vahingoittavan käytöksen esiintyminen ennusti hyvinvoinnin paranemista sukupuolenkorjaushoitojen myötä. Tulos voi selittyä sillä, että vaikeasta sukupuolidysforiasta kärsivät nuoret kokevat myös masennus- ja ahdistusoireita, ja voivat pyrkiä säätelemään ahdinkoa esimerkiksi itseä vahingoittavalla käyttäytymisellä. Dysforian lieventyessä sukupuolen korjaushoitojen myötä masennuksesta ja ahdistuksesta aiheutuva itsetuhoisuus vähennee niillä nuorilla, joilla itsetuhoisuuden taustalla on dysforinen oireilu.

Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus terveydenhuollossa

Symp1	KE	10:40	PIII
-------	----	-------	------

Lyhytterapeuttinen tuki sukupuolen korjausprosessin aikana

Laura Blomqvist

Kaikki sukupuolen korjausprosessia läpikäyvät transihmiset eivät tarvitse psykoterapeuttista hoitoa tai tukea prosessinsa aikana, mutta osa hyötyy siitä ja näin ollen hyvin hoitokäytäntöihin ja -suositukseen kuuluu tällaisen tuen mahdollistaminen (kts. mm. The World Professional Association for Transgender Health: Standard of Care for the Health of Transgender and Gender Diverse People, 2022). Suomessa sukupuolen korjausprosesseista vastaa kaksi näihin erikoistunutta poliklinikkaa: HUSin sekä TAYSin sukupuoli-identiteetin tutkimuspoliklinikka. Nämä poliklinikat ovat mahdollistaneet potilailleen työskentelyn transsensitiivisessä lyhytterapiassa vuodesta 2018 lähtien. Palvelua tarjoavat kilpailutetut terapeutit, jotka on valittu kriteerein, joiden tarkoitus on varmistaa riittävä osaaminen niin psykoterapeuttisen kuin sukupuolen moninaisuuden kysymyksiin liittyvän osaamisen osalta. Mm. Terapiatalo Quussa transsensitiivistä lyhytterapiaa on tarjottu vuodesta 2019 lähtien ja HUSin sukupuoli-identiteetin tutkimuspoliklinikka on tarjonnut Terapiatalo Quun kautta 10 tapaamisen lyhytterapioita yli 600 potilaalleen. Keskeistä lyhytterapiaprosesseissa on se, että ne ovat irrallisia tutkimuspoliklinikoiden diagnostisesta arvioinnista ja perustuvat täysin vapaaehtoisuuteen. Transsensitiiviseen lyhytterapiaan ohjautuvat potilaat voivat olla hyvin eri vaiheissa sukupuolen korjausprosessiaan. Näin ollen tarpeet ja tavoitteet lyhytterapioissa ovat myös vaihtelevia ja muodostuvat aina yksilökohtaisesti. Keskeisiä työskentelyteemoja ovat kuitenkin usein sukupuolen ja oman identiteetin pohtiminen ja jäsentäminen, vähemmistöstressiin liittyvät kysymykset, dysforian kanssa selviytyminen sekä sukupuolen korjausprosessin vaiheisiin liittyvien ajatusten ja tunteiden käsittely. Jotta työskentely lyhytterapiassa toteutuu transsensitiivisesti, on terapeutilla oltava riittävä ymmärrys sukupuolesta ei-binäärisenä käsitteenä sekä ymmärrystä siitä, millaiset erityiskysymykset vaikuttavat sukupuoleltaan moninaisten ihmisten elämässä (mm. dysforia, vähemmistöstressi, sisäistetty itsesyrjintä). Käyn puheenvuorossani läpi sitä, millaisia kysymyksiä ja millä keinoin transsensitiivisessä lyhytterapiassa usein työtetään sekä miten terapeutin tulee huomioida työskentelyssään sensitiivinen ja sukupuolen itsemäärittelyä kunnioittava (gender affirmative) kohtaaminen potilaan kanssa.

Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus terveydenhuollossa

Symp1	KE	10:40	PIII
-------	----	-------	------

Seksuaalisuuden ja sukupuolisuuden monimuotoisuuden teemat psykoterapiassa – koh

Alexi Jalava

Seksuaalisuuden ja sukupuolisuuden monimuotoisuuden (SSM) teemat ovat pitkään loistaneet poissaolollaan suomalaisten psykoterapiakoulutusten opinto-ohjelmista; asetelma, joka on ollut kovasti samansuuntainen myös kansainvälisesti tarkasteltuna. Samanaikaisesti ovat työtään harjoittavat klinikot alkaneet kaipailla SSM-teemoja käsittelevää koulutusta, sillä omassa työssään monet heistä ovat yhä useammin kohdanneet sellaisia erityiskysymyksiä, joiden käsittelemiseen ei ole tuntunut olevan työkaluja. Monet SSM-asiakkaat kokevat myös hankalaksi sen asetelman, että heitä kohtaavilla ammattilaisilla ei välttämättä ole riittävää ymmärrystä tämän aihepiirin ilmiöistä, käsitteistä, tai niistä erityistekijöistä, joiden ymmärtäminen saattaisi auttaa SSM-asiakkaan kohtaamisessa ja ymmärtämisessä. Asetelma saattaakin johtaa monille SSM-asiakkaille kovin tuttuun kokemukseen: ”En jaksaisi taas kouluttaa yhtä uutta omaa auttajaani...” Tilanne on hiljalleen kuitenkin muuttumassa ja nykyisin jo esim. joissain psykoterapiakoulutuksissa onkin seksuaaliteemojen (esim. toiminnalliset seksuaaliset häiriöt ja seksielämän ongelmat) käsittelemisen lisäksi seminaari SSM-teemasta, jonka fokus on seksuaaliteemojen ulkopuolella. Myös psykologian opinnot yliopistolla valottavat jo nykyisin jonkin verran enemmän tätä aihepiiriä. Olen kognitiivisen psykoterapian kouluttajakoulutukseni lopputyötä varten tehnyt kyselytutkimuksen psykoterapeuteille, tarkastellen heidän omia käsityksiään ja näkemyksiään aihepiirin koulutuksen tarpeesta sekä saamastaan aihepiirin koulutuksesta. Tiivistettynä voidaan todeta, että riippumatta pohjakoulutustaustastaan tai psykoterapiaviitekehystä useimmat psykoterapeutit kokevat saaneensa aivan liian vähän aihepiirin koulutusta sekä soisivat sitä olevan enemmän tarjolla sekä osana psykoterapiakoulutusten opinto-ohjelmia että täydentävänä koulutuksena jo valmistuneille psykoterapeuteille. Puheenvuorossani pyrin paitsi esittelemään lyhyesti em. pienimuotoista lopputyötutkimustani, myös valottamaan nimenomaisesti niitä ulottuvuuksia ja erityispiirteitä, joiden ymmärtämisen varaan on hyvä ryhtyä rakentamaan asiantuntevaa SSM-asiakkaiden kohtaamista esim. psykologin tai psykoterapeutin vastaanotolla. Keskiöön nousevia käsitteitä ovat esim. vähemmistöstressi, itsesyrjintä, sisäistynyt homo- ja transfobia, privilegiot sekä intersektionaalisuus. Yhteiskuntapolitiikan sekä historian tuntemus ovat myös tämän aihepiirin erityisasiantuntemuksen vahvistamiseen pyrkivän psykologin työkaluja, mitä pyrin lyhyesti avaamaan.

Keho, aivot ja kognitio

			
Symp2	KE	13:15	PII

Symposium

Jyväskylän yliopistossa on pitkät perinteet psykologisen ja liikuntatieteellisen tutkimuksen yhdistämisestä. Tämä mahdollistaa ilmiöiden tarkastelemisen eri näkökulmista, molekyyleistä systeemitasolle ja aina ihmisen käyttäytymiseen. Olemme koonneet tähän symposiumiin esiteltäväksi viimeaikaisia tutkimuksia, joissa olemme tarkastelleet kehon, aivojen ja kognition välisiä yhteyksiä monin eri menetelmin sekä koe-eläimillä että ihmisillä. Yliopistotutkija Sanna Lensu kertoo tutkimuksista, joissa selvitettiin ravintoon lisätyn kuituvalmisteen vaikutuksia koe-eläinten ja ihmisten maksan rasvoittumiseen. Lisäksi tutkittiin erinäisiä muita terveysmuuttujia ja suolistomikrobistoa, sekä eläinten käyttäytymistä ja kyselyin ihmisten mielialaa. Tutkimus osoittaa, että kuitulisän terveysvaikutukset ovat yksilöllisiä eivätkä kaikki hyödy valmisteen syömisestä. Yliopistonlehtori Jan Wikgren esittelee aivojen tasavirtastimulaation vaikutusta fyysiseen suoriutuskykyyn. Toimiminen suoriutuskyvyn äärirajoilla on monitekijäinen ilmiö, johon vaikuttavat fysiologisten muuttujien lisäksi myös psykologiset tekijät. Juoksumatolla maksimirasituskoetta tekevät koehenkilöt kykenivät juoksemaan pidemmän aikaa, jos he olivat saaneet etuaivokuorelle suunnattua stimulaatiota. Tulos saattaa kertoa paremmasta kyvystä vaimentaa tehtävän kannalta epäolennaisia vihjeitä Väitöskirjatutkija Elina Mäkinen kertoo, miten peritty hyvä tai huono aerobinen kunto vaikuttaa aivojen terveyteen, oppimiseen ja käyttäytymiseen. Tutkimuksissa on käytetty aerobisen kunnon perusteella jalostettua rottamallia. Tulosten perusteella näyttää siltä, että hyvä suoriutuskyky on yhteydessä parempaan aivoterveeseen, oppimiseen ja nopeampaan tiedonkäsittelyyn, mutta myös lisääntyneeseen ahdistuskäyttäytymiseen. Apulaisprofessori Miriam Nokia esittelee viimeisintä tietoa siitä, miten kehon rytmit liittyvät tiedonkäsittelyyn aivoissa. Nokia kertoo ryhmänsä tutkimuksista, joissa hengitys ja sydämen syke huomioimalla on saatu parannettua suoriutumista yksinkertaisessa motorisessa oppimistehtävässä. Koottuna tulokset osoittavat, että yhteyksistä kehon ja aivojen toiminnan sekä kognition välillä on tunnistettavissa joiltain osin yhteneväisiä säännönmukaisuuksia. Toisaalta, yksilön ikä tai jokin muu ominaisuus ja tutkimustilanteesta aiheutuva vaihtelu vaikuttavat tuloksiin ja niiden tulkintaan.

Keho, aivot ja kognitio

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Suolesta aivoihin

Sanna Lensu

Monipuolinen ravinto on edellytys paitsi kehon terveelle aineenvaihdunnalle ja toiminnalle, myös suolistossa elävien mikrobien hengissä säilymiselle ja toiminnalle. Suolistomikrobit ja niiden muodostamat yhteisöt ovat tärkeitä ruuan hajottajia, ja ne vaikuttavat sekä kehon että mielen hyvinvointiin. Tämän takia on pyritty etsimään ravintoa tai ravintolisää, jolla voitaisiin vaikuttaa suolistomikrobistoon ja sen toimintaan suotuisasti. Tällaisia lisiä ovat esimerkiksi prebiootit, joilla pyritään edistämään hyvien mikrobien kasvua suolistossa. Aineenvaihdunnan kannalta maksa on tärkeä elin. Ihmisten lihomisen ja tyypin 2 diabeteksen seurauksena sinne kertyy rasvaa. Maksan rasvoittuminen onkin jo joka neljännen aikuisen vaiva. Tässä tutkimuksessa selvitimme ruokavalioon lisätyn prebioottisen xylo-oligosakkaridikuidun (XOS) vaikutuksia sekä maksan rasvoittumiseen ja terveyteen että suolistomikrobistoon rotilla (n=40, 10/ryhmä) ja ihmisillä (n=42). Lisäksi tutkimme, millaisia vaikutuksia XOS:lla on ahdistuneisuuteen tai mielialaan. Eläinten ahdistuneisuutta mitattiin erilaisin käyttäytymistehtävin. Ihmisiltä kysyimme dieetin aikaisia muutoksia mielialassa sekä elintavoissa (n=33). Rotille syötettiin joko runsasrasvaista dieettiä ja/tai XOS:a. Ihmistutkimukseen kutsuttiin mukaan ylipainoisia aikuisia miehiä ja naisia syömään XOS:a ravintolisänä. XOS:n vaikutuksia suolistomikrobistoon tutkittiin ulosteesta. Vaikutuksia maksan rasvaisuuteen tutkittiin rotilla kudoksenäytteistä; ihmisten maksan rasvaisuus mitattiin magneettikuvantamisella. XOS:n ja ruuan rasvaisuuden yhteisvaikutus oli yllättävä: XOS vähensi maksan rasvaisuutta rasvadieetillä olleilla rotilla, mutta verrokeilla, vähärasvaisella dieetillä olleilla rasvaisuus lisääntyi. Kyselyyn vastanneista ihmisistä osalla maksan rasvaisuus väheni kuitudieetillä (responderit, n=9), osalla ei tullut vaikutusta (ei-responderit, n=13) ja lopuilla tutkittavilla maksa ei ollut rasvoittunut (terveet, n=11) ylipainosta huolimatta. Rasvamaksaa sairastavien ryhmissä elintavat olivat samankaltaiset, mutta responderit kokivat fyysisen terveytensä heikommaksi, ja heillä oli vähemmän kevyttä fyysistä aktiivisuutta ja luonnossa liikkumista kuin terveillä. Mielialassa ei havaittu juurikaan muutosta. Eläimillä havaitsimme ruuan vähärasvaisuuden lisäävän ahdistuneisuutta osassa tehtävistä. Kokeen aikana eniten ahdistuneilla eläimillä havaittiin dieetistä riippumatta eroja suolistomikrobeissa verrattuna vähemmän ahdistuneisiin ryhmiin. Ihmisaineistossa respondereitten maksan tervehtyminen oli yhteydessä muutoksiin suolistomikrobiston aminohappoaineenvaihdunnassa. Prebioottinen kuitulisä näyttää siis tuottavan terveyshyötyä tietyille yksilöille, mutta ei kaikille. Tarkempia selvityksiä tarvitaan, jotta voitaisiin ennustaa ketkä hyötyvät prebiootista eniten.

Keho, aivot ja kognitio

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Parempi urheilusuoritus aivostimulaatiolla?

Jan Wikgren

Etuaivokuorelle suunnatulla heikolla transkraniaalisella tasavirtastimulaatiolla (transcranial direct current stimulation, tDCS) on havaittu monenlaisia kognitiivisia ja mielialaan liittyviä vaikutuksia. Masennuspotilailla on havaittu oireiden helpottumista ja yleisesti ottaen attentiota ja/tai toiminnanohjausta vaativissa tehtävissä koehenkilöiden suoritustaso on useissa tutkimuksissa parantunut. Stimulaation on, etenkin urheilijoilla, havaittu myös vaikuttavan autonomisen hermoston toimintaan lieventämällä stressireaktioita, millä voisi olla suotuisa vaikutus stressitilasta palautumiseen. Tässä kokeessa tavoite oli tutkia ennen rankkaa liikuntasuoritusta annetun stimulaation vaikutusta palautumiseen sykevälivaihteluna ja syljen kortisolitasolla mitattuna. Liikuntaa tavoitteellisesti harrastavat koehenkilöt ($N = 20$) suorittivat järjestyksen suhteen tasapainotetussa koeasetelmassa kahteen kertaan maksimaalisen hapenottokyvyn (VO_{2max}) testin. Testi tehtiin juoksumatolla, jonka nopeutta nostettiin 1 km/h kolmen minuutin välein ja tätä jatkettiin uupumukseen saakka, toisin sanoen niin kauan, että koehenkilö ei enää pysynyt maton vauhdissa ja ilmoitti lopettavansa tai heittäytyi turvavaljaiden varaan. Ennen varsinaista testiä tehtiin 10 min pituinen lämmittely hitaalla vauhdilla ja tämän aikana yhdellä testikerralla annettiin vasemmalle etuaivokuorelle suunnattua anodaalista tasavirtastimulaatiota (2 uA) ja yhdellä kerralla lumestimulaatiota. Mitattava muuttuja oli aika, jonka koehenkilö jaksoi juosta. Tulos oli yllättävä. Alunperin ajatus oli tutkia palautumista ja oletimme, että koehenkilön suoritustaso olisi molemmilla kerroilla sama. Kävi kuitenkin ilmi, että tilastollisesti merkitsevällä tasolla suurempi osa koehenkilöistä paransi maksimaalista suorituskyykyään ja kykeni juoksemaan pidempään aitoa stimulaatiota saatuaan. Vastaavia havaintoja on esitetty kirjallisuudessa kestävyysuorituksen suhteen. Mahdollisia selittäviä tekijöitä voisivat olla esim. parantunut tehtävään keskittyminen, nousu mielialassa tai juoksusuorituksen biomekaaninen paraneminen eli energiataloudellisempi liikkuminen.

Keho, aivot ja kognitio

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Hyvä peritty kunto on yhteydessä oppimiseen

Elina Mäkinen

Ylipaino ja huono fyysinen suorituskyky lisäävät riskiä sairastua monenlaisiin sairauksiin, ja aerobista suorituskykyä pidetään yhtenä parhaimmista kuolemanvaaraa ennustavista tekijöistä. Monet tutkimukset ovat yhdistäneet ylipainon ja metaboliset sairaudet heikentyneeseen aivoterveeseen ja kognitioon, vaikka selittävä tekijä näiden välillä on vielä epäselvä. Koska elintapojen seurauksena ylipaino ja alhainen kunto ovat yleistyneet, niiden tutkiminen on erityisen tärkeää riskien ja mahdollisten ennaltaehkäisevien hoitomuotojen kartoittamiseksi. Lähdimme tekemään tutkimusta hyödyntäen eläinmallia, jotta pääsisimme paremmin käsiksi myös solutason mekanismeihin ilmiöiden taustalla, kontrolloiduissa oloissa. Käytimme rottamallia, joka on jalostettu perinnöllisen juoksukyvyn mukaan joko hyviin tai huonoihin juoksijoihin. Perimältään huonokuntoiset rotat toimivat mallieläiminä metaboliselle oireyhtymälle ja ylipainolle alttiista yksilöstä, kun taas perimältään hyväkuntoisilla rotilla näiden riski on matala. Selvitimme eri ikäisillä rotilla, miten peritty aerobinen kunto vaikuttaa käyttäytymiseen, oppimiseen, tiedon suodattamiseen ja aivojen tulehduksen merkkitekijöihin. Havaitsimme, että huonokuntoisilla rotilla oli enemmän tulehdukseen liittyviä proteiineja hippokampuksen alueella jo nuorena iässä ja ero oli vielä suurempi aikuisilla rotilla. Tämän jälkeen halusimme tutkia, miten peritty kunto heijastuu rottien käyttäytymiseen ja oppimiseen, ja miten liikuntainterventio juoksupyörää käyttäen mahdollisesti vaikuttaa näihin. Selvitimme tätä tekemällä rotille erilaisia käyttäytymistestejä, kuten ahdistuneisuutta mittaavan avokenttätestin, oppimista mittaavan pelkoehdollistamistestin ja informaation suodattamista mittaavan hätkähäysrefleksitestin. Lisäksi tutkimme oppimista solutasolla mittaamalla rotilta hippokampuksen kestokorostumista. Huomasimme, että hyväkuntoiset rotat oppivat pelkoehdollistamistehtävän paremmin ja niillä kestokorostuminen oli voimakkaampaa kuin huonokuntoisilla verrokeilla. Lyhyt liikuntainterventio ei riittänyt kumoamaan rottalinjojen välisiä eroja, mutta pienensi eroa pelkoehdollistamistehtävässä ja kestokorostumisessa. Yllättävää kuitenkin oli, että hyväkuntoiset rotat olivat huonokuntoisia ahdistuneempia avokenttätestissä. Yhteenvedona voidaan todeta, että hyvällä perinnöllisellä kunnolla on tutkimustemme mukaan positiivinen yhteys aivoterveeseen ja oppimiseen. Tutkimuslöydöstemme mukaan näyttää, että fyysisen suorituskyvyn mukana periytyy myös alttius ahdistuneisuuteen. Tämä ilmiö vaatisi jatkossa lisätutkimusta ihmispopulaatioissa.

Keho, aivot ja kognitio

			
Symp2	KE	13:15	PII

Oppimisen optimointia kehon rytmien avulla

Miriam Nokia

Sydämen syke ja hengitys ovat rytmisiä kehon toimintoja, jotka linkittyvät toisiinsa. Tavoitteena on turvata sopiva hapensaanti ja hiilidioksidin poistuminen kehon kaikissa osissa. Sykettä säätelee autonominen hermosto, kun taas hengitystä voimme kontrolloida keskushermoston avulla, tahdonalaisesti. Terveellä ihmisellä hengitys vaikuttaa sydämen toimintaan siten, että syke hidastuu ulos hengittäessä. Tämän lisäksi sekä sykkeen että hengityksen taajuus ovat yhteydessä aivojen toimintaan ja kognitioon. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella olemme tutkineet erityisesti sykkeen ja hengityksen vaiheiden ja taajuuden vaikutusta oppimiseen liittyvään tiedonkäsittelyyn aivoissa sekä käyttäytymisen muokkautumiseen. Opetimme terveille nuorille ihmisille yksinkertaista klassisen ehdollistamisen muotoa, jossa ääni ennustaa ilmapuhallusta silmään puoli sekuntia myöhemmin. Tavoitteena oli oppia sulkemaan silmä jo vasteena ääneen, jotta ilmapuhallus ei ärsyttäisi silmää. Tulokset osoittivat, että kun ääni esitetään uloshengityksen aikana ja sydämen toiminnan lepovaiheessa, ihmiset tekivät enemmän opittuja silmäniskuja kuin verrokkit, joille ääni esitettiin sisäänhengityksen aikana ja sydämen toimintavaiheessa. Aivojen sähköfysiologisessa toiminnassa näkyvät vasteet ääneen tukivat käyttäytymistulosta: Vasteet olivat suurimpia niillä osallistujilla, joille ääni esitettiin uloshengityksen aikana sydämen lepovaiheessa. Johtopäätöksenä, aivovasteita ja opittua käyttäytymistä voidaan tehostaa tahdistamalla ärsykkeet kehon rytmiin. Tästä rohkaistuneena toistimme kokeen myös iäkkäillä, yli 70-vuotiailla ihmisillä. Aiemmista tutkimuksista tiedetään, että ikä heikentää silmäniskuehdollistamisen oppimista. Oletuksemme oli, että oppiminen olisi tehokkaampaa ryhmässä, jossa ääni ajoitetaan uloshengitykseen, sydämen lepovaiheeseen kuin ryhmässä, jossa se ajoitetaan sisäänhengitykseen, sydämen toimintavaiheeseen. Tuloksena vain osa iäkkäistä oppi räpäyttämään silmän kiinni vasteena äänimerkkiin eikä oppiminen eronnut ryhmien välillä. Kuitenkin ne iäkkäät, jotka oppivat tehtävän, tekivät enemmän opittuja reaktioita, jos ääni esitettiin aina uloshengityksen aikana, sydämen lepovaiheessa. Menettely ei siis parantanut oppimista, mutta tehosti opittua käyttäytymistä niillä, jotka oppivat. Tuloksemme osoittavat, että hengityksen ja sydämen sykkeen rytmiä hyödyntämällä on mahdollista vaikuttaa käyttäytymisen muokkautuvuuteen, mutta rajallisesti. Jatkossa selvitämme tarkemmin, mikä tuloksia selittää. On mahdollista, että esimerkiksi tarkkaavuuden kohdentuminen ulkoisiin ärsykeisiin säätyy kehon rytmien mukaisesti.

Mielenterveysoireet ja psykososiaaliset voimavarat kouluiässä

Symp2	KE	13:15	SL
-------	----	-------	----

Symposium

Lasten ja nuorten lisääntyvät mielenterveysoireet ovat yhteiskuntamme ajankohtainen huolenaihe. Uusimpien arvioiden mukaan noin neljäsosa kouluikäisistä suomalaislapsista oirehtii psyykkisesti, ja ainakin puolet aikuisiän mielenterveyshäiriöistä alkaa jo kouluiässä. Keskeistä lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemisessa on oirehinnan taustalla vaikuttavien tekijöiden sekä oirehinnan ja voimavarojen välisten yhteyksien tunteminen. Myös tarjolla olevan lastenpsykiatrisen hoidon tuloksellisuuden tutkiminen on tärkeää. Tämä symposium keskittyy näiden toistaiseksi liian vähän tutkittujen ilmiöiden ymmärtämiseen monipuolisia kouluikäisten lasten aineistoja hyödyntäen. Ensimmäinen esitys tarkastelee kuuden Euroopan maan maahanmuuttaja- ja pakolaisnuorten (N = 1606) mielenterveyden haasteita ja voimavaroja latentin profiilianalyysin avulla. Tutkimuksessa selvitetään lisäksi, miten kehitykselliset ja maahanmuuttoon liittyvät tekijät sekä vaikeat elämäkokemukset selittävät nuoren kuulumista tiettyyn profiiliin. Myös toinen esitys hyödyntää latenttia profiilianalyysia tarkastellessaan suomalaisten lasten (N = 3717) tunteiden tunnistuskykyä, sen pysyvyyttä ja muutoksia sekä yhteyksiä sosioemotionaaliseen hyvinvointiin ensimmäisten kouluvuosien aikana. Kolmas esitys valottaa mielenterveyden ylisukupolvisia yhteyksiä selvittäessään suomalaisten äitien ja isien (N = 1178) haitallisten lapsuuskokemusten (engl. adverse childhood experiences, ACEs) yhteyttä heidän kouluikäisten lastensa mielenterveysoireisiin ja haitallisiin kokemuksiin. Neljäs esitys puolestaan hyödyntää kliinistä avohoidon aineistoa (N = 61) tarkastellessaan HUS Lastenpsykiatrian asiakasperheiden vanhempien kokemuksia avohoidon vanhemmuusohjelmasta sekä ohjelman tuloksellisuutta lapsen käytösoireiden vähentämisessä. Kokonaisuutena symposium pyrkii tunnistamaan ja lisäämään ymmärrystä lasten ja nuorten mielenterveyden ajankohtaisista kysymyksistä. Kyky tukea koululaisten hyvinvointia ja voimavaroja on olennainen yhteiskuntamme tulevaisuutta suuntaava tekijä.

Mielenterveysoireet ja psykososiaaliset voimavarat kouluiässä

Symp2	KE	13:15	SL
-------	----	-------	----

Hyvinvoinnin profiilit maahanmuuttaja- ja pakolaisnuorilla: haasteet ja voimavarat

Sanni Aalto

Johdanto: Maahanmuuttaja- ja erityisesti pakolaisnuorten tiedetään olevan kantaväestöä alttiimpia mielenterveyden haasteille, kuten ahdistuneisuus- ja masennusoireilulle sekä traumaperäiselle stressihäiriölle. Moni tutkimus kuitenkin osoittaa maahanmuuttaja- ja pakolaisnuorilla olevan myös merkittäviä voimavaroja ja resilienssiä eli kykyä kukoistaa vaikeista kokemuksista ja stressitekijöistä huolimatta. Yllättävän vähän tiedetään kuitenkin siitä, miten mielenterveyden haasteet ja voimavarat esiintyvät yhdessä ja vaikuttavat toisiinsa. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tunnistaa latentin profiilianalyysin avulla maahanmuuttaja- ja pakolaisnuorilla esiintyviä hyvinvointiprofiileja, jotka koostuvat sekä mielenterveysoireista että psykososiaalisista voimavaroista. Tutkimuksessa pyritään myös selvittämään, miten kehitykselliset ja maahanmuuttoon liittyvät tekijät sekä vaikeat elämäkokemukset selittävät nuoren kuulumista tiettyyn profiiliin. Aineisto ja menetelmät: Tutkimus on osa RefugeesWellSchool -tutkimusprojektia, ja sen aineisto koostuu 1606 maahanmuuttaja- ja pakolaisnuoresta, jotka olivat iältään 11-24 -vuotiaita (keskiarvo = 15.2, keskihajonta = 2.0) ja heistä poikia oli 56.4%. Aineisto on kerätty yhteensä kuudesta eri Euroopan maasta (Belgia, Tanska, Suomi, Norja, Ruotsi ja Iso-Britannia). Hyvinvointiprofiileihin sisältyvinä mielenterveysoireina tarkastellaan traumaperäisiä stressioireita (CRIES-8; Children's Revised Impact of Event Scale), tunne-elämän oireita ja ulospäin suuntautuvia oireita (SDQ; Strengths and difficulties questionnaire). Hyvinvointiprofiileihin sisältyvinä psykososiaalisina voimavaroina tarkastellaan nuoren resilienssiä (CYRM-12; Child and Youth Resilience measure) ja prososiaalista käyttäytymistä (SDQ). Hyvinvointiprofiileihin kuulumista selittävinä tekijöinä tarkastellaan nuoren sukupuolta, ikää, maahanmuuttostatusta (pakolaisuus vai muu syy maahanmuutolle), vastaanottavassa maassa vietettyä aikaa, syrjinnän kokemuksia (PEDQ; Perceived Ethnic Discrimination Questionnaire Community Version) sekä aineellisia stressitekijöitä (DSSYR; The Daily Stressors Scale for Young Refugees). Tulokset ja johtopäätökset: Tutkimusanalyysit toteutetaan kevään 2024 aikana Mplus 8.4-ohjelmalla. Hyvinvointiprofiilit muodostetaan käyttäen latenttia profiilianalyysia ja tämän jälkeen multinomiaalisella logistisella regressioanalyysillä selvitetään miten kehitykselliset, maahanmuuttoon liittyvät tekijät ja vaikeat elämäkokemukset selittävät nuoren kuulumista tiettyyn profiiliin. Ensimmäisiä tutkimustuloksia esitellään Psykologia-kongressissa elokuussa 2024.

Mielenterveysoireet ja psykososiaaliset voimavarat kouluiässä

Symp2	KE	13:15	SL
-------	----	-------	----

Lasten tunteiden tunnistuskyvyn profiilit ja sosioemotionaalinen hyvinvointi

Petra Laamanen

Johdanto: Kyky tunnistaa tunteita kasvonilmeistä on olennainen osa sujuvaa ja onnistunutta vuorovaikutusta. Sen on havaittu olevan yhteydessä lasten heikompaan sosioemotionaaliseen hyvinvointiin, kuten tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmiin, mutta tulokset ovat olleet ristiriidassa keskenään. Yksi mahdollinen syy voi olla se, että tunnistuskykyä tutkittaessa on pääsääntöisesti käytetty muuttujakeskeistä lähestymistapaa, eli tutkimuksissa on tarkasteltu muuttujien välisiä yhteyksiä koko aineistossa olettaen, että populaatio on homogeeninen. On kuitenkin mahdollista, että vaikeudet tunnistuskyvyssä voivat ilmetä erilaisina profiileina, joissa korostuvat esimerkiksi poikkeamat eri tunteiden tunnistustarkkuudessa- ja vinoumissa. Tiettyillä profiileilla voi puolestaan olla vahvempi yhteys tiettyihin tunne-elämän- ja käyttäytymisen ongelmiin kuin toisilla. Esimerkiksi masennusoireet näyttäisivät olevan yhteydessä epätarkempaan ilon tunnistamiseen ja voimakkaampaan suruvinoumaan. Sen sijaan käyttäytymisen ongelmien, kuten muiden kiusaamisen, on havaittu linkittyvän ilo- ja pelkovinoumiin. Tässä tutkimuksessa selvittää, millaisia tunnistuskyvyn profiileja kouluikäisillä lapsilla ilmenee sekä niiden pysyvyyttä ja muutoksia ensimmäisten kouluvuosien aikana. Lisäksi tutkitaan, kuinka nämä profiilit linkittyvät lasten sosioemotionaaliseen hyvinvointiin. Aineisto ja menetelmät: Tutkimuksen aineisto (N = 3717) on osa suomalaista Yhteispeli-kouluinterventiotutkimusta (Björklund ym., 2014). Lapset olivat lähtötilanteessa (T1) 1.–3.-luokkalaisia. Seurantamittaukset tehtiin kuuden (T2) ja 18 kuukauden (T3) kohdalla. Ilon, pelon, surun ja vihan tunnistustarkkuutta- ja vinoumia mitattiin Diagnostic Assessment of Non-Verbal Accuracy tietokonetehtävällä (Nowicki & Duke, 1994). Lisäksi opettajat arvioivat lasten sosioemotionaalisia ongelmia Vahvuudet ja vaikeudet-kyselylomakkeella (Goodman, 1997). Aineiston analysointiin käytetään latenttia profiilianalyysiä (LPA) ja sen pitkittäissovellusta, eli latenttia transitoanalyysiä (LTA). Tulokset: Alustavat tulokset viittaavat siihen, että kouluikäisillä on tunnistettavissa ainakin kolme tunteiden tunnistuskyvyn latenttia profiilia: 1) Tarkat lapset, jotka tunnistavat tarkasti kaikki neljä tunnetta; 2) Epätarkat lapset, joilla on vaikeuksia kaikkien tunteiden tunnistamisessa; 3) Tarkat lapset, jotka tunnistavat heikosti vihaa ja ovat taipuvaisia suruvinoumaan. Tuloksia profiilien pysyvyydestä ja muutoksista sekä niiden yhteyksistä sosioemotionaaliseen hyvinvointiin esitellään kongressissa. Johtopäätökset: Tunnistuskyvyn profiilit tarjoavat uudenlaista näkökulmaa lasten sosiaalisen kognition kehitykseen ensimmäisten kouluvuosien aikana. Tämän lisäksi ne voivat mahdollistaa tunnistuskyvyn ja sosioemotionaalisen hyvinvoinnin välisten yhteyksien tarkemman tarkastelun ja selvittää näin aiempia ristiriitaisia tutkimustuloksia.

Mielenterveysoireet ja psykososiaaliset voimavarat kouluiässä

Symp2	KE	13:15	SL
-------	----	-------	----

Lapsuusaikaisten haitallisten kokemusten ylisukupolvinen vaikutus

Tiia Kuha

Johdanto: Lapsuuden aikaisilla haitallisilla kokemuksilla (ACE = Adverse childhood experience) tiedetään olevan merkittäviä vaikutuksia yksilön fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen pitkälle aikuisuuteen. Viime vuosina tutkijat ovat olleet entistä kiinnostuneempia ACE-kokemusten ylisukupolvisista vaikutuksista ja huono-osaisuuden periytymisestä. Suomessa ACE-tutkimuksia on kuitenkin tehty vasta vähän. ACE:t viittaavat potentiaalisesti traumaattisiin kokemuksiin, jotka ovat tapahtuneet ennen 18 ikävuotta (esimerkiksi väkivalta- ja kaltoinkohtelukokemukset, laiminlyönti ja perheen monimuotoiset ongelmat). Haitallisten kokemusten aiheuttaman toksisen stressin vaikutukset voivat siirtyä sukupolvelta toiselle monin eri tavoin. Vanhempien haitallisten kokemusten on havaittu olevan yhteydessä lasten psyykkiseen oireiluun sekä heidän alttiuteensa haitallisille kokemuksille. Aiemmat tutkimukset rajoittuvat kuitenkin pitkälti äiteihin ja usein yksittäisiin haitallisiin kokemuksiin. Tässä tutkimuksessa tarkastelemme äitien ja isien haitallisia lapsuuskokemuksia, niiden vaikutusta heidän lastensa psyykkiseen oireiluun ja yhteyttä lasten omiin haitallisiin kokemuksiin. Tarkastelemme sekä ACE-kokemusten suoria yhteyksiä että niiden välittymistä vanhemman mielialan ja vanhemmuuden kautta. Aineisto ja menetelmät: Aineisto kerättiin suomalaisesta väestöstä (n = 738) ja HUS Lastenpsykiatrian poliklinikoilta v. 2023 (n = 440). Osallistujat olivat kouluikäisiä lapsia (6-13v.) ja heidän vanhempiaan (äiti tai isä). Vanhempien ACE-kokemuksia mitattiin 10 kysymyksen ACE-kyselyllä. Vanhemmat täyttivät PSC-kyselyn (Pediatric Symptom Checklist) lasten psyykkisestä oireilusta. CATS-2- kyselyä (Child and Adolescent Trauma Screen) käytettiin mittaamaan lasten haitallisia kokemuksia. Vanhempien mielialaseulana käytettiin PHQ-2 (Patient Health Questionnaire-2). Vanhemmuutta arvioitiin Parenting Behaviors and Dimensions (PBDQ-Short-Version)-kyselyllä. Aineistoa analysoitiin χ^2 -testeillä, GLM-analyysillä (General Linear Model) ja mediaatiomallilla (PROCESS macro). Tulokset: Haitalliset lapsuuskokemukset ovat yleisiä, sillä väestöaineistossa vanhemmista 30% raportoi 1–2 ja lähes 20% jopa 5 tai enemmän ACE-kokemusta. Yleisimpiä olivat emotionaalinen väkivalta ja vanhemman päihdeongelma (n. 35%). Äidit raportoivat lähes kaikkia kokemuksia enemmän kuin isät. Vanhempien haitallisten kokemusten määrän kasvaessa raportoitiin myös lapsilla enemmän psyykkistä oireilua. Lisäksi vanhempien haitallisten kokemusten kumuloituessa kasvoi lapsen todennäköisyys olla hoidossa mielenterveyspsykiatrian vuoksi. Tutkimuksen tuloksia esitellään Psykologia 2024 -kongressissa. Johtopäätökset: Haitalliset lapsuuskokemukset ovat yleisiä lapsiperheiden vanhemmilla ja yhteydessä omien lasten oireiluun erityisesti ACE-kokemusten kumuloituessa. Tulokset korostavat vanhemmuuden tuen merkitystä, sekä lasten oireilun taustan selvittämistä pyrittäessä katkaisemaan ylisukupolvinen kierre.

Mielenterveysoireet ja psykososiaaliset voimavarat kouluiässä

			
Symp2	KE	13:15	SL

Vanhempien kokemukset ja hoidon tuloksellisuus Oppi-vanhemmuusohjelmassa

Assi Peltonen

Tutkimuksen tarkoitus: Käytöshäiriöt ovat yleisimpiä oirekuvia lastenpsykiatrisessa hoidossa olevilla lapsilla ja niillä tiedetään olevan kauaskantoisia kielteisiä vaikutuksia läpi lapsen elämän. Sosiaalisen oppimisen teoriaan ja käyttäytymisterapeuttisiin menetelmiin pohjaavien vanhempainohjelmien tiedetään olevan vaikuttava hoitomuoto käytöshäiriöihin. Vanhempien kiinnittyminen ja sitoutuminen hoitoon on kuitenkin osoittautunut haastavaksi, ja jopa yli puolet hoitoa tarvitsevista jättää hoidon aloittamatta tai keskeyttää sen. Tutkimalla vanhempien kokemuksia vanhemmuusohjelmista saadaan tietoa vanhempien sitoutumista edistävästä tekijöistä hoitomallien kehittämiseksi. Helsingin yliopiston ja HUS Lastenpsykiatrian yhteistyössä kehittämä, tutkimusnäyttöön pohjautuvista menetelmistä koostuva vanhemmuustaito-ohjelma Oppi on strukturoitu yksilöhoito, joka on suunnattu lastenpsykiatrista avohoitoa saavien käytöshäiriöoireilevien lasten vanhemmille. Vanhemmuustaito-ohjelma Opissa vanhemmat osallistuvat ohjaukseen kerran viikossa noin 1,5 tunnin ajan. Yhteensä tapaamisia on 14. Ohjausta annetaan yksilöllisesti HUS Lastenpsykiatrien poliklinikoiden vastaanotoilla tai etätapaamisina. Tämän pilottitutkimuksen tarkoituksena on selvittää vanhempien kokemuksia lastenpsykiatriseen avohoitoon kehitetystä Oppi-vanhemmuusohjelmasta ja sen tuloksellisuudesta lapsen käytöshäiriöoireiden vähentämiseen. Aineisto: Tutkimukseen pyydettiin mukaan kaikki HUS Lastenpsykiatrialla vuosina 2021–2023 vanhemmuustaito-ohjelma Oppiin osallistuneet vanhemmat. Tutkimuksessa tarkasteltiin 61 vanhemman kokemuksia lastenpsykiatrian avohoidossa toteutetusta Oppi-vanhemmuusohjelmasta sekä siinä käytetyistä opetusmenetelmistä. Tämän lisäksi tarkasteltiin hoidon tuloksellisuutta lapsen käytöshäiriöoireiluun. Menetelmät: Vanhemmat täyttivät ennen hoidon alkua lapsen oirekyselyt (Strengths and Difficulties Questionnaire ja The Nisonger Child Behavior Rating Form) sekä vanhemman omaa stressiä kartoittavan kyselyn (Helsinki Parent Stress Scale). Hoidon päätyttyä vanhempaa pyydettiin täyttämään edellä mainittujen lapsen oireita ja vanhemman stressiä kartoittavien kyselyjen lisäksi hoito-ohjelmaa, sen sisältöä ja käytettyjä ohjausmenetelmiä arvioivia kyselyjä. Tulokset ja johtopäätökset: Alustavien tulosten mukaan vanhemmat olivat tyytyväisiä Oppi-vanhemmuusohjelmaan sekä siinä käytettyihin ohjausmenetelmiin. Vanhempien arvioiden mukaan lapsen käytöshäiriöoireilu väheni hoidon myötä. Pilottitutkimuksen tulosten pohjalta näyttäytyy, että yksilöllinen vanhemmuusohjelma vaikuttaa olevan pidetty ja tuloksellinen hoitomuoto käytöshäiriön oireisiin lastenpsykiatrisessa avohoidossa.

Toimijuus psykoterapiassa – integratiivinen lähestymistapa

Symp2	KE	13:15	PI
-------	----	-------	----

Symposium

Psykoterapian tulostutkimus on osoittanut, että psykoterapia on vaikuttava ja tuloksellinen mielenterveysongelmien hoitomenetelmä. Tutkimus on myös näyttänyt, että teoreettiselta viitekehykseltään ja työtapoiltaan hyvinkin erilaiset psykoterapiamenetelmät ovat yhtä vaikuttavia. Samalla on kuitenkin niin, että osoitetusta vaikuttavuudesta huolimatta psykoterapian vaikutusmekanismeista ei ole yhtenäistä teoriaa. Tämän paradoksaalisen asiantilan eräs syy näyttäisi olevan psykoterapian tulostutkimuksen lainaama ajattelutapa lääketieteellisten toimenpiteiden ja lääkehoidon vaikutuksen tutkimuksesta. Ajattelutapa houkuttelee etsimään psykoterapiassa tapahtuvan muutoksen selitykset eri niin sanotuista vaikuttavista tekijöistä. Tutkimusasetelma luo mielikuvan siitä, että psykoterapiassa hoitovaste tuotettaisiin yksisuuntaisena vaikutuksena asiakkaan mieleen jotenkin samaan tapaan kuin kirurginen toimenpide tai lääkeaine vaikuttaa potilaan fysiologiaan. Vastakohtana tälle, niin sanotulle medikaaliselle mallille ovat psykoterapian tutkijat parin viimeisen vuosikymmenen aikana ehdottaneet erilaisia yleisiä psykoterapiassa tapahtuvan muutoksen malleja ja eri psykoterapiateorioita integroivia peruskäsitteitä. Yksi tällainen psykoterapeuttista muutosta selittävä integroiva käsite on toimijuus (agency). Tutkimusryhmämme on osallistunut toimijuutta psykoterapiassa koskevaan tutkimukseen jo parin vuosikymmenen ajan lukuisilla vertaisarvioituilla julkaisuilla, joissa muun muassa olemme tuoneet esille toimijuuskäsitteen moniulotteisuuden, sen eriytymisen kahdeksi alakäsitteeksi – toimijuuspositio ja toimijuustunto – ja näiden kehitykselliset perusteet ja diskursiivisen esittämisen muodot. Tässä symposiumissa esittelemme miten toimijuuskäsite mahdollistaa terapeuttisen muutoksen metateoreettisen jäsentämisen ja konkreettisen kuvaamisen psykoterapeuttisessa prosessissa. Symposium sisältää kolme esitystä, joissa esitetään toimijuuskäsite psykoterapiassa ja psykoterapiatutkimuksessa, asiakkaan heikkoa toimijuustuntoa psykoterapian lähtökohtana ja asiakkaan toimijuuden muutosta psykoterapian prosessina ja tuloksena.

Toimijuus psykoterapiassa – integratiivinen lähestymistapa

			
Symp2	KE	13:15	PI

Toimijuuskäsite psykoterapiassa

Minna-Leena Seilonen

Psykoterapiassa toimijuuskäsitettä käytetään kuvaamaan laajasti inhimillistä toimintaa. Toimijuudella viitataan sekä ulkoiseen näkyvään toimintaan että sen taustalla olevaan ja siihen kytkeytyvään sisäiseen, psyykkiseen toimintaan. Moniulotteisena käsitteenä toimijuudella tarkoitetaan ihmisen tahtoa sekä kykyä antaa merkityksiä kokemuksilleen, asettaa tavoitteita ja osallistua sekä vaikuttaa omaan elämäänsä ja olosuhteisiinsa. Psykoterapian tutkimuksen kentällä toimijuuskäsitteen käyttötapojen reflektointi on ollut melko vähäistä, vaikka käsite on laajasti kliinisessä käytössä. Psykoterapian teorioissa painottuvat eri tavoin tietoisuuden ja kokemuksellisuuden sekä kognitiivisten prosessien ja käyttäytymisen sekä sosiaalisuuden merkitykset. Perinteisesti humanistiset teoriat painottavat toimijuudessa subjektiivista tietoisuutta, vapaata tahtoa ja inhimillistä pyrkimystä kasvuun. Kognitiivisissa teorioissa inhimillinen toimijuus hahmottuu ajattelun, tunteiden ja käyttäytymisen kautta. Psykoanalyttisessä ja psykodynaamisessa perinteessä tietoisuuden ja kokemuksellisuuden kerroksellisuus, historiallisuus ja vuorovaikutuksellisuus määrittävät toimijuutta. Integratiivisina psykoterapeutteina ja psykoterapian tutkijoina pyrimme kuvaamaan toimijuuskäsitteen avulla psykoterapian sisällön ja prosessin kannalta ydinilmiöitä, jotka ovat yhteisiä psykoterapioille. Tavoittaaksemme psykoterapia-asiakkaan toimijuutta sekä kokemuksena että toimintana olemme ottaneet käyttöön kaksi toisiaan täydentävää käsitettä. Toimijuustunto-käsite viittaa asiakkaan kokemukseen itsestä toimijana. Toimijuuspositio-käsiteellä puolestaan kuvataan toimijan asemoitumista, eli suhteen luomista ympäröivään ja sisäiseen todellisuuteen. Tässä esityksessä esittelemme kehittämämme toimijuuden viiden aspektin mallin, joka jäsentää toimijuuskäsitettä nostamalla esiin näkökulmat, joita on tieteellisessä kirjallisuudessa ja kliinisissä havainnoissa toistuvasti liitetty toimijuuteen.

Toimijuus psykoterapiassa – integratiivinen lähestymistapa

Symp2	KE	13:15	PI
-------	----	-------	----

Heikko toimijuustunto psykoterapian lähtökohtana

Katja Kurri

Asiakkaalle psykoterapeuttiseen hoitoon hakeutumisen syy ilmenee kokemuksena mielen hyvinvoinnin tai elämänhallinnan puuttumisena. Tätä kutsumme heikoksi toimijuustunnoksi. Psykoterapian lähtökohtana se voi merkitä jo saavutetun, mutta hetkellisesti menetetyn toimijuuden palauttamistyötä tai kehityksellistä saavuttamattoman toimijuuden rakennusprojektia. Kehitykselliseen puutteeseen pohjautuva toimijuuden ongelma näyttäytyy yleensä konkreettisena ja kompleksisena. Jos asiakkaan mielen funktiot ovat rakentuneempia, hänellä on parempi mahdollisuus havainnoida suhdetta itseän ja omaan toimintaan. Heikko toimijuustunto voi näyttäytyä myös joko ensisijaisena tai toissijaisena toimijuuden ongelmana. Ensisijaisessa ongelmassa toimijuustunnon puute liittyy suoraan siihen ongelmalliseen kokemukseen, josta ongelma kumpuaa. Toissijaisen toimijuuden ongelma puolestaan rakentuu yityksistä toimia ongelmallisen kokemuksen suhteen kompensatorisesti, sen aiheuttamaa toimintakyvyn puutetta korvaavasti. Ongelmallinen, toimijuuden menetykseen tai heikkouteen liittyvä kokemus näyttäytyy asiakkaalle jollakin tavalla vieraana, asiakas on ikään kuin oireensa tai ongelmallisen kokemuksensa kohde, avuttomassa suhteessa oireeseen tai ongelmaan. Psykoterapian keskeisenä pyrkimyksenä on auttaa asiakasta saavuttamaan toimijuus, mahdollisuus vaikuttaa oireeseen tai ongelmalliseen kokemukseen ja laajemmin omaan elämääns. Tässä esityksessä näytämme, miten toimijuuden ongelman ja toimijuuden esteiden tarkempi ymmärtäminen ja tutkiminen toimii hyödyllisenä terapeutioiden raja-aidat ylittävänä lähtökohtana ja terapiaprosessia ohjaavana punaisena lankana. Tarkastelun kohteeksi tulee myös ne toimijuuden kysymykset, jotka liittyvät ongelmiin vuorovaikutukseen ja suhteeseen asettumisessa eli laajemmassa intersubjektiivisessä toimijuudessa.

Toimijuus psykoterapiassa – integratiivinen lähestymistapa

			
Symp2	KE	13:15	PI

Toimijuuden muutos psykoterapiassa

 Jarl Wahlström

Asiakkaan ja terapeutin vuorovaikutussuhteen kontekstissa muutoksen lähtökohtana on asiakkaan esille tuoma toimijuus, hänen puhuttuina tuottamat esityksensä ongelmallisesta toimijuudesta ja toimijuuskokemuksesta, sekä kokonaisvaltainen tapansa asemoitua asiakkaaksi. Asiakkaan toimijuuspositiot voidaan tarkastella kahdella tavalla. Yhtäältä niin, kuinka hän tuottaa kertomusta itsestään elämänsä päähenkilönä ja kuinka hän elämänsä eri alueilla on asemoitunut vahvemmin tai heikommin toimijana, ja toisaalta niin, kuinka hän kertojana havainnoi ongelmakokemustaan ja asettuu suhteeseen siihen. Kuvatessaan terapeutille ongelmallisia kokemuksiaan asiakas asemoituu heikoksi toimijaksi kertoessaan kokemuksistaan avuttomuudesta ja menetetyistä tai puuttuvista toimintamahdollisuuksistaan elämässä. Samanaikaisesti kuitenkin, kertoessaan ongelmakokemuksistaan asiakas ilmaisee aktiivisesti itseään, luo suhdetta kokemuksiinsa ja elämänsä piiriin kuuluviin merkityksellisiin asioihin, ja näin toimiessaan asemoituu aktiiviseksi toimijaksi, joka pyrkii muuttamaan suhdettaan ongelmalliseksi koettuun. Toimijuusposition näkökulmasta kiinnostavia ovat juuri asiakkaiden ongelmakokemuksiensa kuvauksissa tuottamat vaihtelevat asemoitumiset ongelmiin. Tässä esityksessä esittelemme psykoterapiassa tapahtuvan muutoksen metateoreettista käsitteellistämistä siirtymisenä heikosta toimijuuspositiosta vahvempaan. Tarkastelemme miten terapeuttisen vuorovaikutuksen diskursiivisella tasolla asiakkaan tuottamat toimijuuden sanalliset esitykset tulevat psykoterapeuttisen työn kohteiksi ja miten terapeutin toiminta näiden toimijuusesitysten vastaanottajana voi responsiivisesti muotoutua esimerkiksi heikkoon toimijuuspositioon liittymisestä kohti vahvempaa toimijuuspositiota haastamiseen. Tarkastelun kohteeksi tulee myös, miten terapisuhteen esikielellisellä, esisymbolisella, esireflektiivisellä ja affektiivisella tasolla tapahtuva vuorovaikutus mahdollistaa muutosprosessin.

Toiminnanohjauksen varhaiskehitys

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Symposium

Toiminnanohjauksen varhaiskehitys ja sen yhteydet äidin hoivakäyttäytymiseen sekä lapsen suolistomikrobistoon ja uneen. Toiminnanohjaustaitojen varhaiskehitys on keskeisessä roolissa lapsen tunnesäätelyn, sosiaalisen toimintakyvyn ja käyttäytymisen säätelyn kehityksessä. Vaikka toiminnanohjaustaitojen kehitystä ja siihen vaikuttavia tekijöitä on tutkittu erityisesti viime vuosien aikana, pitkittäistutkimusnäyttöä on kertynyt kansainvälisestikin vasta vähän. Tämä symposiumi kokoaa yhteen kaksi suomalaista isoa syntymäkohorttitutkimusta (FinnBrain ja CHILD-SLEEP), joissa on tutkittu lapsen toiminnanohjauksen kehitystä ja sen yhteyksiä lapsen suolistomikrobistoon, uneen sekä vanhemman hoivakäyttäytymiseen. Ensimmäinen esitys käsittelee toiminnanohjauksen kehitysprofilleja vauvaiästä leikki-ikään (1). Toinen esitys käsittelee äidin hoivakäyttäytymisen eri ulottuvuuksien, emotionaaliseen sensitiivisyyteen ja vanhemman aistisignaalien ennustettavuuden yhteyksiä toiminnanohjauksen varhaiskehitykseen (2). Kolmannessa esityksessä keskitytään lapsen suolistomikrobiston (3) ja neljännessä vauvan signaloidun yöheräilyn (4) yhteyksiin toiminnanohjauksen kehitykseen. Symposiumin kokoaa yhteen joukon erilaisia näkökulmia niistä lapsen kehitykseen ja ympäristöön liittyvistä tekijöistä, jotka ovat yhteydessä toiminnanohjauksen kehitykseen varhaislapsuudessa ja kouluiässä.

1. Anniina Karonen: Toiminnanohjauksen kehitysprofiilit vauvaiästä taapero- ja leikki-ikään (FinnBrain-syntymäkohorttitutkimus, Turun yliopisto) 2. Pauliina Juntunen ja Fiia Takio: Lasten toiminnanohjauksen kehitysprofiilien yhteydet vanhemman hoivakäyttäytymisen laatuun: seurantatutkimus vauva-ikästä viiden vuoden ikään (FinnBrain-syntymäkohorttitutkimus, Turun yliopisto) 3. Venla Huovinen: Varhaisen suolistomikrobiston koostumuksen yhteys myöhempään toiminnanohjaukseen (FinnBrain-syntymäkohorttitutkimus, Turun yliopisto) 4. Tiina Mäkelä: Signaloidun yöheräilyn yhteys toiminnanohjauksen taitoihin varhaislapsuudessa ja kouluiässä (CHILD-SLEEP -syntymäkohorttitutkimus, Tampereen yliopisto) Avainkäsitteet: toiminnanohjauksen varhaiskehitys, suolistomikrobisto, signaloitu yöheräily, äidin hoivakäyttäytyminen.

Toiminnanohjauksen varhaiskehitys

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Toiminnanohjauksen kehitysprofiilit vauvaiästä taapero- ja leikki-ikään

Anniina Karonen

Tutkimuksen tarkoitus Varhaislapsuudessa erityisen nopeasti kehittyvien toiminnanohjaustaitojen merkitys käyttäytymisen ja tunteiden säätelyssä on keskeinen, ja ne ovat yhteydessä mm. elämänlaatuun, koulumenestykseen ja varhaisessa iässä ilmeneviin psyykkisiin häiriöihin. Toiminnanohjaustaitojen varhaisten kehityspolkujen tutkiminen on välttämätöntä sekä ikätyypillisen kehityksen lainalaisuuksien että poikkeavan kehityksen mekanismien ymmärtämiseksi. Varhaislapsuuden toiminnanohjauksen tutkiminen on metodologisesti haastavaa, ja pitkäikäisiä kehityskulkuja vauvaiästä alkaen on tutkittu vasta vähän. Tässä tutkimuksessa käytimme suurta, syntymäkohortissa kerättyä pitkäikäisaineistoa, joka kattaa kolme ikäpistettä: 8 kuukautta, 2,5 vuotta ja 5 vuotta. Erilaisia toiminnanohjauksen pitkäikäisiä kehityspolkuja mallinnettiin latentin profiilianalyysin (LPA) avulla ja sen lisäksi tutkittiin lapseen liittyvien yksilöllisten taustatekijöiden yhteyksiä erilaisiin kehitysprofiileihin. Tutkimusmenetelmät Tutkimuksen aineisto käsittää N = 830 FinnBrain-syntymäkohorttitutkimuksessa mukana olevaa lasta. Toiminnanohjausta tutkittiin 8 kuukauden iässä muokatulla A-not-B-tehtävällä (varhainen inhibitio ja työmuisti), 2,5-vuotiaana Snack Delay- ja Spin the Pots-tehtävillä (inhibitio ja työmuisti) ja 5-vuotiaana Spin the Pots-, Delay of Gratification- sekä EF Touch Arrows-, Pigs- ja Farmer-tehtävillä (inhibitio ja työmuisti). Taustamuuttujiksi valittiin äidin sosioekonominen asema, lapsen sukupuoli ja kognitiivinen suoriutuminen, joiden tiedetään aiempien tutkimusten perusteella voivan olla yhteydessä lapsen toiminnanohjauksen kehitykseen. LPA toteutettiin Mplus-ohjelmalla käyttäen mallinnuksessa IRT (item response theory) -analyysiin perustuvia faktoripistemääriä. Taustamuuttujien yhteyttä profiileihin tarkasteltiin R3Step-menetelmällä. Tulokset Aineistossa erottui kolme erilaista toiminnanohjauksen varhaiskehityksen profiilia: keskitasoa heikommalla toiminnanohjaustaidoilla kaikissa ikäpisteissä (14 %) sekä kaksi keskitasoisien toiminnanohjaustaitojen profiilia, jotka erosivat toisistaan ainoastaan 5-vuotiaana mitatun työmuistisuoriutumisen suhteen (keskitasoa parempi suoriutuminen 56 %, keskitasoa heikompi suoriutuminen 30 %). Biologinen syntymäsuoritus ja kognitiivinen suoriutuminen 5-vuotiaana olivat yhteydessä kehitysprofiileihin siten, että pojat ($p = .019$), sekä ne lapset, joiden kognitiivinen suoriutuminen oli 5-vuotiaana heikompi ($p = .002$), kuuluivat todennäköisemmin keskitasoa heikommalla toiminnanohjauksen profiiliin. Johtopäätökset Toiminnanohjauksen kehityksessä on nähtävissä jatkuvuutta vauvaiästä alkaen leikki-ikään saakka. Sukupuolten välillä on eroa kehitysprofiilien suhteen. Sellaisten lapsiryhmien, joilla on jo varhain riski keskitasoa heikommalle toiminnanohjaustaitojen kehitykselle, tunnistaminen nykyistä paremmin olisi tärkeää mm. poikkeavan toiminnanohjauskehityksen pitkäaikaisvaikutusten ennaltaehkäisyssä näkökulmasta.

Toiminnanohjauksen varhaiskehitys

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Lasten toiminnanohjauksen varhaiskehitys ja vanhemman hoivakäyttämisen laatu

Pauliina Juntunen ja Fiia Takio

Tutkimuksen tavoite Laaja tutkimusnäyttö osoittaa, että yksilöllinen vaihtelu varhaislapsuuden nopeasti kehittyvissä toiminnanohjauksen taidoissa ennustaa myöhempää koulumenestystä ja mielenterveyttä. Yksi toiminnanohjauksen kehitykseen vaikuttava tekijä on vanhemman hoivakäyttämisen laatu. Toistaiseksi on olemassa hyvin vähän pitkittäistutkimuksia, jossa selvitetäisiin vanhemman hoivakäyttämisen laadun ja lapsen toiminnanohjauksen kehityksen yhteyksiä, eikä lähes yksikään tutkimus ole selvittänyt lapsen vuorovaikutusvalmiuksien merkitystä kehittyvälle toiminnanohjaukselle. Tässä tutkimuksessa tutkittiin lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen sekä kahden erilaisen vanhemman hoivakäyttämisen laadun, äidin emotionaalisen saatavilla olon ja äidin aistiärsykkeiden ennustettavuuden, yhteyksiä lapsen toiminnanohjauksen varhaiskehitykseen. Menetelmät Tutkimuksen aineisto on osa FinnBrain-syntymäkohorttitutkimusta (N = 835), jonka avulla tutkittiin vanhemman hoivakäyttämisen laadun, lapsen vuorovaikutusvalmiuksien ja toiminnanohjauksen kehitysprofiilien yhteyksiä pitkittäisaineistossa 8 kuukauden iästä 2,5 vuoden ja 5 vuoden ikään. Lasten toiminnanohjaustaitoja arvioitiin erilaisilla yleistä kognitiota, inhibitiota ja työmuistia mittaavilla tehtävillä. Äidin ja lapsen välisen vuorovaikutuksen ja vanhemman hoivakäyttämisen laatua arvioitiin analysoimalla videolta 10 minuutin vapaa leikkitilanne Emotional Availability Scales -menetelmällä sekä vanhemman aistiärsykkeiden sekvenssien koodausmenetelmällä. Tilastanalyysit suoritettiin Mplus-ohjelmalla. Latentilla profiilianalyysillä tunnistettiin toiminnanohjauksen pitkittäisiä kehitysprofieja. Latentilla kasvukäyräanalyysillä analysoitiin vuorovaikutusta sekä vanhemman hoivakäyttämisen ennustettavuutta läpi ikäpisteiden. Vanhemman hoivakäyttämisen laadun ja vuorovaikutuksen yhteyksiä toiminnanohjausprofiileihin tutkittiin R3STEP-menetelmällä. Tulokset ja johtopäätökset Lasten toiminnanohjauksesta tunnistettiin kolme pitkittäisprofiilia: keskitasoa heikot toiminnanohjaustaidot kaikissa ikäpisteissä (14%) sekä kaksi keskitasoisien toiminnanohjaustaitojen profiilia, jotka erosivat toisistaan ainoastaan 5-vuotiaana mitatun työmuistisuoriutumisen suhteen (keskitasoa parempi suoriutuminen 56 %, keskitasoa heikompi suoriutuminen 30 %). Toiminnanohjauksen pitkittäisprofiilit raportoidaan taustamuuttujien kanssa tarkemmin osana tämän symposiumin toista kongressiesitelmää (Karonen, A.). Alustavat analyysit osoittivat, että äidin parempi emotionaalinen saatavilla olo lapsen ollessa 2.5 vuoden iässä (mutta ei muissa ikäpisteissä) oli yhteydessä lapsen suurempaan todennäköisyyteen kuulua keskitasoa paremman toiminnanohjauksen profiiliin verrattuna keskitasoa heikot toiminnanohjauksen profiiliin ($p = .005$). Alustavien tulosten mukaan äidin hoivakäyttämisen laatu on mahdollisesti yksi lapsen toiminnanohjauksen kehitystä muovaava tekijä. Analyysit ovat viimeistelyvaiheessa.

Toiminnanohjauksen varhaiskehitys

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Varhaisen suolistomikrobiston koostumuksen yhteys myöhempään toiminnanohjaukseen

Venla Huovinen

Tutkimuksen tavoite Suolistomikrobiston vaikutus aivojen kehitykseen on ollut lisääntyneen tieteellisen tutkimuksen kohteena viime vuosina. Eläintyöt ja enenevissä määrin myös ihmistutkimukset ovat osoittaneet, että suolistomikrobit vaikuttavat aivojen ja käyttäytymisen kehitykseen jo elämän varhaisvaiheissa, mikä tekee suolistomikrobien tutkimuksesta tärkeää myös psykologisesta näkökulmasta. Tutkimuksemme tarkoituksena on selvittää yhteyksiä vauva- ja taaperoiän suolistomikrobiston ja taapero- ja esikouluiän toiminnanohjauksen välillä. Aiempien tutkimusten perusteella olemme myös kiinnostuneita syntymässä määritellyn biologisen sukupuolen vaikutuksesta näihin yhteyksiin. Menetelmät Tutkimus on osa FinnBrain-syntymäkohorttitutkimusta ja otoskoko tässä tutkimuksessa on kokonaisuudessaan 373 lasta. Suolistomikrobisto on analysoitu 2,5 kuukauden ja 2,5 vuoden iässä 16S-sekvensoinnilla, jonka lisäksi osa näytteistä on analysoitu metagenomi-sekvensoinnilla sekä kohdennetuilla ja ei-kohdennetuilla massaspektrometriaan perustuvilla analyyseillä. Toiminnanohjauksen suhteen käyttämämme mittarit ovat lasten laboratorio-olosuhteissa tehty työmuistin ja inhibition tehtävät (Spin the pots & Snack Delay) 2,5 v ja 5 v iässä sekä vanhempien täyttämä Behavior Rating Inventory of Executive Function 2 -kysely (BRIEF2) ja lasten tabletilla tekemät pelimäiset toiminnanohjausta arvioivat tehtävät (EF Touch) 5v iässä. Tulokset ja johtopäätökset Alustavien tulosten perusteella yksilön sisäinen mikrobistodiversiteetti vauvaiässä on negatiivisesti yhteydessä inhibitioon viiden vuoden iässä. Yksilön sisäinen diversiteetti tyypillisesti kasvaa iän myötä, mikä selittää vauvaiän korkean diversiteetin negatiivista yhteyttä myöhempään inhibitiokykyyn. Yksilöiden välisen diversiteetin suhteen alustavat tulokset ovat sukupuolispesifejä. Kun koehenkilöt jaettiin ryhmiin dominoivan bakteerisuvun perusteella, erosivat ryhmät toisistaan myöhemmän toiminnanohjauksen suhteen eri tavoin tytöillä ja pojilla, joka viittaa siihen, että sukupuolierojen tutkiminen on tärkeää jatkotutkimuksissakin.

Toiminnanohjauksen varhaiskehitys

Symp2	KE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Signaloidun yöheräilyn yhteys toiminnanohjauksen taitoihin

Tiina Mäkelä

Tutkimuksen tavoite Varhaislapsuuden unen erityispiirre, joka erottaa varhaisen unen myöhemmästä unesta, on yöaikainen heräily. Signaloidulla yöheräämisellä tarkoitetaan heräämistä, jossa lapsi signaloi heräämisensä vanhemmilleen esimerkiksi itkemällä, ja vanhemman apua tarvitaan uudelleen nukahtamiseen. Aikuis- ja nuoruusiässä on laajasti osoitettu, että univaikeudet heikentävät toiminnanohjausta vaativien tehtävien suorittamista. Toiminnanohjaus kehittyy pitkään, ja sillä on vahva yhteys otsalohkoihin. Tästä syystä onkin esitetty, että toiminnanohjaus saattaa olla erityisen altis unen muutoksille varhaislapsuudessa. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, onko varhaislapsuuden signaloitu yöheräily yhteydessä lapsen toiminnanohjauksen taitoihin varhaislapsuuden aikana tai myöhemmin kouluiässä. Menetelmät CHILD-SLEEP-tutkimuskohortissa muodostettiin kaksi ryhmää vanhempien raportoiman lapsen signaloidun yöheräilyn perusteella. Lapset, jotka heräilivät kahdeksan kuukauden iässä vähintään kolme kertaa yössä, muodostivat heräilevien lasten ryhmän (n = 75) ja lapset, jotka heräilivät maksimissaan kerran yössä, muodostivat ei-heräilevien lasten ryhmän (n = 63). Lasten kehitystä tutkittiin pitkittäisesti kahdeksan kuukauden, 24 kuukauden sekä kahdeksan vuoden iässä monipuolisesti sekä perinteisillä että silmänliikkeitä hyödyntävillä tutkimusmenetelmillä sekä lisäksi vanhempien arvioimana. Tulokset ja johtopäätökset Kahdeksan kuukauden ikäisinä ryhmien välisessä suoriutumisessa ei ollut eroa. 24 kuukauden ikäisenä lapset, jotka heräilivät, suoriutuivat heikommin tietokonepohjaisesta toiminnanohjauksen tehtävästä kuin lapset, jotka eivät heräilleet. Vanhempien arvioimana tai perinteisillä toiminnanohjauksen tehtävillä arvioituna ryhmien välillä ei löydetty eroja 24 kuukauden ikäisenä. Sen sijaan kahdeksan vuoden ikäisenä ryhmät erosivat toiminnanohjauksen taidoissa vanhempien arvioimana. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että varhaisella yöheräilyllä on kauaskantoisia yhteyksiä lapsen toiminnanohjauksen taitoihin. Erityisen tärkeää on huomioida, että tutkimuksessa havaittiin ryhmien välillä eroja jo ensimmäisen kahden elinvuoden aikana lapsilla, joilla ei ollut erityisiä univaikeuksia. Lisäksi seurantalutkimuksen perusteella näyttää siltä, että ryhmien väliset erot ovat edelleen nähtävissä kouluiässä.

Työuupumus: Ilmiö, syyt ja seuraukset

Symp2	KE	13:15	F3005
-------	----	-------	-------

Symposium

Työuupumuksesta on tullut keskeinen työikäisten työhyvinvointia ja työkykyä uhkaava asia, ja sitä on luonnehdittu jopa työelämän "uudeksi normaaliksi" erityisesti nuorten työntekijöiden keskuudessa. Koronapandemia on edelleen lisännyt työuupumusta monella alalla ja monen tyyppisissä työtehtävissä. Tämä symposium esittelee uutta kotimaista työuupumustutkimusta. Symposium koostuu yhteensä neljästä esityksestä, jotka kaikki laventavat nykyistä tietämystämme työuupumuksesta ilmiönä ja tuovat uutta tietoa sen syistä ja seurauksista. Ensimmäinen esitys Mäkikangas, A., Kausto, J., Hakanen, J., Vuorento, M., Salminen, S., & Sauni, R. "Työuupumukseen liittyvät käytännöt kymmenessä Euroopan maassa" liittyy selvityshankkeeseen, jossa on pureuduttu työuupumuksen diagnostiseen statukseen ja hoitoon Euroopan eri maissa. Hankkeen keskeisten tulosten pohjalta annetaan suosituksia työuupumuksen tunnistamiseen ja hoitoon Suomessa. Toinen esitys Salenius, H., Kytölä, P., Pakarinen, S., Mäkikangas, A., Liukkonen, V., & Mauno, S. "Työhyvinvoinnin biomarkkereita etsimässä" keskittyy työuupumuksen fysiologiaan. Sen keskeinen kysymys on, että voidaanko työuupumus tunnistaa objektiivisella ihonsähkönsäjohtavuuden mittauksella? Kolmas esitys Snellman, M., Mäkinen, J-P., Mauno, S., Sauni, R., & Mäkikangas, A. "Työuupumuksen syytekijät työuupuneiden kokemana" selvittää työuupumuksen syitä haastatteluaineistoon pohjautuen. Neljäs ja viimeinen esitys Hirva, L., Mauno, S., & Mäkikangas, A. "Työuupumuksen ja työssä suoriutumisen profiilit: kolmen vuoden seuranta tutkimus" pureutuu työuupumuksen ja työssä suoriutumisen välisiin pitkäaikaisuuhteisiin.

Työuupumus: Ilmiö, syyt ja seuraukset

Symp2	KE	13:15	F3005
-------	----	-------	-------

Työuupumukseen liittyvät käytännöt kymmenessä Euroopan maassa

Anne Mäkikangas

Työuupumuksen yleisyydestä huolimatta sen tunnistamiseen, ennaltaehkäisyyn ja hoitoon liittyvät käytännöt ovat kirjava ja vaihdelleet maasta toiseen. Jo siitä, miten työuupumus määritellään, on erilaisia käsityksiä. Iso kysymys liittyy työuupumuksen diagnostiseen statukseen. Tämä tutkimus liittyy Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta hankkeeseen, jota toteutetaan yhteistyössä Työterveyslaitoksen ja Tampereen yliopiston Työelämän tutkimuskeskuksen kanssa. Selvityksen aiheena on työuupumuksen diagnosointiin, hoitoon ja kuntoutukseen liittyvät käytännöt eri maissa. Hankkeen yleisenä tavoitteena on tuottaa ehdotuksia tarvittavista toimenpiteistä työuupumuksen liittyvien käytäntöjen – tunnistamisesta hoitoon – kehittämiseksi. Selvitys on toteutettu haastattelemalla eri alojen työuupumuksen asiantuntijoita kymmenestä Euroopan maasta: Ruotsi (5 haastattelua), Hollanti (5), Tanska (4), Ranska (4), Belgia (3), Saksa (3), Espanja (2), Italia (2), Latvia (1) ja Suomi, jossa toteutimme kaksi yksilöhaastattelua ja neljä ryhmähaastattelua eri tahoja edustavien asiantuntijoiden kanssa Suomen käytäntöjen vahvuuksien ja kehittämiskohteiden selvittämiseksi. Selvityksen alustavat tulokset osoittavat, että työuupumuksen käytetyt määritelmät ja diagnostinen status vaihtelevat eri maissa. Työuupumus on esimerkiksi määritelty joissakin maissa ammattitaudiksi ja jossain maissa se on sosiaalivakuutusjärjestelmästä korvattava. Kuitenkin myös ammattitaudin määritelmä vaihtelee eri maissa, samoin kuin sosiaalivakuutusjärjestelmä. Esitelmässä pohditaan eri vaihtoehtoja työuupumuksen tunnistamisen, diagnosoinnin ja hoitamisen edistämiseksi.

Työuupumus: Ilmiö, syyt ja seuraukset

Symp2	KE	13:15	F3005
-------	----	-------	-------

Työhyvinvoinnin biomarkkereita etsimässä

Henna Salenius

Työuupumus on ongelma, joka aiheuttaa inhimillisen kärsimyksen lisäksi taloudellista kurjuutta niin organisaatioille kuin yhteiskunnillekin. Työuupumusta koskevassa tutkimuksessa on tunnistettu tarve lisätä ymmärrystä ilmiön fysiologisesta perustasta, joka parhaimmillaan täydentää työuupumuksen teoriaa sekä tuo mahdollisuuksia kehittää uusia menetelmiä työhyvinvoinnin tukemiseen ja objektiiviseen mittaamiseen. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, millainen yhteys ihon sähkönjohtavuuden (eng. electrodermal activity, EDA) pitkäaikaismittauksilla on psyykkiseen työhyvinvointiin sekä niiden potentiaali työhyvinvoinnin tukemisessa. Tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen muodostaa työhyvinvoinnin kehämalli (eng. circumplex model of work-related well-being), jossa työhyvinvoinnin neljä perusolottuvuutta ovat työtyytyväisyys, työn imu, alkava työuupumus ja työuupumus. Malli olettaa, että työhyvinvointia voidaan tutkia kahden muuttujan avulla, jotka ovat fysiologinen virittyneisyys (ts. autonomisen hermoston aktiivisuus) ja emotionaalinen valenssi (ts. koettu mielihyvä). Työkontekstissa korkea virittyneisyys ja epämiellyttävä tunnetila voivat olla merkkejä alkavasta työuupumuksesta. Matala virittyneisyys ja epämiellyttävä tunnetila voivat olla merkkejä vakavasta työuupumuksesta. Sen sijaan korkea virittyneisyys ja miellyttävä tunnetila voivat kertoa työn imusta, kuten tarmokkuudesta, omistautumisesta ja innostuneisuudesta. Tässä tutkimuksessa virittyneisyys operationalisoitiin ihon sähkönjohtavuuden mittauksella, jota ei ole aiemmin vastaavassa tutkimusasetelmassa käytetty. Hypoteesina oli, että ihon sähkönjohtavuuden avulla mitattu keskimääräinen vireystason vaihtelu sekä lyhyt mielihyvää kartoittava kysely ovat yhteydessä psyykkisen työhyvinvoinnin tilaan. Tutkimukseen rekrytoitiin 123 tietotyöntekijää kolmesta suomalaisesta kohdeorganisaatiosta (Vincit Oyj, Solita Oy ja Heltti Oy). Aineistoa kerättiin 1,5 vuoden ajan kuuden kuukauden välein (maaliskuu 2022-lokakuu 2023). Ihon sähkönjohtavuutta mitattiin kaupallisella Nuanicin älysormuksella (aiemmin Moodmetric), joka on suomalainen keksintö. Nuanic on kehittänyt DNE-indeksiin, joka on tarkoitettu erityisesti ihon sähkönjohtavuuden pitkäaikaismittauksiin. Ihon sähkönjohtavuuden pitkäaikaismittausten sekä emotionaalisen valenssin yhteyttä työuupumukseen (BAT-12) ja työn imu (UWES-9) tutkittiin kahden regressiomallin avulla. Tutkimus osoittaa, että työuupumus ja työn imu ovat yhteydessä ihon sähkönjohtavuuteen mielekkäällä tavalla. Sekä työuupumus että työn imu ilmenivät odotetusti korkean virittyneisyyden tiloina. Tulokset viittaavat lisäksi siihen, että hyvin korkea työn imu voi pitkittyessään olla myös terveysriski. Kahden viikon jatkuvat ihon sähkönjohtavuuden mittaukset ja lyhyet mielihyvää kartoittavat kyselyt ovat potentiaalisia työkaluja työhyvinvoinnin objektiiviseen mittaamiseen.

Työuupumus: Ilmiö, syyt ja seuraukset

Symp2 KE 13:15 F3005

Työuupumuksen syytekijät työuupuneiden kokemana

Monika Snellman

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää työuupumuksen syytekijöitä työuupuneiden kokemana. Erityisenä kiinnostuksen kohteena oli se, että liittyykö koronapandemian jälkeiseen aikaan ja nykyiseen työelämään erityisiä työuupumusta aikaansaavia tekijöitä. Tutkimus toteutettiin haastattelemalla 25 vakavista työuupumusoireista kärsivää työntekijää lokakuun 2023 ja tammikuun 2024 välisenä aikana. Haastatteluaineisto analysoitiin hyödyntäen sisällönanalyysia. Tutkimuksen päätulokset osoittivat, että koetut työuupumuksen syytekijät voitiin jakaa viiteen pääluokkaan: 1) johtamiseen liittyvät tekijät, 2) työtehtävään liittyvät tekijät, 3) työyhteisöön liittyvät tekijät, 4) omaan itseen ja toimintatapaan liittyvät tekijät ja 5) työn ulkopuoliset tekijät. Tuloksien pohjalta voidaan todeta, että työperäiset syytekijät korostuivat haastateltujen kokemuksissa. Näitä olivat esimerkiksi työmäärä, vähäiset työn vaikutusmahdollisuudet, epäselvä työrooli ja tuen puute. Nämä kaikki edustavat tekijöitä, jotka on hyvin tunnistettu aikaisemmassa työuupumuskirjallisuudessa. Näiden lisäksi syytekijöinä korostuivat työn turhakkeet, työn epävarmuus ja jatkuvat muutokset sekä etätyön aiheuttamat haasteet, jotka kaikki liittyvät nykyiseen työelämän tilaan. Työperäisten selittäjien lisäksi haastateltavat toivat esille itseen ja toimintatapaan liittyviä tekijöitä, jotka toimivat työuupumuksen riskitekijöinä. Näitä olivat esimerkiksi korkea vaatimustaso ja tarve miellyttää muita. Työn ulkopuolisista tekijöistä puolestaan korostuivat ihmissuhteisiin liittyvät huolet ja yleinen maailmantilanne. Tulosten perusteella voidaan todeta, että työuupumusta aiheuttavien tekijöiden ehkäisemiseksi on panostettava niin organisaatioiden kuin yhteiskunnankin tasolla. Työuupumuksen reaktiivisen hoidon sijaan tulee panostaa työuupumuksen taustalla oleviin työperäisiin syihin ja niiden ennaltaehkäisyyn.

Työuupumus: Ilmiö, syyt ja seuraukset

Symp2 KE 13:15 F3005

Työuupumuksen ja työssä suoriutumisen profiilit: kolmen vuoden seurantatutkimus

Laura Hirva

Työuupumuksen yhteys heikentyneeseen työssä suoriutumiseen on todettu lukuisissa aikaisemmissa tutkimuksissa, mutta nämä tutkimukset ovat yleensä perustuneet poikkileikkausasetelmiin. Pitkittäistutkimukselle on siis selkeä tarve työuupumuksen ja työssä suoriutumisen välisten monimuotoisten kehityskulkujen selvittämiseksi. Tässä tutkimuksessa hyödynnettiin henkilökeskeistä lähestymistapaa työuupumus-/suoriutumisprofiilien tutkimiseen työntekijäotoksessa (N = 565). Transitioanalyysin avulla tutkittiin siirtymiä profiilista toiseen kolmen aallon aineistossa. Tulokset paljastivat neljä erilaista työuupumus-/suoriutumisprofiilia. Työntekijät, jotka eivät kokeneet työuupumusta, kokivat myös suoriutuvansa hyvin sekä rooliinsa lukeutuissa tehtävissä että kontekstuaalisen suoriutumisen osalta, kun taas keskimääräisesti uupuneet arvioivat suoriutuvansa keskimääräisesti kummallakin osa-alueella. Korkea työuupumus oli yhteydessä heikompaan itsearvioituun tehtäväsuoriutumiseen, mutta korkeaan kontekstuaaliseen suoriutumiseen. Tulokset osoittivat, että korkea työuupumus/keskimääräinen suoriutuminen -profiili oli epävakaampi kuin muut profiilit, ja siirtymät olivat suotuisampia ensimmäisessä aallossa kuin toisessa aallossa. Lisäksi osa-aikatyöntekijöillä oli suurempi riski siirtyä kohti korkeaa työuupumusta. Kontekstuaalinen suoriutuminen säilyi lähtökohtaisesti korkealla tasolla uupumusoireista huolimatta. Esihenkilöiden tulisi olla tietoisia työntekijöihin kohdistuvista roolin ulkopuolisista suoriutumisodotuksista ja siitä, kuinka työntekijät kokevat nämä odotukset. On myös tärkeää huomata, että työaikajärjestelyt tai sosiaalinen tuki eivät välttämättä ehkäise tai vähennä uupumisoireilua, vaan interventioiden suunnittelussa on huomioitava työn vaatimuksiin ja resursseihin liittyvät erityispiirteet.

Autismikirjon lasten sosiaalinen kommunikaatio ja vuorovaikutus

			
Symp3	KE	16:10	PII

Symposium

Vaikeudet sosiaalisessa kommunikaatiossa ja vuorovaikutuksessa ovat keskeisiä vaikeuksia autismikirjossa. Autismikirjon lasten kommunikaation ja vuorovaikutuksen erityispiirteiden tuntemus eri kehitysvaiheissa lisää mahdollisuuksia tukea heidän toimintakykyään ja hyvinvointia eri toimintaympäristöissä. Tässä symposiumissa esittelemme eri puolilla Suomea toteutettuja tutkimuksia autismikirjon lasten sosiaalisesta kommunikaatiosta ja vuorovaikutuksesta taaperoiästä kouluikään. Symposiumin kahdessa ensimmäisessä puheenvuorossa tarkastellaan autismpiirteisten taaperoiden ja autismikirjon lasten vuorovaikutusta leikki-tilanteissa aikuisen kanssa, tuoden esiin sitä, miten lapsen lähiaikuiset voivat tukea onnistunutta vuorovaikutusta. Elina Husu Tampereen yliopistosta kertoo Katse Taaperoon -hankkeesta toteutetusta vanhempien ohjannasta, joka on suunniteltu toteutettavaksi heti kun on kiinnitetty huomiota lapsen varhaisiin autismikirjon piirteisiin, eli usein jo ennen diagnoosia. Piret Vermilä Helsingin yliopistosta kertoo tutkimuksestaan, jossa on tarkastellut autismikirjon lasten vuorovaikutusta alkuopetuksen leikki-tilanteissa. Anni Kilpiä Itä-Suomen yliopiston PEICAS-hankkeesta tarkastelee puheenvuorossaan autismikirjon lasten onnistuneen vuorovaikutuksen rakentumista, osallistumista ja osallisuutta alakouluikäisten lasten ryhmätyöskentelytilanteissa. Symposiumin lopuksi Soile Loukusa Oulun yliopistosta kokoaa yhteen autismikirjon lasten pragmaattiseen kommunikaatioon, mielenteoriaan ja toiminnanohjaukseen liittyviä tutkimusryhmänsä tuloksia, tarkastellen näitä taitoja eri kyselyjen ja testien pohjalta, mutta myös arviointitilanteessa tapahtuvan kommunikaation laadullisen tarkastelun pohjalta.

Autismikirjon lasten sosiaalinen kommunikaatio ja vuorovaikutus

Symp3	KE	16:10	PII
-------	----	-------	-----

Autismipiirteisten taaperoiden varhainen vanhempainohjanta

Elina Husu, Terhi M. Helminen, Jaakko Nevalainen, Anneli Kylliäinen

Tausta: Autismipiirteisten lasten vanhempien huoli lapsensa kehityksestä herää usein ensimmäisten ikävuosien aikana. Ensimmäiset merkit voivat olla vaikeudet kontaktin saamisessa tai katseen käytön puuttuminen viestinnässä. On tärkeää aloittaa tukitoimet lapsen arkiympäristössä välittömästi huolen herättyä. Tavoitteet: Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia varhaisen vanhemman ohjannan toteutettavuutta ja alustavaa tuloksellisuutta pienillä taaperoikäisillä lapsilla, joilla on tunnistettu autismikirjon piirteitä. Menetelmät: Tutkimus on osa Katse Taaperoon -hanketta, jossa osallistujat rekrytoidaan Pirkanmaalta autismin seulontakyselyn (M-CHAT-R/F) perusteella. Vanhempainohjannan osatutkimukseen osallistui 22 lasta (15–32 kk), joilla oli havaittavissa varhaisia autismipiirteitä (ADOS-2 ≥ 13). Ohjanta koostui 5 tapaamisesta (3 lähi- ja 2 etäkäyntiä) kolmen kuukauden aikana (KA=12 vko, VV=6–18 vko). Ohjannassa tuettiin kasvokkaista vuorovaikutusta ja lapsen katseen käytön motivoimista lapsiystävällisellä tavalla. Toteutettavuutta arviointiin vanhempien palautteella (5-portainen asteikko), vanhempien sitoutumista kuntoutusmenetelmiin havainnoimalla (5-portainen asteikko) ja kuntouttajien yhteneväisyyden lomakkeella (3-portainen asteikko). Tuloksellisuutta mitattiin BOSCC-havainnointimenetelmällä, arvioiden autismikirjon ydinpiirteiden eli sosiaalisen vuorovaikutuksen ja rajoittuneen toistavan käyttäytymisen muutosta. Arviointi tehtiin ohjantaa ennen ja jälkeen videoidusta vanhemman ja lapsen leikkitilanteesta. Muutosta analysoitiin riippuvien otosten Wilcoxon-testillä ja laskemalla luotettavuuden muutosindeksi (RCI). Tulokset: Tulokset osoittivat vanhempainohjauksen olevan hyväksyttävä ja toteutettavissa. Vanhemmat raportoivat olevansa erittäin tyytyväisiä ohjaukseen (KA=4,7; VV=4–5, vastausprosentti 68 %). Kuntouttajien yhteneväisyys oli hyväksyttävä ($\geq 0,85$) ja vanhempien sitoutuminen kuntoutusperiaatteisiin oli keskimäärin hyvää (2. käynnillä MD=3,8; VV=3,0–4,3 ja 5. käynnillä MD=4,2; VV=3,2–4,9). Tulokset osoittivat autismikirjon ydinpiirteiden vähentyvän alku- (MD=40; VV=23–52) ja loppumittauksen (MD=34; VV=9–52) välillä, eron ollessa efektikooltaan keskisuurta ($z=-2,89$; $p=.004$; $r=.44$). Edistyminen oli pieni ja tilastollisesti ei-merkittävä tarkasteltaessa erikseen sosiaalisen kommunikaation muutosta ($z=-1,63$; $p=.104$; $r=.25$). Puolestaan rajoittuneen ja toistavan käyttäytymisen vähentymisen osalta edistyminen oli keskisuurta ($z=-2,68$; $p=.007$; $r=.40$). RCI-analyysi osoitti, että vanhempainohjannan jälkeen 11 lapsella (50 %) oli havaittavissa kliinisesti merkittävä edistyminen, 1 lapsella (5 %) kliinisesti merkittävä heikentyminen ja 10 lapsella (45 %) ei ollut kliinisesti merkittävää muutosta ydinpiirteiden osalta. Johtopäätökset: Lyhyen varhaisen vanhempien ohjauksen alustavat tulokset ovat lupaavia ja korostavat vanhempien tukemisen merkitystä jo ennen virallista diagnoosia, jolloin vanhempien huoli lapsen kehityksestä on tyypillisesti korkea.

Autismikirjon lasten sosiaalinen kommunikaatio ja vuorovaikutus

Symp3	KE	16:10	PII
-------	----	-------	-----

Onnistunut leikkivuorovaikutus alkuopetuksessa autismikirjon lapsilla

Piret Vermilä

Tämän tutkimuksen tehtävänä on tarkastella toiminta-alueittain opiskelevien autismikirjon lasten leikkiä ja leikkivuorovaikutusta alkuopetuksessa. Aineistona on käytetty autenttista leikki-tilanteiden videokuvausaineistoa. Tutkimuksessa tarkastellaan leikin eri muotoja Coplanin ja Rubinin (1998) Preschool Play Behavior Scale-mittarin avulla. Lasten keskinäistä ja lapsen ja aikuisen välistä multimodaalista vuorovaikutusta analysoidaan teoriaohjaavan sisällönanalyysin keinoin. Vuorovaikutuksen sisällönanalyysissä kiinnitetään puheen lisäksi erityisesti huomiota ilmeisiin, eleisiin, kosketuksiin, liikkeisiin, kehon asentoon, tunteiden ilmaisuun, naurahduksiin, intonaatioon ja aloitteiden tekemiseen. Lisäksi tarkastellaan, millaisia leikkialoitteita lapsi tekee, ja kuinka aikuinen vastaa niihin ohjaten lapsen leikkiä. Leikkiä tarkastellaan Piaget'n kehitysteorian, Vygotskyn sosiokulttuurisen teorian, Bornsteinin ekologisen leikkiteorian ja Pellegrinin lokomotorisen leikkiteorian kautta. Tutkimustulosten mukaan perinteisen leikin määritelmien mukaista leikkiä sekä yksinleikkiä oli aineistossa vain vähän. Pellegrinin esittelemä rough-and tumble peuhuleikki puuttui aineistosta kokonaan. Sen sijaan kaikki lapset halusivat olla vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa osoittaen eleillään, ilmeillään ja koko kehollaan nauttivansa vastavuoroisesta vuorovaikutuksesta. Lapset tarvitsivat aikuisen vahvaa tukea ja pedagogista sensitiivisyyttä onnistuakseen leikissä ja säilyttääkseen yhteyden toiseen ihmiseen. Onnistunut vuorovaikutus lapsen ja aikuisen välillä vaati aikuiselta sensitiivistä ohjausta, joka sisältää yhteyden muodostamisen ja ylläpitämisen, lähikehityksen vyöhykkeellä toimimisen, lapsen toiminnan jäljittelyn ja matkimisen ja lapsen sitouttamisen toimintaan. Lisäksi aikuisen on jaettava lapsen kanssa huomio samasta asiasta ja houkuteltava lasta leikkiin hupsuttelun ja huumorin avulla. Tutkimustulokset osoittavat myös, että lasta ohjaavat aikuiset tarvitsevat lisäkoulutusta leikin ohjaamisessa, lasten aloitteiden huomaamisessa ja vastavuoroisen vuorovaikutuksen ylläpitämisessä.

Autismikirjon lasten sosiaalinen kommunikaatio ja vuorovaikutus

Symp3	KE	16:10	PII
-------	----	-------	-----

Autismikirjon oppilaiden ja luokkatoverien vuorovaikutus ryhmätyötilanteissa

Anni Kilpiä, A. Kämäräinen, K. Dindar, K. Pihlainen, E. Herttuainen, E. Kärnä

Yhä useampi autismikirjon oppilas käy kouluaan yleisopetuksessa, jossa sosiaalisen inklusion kannalta keskeistä on oppilaiden keskinäisen vuorovaikutuksen onnistuminen. Vielä on kuitenkin varsin vähän tietoa siitä, miten onnistunut vuorovaikutus muodostuu oppilaiden välille sekä miten oppilaat itse kokevat onnistuneen vuorovaikutuksen ja sen tukemisen. PEICAS-hankkeessa tarkastellaan inklusiivisten oppilasryhmien vuorovaikutusta monimenetelmällisesti: silmänliiketutkimuksen avulla visuaalista tarkkaavaisuutta, keskusteluanalyysin avulla vuorovaikutuksen yksityiskohtaista muotoutumista sekä videoavustettujen huomioiden avulla oppilaiden näkemyksiä onnistuneista vertaisvuorovaikutustilanteista. Hankkeen aineisto koostuu videokameroilla ja silmänliikelaseilla tehdyistä tallenteista 42 ryhmätyötilanteesta yhdeksältä kolmen hengen oppilasryhmältä. Kuudessa ryhmässä yhdellä oppilaalla oli autismikirjon diagnoosi ja/tai autismikirjon piirteitä. Ryhmätyötilanteissa oppilaat tekivät opettajansa ja tutkijoiden suunnittelemaa tehtäviä. Tutkijat näyttivät myös lapsille videoleikkeitä onnistuneista vuorovaikutustilanteista ja keskustelivat näistä tilanteista, onnistuneesta ryhmätyövuorovaikutuksesta ja sen tukemisesta lasten kanssa. Silmänliiketutkimuksessa tulosten perusteella kaikkien ryhmäläisten visuaalinen tarkkaavuus oli hyvin tehtäväsuuntautunutta ja sensitiivistä tehtäväroolille. Oppilaiden keskinäistä vuorovaikutusta tarkastelevissa tutkimuksissa havaittiin, että autismikirjon oppilaan osallistumista ja osallisuutta tukivat työskentely-ympäristötekijät, kuten kynä-paperityöskentely, kirjurina toimiminen ja istumapaikka ryhmän keskimmäisenä sekä erilaisten vuorovaikutusaloitteiden avoin ja kunnioittava huomiointi mahdollisista erimielisyyksistä tai ymmärryksen haasteista huolimatta. Autismikirjon oppilaan osallisuutta ja myönteistä vuorovaikutusta ryhmätyöskentelyssä vahvistivat myös ryhmän sallivuus keskinäisen jakamisen, kuten jaetun leikillisyyden ja huumorin suhteen, sen sijaan, että ryhmä olisi keskittynyt yksinomaan tehtävän suorittamiseen. Autismikirjon oppilaat itse kuvasivat yhteisen tehtävän suorittamista ja ryhmässä viihtymistä tukevan esimerkiksi ryhmien pienuuden ja turvallisuuden, tehtävien rakenteen ja hauskuuden sekä kaikkien ryhmäläisten osallistumisen ja keskittymisen tehtävään. Hankkeen tulosten perusteella oppilaiden keskinäisen vuorovaikutuksen tukemisen on oltava kokonaisvaltaista niin yksilöihin, ympäristöihin kuin yhteisöihin vaikuttamista. Autismikirjon oppilaiden ja luokkatoverien onnistunutta vuorovaikutusta voidaan tukea kaikkien oppilaiden sosiaalisten, ryhmätyö- ja ristiriitojen ratkaisutaitojen harjoittamisella ja ohjaamisella, työskentelyn strukturoinnilla, oppilaiden tarpeiden ja vahvuuksien huomioimisella ryhmiä muodostaessa, erilaisuutta arvostavan ja turvallisen ilmapiirin luomisella sekä yhteenkuuluvuuden ja leikillisyyden vaalimisella.

Autismikirjon lasten sosiaalinen kommunikaatio ja vuorovaikutus

Symp3	KE	16:10	PII
-------	----	-------	-----

Autismikirjon lasten pragmaattiset kommunikaatiotaidot

Soile Loukusa, K.Dindar, L.Mäkinen, I.Gabbatore, A.Kotila, H.Ebeling, E.Leinonen

Olemme tutkineet määrällisiä ja laadullisia menetelmiä yhdistäen 5–10-vuotiaiden autismikirjon lasten ja heidän verrokkiensa pragmaattisia kommunikaatiotaitoja osana Suomen Akatemian rahoittamaa vuosina 2020–2024 toteutettua hanketta. Tämän esityksen tavoitteena on koota yhteen joitakin keskeisiä havaintoja autismikirjoon liittyvästä aineistostamme. Tutkittavien ryhmäkoot vaihtelivat eri analyysien välillä. Lasten pragmaattisen kommunikaation arviointi pohjasi kliinisessä arviointitilanteessa saatuihin Pragma-testin tuloksiin ja vastausten sisältöjen laadulliseen tarkasteluun, Kissatarina-kerrontatestin tuloksiin, tutkimustilanteessa tapahtuvaan pragmaattisen kommunikaation videoaineiston analyysiin sekä vanhempien täyttämän Lasten ja nuorten kommunikointitaitojen kyselyn tuloksiin (CCC-2). Olemme myös tarkastelleet mielen teorian taitojen (väärin uskomusten tehtävät) ja joidenkin toiminnanohjauksen osataitojen (mm. työmuistin) yhteyttä pragmaattiseen kommunikaatioon. Tutkimuksemme tulokset ovat osoittaneet, että autismikirjon lapsilla on huomattavaa vaihtelevuutta pragmaattisen kommunikaation taidoissa. Autismikirjon lapset vastasivat verrokkilapsia useammin virheellisesti Pragma-testin mielen teorian tehtäviin, mutta tuloksemme osoittivat myös samankaltaisuuksia lasten välillä. Autismikirjon lapset ja verrokkilapset muun muassa käyttivät hyvin samankaltaisia vastausstrategioita. Pragma-testiin annettujen virheellisten vastausten analyysi osoitti, että vastatessaan virheellisesti autismikirjon lapset pyrkivät kyllä usein hyödyntämään olemassa olevaa tietoaan, mutta tiedon hyödyntäminen ei ollut kyseisen tilanteen kannalta odotuksen mukaista tai vastaus jäi epätarkaksi. Tutkimustilannevuorovaikutuksen laadullisen tarkastelun avulla saatiin yksityiskohtaista tietoa lapsen taidoista ja haasteista sekä tutkijan toiminnan merkityksestä. Pragmaattisen kommunikaation ja mielen teorian yhteyksiä tarkasteltaessa havaittiin yhteys Kissatarina-kerrontatestin ja väärin uskomusten kysymysten pisteiden välillä autismikirjon lapsilla mutta ei verrokkilapsilla. Vanhempien arvioima sosiaalisen vuorovaikutuksen poikkeaman yhteispistemäärä (SIDC, CCC-2) oli yhteydessä väärin uskomusten tehtävästä suoriutumiseen. Tutkimuksissamme emme havainneet autismikirjon lapsilla yhteyttä toiminnanohjauksen ja pragmaattisten taitojen välillä. Tutkimushankkeemme tulosten mukaan tutkimuksissa on hyvä keskittyä sekä autismikirjoon liittyvien erilaisuuksien että samankaltaisuuksien tarkasteluun.

Kansalliset rekisterit osana mielenterveyden tutkimusta

Symp3 KE 16:10 F3010

Symposium

Suomalaiset rekisterit sisältävät kattavasti tietoa Suomessa asuvien ihmisten hyvinvoinnista, kehityksestä ja yhteiskuntaan osallistumisesta elämänkaaren eri vaiheissa. Kansalliset rekisterit ovat väestönlajuisia ja mahdollistavat muun muassa mielenterveyden häiriöiden tutkimisen erittäin laajoissa tutkimusotoksissa, tehden tutkimusten tuloksista hyvin luotettavia. Suomalaisessa terveydenhuoltojärjestelmässä käynneistä sairaalassa ja erikoishoidon avohoidossa kirjautuu kansalliseen HILMO terveysrekisteriin tieto lääkärien hoitojakson aikana asettamista diagnooseista. Toisaalta myös eri hoitotahoilla kuten työterveyshuollon yrityksillä on omia rekistereitään heidän avohoidon terveystietojensa. Tilastokeskuksen rekisterit taas antavat kattavan kuvan muun muassa ihmisen sosioekonomisesta tilanteesta ja perhesuhteista. Järjestelmiin kirjatut mielenterveyden diagnoosit ovat monilta osin validoituja ja antavat kattavaa ja objektiivista tietoa mielenterveyden häiriöiden epidemiologiasta, riski- ja suojaavista tekijöistä, esiintyvyydestä, hoidon toimivuudesta ja ennusteesta. Tällaisia väestönlajuisia rekistereitä on käytössä vain harvoissa maissa maailmassa ja nämä rekisterit antavat mahdollisuuden maailmalla arvostetun korkealaatuisen tutkimuksen tekemiseen. Toisaalta rekisteritutkimukseen liittyy myös tärkeitä velvoitteita – terveyttä koskevan rekisteritiedon käytössä tulee käyttää erityistä huolellisuutta tietoturva-asioihin liittyen. Lisäksi tietyt mielenterveyden häiriöt vaativat useammin hoitoa kun toiset ja ne tulevat täten kattavammin tunnistettua rekistereistä. Tässä symposiumissa käydään läpi erilaisia tutkimusesimerkkejä terveysrekisterien hyödyntämiseen mielenterveyden tutkimuksessa liittyen. Ensimmäinen esityksistä kuvaa mielenterveyden ylisukupolvista jatkuvuutta koskevia tutkimusasetelmia ja tutkimustuloksia tutkimuksista, missä toisaalta rekisteritietoja vanhemmilta ja lapsilta yhdistetään keskenään ja toisaalta pitkittäisseurantatutkimuksessa kerättyä yksityiskohtaisempaa tutkimustietoa yhdistetään kansallisiin terveysrekisteritietoihin monimenetelmällisen otteen täten mahdollistuen. Toinen esitys puolestaan käsittelee työterveyshuollon asiakaskäyntirekisterien tietojen hyödyntämistä mielenterveyspalvelujen käyttöä ja niihin liittyviä taustatekijöitä kuvattaessa. Kolmas esityksistä taas kuvaa kuinka koulumenestyksen ja mielenterveyden välisiä moniulotteisia yhteyksiä voidaan tarkastella erilaisten rekisterien avulla.

Kansalliset rekisterit osana mielenterveyden tutkimusta

Symp3 KE 16:10 F3010

Mielenterveyden ylisukupolvisuus

Marius Lahti-Pulkkinen

Laaja tutkimusnäyttö osoittaa vanhempien mielenterveysongelmien olevan lapsen mielenterveysongelmien keskeinen riskitekijä, joskin monet tutkimukset ovat käyttäneet vanhempien raporttoimia oirekyselyitä sekä vanhempien että lapsen mielenterveydestä. Tällöin tulokset voivat vääristyä vanhemman oman mielenterveyden vaikuttaessa mahdollisesti hänen arvioihin lapsensa hyvinvoinnista. On myös epäselvää, onko näissä ylisukupolvisissa yhteyksissä kehityksellisiä herkkyyksia eli vaikuttaako se, missä vaiheessa lapsen kehitystä vanhemmilla on mielenterveysongelmia. Ei myöskään ole varmaa, onko äidin tai isän mielenterveydellä voimakkaammat yhteydet lapsen mielenterveyteen. Tutkimme mielenterveyden ylisukupolvista jatkuvuutta ja jatkuvuuden kehityksellisiä herkkyyksia käyttäen kansallisia terveysrekistereitä ja suoraan tutkimuksessa kerättyä tietoa kahdessa tutkimuskohortissa: PREDO-kohorttitutkimuksessa, joka koostuu 4774 äidistä, heidän vuosina 2006-2010 syntyneistä lapsistaan sekä osasta äitien puolisoita sekä NORDCAP-rekisteritutkimuksessa, joka koostuu kaikista 1.7 miljoonasta Suomessa 1987-2016 syntyneistä lapsista ja heidän vanhemmistaan. PREDO-kohortissa äidin mielenterveyttä on kartoitettu kyselytutkimuksin raskausaikana, ja lapsen vauvaiällä, varhaislapsuudessa ja myöhäislapsuudessa, isän mielenterveyttä lapsen vauvaiällä ja lapsen mielenterveyttä 1-5 ja 7-12 vuoden ikävaiheissa. Olemme myös tunnistaneeet väestönlajuisesta HILMO-terveysrekisteristä vanhempien ja lasten elämänaikaiset sairaalahoitoa tai erikoissairaanhoidon avohoitoa vaatineet mielenterveyden häiriöt. NORDCAP-rekisteritutkimus puolestaan sisältää väestönlajuisesta tietoa mielenterveyden häiriöiden diagnooseista HILMO-rekisteristä molempien huoltajien ja lasten koko elämän osalta. PREDO-kohortin tutkimustulokset osoittavat äidin raskaudenaikaisten psykiatristen oireiden ja elämänaikaisten mielenterveyden häiriöiden selkeät ylisukupolviset yhteydet lapsen psykiatristen oireiden ja mielenterveyden häiriöiden kohonneeseen riskiin. Äidin korkeammat koetut positiiviset emotiot odotusaikana olivat puolestaan yhteydessä lapsen matalampaan psykopatologian riskiin. Isän mielenterveysongelmat olivat myös yhteydessä lapsen kohonneeseen psykopatologiariskiin, mutta eivät yhtä voimakkaasti kuin äidin psykopatologia. Äidin raskaudenajan mielenterveyden yhteydet lapsen mielenterveysongelmiin olivat riippumattomia äidin mielenterveydestä ennen ja jälkeen raskautta. Meneillään olevassa NORDCAP-rekisteritutkimuksessa voimme puolestaan tutkia luotettavasti kehityksellisiä herkkyyksiajaksoja vanhempien ja lasten mielenterveyden häiriöiden välisille yhteyksille ja vertailla äidin ja isän mielenterveyden häiriöitä lapsen mielenterveyden häiriöiden riskitekijöinä. Laajoissa tutkimusotoksissamme voimme tutkia mielenterveyden häiriöiden ylisukupolvisia riskitekijöitä eri tietolähteitä yhdistäen. Tutkimuksemme antavat tärkeää ja luotettavaa tietoa mielenterveyden ylisukupolvisuudesta.

Kansalliset rekisterit osana mielenterveyden tutkimusta

Symp3 KE 16:10 F3010

Työterveyshuolto ratkaisuna työelämän mielenterveysongelmiin

Sanna Selinheimo

Johdanto: Mielenterveysongelmat muodostavat merkittävän työkyvyttömyyden riskitekijän sekä Suomessa että kansainvälisesti. Suomessa on ainutlaatuinen lainsäädäntö, joka velvoittaa työnantajat järjestämään ennaltaehkäisevää työterveyshuoltoa. Mielenterveysongelmiin perustuvan työkyvyttömyyden kasvaessa, työterveyshuollot ovat enenevässä määrin kehittäneet muita palveluita, kuten lyhyitä psykoterapioita, tukemaan työntekijöiden työkykyä. Kuitenkin on vähän näyttöä siitä, miten tuloksellisia nämä palvelut ovat mielenterveysperusteisen työkyvyttömyyden hallinnassa tai miten niiden käyttö ja tuloksellisuus jakautuvat eri työntekijäryhmien kesken. Koska työterveyshuollon järjestämisessä on kansainvälisiä eroja ja näyttö koskee spesifisiä tapoja toteuttaa esimerkiksi psykoterapiaa, on kansainvälisten tutkimustulosten vertailu Suomen työterveyshuoltojärjestelmään haastavaa. Lisäksi avohoidon hoitoilmoitusrekisteri on työterveyshuollon osalta puutteellinen, joka on vaikeuttanut kattavaa rekistereihin perustuvan tutkimuksen tekemistä. Tavoitteet: Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää työterveyspalveluiden käyttöä mielenterveyssyistä eri työntekijäryhmissä ja selvittää, miten palveluiden käyttö vaikuttaa sairauspoissaolojen kehitykseen. Menetelmät: Aineistona käytämme Terveystalo Oy:n työterveyshuollon käyntirekisteriä vuosilta 2017–2022. Rekisteri sisältää tiedot työterveyshuollon ammattihenkilöiden ja asiantuntijoiden käynneistä (sekä lakisääteiset että sairaanhoidon käynnit, mukaan lukien lyhytpsykoterapia), käyntien ajankohdan, niihin liittyvän diagnoosin ja sairauspoissaolot. Aineistoon on liitetty asiakkaiden taustatiedot ja seurantatiedot vuosilta 2012–2022 Kelan (mielenterveysperusteiset sairauspäivärahat), Eläketurvakeskuksen (työkyvyttömyyseläkkeet) ja Tilastokeskuksen (sosiodemografiset ja -ekonomiset tiedot) rekistereistä. Analyysissä hyödynnämme sekvenssianalyysiä ja regressiomalleja selvittääksemme, ovatko työntekijän taustatekijät yhteydessä työterveyspalveluiden käyttöön ja niiden tuloksellisuuteen. Odotetut tulokset: Kuvaamme esityksessä työterveyshuollon palvelumuotojen (työterveyspsykologin käynnit, lyhytpsykoterapia) toteutumista työntekijäryhmittäin sekä palveluiden käytön ja mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen muutoksen välisiä yhteyksiä. Johtopäätökset: Tutkimus auttaa tunnistamaan, millaisia työntekijöiden taustaan liittyviä tekijöitä on yhteydessä mielenterveyden tukimuotojen käyttöön työterveyshuollossa sekä työntekijöiden mielenterveysperustaisen työkyvyttömyyden varhaiseen kehittymiseen. Näin voidaan tukea työterveyshuoltojärjestelmän kehittämistä tunnistamalla sellaisia riskiryhmiä, joita työterveyshuollon palvelut eivät toistaiseksi tavoita.

Kansalliset rekisterit osana mielenterveyden tutkimusta

Symp3 KE 16:10 F3010

Koulumenestys ja mielenterveys

Christian Hakulinen

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että koulumenestyksen ja mielenterveyden välinen yhteys on moniulotteinen – siinä missä huono koulumenestys on yhdistetty lisääntyneeseen riskiin sairastua mielenterveyden häiriöihin, lapsuudessa tai varhaisnuoruudessa alkavat mielenterveyden häiriöt on yhdistetty alhaisempaan keskimääräiseen koulumenestykseen. On myös jonkin verran havaintoja siitä, että vanhempien mielenterveyden ongelmat ovat yhteydessä nuorten heikompaan koulumenestykseen, vaikkakin laajoja tutkimuksia aiheesta ei toistaiseksi ole tehty. Tässä tutkimushankkeessa tarkastelemme kuinka koulumenestys peruskoulussa ja lukiossa on yhteydessä myöhempään riskiin sairastua mielenterveyden häiriöihin ja toisaalta kuinka vanhempien mielenterveyden häiriöt ovat yhteydessä lasten koulumenestykseen. Tutkimus perustuu suomalaisista rekistereistä muodostettuihin syntymäkohortteihin, pääasiassa Suomessa vuosien 1980 ja 2000 välillä syntyneisiin henkilöihin joilta löytyy kattavat tiedot sekä peruskoulun päättötodistuksesta että ylioppilaskirjoitusten arvosanoista. Tiedot mielenterveyden häiriöistä saadaan terveydenhuollon hoitoilmoitusrekisteristä (Hilmo) sekä avohoidon hoitoilmoitusrekisteristä (Avohilmo). Tutkimushankkeen tulokset osoittavat että huono koulumenestys sekä peruskoulussa että lukiossa on yhteydessä suurempaan mielenterveyshäiriöiden riskiin. Esimerkiksi nuoret, joilla oli keskivertoa selvästi heikompi koulumenestys peruskoulussa, saivat lähes 40 prosentin todennäköisyydellä jonkin mielenterveyden häiriön diagnoosin varhaisaikuisuuden aikana. Vastaavasti heillä, joiden koulumenestys peruskoulussa oli keskimääräistä parempi, mielenterveyden häiriön todennäköisyys oli huomattavasti matalampi, 16 prosenttia. Ainoan poikkeuksen muodostivat syömishäiriöt, joiden kohdalla suurempaan sairastumisriskiin liittyi keskivertoa parempi koulumenestys peruskoulussa. Esityksessä kuvaamme myös kuinka vanhempien mielenterveyden häiriöt ovat yhteydessä nuorten koulumenestykseen ja pohdimme minkälaiset mekanismit voivat selittää koulumenestyksen ja mielenterveyden välisiä moniulotteisia yhteyksiä.

Minuus vuorovaikutuksessa

Symp3	KE	16:10	SL
-------	----	-------	----

Symposium

Minuutta voidaan tarkastella paitsi pysyvänä yksilön ominaisuutena, myös vuorovaikutuksessa jatkuvasti määriteltävänä ja vahvistettavana, tilanteisena ilmiönä (esim. Goffman 1955). Minuutta tuodaan vuorovaikutuksessa esiin esimerkiksi itseä koskevien arvioiden muodossa: vuorovaikutukseen osallistuja voi kuvailla ominaisuuksiaan toiselle tavoitteenaan saada niille vahvistusta tai toisaalta vuorovaikutuskumppanin näkökulman siihen, millainen ihminen puhuja on. Nämä arkipäivässä toistuvat tilanteet muokkaavat samalla myös yksilön pysyvää minuutta ja sitä, millaisena hän näkee itsensä ikään kuin toisten silmin (Mead 1934). Tässä symposiumissa tarkastelemme tilanteisen minuuden muodostumista sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Esitelmät nojaavat suurelta osin keskusteluanalyttiseen perinteeseen, jossa tutkimuksen kohteena on puhe toimintana ja yhteisymmärryksen rakentuminen (Sidnell & Stivers 2012). Keskusteluanalyysi poikkeaa tavanomaisesta psykologisesta tutkimuksesta siinä, että se ei tarkastele niinkään yksilön sisäisiä prosesseja, vaan vuorovaikutuksessa jaettua, ”julkista” tasoa. Keskusteluanalyysillä on kuitenkin annettavaa psykologisten ilmiöiden tutkimukselle, sillä se tarjoaa näkökulman yksilön kokemuksesta ja minuutta muokkaavien ihmisten välisten prosessien tutkimukseen. Symposiumin esitelmissä käsitellään videonauhoitetun tutkimusaineiston analyysin perusteella tilanteita, joissa tutkimukseen osallistuvat henkilöt kertovat jotain itsestään. Esitelmät käsittelevät näiden minäkuvausten muotoa, niiden vuorovaikutuskumppanille asettamia odotuksia sekä tapoja, joilla vuorovaikutuskumppanit vastaavat minäkuvauksiin esimerkiksi vahvistamalla henkilön esittämää minuutta tai tarjoamalla siihen vaihtoehtoisen näkökulman. Näiden empiiristen analyysien kautta ryhmässä keskustellaan siitä, mitä minuus on vuorovaikutuksellisenä ilmiönä ja miten sosiaalinen vuorovaikutus muokkaa yksilön kokemuksesta itsestään. Symposium koostuu neljästä esitelmästä. Henri Nevalaisen esitelmä käsittelee uhan kokemista vuorovaikutuksessa ja siitä kertomista. Mariel Wuolio puhuu minuuden kokemisesta sosiaalisissa tilanteissa ulkopuolelle jäämistä käsittelevien kertomusten yhteydessä. Teija Ahopelto käsittelee minuuden haavoittuvuutta rekrytointihaastattelussa, ja Liisa Voutilainen asiakkaan itsekritiikkiä ja siihen vastaamista uraohjauksessa. Lähteet: Goffman, E. (1955). On face-work: An analysis of ritual elements in social interaction. *Psychiatry*, 18 (3), 213–231. Mead, G. (1934). *Mind, Self, and Society from the Standpoint of Social Behaviorist*. The University of Chicago Press. Sidnell, J. & Stivers, T. & (eds.) (2012). *Handbook on Conversation analysis*. Wiley-Blackwell.

Minuus vuorovaikutuksessa

Symp3	KE	16:10	SL
-------	----	-------	----

Uhkaavista vuorovaikutustilanteista kertominen

Henri Nevalainen

Henkilökohtaiset ja sosiaaliset identiteetit uhkaavista vuorovaikutustilanteista kertomisen välineinä. Ongelmalliset vuorovaikutustilanteet viittaavat tilanteisiin, joissa vuorovaikutuksella on epätydyttäviä tai ahdistavia seurauksia, jotka voivat jäädä häiritsemään henkilöä myös tapahtuman jälkeen. Yksi ongelmallisten vuorovaikutustilanteiden tyyppi on tilanteet, joissa henkilö on kokenut olonsa jollain tapaa uhatuksi. Uhan kokemuksen määritelmässä keskiössä on usein kokemuksen potentiaalisuus ja tulevaisuuteen suuntautuneisuus. Potentiaalisen vahingon ei siis välttämättä tarvitse konkretisoitua uhan kokemuksen syntymiseksi, mutta sillä voi silti olla monenlaisia seurauksia niin itse tilanteessa kuin myös sen jälkeen. Sen lisäksi, että voimme olla huolissamme esimerkiksi hengestämme ja terveydestämme, voimme kokea olomme uhatuksi myös hyvin arkipäiväisissä tilanteissa. Esimerkiksi Erving Goffmanin mukaan kasvojen menettämisen uhka – uhka vähätellyksi tai nöyryytetyksi tulemisesta – on keskeinen huoli jokaisessa sosiaalisessa kohtaamisessa. Uhkaavista vuorovaikutustilanteista olisi tärkeää pystyä kertomaan eteenpäin – ensinnäkin siksi, että kokemuksesta toiselle kertominen tarjoaa jo itsessään psyykkistä helpotusta, ja toiseksi, tilanteesta raportointi mahdollistaa sen, että kolmas osapuoli voisi puuttua siihen. Kuitenkin johtuen siitä, että uhan kokemus liittyy usein pikemminkin potentiaaliseen, kuin jo tapahtuneeseen konkreettiseen vahinkoon, uhkaavasta tilanteesta kertominen voi olla hyvin haastavaa. Tämä asettaa kertojan haastavaan tilanteeseen, sillä uhkaavan tilanteen raportointi saattaa vaatia tarinankerronnassa abstrakteja ja yleisiä kuvauksia, mikä voi siirtää huomion pois uhan henkilökohtaisesta merkityksestä. Samanaikaisesti keskittyminen henkilökohtaiseen kerrontaan voi siirtää huomiota pois kokemuksen systemaattisuudesta. Esityksessä käsitellään sitä, miten seksismin ja eri asiantuntijuuden alojen välisten tietohierarkioiden intersektio aiheuttaa uhkaavia kokemuksia yksilöille, ja sitä, millaisia haasteita näistä kokemuksista kertomiseen voi liittyä. Esitys pohjautuu temaattisiin yksilöhaastatteluihin (n = 11), joissa keskityttiin tietystä korkeakoulu yhteisössä koettuun syrjintään. Tutkimuksessa sovelletaan sekä keskusteluanalyttisiä että diskurssianalyttisiä metodologisia työkaluja. Erityisesti esityksessä tarkastellaan sitä, miten kertoja tasapainottelee kertomuksessaan sosiaalisten identiteettien ja henkilökohtaisen identiteetin välillä pyrkiessään kertomaan tarinan henkilökohtaisesti omaa toimintaa tai hyvinvointia rajoittavana ja samanaikaisesti jollain tapaa systemaattisena ongelmallisena kohteluna.

Minuus vuorovaikutuksessa

			
Symp3	KE	16:10	SL

Minuus ja kertomukset ulkopuolelle jäämisestä

 Mariel Wuolio

Minuus ja kertomukset ulkopuolelle jäämisestä Sosiologi Erving Goffmanin mukaan sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyy aina joko tiedostettu tai tiedostamaton minuuden esittäminen. Esitetty minuus asettuu evaluatiiviseen perspektiiviin: pyrimme yleensä esittämään ”positiivista” minuutta, mutta uhkana on että minuutemme ilmenee toisille tai itsellemme ”negatiivisena”, heikkona, huonona tai pahana. Esitelmässä tarkastelemme minuuden esittämisen keinoja tarinoiden kerronnassa. Kokeellisessa ympäristössä kerätyssä aineistossamme osallistujat (n=73) kertovat omassa elämässään tapahtuneista tilanteissa, joissa he ovat jääneet ulkopuolelle sosiaalisesta ryhmästä, johon he olisivat halunneet kuulua. Bambergin (2011) narratiiviseen metodiikkaan tukeutuen tarkastelemme muodostuvaa minuutta sekä tarinan maailmassa (minuutta, joka rakentuu niiden tapahtumien kautta joita tarina kuvaa) että tarinankerrontatilanteessa (minuutta, joka rakentuu sen kautta, miten tarina kerrotaan). Ulkopuolelle jäämisestä kertominen on minuutta uhkaava asia. Alustavan kvalitatiivisen analyysi perusteella esitämme kaksi minuutta suojelevaa kerrontastrategiaa. Yhdessä strategiassa kertoja vähättelee ulkopuolelle jäämisen kokemusta ja korostaa, kuinka ulkopuolelle jääminen on hänen oma valintansa ja itse asiassa johtuu hänen omasta korkeasta statuksestaan. Toisen ääripään strategiassa kertoja kuvaa ulkopuolelle jäämisen herättämiä tuskallisia tunteita ja ilmentää näin minuuden avoimuutta ja haavoittuvuutta. Tarkempi analyysi kuitenkin osoittaa, että tässäkin strategiassa ilmenee hienovaraisia minuuden suojelemisen muotoja, joissa ulkopuolelle jääminen ei lopulta johdukaan kertojan henkilökohtaisista ominaisuuksista vaan epäsuotuisista olosuhteista. Esitelmän lopussa pohdimme persoonallisuuden narsistisen ulottuvuuden yhteyttä kerronnassa esitettävään minuuteen.

Minuus vuorovaikutuksessa

Symp3	KE	16:10	SL
-------	----	-------	----

Persoonallisuuden haavoittuvuus rekrytointihaastatteluissa

Teija Ahopelto, Melisa Stevanovic, Johanna Ruusuvuori ja Sanni Tiitinen

Persoonallisuuden haavoittuvuus rekrytointihaastatteluissa Rekrytointihaastatteluissa enenevässä määrin käytetään persoonallisuustestejä, joiden avulla arvioidaan työnhakijoiden osaamisen ja kokemuksen rinnalla persoonallisuutta ja sen soveltuvuutta haettavaan työtehtävään ja rekrytoivaan tiimiin. Toisen ihmisen arviointi on kuitenkin vuorovaikutuksen näkökulmasta sensitiivistä toimintaa linkittyen vahvasti keskustelijoiden tiedolliseen pääsyyn ja oikeuksiin tietää työnhakijan persoonallisuudesta. Esitelmässämme paneudumme arvioinnin tematiikkaan tarkastelemalla vuorovaikutustilanteita, joissa rekrytointikonsultti haastaa työnhakijan itsensä kertomaa persoonallisuuden piirrettä vuorovaikutuksesta saamansa kuvan perusteella. Kysymme, miten työnhakijat selviytyvät, kun heidän itsensä kuvaama persoonallisuuden piirre ei rekrytointikonsultin mukaan näy meneillään olevassa vuorovaikutustilanteessa. Aineistomme koostuu aidoista, videoiduista rekrytointihaastatteluista (N:21), joita olemme analysoineet keskustelunanalyttisellä tutkimusotteella. Käyttämällä vuorovaikutustilannetta haastamisen resurssina, rekrytointikonsultit paljastavat, etteivät ole vain keskittyneet vuorovaikutustilanteeseen sen omilla ehdoilla, vaan tarkkailleet työnhakijan persoonallisuuden näkymistä tilanteisessa vuorovaikutuksessa. Samalla työnhakija tulee tietoiseksi, kuinka hän näyttäytyy toisen silmissä ja, että antamansa persoonallisuuden kuvauksessa ja rekrytointikonsultille näkyvässä käytöksessä on epäjohtamukaisuuksia. Esimerkkiemme kautta tulee näkyväksi, kuinka työnhakijat pyrkivät ylläpitämään koherenttia kuvaa persoonallisuudestaan ja kuinka haavoittuvainen hakijan oma näkemys persoonallisuudesta lopulta on. Esitelmässämme pohdimme myös, miten rekrytointihaastatteluja tulisi kehittää, jotta työnhakijan arviointi olisi yhtäältä vertailukelpoista toisiin hakijoihin nähden ja toisaalta kuvaisi persoonallisuuden soveltuvuutta työtehtävään ja tiimiin mahdollisimman todenmukaisesti. Lähteet: Goffman, Erving. (1957). Alienation from the interaction. Human Relations 1957. Sacks, H. (1992). Lectures on conversation Volume I and II. Cambridge. Blackwell Publishers. Mead, George. (1934). Mind, Self, and Society from the Standpoint of Social Behaviorist. Works of George Herbert Mead, vol. 1. Edited and with an introduction by Charles W. Morris. Chicago: The University of Chicago Press.

Minuus vuorovaikutuksessa

			
Symp3	KE	16:10	SL

Asiakkaan itsekritiikki uraohjauksessa

Liisa Voutilainen ja Sanna Vehviläinen

Asiakkaan itsekritiikki uraohjauksessa Esitelmä käsittelee asiakkaan itsekriittisiä puheenvuoroja uraohjauksen kontekstissa. Ohjauksessa periaatteena on asiakkaan toimijuuden tukeminen (Vehviläinen 2014). Käytännön työssä ohjaaja kohtaa kuitenkin usein ”supportiivisuuden dilemman” suhteessa asiakkaan puheeseen. Mitä tehdä, kun asiakas ilmaisee heikkoa toimijuutta esimerkiksi valittamalla olosuhteista tai itsestään? Asiakkaan valitus tekee vuorovaikutuksellisesti relevantiksi supportiivisen vastauksen, mutta onko supportiivisuus asiakkaan toimijuutta tukevaa vai onko se ”paremmin tietämistä”? Tässä esitelmässä käsittelemme supportiivisuuden dilemmaa asiakkaan itsekritiikin yhteydessä uraohjauksessa. Tutkimusmenetelmämme on keskustelunanalyysi ja aineistona videonauhoitettuja ohjauskeskusteluja. Lähestymme itsekritiikkiin liittyvää vuorovaikutusta Goffmanin (1955) kasvotyön käsitteen kautta. Yleisesti samanmielisyys on odotuksenmukaista vuorovaikutuksessa: samanmielinen vastaus tuotetaan viivyttämättä ja ilman hankaluuden ilmauksia. Itsekritiikki on tästä poikkeus: odotuksenmukainen vastaus on erimielisyys (Pomerantz 1984). Esitelmässämme kysymme, miten tähän erimielisyyden preferenssiin orientoidutaan uraohjauksessa. Aineistossamme itsekritiikki liittyy asiakkaan kokemaan ristiriitaan, esimerkiksi tavoitteiden ja minäkuvan välillä. Ohjaaja voi vastata asiakkaan itsekritiikkiin uudelleenkehystämällä kritiikin tavalla, joka implikoi erimielisyyttä, tai kuuntelemalla empaattisesti asiakasta. Empaattinen kuuntelu näyttäisi tekevän relevantiksi asiakkaan kasvotyön, jonka puolestaan voi nähdä toimijuuden vahvistumisena. Ohjaaja voi myös ilmaista erimielisyyttä itsekritiikin kanssa myöhemmässä vuorossa. Empaattinen kuuntelu ja asiakkaan kokonaistilanteen hahmottaminen voi tarkoittaa preferoidusta vastauksesta (erimielisyys) pidättäytymistä, mikä vaatii ohjaajalta vuorovaikutuksellista sensitiivisyyttä esimerkiksi nonverbaalien ilmaisujen kautta. Pohdimme analyysimme tuloksia suhteessa toimijuuden ja positiivisen minäkuvan vahvistamisen teemoihin. Lähteet: Goffman, E. (1955). On face-work: An analysis of ritual elements in social interaction. *Psychiatry*, 18 (3), 213–231. Pomerantz, A. (1984). Agreeing and Disagreeing with Assessments: Some Features of Preferred/Dispreferred Turn Shapes. In M. Atkinson, & J. Heritage (toim.), *Structures of Social Action: Studies in Conversation Analysis*. CUP. Vehviläinen, S. (2014). Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Gaudeamus.

Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia

			
Symp3	KE	16:10	PIII

Symposium

Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia: teoreettisia lähtökohtia, käytännön sovelluksia ja empiiristä tutkimusta Kaunokirjallisuudesta ja kirjoittamisesta on kiinnostuttu yhä enemmän psykologian alan tutkimuksessa. Kirjoittamisen terveysvaikutuksista on kertynyt laaja psykologinen ja lääketieteellinen tutkimuskirjallisuus, ja myös kaunokirjallisuuden lukemisen yhteyttä sosiaaliseen kognitioon ja maailmankuvaan tutkitaan aktiivisesti. Tuore psykologinen tutkimus tukee tapoja, joilla kaunokirjallisuutta ja kirjoittamista on käytetty jo pitkään työvälineinä terapeutisessa vuorovaikutuksessa, lääketieteen opetuksessa ja terveysalojen ammattilaisten jatkokoulutuksessa. Symposiumi esittelee kaksi alaa, joilla kaunokirjallisuutta ja kirjoittamista käytetään ymmärtämään yksilön kokemuksia. Narratiivisessa lääketieteessä kaunokirjallisia menetelmiä käytetään lääkäreiden, psykologien ja muiden terveysalojen ammattilaisten ammatillisen osaamisen kehittämiseen. Kirjallisuusterapiassa kaunokirjallista aineistoa ja itse tuotettua tekstiä hyödynnetään terapeutisessa vuorovaikutusprosessissa. Symposiumissa perehdytään narratiivisen lääketieteen ja kirjallisuusterapian teoreettisiin lähtökohtiin, käytännön sovelluksiin ja esitellään niitä koskevaa tuoretta empiiristä tutkimusta.

Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia

Symp3	KE	16:10	PIII
-------	----	-------	------

Narratiivinen lääketiede ja potilaskeskeinen terveydenhuolto

Jussi Valtonen

Narratiivinen lääketiede on lähestymistapa, jossa kaunokirjallisuutta ja kirjoittamista sovelletaan terveydenhuoltoon. Terveydenhuollon ammattilaiset kuuntelevat ihmisten tarinoita työkseen, minkä vuoksi taito kuunnella ja tulkita kertomuksia on klinikalle olennainen. Taidot, joita tarvitaan kaunokirjallisuuden lähilukemisessa – tarkassa huomion keskittämisessä tekstin kieleen, kerronnallisiin ja poeettisiin rakenteisiin – ovat verrattavissa niihin, joita tarvitaan potilaan kuuntelemisessa (Charon ym., 2017). Kirjoittamalla puolestaan saa omiin kokemuksiinsa yhdistelmän etäisyyttä ja intiimiyttä, mistä on kokeellisten psykologisten tutkimustulosten mukaan apua kokemusten käsittelemisessä (Pennebaker & Chung, 2011). Lisäksi koska kaunokirjallisin keinoin voi tarkastella yksilön kokemuksia subjektiivisesti ja kokemuksellisesti, ne tavoittavat ymmärtämisen tavan, joka täydentää luonnontieteellistä tietoa ihmisestä ja pääsee käsiksi perustaviin kysymyksiin siitä, mitä ihmisenä oleminen on. Ryhmätyöskentelystä kertomusten parissa on narratiivisessa lääketieteessä tullut kansainvälisesti vakiintunut menetelmä, jolla täydennetään terveydenhuollon koulutusta ja työnohjausta ja jolla voidaan tutkitusti vaikuttaa terveysalan ammattilaisten asenteisiin ja taitoihin (Milota ym., 2019). Työskentelyn kertomusten parissa katsotaan mm. ehkäisevän kyynistymistä, auttavan myötätuntoisen suhteen säilyttämisessä asiakkaisiin ja auttavan suhteuttamaan luonnontieteellistä tietoa yksilökohtaisiin ja kokemuksellisiin näkökulmiin (Charon ym., 2017; Lewis, 2011; Milota ym., 2019). Empiirisen biolääketieteellisen ja psykologisen tutkimuksen mukaan kerronnallisten taitojen harjoittaminen näyttäisi olevan myös henkisellet ja somaattiselle terveydelle edullista (Spiegel, 1999). Esitys johdattaa narratiivisen lääketieteen perusteisiin psykologisen ja lääketieteellisen tutkimuksen valossa. Esityksessä kerrotaan myös kokemuksista lähestymistavan soveltamisesta Suomessa sosiaali- ja terveysalojen ammattilaisille ja lääketieteen opiskelijoille järjestetyillä kursseilla kolmen viime vuoden aikana. Esitys avaa mahdollisuuden pohtia lähestymistavan soveltamista myös psykologian alan tutkimukseen, koulutukseen ja ammattikäytäntöihin. Charon, R., ym. (2017): *The Principles and practice of narrative medicine*. New York: Oxford University Press. Lewis, B. E. (2011). Narrative medicine and healthcare reform. *Journal of Medical Humanities*, 32, 9–20. Milota, M. M., van Thiel, G. J. M. W., & van Delden, J. J. M. (2019). Narrative medicine as a medical education tool: A systematic review. *Medical Teacher*, 41(7), 802–810. Pennebaker, J. W. & Chung, C. K. (2011). Expressive writing: Connections to physical and mental health. Teoksessa H.S. Friedman (toim.): *The Oxford handbook of health psychology* (s. 417–37). New York: Oxford University Press. Spiegel, D. (1999). Healing words: Emotional expression and disease outcome. *JAMA*, 281, 1328–9.

Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia

Symp3	KE	16:10	PIII
-------	----	-------	------

Narratiivisen lääketieteen kurssin koetut vaikutukset ja ammatillinen merkitys

Elina Renko

Narratiivisessa lääketieteessä ajatellaan, että kaunokirjallisuus ja kirjoittaminen täydentävät sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten osaamista ja auttavat heitä ymmärtämään yksilön kokemusta. Sote-alan ammattilaiset kuuntelevat ihmisten tarinoita työkseen, joten heidän on tärkeää ymmärtää, miten tarinat toimivat ja miten niitä voi tulkita. Tämän tutkimuksen tavoitteena on täydentää psykologian alalla tehdyn lukemisen ja kirjoittamisen tutkimuksen tuloksia laadullisella ymmärryksellä siitä, millaisia koettuja vaikutuksia ja ammatillisia merkityksiä ryhmässä tapahtuvalla kaunokirjallisuuden lähilukemisella, luettuun pohjautuvalla kirjoittamisella ja yhteisellä keskustelulla voi olla. Järjestimme 7 viikon mittaisen kurssin, jossa keskityttiin kaunokirjallisuuden ja runouden lähilukemiseen, reflektiiviseen kirjoittamiseen ja jonka tavoitteena oli edistää sote-ammattilaisten kerronnallista osaamista. Tutkimme (1) Miten osallistujat kokivat kurssin vaikuttaneen heihin? (2) Miten osallistujat kokivat kertomuksellisen osaamisen merkityksen työssään? Keräsimme kurssille osallistuneiden ammattilaisten puolistrukturoiduista yksilöhaastatteluista (n=14) koostuvan tutkimusaineiston. Analysoimme yksilöhaastattelut käyttäen mm. terveystieteiden psykologian alalla yleisesti käytettyä refleksiivistä temaattista analyysia, jota on hyödynnetty erityisesti terveystieteiden psykologian alalla. Jäsensimme tutkimuskysymyksille relevantin aineiston haastatteluista teemoiksi, analysoimme kokonaisuuksiksi keskeisen järjestävän ydinajatuksen ympärille. Muodostimme analyysiprosessin tuloksena viisi teemaa. Ensimmäisen teeman ytimen muodosti (1) järjeistämistä pakeneva ja arkiset rutiinit ylittävä taianomaisuuden kokemus, jota osallistujien oli vaikea pukea sanoiksi. Haastateltavat käyttivät kuvailevaa kieltä ja metaforia, joilla he sanoittivat odottamattomia tapoja kokea ja nähdä totuttuja asioita uudessa valossa. Neljä muuta teemaa jäsentyivät sen ympärille, mitä osallistujat kokivat saaneensa kurssilta. Kurssin koettiin (2) lisänneen armollisuutta itseä kohtaan ammattilaisena, (3) vahvistaneen kuuntelun, omien kokemusten sanoittamisen ja niistä kertomisen konkreettisia taitoja, (4) lähentäneen asiakassuhteita sekä (5) herättäneen ammatillista ja eksistentiaalista minää koskevia pohdintoja, joiden katsottiin nostattaneen paradoksaalisia oivalluksia oman työn luonteesta ja sen suhteesta inhimillisyyden ja potilaskeskeisyyden ihanteisiin. Kurssin koetut vaikutukset ja kerronnallisten taitojen ammatillinen merkitys kytkeytyivät eettiseen ja ammatilliseen itsereflektioon, koettuun asiakassuhteiden syventymiseen, ammatillisten ja henkilökohtaisten identiteettien tarkasteluun uudessa valossa sekä uuteen oman työn kuvan ja -etiikan arviointiin. Tulokset kuvaavat, miten kaunokirjallisuus ja kirjoittaminen voivat toimia keinoina ammatillisen itsereflektion ja kasvun edistämässä sosiaali- ja terveysaloilla.

Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia

Symp3	KE	16:10	PIII
-------	----	-------	------

Kirjallisuusterapeuttinen mielisairaalamuisto-työpaja

Karoliina Maanmieli

Tässä esitelmässä käsittelen ekspressiivisen kirjallisuusterapian mahdollisuuksia sote-alan henkilökunnan koulutuksessa tai työnohjauksessa. Käytän esimerkkinä järjestämiäni mielisairaalamuistotyöpajoja. Kirjallisuusterapeuttisia menetelmiä käytetään hoidon ja kuntoutuksen monissa asiakasryhmissä sekä kasvuryhmissä. Yleisimmin keskustelujen ja kirjoitustehtävien pohjana käytetään runoja ja kaunokirjallisia tekstejä, mutta yhtä lailla on mahdollista käyttää kuvia, liikettä tai musiikkia. Kirjoittaminen on sosiaalista toimintaa, ja kipeidenkin asioiden luottamuksellinen jakaminen turvallisessa ryhmässä on tervehdyttävä kokemus. Järjestin mielisairaalamuistoihin pohjautuvat työpajat osana Koneen säätiön rahoittamaa monitieteistä Muistoihin kaivertuneet tilat -hanketta. Siinä tutkittiin viiden tutkijan voimin suomalaisten mielisairaalamuistoja SKS:n arkiston kanssa 2014–2015 kerätyn muisteluaineiston avulla. Noin puolet muistoista oli sairaalan potilaiden toimittamia. Hankkeessa muistoja lähestyttiin fenomenologisen ja diskursiivisen tutkimusotteen avulla, kokemusten tilallisuuteen ja ruumiillisuuteen keskittyen. Tutkimushankkeemme toimintaan kuului muistojen esittely yleisötapaamisissa. Ensimmäinen niistä oli elokuussa 2017 Helsingin Taiteiden yössä. Esitykseemme kuulunut mielisairaalamuistoihin pohjautuva tanssija-tutkija Kirsi Heimosen tanssiesitys sai minut miettimään, että myös luova kirjoittaminen voisi olla tapa esitellä muistoja ja saada ne vaikuttamaan ihmisiin syvemmin ja henkilökohtaisemmin. Ensimmäisen kirjoitustyöpajan toteutin syksyllä 2017 Jyväskylän yliopiston Tutkijoiden yössä. Olin valikoinut muistojen joukosta mielestäni traumaattisimmat ja keräsin niistä katkelmia pohjamateriaaliksi. Osallistujat lukivat katkelmat ja merkitsivät kohdat, jotka tuntuivat koskettavilta tai merkityksellisiltä. Sitten annoin tehtäväksi kirjoittaa katkelmien pohjalta oma, kuvitteellinen, mahdollisimman traumaattinen mielisairaalamuisto. Kirjoitusaikaa oli 15 minuuttia. Tämän jälkeen annoin osallistujille 15 minuuttia aikaa kirjoittaa toinen muisto, jossa olosuhteet ja tilanteeseen liittyvät ihmiset olisivat muuttuneet niin, että muistosta muodostuisikin traumatisoivan sijaan eheyttävä ja hoitava. Osallistujat saivat lukea ääneen tekstinsä tai kertoa niistä. Samalla merkitsin fläppitaululle muistiin tärkeitä elementtejä niin negatiivisista kuin positiivisistakin muistoista ja keskustelimme yhdessä siitä, millainen kohtaaminen mahdollistaa avun saamisen ja toipumisen silloin, kun mieli on pahasti järkkynyt. Kirjoitustyöpaja toimi mainiosti, ja osallistujat kokivat sen herättäneen empatiaa sekä auttaneen hahmottamaan, miten yksinkertaisesta asiasta psyykkiseen kriisiin ajautuneen ihmisen kohtaamisessa lopulta on kysymys: olemisesta ihmisenä ihmiselle. Olen toteuttanut saman työpajan viisi kertaa mm. Mielentila-festivaaleilla sekä Uudistuva terveydenhoito ry:n tapahtumassa. Kokemukseni ovat vahvistaneet ajatustani tällaisen työtavan toimivuudesta.

Narratiivinen lääketiede ja kirjallisuusterapia

Symp3	KE	16:10	PIII
-------	----	-------	------

Kerronnallisen toimijuuden kehittäminen ennaltaehkäisevässä perhetyössä

Petra Partanen

Vaikka Suomea pidetään maailman parhaana paikkana saada lapsia, suomalainen vanhemmuuden kulttuuri on paikoin karu. Merkittävä osa suomalaisista synnyttäneistä vanhemmista kokee vauvuuden aikana masennusta ja yksinäisyyttä (THL, FinLapset 2020) ja suomalaiset vanhemmat kuuluvat tutkimuksen mukaan maailman uupuneimpiin (Roskam ym. 2021; Aunola ym. 2020). Syiksi tutkijat ovat esittäneet yksilökeskeistä kulttuuria ja intensiivisen vanhemmuuden kaltaisia kulttuurisia odotuksia. Erityisesti äiteihin kohdistuvat kulttuuriset odotukset ovat tänä päivänä ennennäkemättömän kovat (O'Reilly 2020, 25). Väitöstutkimuksessani tarkastelen, voiko äitien kirjallisuusterapeuttisissa vertaisryhmissä syntyä kerronnallista toimijuutta, joka haastaa kulttuuriset odotukset, ja millaisia yhteyksiä kerronnalliseen toimijuuteen keskittyvällä kirjallisuusterapeuttisella metodilla on äitien kokemukseen hyvinvoinnistaan. Kerronnallisella toimijuudella tarkoitetaan kykyä käyttää, tulkita ja haastaa kulttuurisia tarinoita ja tehdä omaan elämään ja ympäröivään maailmaan liittyviä tulkinnallisia ja kerronnallisia valintoja (Meretoja 2019, 62). Kerronnallista sensitiivisyyttä esitän käsitteeksi työotteelle, jossa narratiiveihin ja kontekstiin liittyvä valppaus yhdistyy myötäelävän kuuntelun taitoihin. Narratiivisesta näkökulmasta vanhemmuuden uupumuksen ennaltaehkäisyä tulisi tarkastella kaksiosaisena prosessina. Sekä vanhemmat että heitä kohtaavat ammattilaiset tarvitsevat herkkyyttä niille tarinoille, joiden lävitse kulttuurissamme arvioidaan riittävän hyvää vanhemmuutta. Vanhemmat tarvitsevat kerronnallisen toimijuuden taitoja, joiden avulla arvioida, suodattaa ja tarvittaessa vastustaa vanhemmuudesta kerrottavia kulttuurisia tarinoita. Ammattilaiset puolestaan tarvitsevat kerronnallista sensitiivisyyttä sille, millaisissa tilanteissa ja kenelle tarinat toimivat ja millä tavoin. Erityisen tärkeää narratiivinen ymmärrys on synnytysosastoilla, neuvoloissa ja lastensuojelussa, joissa asiakkaat kohdataan usein kaikkein haavoittuvimmillaan ja joissa henkilöstön kerronnallisilla valmiuksilla siksi on erityisen paljon merkitystä. Reflektiovalle lukemiselle ja kirjoittamiselle sekä ryhmässä tapahtuvalle vuorovaikutukselle perustuvan kirjallisuusterapeuttisen työskentelyn kautta on mahdollista tutkia monenlaisia suuria ja virallisia yhtä lailla kuin pieniä ja yksilöllisiä kertomuksia sekä vuoropuhelua niiden välillä (Ihanus 2009, 43–48.). Kirjallisuusterapeuttisella työskentelyllä on siten oivalliset edellytykset tarjota puitteet myös äitien kerronnallisen toimijuuden ja toisaalta äitien kanssa työskentelevien ammattilaisten narratiivisen sensitiivisyyden tukemiselle. Väitöstutkimukseni keskittyy äitien kerronnallisiin valmiuksiin, mutta toivon, että perhetyön oheen luomani kirjallisuusterapeuttisen toimintamallin rinnalle päästään myöhemmässä vaiheessa hahmottelemaan myös ammattilaisiin keskittyvä työskentelymenetelmä.

Sotilas 2020-luvulla: soveltuvuus ja toimintakyky

Symp3 KE 16:10 F3005

Symposium

Toimintakyky on keskeinen tekijä sotilaan yleisen ja tehtäväkohtaisen osaamisen rinnalla. Aihe on niin Suomen Puolustusvoimissa kuin kansainvälisestikin aktiivisen tutkimuksen kohde, sekä toimintakyvyn eri tyyppien kuin erilaisten kohderyhmien näkökulmasta. Esimerkiksi erikoisjoukoilla toimintakykyvaatimukset ovat erilaiset kuin varusmiehillä tai reserviläisillä, mutta monet toimintakyvyn peruselementit ovat silti yhteiset. Toimintakykyä on perinteisesti kuvattu fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja eettisen toimintakyvyn käsitteiden avulla. Jaottelu jättää huomiotta muita toimintakyvyn osa-alueita ja kokonaisuuden, joka on usein käytännössä merkitsevä tekijä sotilastehtävän onnistumisen tai epäonnistumisen kannalta. Sotilastoiminnassa ja muissa turvallisuusalan toiminnoissa on erilaisia keinoja tukea uhattuna olevaan toimintakykyä tai parantaa sitä hetkellisesti tai pitkäkestoisesti. Fyysisen toimintakyvyn ylläpitäminen, palauttaminen, tukeminen ja parantaminen on keskeistä useimmissa fyysisesti kuormittavissa tehtävissä, ja aiheen piirissä on tehty paljon tutkimusta sekä sotilas- että urheilukontekstissa. Psyykkisen toimintakyvyn haasteet liittyvät usein vireystilan ja mielialan ylläpitoon sekä stressin hallintaan ja siitä palautumiseen. Psyykkistä toimintakykyä voidaan tukea pitkäkestoisesti erilaisilla resilienssiä ja stressinsietoa kehittäville ohjelmilla ja hetkellisesti esimerkiksi vireystilaa tukevilla tai parantavilla toimilla. Erityisesti farmakologisiin toimintakykyä tehostaviin menetelmiin liittyy joukko eettisiä ja jopa laillisia näkökulmia ja rajoitteita. Sekä koulutuksessa että operatiivisessa toiminnassa toimintakykyä on usein ylläpidettävä haastavissa olosuhteissa maastossa ja sään armoilla, mikä asettaa menetelmille omat vaatimuksensa. Persoonallisuustesteillä pyritään varmistamaan, että sotilas ohjautuu tehtäviin, joissa hän voi hyödyntää vahvuuksiaan ja joissa hänen toimintakykynsä on lähtökohtaisesti riittävä. On esimerkiksi tärkeää tunnistaa henkilöt, jotka joutuvat tekemään merkittäviä päätöksiä itsenäisesti. Vaikka johtamisvalmiuksia on vaikea luotettavasti tunnistaa testeillä, Puolustusvoimissa on käytetty paineensietoa ja johtamisominaisuuksia mittaavaa testiä (ts. Peruskoe 2:ta) arviointi- ja valintaprosessin yhtenä osana. Valintamenettelyä ja Peruskoe 2:ta sen osana on kehitetty vuosikymmenien kuluessa. Uusia kehittämistarpeita on nähtävillä mm. sotilastehtävien vaatimusten muuttuessa. Symposiumissa esitellään uusi Suomeen soveltuva sotilaan toimintakyvyn malli, sekä jaetaan kokemuksia ja tuloksia kenttäkokeesta, jossa univajeen vuoksi madaltunutta vireystilaa ja mielialaa pyrittiin tukemaan kajoamattomalla vagushermostimulaatiolla. Viimeisessä esityksessä kuvataan uusi pakkovalintaan perustuva persoonallisuustesti varusmiesten soveltuvuuden selvittämiseen. Esitykset perustuvat pääosin Puolustusvoimien tutkimusohjelmissa tehtyyn työhön, erityisesti PVT0201-ohjelman projektiin Toimintakyky ja soveltuvuus.

Sotilas 2020-luvulla: soveltuvuus ja toimintakyky

Symp3	KE	16:10	F3005
-------	----	-------	-------

Uusi sotilaan toimintakyvyn malli

Lauri Oksama

Toimintakyvyn käsite on perustunut Suomen puolustusvoimissa Toiskallion filosofiseen malliin (1998, 2009), jossa se on jaettu neljään osa-alueeseen, psyykkiseen, fyysiseen, sosiaaliseen ja eettiseen toimintakykyyn. Mallista puuttuu useita keskeisiä toimintakykyyn vaikuttavia osatekijöitä ja sitä on vaikea sitoa käytäntöön ja pohjaksi kokonaisuuden kehittämiseksi. Näistä lähtökohdista ja Pääesikunnan tilauksesta lähdettiin kehittämään uutta toimintakyvyn mallia puolustusvoimille, tarkoituksena kehittää Suomen puolustusvoimille uusi laaja-alainen toimintakyvyn malli, joka on kytketty käytännön toimintaan, mittaukseen ja puolustusvoimien toimialoihin. Toimintakykyä käytetään tyypillisesti yläkäsitteenä, joka koostuu erilaisista toimintakyvyn osa-alueista kuten fyysinen ja sosiaalinen toimintakyky. Kokonaisvaltaisella toimintakyvyllä viitataan siihen, että yksilön toimintakyky koostuu kaikkien näiden osa-alueiden yhteisvaikutuksesta ja osa-alueet on huomioitava arvioitaessa yleistä toimintakykyä. Toimintakyvyn osa-alueet muodostavat myös erilaisia toimintakykyä vaarantavia tai tehostavia yhteisvaikutuksia, jotka voivat olla enemmän kuin osiensa summa (esimerkiksi samanaikaisen uni-, neste- ja ravintovajeen yhteisvaikutus). Näiden yhteisvaikutusten vuoksi toimintakykyä pitääkin tarkastella laajasti ja kokonaisvaltaisesti. Yhden yksittäisen osa-alueen tarkastelu ei riitä määrittämään henkilön toimintakykyä. Kuten alussa todettiin, puolustusvoimissa nykyisin käytössä olevan Toiskallion (1998, 2009) malli sotilaan toimintakyvystä ei kytkeydy kuitenkaan käytännön toimintakyvyn mittaukseen. Mallista puuttuu myös useita keskeisiä toimintakyvyn osa-alueita kuten terveys, osaaminen ja motivaatio. Uuden toimintakyvyn mallin lähtökohdaksi valittiin yhdysvaltalainen Total Force Fitness -malli (Land, 2010), jota muokattiin asevelvollisuusarmeijaan ja kulttuuriimme sopivammaksi sekä eri toimintakyvyn osa-alueita paremmin esille nostavaksi. Uusi malli sisältää 12 toimintakyvyn osa-aluetta ja siinä on pyritty nostamaan esiin aiemmin katveessa olleita osa-alueita. Esitelmässä kuvataan uuden mallin kehittämistyötä ja perusteita.

Sotilas 2020-luvulla: soveltuvuus ja toimintakyky

Symp3 KE 16:10 F3005

Vagushermostimulaation vaikuttavuus taistelijan toimintakykyyn univajeessa

Tomi Passi

Sotilaalta vaaditaan pitkäkestoista toimintakyvyn ylläpitoa fyysisesti ja psyykkisesti kuormittavissa operatiivisissa tehtävissä. Kyky toimia vaaditulla tavalla saattaa vaarantua erityisesti yön yli kestävässä operaatioissa, joissa univaje voi heikentää sotilaan kognitiivisia toimintoja. Jo yhden vuorokauden valvominen voi johtaa virheiden lisääntymiseen, tarkkaavaisuuden ja valppauden heikkenemiseen sekä mielialan alenemiseen. Perinteisten kofeiinin ja muiden piristeiden sijaan, kajoamaton (ei-invasiivinen) vagushermostimulaatio on nähty yhtenä potentiaalisena keinona tukea sotilaan toimintakykyä ja lievittää univajeen haittavaikutuksia pitkäkestoisesti, ilman merkittäviä sivuvaikutuksia. Tässä tutkimuksessa selvitettiin kajoamattoman, korvan ihon pinnalta annetun sähköisen vagushermostimulaation (engl. non-invasive transaural vagus nerve stimulation; taVNS) vaikuttavuutta erikoisjoukkoihin koulutettavien varusmiesten kognitioon, mielialaan ja suoriutumiseen sotilastehtävissä yhden yön univajeen aikana. Lisäksi tarkasteltiin stimulaation voimakkuuden yhteyttä sotilaan suorituskkyyn. Valppauden ylläpitoa tarkasteltiin psykomotorista nopeutta mittaavalla yksinkertaisella reaktioaikatestillä (engl. psychomotor vigilance test; PVT) ja tarkkaavaisuutta sekä vasteenestoa go-nogo -testillä (engl. sustained attention to response task; SART). Yhteensä 48 varusmiestä suoritti kvasikokeellisen kenttätutkimuksen, johon sisältyi 24 tunnin täydellinen univaje. Koehenkilöt jaettiin joko korkean (> 20 mA) ja alhaisen stimulaation (≤ 20 mA) ryhmiin tai lumestimulaatioryhmään. Lumestimulaatio annettiin identtisesti varsinaisen stimulaation tavoin (kesto 4 min), mutta siinä stimulaatioteho vaimeni 0 mA:iin ensimmäisen minuutin aikana. Univajeen seurauksena sotilaiden reaktioajat hidastuivat odotetusti molemmissa kognitiivisissa testeissä. Yksinkertaisessa reaktioaikatestissä unen puutteen vaikutus oli suurin aamuyön tunteina yön valvomisen jälkeen. Huomattavaa on, että taVNS lievensi valppauden heikkenemistä varhain aamulla, jolloin unipaine on voimakkain. Lisäksi stimulaation voimakkuus oli käänteisesti yhteydessä valppauden heikkenemiseen, eli mitä voimakkaampi stimulaatio oli, sitä enemmän se tuki univajeisen sotilaan vireystilan ylläpitoa. taVNS:n havaittiin tukevan myös mielialaa ja vähentävän varusmiesten kokemaa uneliaisuutta SART-testin aikana. Toisin kuin aktiiviseen osallistumiseen kannustavissa tehtävissä, taVNS näyttäisi parhaiten soveltuvan tukemaan univajeesta kärsivien vireystilaa yksitoikkaisissa rutiinin omaisissa tehtävissä, kuten erilaisissa monitorointi- ja valvontatehtävissä.

Sotilas 2020-luvulla: soveltuvuus ja toimintakyky

Symp3 KE 16:10 F3005

Vagushermostimulaatio toimintakyvyn tukemisessa kasarmilla ja maastossa

Satu Pakarinen

Tässä esitelmässä kuvataan kajoamattoman, korvan ihon pinnalta annettavan vagushermostimulaation (engl. vagus nerve stimulation, VNS) käyttöä, sen mahdollisia käyttötarkoituksia sotilaan toimintakyvyn tukemisessa, käytännön kokemuksia sen käytöstä sotilaskoulutuksessa sekä VNS:n käytön turvallisuuteen ja eettisyyteen liittyviä näkökohtia. Tutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa tunnistimme kirjallisuuden perusteella useita potentiaalisia tapoja käyttää vagushermostimulaatiota sotilaan toimintakyvyn parantamiseen: koulutuksessa oppimisen tehostamiseen, tehtävän aikana kognitiivisen suorituskäyvyn, mielialan ja kivunsiedon parantamiseen, sekä tehtävän jälkeen mm. posttraumaattisen stressireaktion PTSD:n lievittämiseen. Aiempi VNS:n käyttöä koskeva tutkimus, sekä terveillä siviileillä että sotilastoiminnassa muodostuu yksinomaan laboratoriotutkimuksista. Kokeellisessa vaiheessa selvitettiin paitsi stimulaation vaikuttavuutta toimintakykyyn, myös sen käytettävyyttä ja soveltuvuutta sotilastoimintaan kasarmilla ja maasto-olosuhteissa. Kahden erilaisen sotilasharjoituksen yhteydessä järjestettäviin kokeisiin/testeihin osallistui vapaaehtoisena 98 erikoisjoukkoihin koulutettavaa varusmiestä. Heiltä kysyttiin kokemuksia stimulaation aiheuttamista tuntemuksista ja koetuista vaikutuksista sekä näkemyksiä stimulaation hyödyllisyydestä ja käytettävyydestä harjoituksen yhteydessä. Kukaan stimulaatiota saaneista ei huomannut havaittavaa vaikutusta omaan suoriutumiseen. Osa sanoi syyksi puuttuvan vertailukohdan. Stimulaatio ei myöskään aiheuttanut epämiellyttäviä fyysisiä tuntemuksia. Haastatellut olivat sitä mieltä, että stimulointi on mahdollista toteuttaa myös vaativien metsäharjoitusten yhteydessä. Merkittävänä etuna pidettiin sitä, että stimulointi ei vie paljon aikaa (4 min/kerta), ja sen pystyy tekemään itsenäisesti. Kirjallisuuden ja tutkimuksen kokeellisen vaiheen perusteella menetelmä todettiin myös varsin turvalliseksi. Meta-analyysissä noin 1300:n stimulaatiota saaneen henkilön aineistossa mahdollisia vakavia haittavaikutuksia oli yhteensä vain kolme, eikä kummassakaan kenttäkokeessa havaittu haittavaikutuksia. Kuitenkin, koska menetelmän kaikkia vaikutuksia ei vielä tunneta, sen rutiininomaiseen ja pitkäkestoiseen käyttöön on syytä suhtautua harkiten, punniten tarkoin sen haitat ja hyödyt. Keskustelu VNS:n eettisyydestä kytkeytyy laajempaan keskusteluun erilaisten hermoston stimulaatiomenetelmien käytön eettisyydestä. Laitteiston kehittymisen myötä saatavuuden, saavutettavuuden ja vaikutusten lisäksi keskusteluun on noussut myös omatoiminen stimuloiminen ja siihen liittyvät kysymykset. VNS:n eettinen käyttö edellyttää, että sotilastoimintaan liittyvien hyötyjen tulisi ylittää mahdolliset stimulaatiosta johtuvat haittavaikutukset. Mikäli VNS:lla todettaisiin selviä hyötyjä sotilaan hyvinvoinnin, suorituskäyvyn ja lopulta selviytymisen kannalta, tulisi pohtia myös keille kaikille sitä tulisi tarjota ja millä perusteella.

Sotilas 2020-luvulla: soveltuvuus ja toimintakyky

Symp3 KE 16:10 F3005

Osiovasteteoriaan perustuva pakkovalintainen persoonallisuustesti

Mikael Nederström

Puolustusvoimat mittaa varusmiesten johtajaominaisuuksia ja paineensietokykyä Peruskoe 2:lla, joka koostuu väittämistä, joilla selvitetään, miten tutkittava sijoittuu piirrejatkuomolla. Väittämiin vastataan viisiportaisella Likert-asteikolla, jonka ääripäät ovat "ei kuvaa minua lainkaan" ja "kuvaa minua täysin". Jotta voidaan paremmin ottaa huomioon sosiaalisen suotavuuden vaikutus testivastauksiin, Puolustusvoimien tutkimusohjelman (PVTO2021) projektissa 3.1 on kehitetty testiohjelma, joka käyttää vastaustekniikkana pakkovalintaa ja perustuu pisteytykseltään osiovasteteoriaan. Väittämät ryhmitellään uudessa testissä kolmen väittämän ryhmiin aikaisemman, sosiaaliseen suotavuuteen perustuvan osioanalyysin tulosten perusteella. Siten vastaaja joutuu jatkossa tekemään pakkovalinnan jokaisen ryhmän sisällä yhtä suotavien väittämien välillä, mikä vähentää sosiaalisen suotavuuden vaikutusta. Osiovasteteorian avulla on mahdollista kartoittaa persoonallisuustestissä olevia, saman asteikon sisällä eri tavoin keskenään käyttäytyviä väittämiä, jotka mittaavat samaa persoonallisuuden piirrettä. Tässä suhteessa osiovasteteoriaan perustuva testi eroaa klassiseen testiteoriaan perustuvasta pisteytyksestä, joka käsittelee kaikkia väittämiä samalla tavalla. Osiovasteteoria mahdollistaa pakkovalintaisen asteikon käyttämisen ilman perinteisiä psykometrisia ongelmia (mm. käänteiset korrelaatiot asteikkojen välillä ja ipsatiivinen tulosten tulkinta) ja antaa mahdollisuuden tarkastella paremmin yksittäisten osioiden käyttäytymistä eri vastaajien kohdalla. Tutkimuksen ensimmäisen analyysin aineistona käytettiin Likert-asteikkoon perustuvan Peruskoe 2:n tuloksia. Väittämät pisteytettiin uudelleen tuhannelle vastaajalle thurstonilaiseen osiovasteteoriaan (TIRT) perustuen. Validoinnin ensimmäisessä vaiheessa laskettiin korrelaatiot perinteisen pisteytyksen ja TIRT-pisteytyksen välillä sekä TIRT-pisteytyksen ja empiiristen menestymiskriteerien välillä. Tulokset osoittivat, että kolmen väittämän ryhmäjako TIRT-pisteytyksellä korreloi merkitsevästi normatiivisen pisteytyksen kanssa sekä ennusti menestymiskriteereitä paremmin kuin perinteinen, normatiivinen pisteytys. Vuonna 2024 kerätään uusi aineisto pakkovalintaan perustuvalla testillä. Tarkoitus on verrata testiä käytössä olevaan Peruskoe 2:een esim. ajankäytön, kustannusten ja testin reliabiliteetin suhteen. Lisäksi tarkoituksena on tutkia, miten testi ennustaa sotilastehtävissä suoriutumista. Mahdollisten jatkotutkimusten tavoitteena on kehittää testistä kompositionaaliseen vastausformaattiin perustuva adaptiivinen versio, jossa vastaajan tehtävänä on jakaa tietty määrä pisteitä ryhmän väittämien kesken sen mukaan, miten hyvin ne kuvaavat häntä, ja jossa testi muuttuu sen mukaan, miten henkilö vastaa tehtäviin.

Terapia- ja psykoterapiakoulutus tänään

			
Symp3	KE	16:10	PI

Symposium

Psykoterapeutti – ja terapeuttikoulutus on murroksessa sekä sisällöllisesti että metodologisesti. Mielenterveyspalvelujärjestelmän kriisi ja sen vuoksi hallitusohjelmaan kirjattu Terapiatakuu ja kaksitasoisen psykoterapeuttikoulutuksen selvittäminen edellyttävät psykososiaalisten hoitojen saatavuuden lisäämistä, kuitenkin laadusta tinkimättä. Symposium tarjoaa ajankohtaiskatsauksen nykyaikaiseen terapeuttikoulutukseen, pedagogisiin menetelmiin, erityisesti verkkopedagogiikan mahdollisuuksiin sekä koulutuksen käytännön toteutukseen. Lisäksi pohdimme myös mahdollisen kaksitasoisen psykoterapeuttikoulutuksen mahdollisuuksia ja ongelmia. Erityisesti painopiste on pedagogiikan uusissa tuulissa, mukaan lukien opiskelijaa aktivoivat menetelmät, verkkopedagogiset sovellukset sekä käytännön kliinisten taitojen koulutus terapeuttikoulutuksessa. Symposiumin osallistujat saavat lisäksi hyvän käsityksen perus- ja erikoissairaanhoidon soveltuvasta Terapiat Etulinjaan toimintamallin kognitiivisesta lyhytterapiakoulutuksesta sekä erikoissairaanhoidon tarpeisiin räätälöidystä HUSin tuottamasta psykoterapeuttikoulutuksesta. Kognitiivinen lyhytterapiakoulutus (KTL) on otettu käyttöön mm. Helsingin yliopiston psykologian maisteriohjelmassa sekä Tampereen ja Helsingin yliopistojen psykiatrian erikoislääkärikoulutuksissa, sekä lisäkoulutuksena perusterveydenhuollon mielenterveyspalveluissa ja psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa.

Terapia- ja psykoterapiakoulutus tänään

Symp3	KE	16:10	PI
-------	----	-------	----

Moderni pedagogiikka ja verkko-oppiminen terapeuttikoulutuksissa

Kasper Mikkonen

Pedagogiikka on visio siitä, millaisilla toimilla saamme aikaan haluttua muutosta koulutusten aikana. Profession tähtäävissä koulutuksissa, kuten terapeuttikoulutuksissa, on keskeistä nähdä opiskelija aktiivisena toimijana, joka rakentaa osaamispohjaansa vanhaa ja uuttaa tietoa yhdistellen. Opiskelijaa itsenäisesti aktivoivat tehtävät, esimerkiksi käänteinen oppiminen, parantavat oppimistuloksia perinteiseen luento-opetukseen verrattuna. Aiemmin opettamiseen käytetty aika on mahdollista muuttaa taitoharjoittelun tukemiseksi ja ohjaamiseksi. Näin lisätään opiskelijoiden mahdollisuuksia harjoitella riittävästi työelämässä vaadittavia taitoja ja saada oppimista ohjaavaa formatiivista palautetta taidoissa kehittyäkseen. Kuten muissa profession tähtäävissä koulutuksissa, edellytetään terapeuttikoulutuksilta tulevaisuudessa oletettavasti vahvemmin opetuksen linjakkuutta ja kompetensseihin pohjaavaa lähestymistapaa. Skaalautuva, helposti muokattava ja potentiaalisesti kustannusvaikuttava tapa tukea terapeuttiopiskelijan toteuttamaa itseohjautuvaa opiskelua on verkko-oppimisen hyödyntäminen. Verkko-oppimisella ei viitata etäluennointiin, vaan itsenäisesti toteutettuun opiskeluun, jota tuetaan verkkovälitteisesti ja monimediaisesti erilaisten materiaalien ja tehtävien avulla. Verkkokoulutuksissa voidaan monipuolisesti aktivoida opiskelijaa tutustumaan keskeisiin asiakokonaisuuksiin ja käsitteisiin sekä tukea taitoharjoittelua esimerkiksi mallintamisen ja itsen kohdistuvien harjoitusten keinoin. Automaattisesti palautetta antavat tehtävät antavat kouluttajille mahdollisuuksia lisätä koulutuksen aikana toteutettua arviointia. Verkko-opiskelua ja perinteistä luento-/työpajapohjaista koulutustapojen vertaavissa tutkimuksissa ei ole havaittu pääsääntöisesti eroja opetusmenetelmien välillä. Itsenäisesti toteutettavan koulutuksen on havaittu johtavan yhtäläisiin tuloksiin tieto- ja taito-osaamisen kehityksen sekä koulutettujen menetelmien käytännön hyödyntämisen suhteen. Tutkimuskirjallisuudessa esitetään verkko-opiskelun olevan potentiaalinen keino lisätä koulutuksen tasalaatuisuutta, saavutettavuutta ja saatavuutta ja vähentää niihin liittyviä kustannuksia. Verkko-oppiminen saattaa olla ainoita keinoja mahdollistaa riittävät koulutus- ja osaajamäärät mielenterveyspalveluiden kysyntään vastaamiseksi ja palvelujärjestelmän kantokyvyn turvaamiseksi. Terapeuttikoulutuksissa tulee koulutusten sisältöjen jatkuvan kehityksen ja päivittämisen lisäksi keskittyä yhä vahvemmin koulutusten pedagogiseen pohjaan muiden professiokoulutusten hyviä käytänteitä lainaten ja soveltaen. Lisäksi on tärkeää löytää tapoja lisätä nykyisiä koulutusmääriä laadusta tinkimättä niin, että monipuolinen tarjonta psykososiaalisia interventioita ja psykoterapioita on niitä tarvitsevien saatavilla.

Terapia- ja psykoterapiakoulutus tänään

Symp3	KE	16:10	PI
-------	----	-------	----

Kognitiivinen lyhytterapia koulutus

Susan Laitala

Kognitiivinen lyhytterapia on kehitetty kaikkia ikäryhmiä kattavaksi keskeiseksi hoitomenetelmäksi perustason terveydenhuoltoon. Kognitiivinen lyhytterapia menetelmä perustuu kognitiivisen ja käyttäytymispsykoterapian viitekehykseen, jonka perusajatuksena on se, että ihmisen ajattelu, tunteet ja käyttäytyminen ovat yhteydessä toisiinsa. Kognitiivisessa lyhytterapiassa ammattilainen ja asiakas työskentelevät tasavertaisessa yhteistyösuhteessa tavoitteellisesti määriteltä tavoitetta kohden. Palautetietoinen työote vahvistaa psykososiaalisten hoitojen tuloksellisuutta ja on keskeinen osa kaikkia koulutettavia psykososiaalisia menetelmiä. Koulutuksen aikana opiskelija harjaantuu jatkuvan palautteen keräämiseen ja sen hyödyntämiseen tavoitteen mukaisessa työskentelyssä, sekä kyselyiden avulla tuettavaan potilaan oman itserefleksion vahvistumiseen. Kognitiivisen lyhytterapian koulutus sisältää ammattilaisen yleisiä taitoja hoitavan yhteistyösuhteen rakentamiseksi ja terapeuttisen vuorovaikutuksen toteuttamiseksi sekä vanhempien kanssa työskentelyyn. Koulutus käsittää näyttöön perustuvat hoitomallit seuraavien mielenterveyden ongelmien hoitamiseksi: ahdistus ja masennus (kaikki ikäryhmät), unettomuus, riippuvuudet, sosiaalinen jännittäminen ja paniikkihäiriö (nuoret, aikuiset, varttuneet), sekä haastava käytös (lapset). Lisäksi koulutus antaa ammattilaisille työkaluja ammatilliseen kehittymiseen ja työssä jaksamiseen. Kognitiivinen lyhytterapia on sopivaa ja oikea-aikaista hoitoa keskivaikeissa mielenterveyden häiriöissä sekä tietyn edellytyksin myös vakava-asteisten oireiden hoidossa. osallistuja: - ymmärtää kognitiivisen lyhytterapian sijoittumisen muiden psykologisten hoitojen joukossa ja miksi näiden hoitojen toteuttaminen on tärkeää - Ymmärtää palautetietoisuuden työotteen merkityksen lyhytterapioissa - tuntee tekijät, joista hyvä terapeuttinen vuorovaikutus rakentuu ja harjoittelee niihin liittyviä taitoja - osaa määritellä, kognitiivisen lyhytterapian keskeiset osa-alueet - tunnistaa missä yhteyksissä kognitiivinen lyhytterapia voisi hyödyttää palvelujärjestelmää

Terapia- ja psykoterapiakoulutus tänään

Symp3	KE	16:10	PI
-------	----	-------	----

Menetelmäohjaus lyhytterapiakoulutuksessa

Sinikka Uola

Menetelmäohjauksen on tarkoitus palvella itseopiskeltujen lyhytterapeuttisten taitojen omaksumista ja viemistä käytäntöön ammattilaisten arjen työssä. Menetelmäohjaaja tukee mielenterveystyön ammattilaisia, jotka kouluttautuvat uudenlaiseen työtapaan. Menetelmäohjaus toteutuu pienryhmässä ja siinä on elementtejä sekä työnohjauksesta että koulutuksesta. Keskiössä on koulutukseen sisältyvien taitojen harjoittelu.

Ryhmätyönohjauksessa vertaisilta oppiminen on yleensä erityisen tehokasta – tarkoitus ei ole toteuttaa yksilöohjausta muun ryhmän seurattessa vieressä, vaan koko ryhmä osallistuu läpi menetelmäohjauksen. Menetelmäohjauksissa tehdään hoito-ohjelmien harjoituksia yhdessä, tehdään erilaisia rooliharjoituksia ja hyödynnetään muita kokemuksellisia oppimisen tapoja, jotta itseopiskeltu materiaali heräisi eloon ja sen sisältämiä työkaluja olisi helpompi ottaa käyttöön työssä. Menetelmäohjauksen tavoitteena on mahdollistaa koulutettaville uudenlaisten työtapojen turvallinen kokeileminen, harjoittelu ja vakiinnuttaminen osaksi omaa työkalupakkiaan. Vuoden mittaisen kognitiivisen lyhytterapiakoulutuksen aikana menetelmäohjausta on yhteensä kymmenen kertaa kolme tuntia kerralla (yhteensä 30h). Menetelmäohjaus toteutetaan neljän hengen pienryhmissä. Menetelmäohjauksen voi toteuttaa etä- tai läsnätapamuotoina. Jokainen opiskelija tuo jokaiselle menetelmäohjauskerralle oman koulutushoitojen toteuttamiseen liittyvän kysymyksen, jota käsitellään yhdessä pohtien ja harjoitellaan eri tapoja toimia kyseessä olevassa tilanteessa. Menetelmäohjauskertojen sisältö tarjoaa toisaalta rakennetta ja toisaalta joustaa tätä tavoitetta mielessä pitäen. Menetelmäohjauksissa keskitytään työntekijään ja hänen toimintaansa sekä kokemuksiinsa terapeuttisesta työskentelystä. Sen sijaan, että fokus olisi potilaassa ja potilaan tilanteen pohtimisessa. Menetelmäohjaajan tehtävänä on varmistaa, että opiskelijat oppivat soveltamaan koulutuksessa käytettäviä terapeuttisia menetelmiä käytännön potilastyössä riittävän turvallisesti ja vaikuttavasti. Menetelmäohjaajalla on aivan yhtä vähän edellytyksiä lukea ohjattaviensa ajatuksia kuin ammattilaisilla potilaiden. Tästä syystä myös menetelmäohjauksesta kerätään systemaattisesti palautetta. Palautteen kerääminen auttaa menetelmäohjaajaa hahmottamaan kouluttautujien oppimisprosessia ja olemaan heille avuksi. Samalla palautteen keruu ja sen hyödyntäminen mallintaa myös koulutukseen kuuluvaa vaikuttavuuden seurantaa ja sen arvoa. Olennaista on menetelmäohjaajana pyrkiä viestimään avoimuutta palautteelle ja myös kriittisille näkökulmille.

Terapia- ja psykoterapiakoulutus tänään

Symp3	KE	16:10	PI
-------	----	-------	----

Psykoterapeuttikoulutus julkisen sektorin tarpeisiin

Eeva-Eerika Helminen

Psykoterapeuttikoulutuksia järjestetään Suomessa tavallisimmin yliopistojen ja koulutusyhteisöjen yhteistyönä, ja käytännön vastuu koulutuksen järjestämisestä on useimmiten koulutusyhteisöllä. Nykyjärjestelmässä psykoterapeuttikoulutukset valmistavat opiskelijoita ensisijaisesti lievien ja keskivaikeiden psyykkisten oirekuvien hoitoon yksityissektorilla. Julkisen psykiatrian palvelujärjestelmä ei ole pystynyt tarjoamaan riittävästi psykoterapeuteille sisällöllisesti ja taloudellisesti varteenotettavia työmahdollisuuksia. Psykoterapeuttikoulutukset ovat perinteisesti myös vaatineet runsaasti opetusresursseja. Verkko-oppimisen tai käänteisen oppimisen laajempi hyödyntäminen tarjoaisivat mahdollisuuksia opetusresurssien tehokkaampaan käyttöön ja koulutusohjelmien pedagogisen ja tieteellisen laadun parantamiseen. Olemme rakentaneet julkisten psykiatrian ja erikoissairaanhoidon potilaiden tarpeisiin vastaavan kognitiivisen aikuisten yksilöpsykoterapeuttikoulutuksen, siihen liittyvän modulaarisen verkkopohjaisen koulutusrakenteen ja opinto-ohjelman. Koulutus rakentuu 23 opintomoduulista, joista jokainen koostuu 1) etukäteen suoritettavasta verkkokoulutuskokonaisuudesta, 2) webinaarista, jossa teoria- ja menetelmäosaamista syvennetään käytännön harjoituksin ja 3) lähiopetuksena järjestettävästä taitoseminaarista, jossa keskitytään kokemuksellisiin harjoitteisiin ja potilas-terapeutti-vuorovaikutukseen. Modulaarinen koulutus rakenne pohjautuu käänteiseen oppimiseen, jolloin normaalisti luennoilla opetettava aines on siirretty etukäteen itsenäisesti verkkoympäristössä opittavaksi. Verkkokoulutuksia on ollut tuottamassa eri teemojen erityisosaajat, jotka ovat osallistuneet myös verkkoympäristöön vietyjen opetusvideoiden ja interaktiivisten virikkeiden tuottamiseen. Lisäksi koulutusohjelmassa arvioidaan vuosittain osaamisen kertymistä validoiduilla instrumenteilla ja toteutetaan myös potilastapaamisen nauhoitteeseen perustuva strukturoitu osaamisen arviointi. Koulutusohjelman 24 opiskelijan pilottiryhmä on aloittanut HUSissa syksyllä 2023. Koulutukseen liittyvä psykoterapeuttinen potilastyö tehdään osana opiskelijoiden arkityötä psykiatrian erikoissairaanhoidossa ja koulutusmaksuista vastaa pääosin työnantaja. Koulutuksen tavoitteena on toimia paitsi rekrytointivalttina, myös vahvistaa näyttöön perustuvien psykoterapeuttisten interventoiden saatavuutta julkisen psykiatrian piirissa vaikeahoitoisille ja nykyisessä palvelujärjestelmässä katveeseen jääville potilaille. Tähän pilottikoulutukseen liittyen on käynnistetty myös pedagoginen tutkimus koulutusohjelman käytettävyydestä. Tämä kattava verkkokouluttamiseen ja käänteiseen oppimiseen perustuva modulaarinen koulutus rakenne tarjoaa laajan valikoiman mahdollisuuksia jatkokäytölle psykoterapiakoulutusohjelmissa sekä terapiataitojen ja -menetelmien koulutuksessa mielenterveysalan terveydenhuollon ammattilaisille.

Early parent-child relationships, parental characteristics and child development

			
Symp4	TO	9:00	PII



Symposium



The quality of early parent-child relationship is important for child development. This symposium brings together novel perspectives on parent-child relations, bringing together the perspectives of attachment and emotional availability, parental bonding and self-efficacy, and unpredictability of maternal sensory signals. Further, the presentations concentrate on important parental factors with potential implications on early parenting and child development, including parental traumatic experiences, parental ability to regulate emotions and their mental health symptoms. Both cognitive and socioemotional child outcomes are studied. The symposium also addresses parents and children at varying levels of psychosocial risk, including both normative families, families at moderate psychosocial risk and high-risk families with maternal substance use disorder. The first study examines the individual and joint role of maternal adverse childhood experiences and reproductive trauma (history of infertility and/or miscarriages) on two aspects of mother-child relationship: mother's emotional availability and their parenting self-efficacy. The second presentation addresses changes in maternal emotion regulation and their children's regulatory problems in three different community-based parenting interventions conducted in the primary care. The third study addresses the long-term role of early maternal and paternal bonding and depressive symptoms on child socioemotional development. The last presentation brings together a doctoral thesis focusing on different aspects of parent-child relationship in families with maternal prenatal substance use disorder: child attachment and coping, and the role of unpredictable maternal sensory signals as a predictor of child cognitive development.

Early parent-child relationships, parental characteristics and child development

			
Symp4	TO	9:00	PII

 Maternal adverse childhood experiences, reproductive trauma and parenting

 Alma Suutari

Objective: Adverse childhood experiences (ACEs) are known to impair physical and mental health, but their effects on parenting are less understood. History of reproductive trauma, including infertility and reproductive loss, can complicate transition to parenthood. Our aim is to examine the individual and joint effects of ACEs and reproductive trauma on Emotional Availability (EA) and Parenting Self-Efficacy (PSE) during pregnancy and postpartum. Methods: We examined 251 mothers (100 during pregnancy and 151 postpartum). 67% of the sample were at-risk mothers attending community-based interventions in Finland, and 33% were normative mothers recruited from well-baby clinics. The self-reported measures included Revised inventory of Adverse Childhood Experiences, Emotional Availability Self-Report and Parenting Self-efficacy Scale, and questions on reproductive trauma, collected before intervention. Results and conclusions: Maternal ACEs were associated with lower EA and PSE in expecting mothers, but not in mothers with infants. Reproductive trauma or its interaction with ACEs were not associated with parenting. It is possible that parenting representations during pregnancy are more vulnerable to the effects of ACEs than actual postpartum parenting and most families with a history of reproductive trauma show resilience.

Early parent-child relationships, parental characteristics and child development

 Symp4  TO  9:00  PII

Community-based parenting interventions and mother-infant emotion regulation

Dominika Borucha

Emotion regulation plays a pivotal role in shaping both maternal and child wellbeing with profound implications for family dynamics, child development, and resilience in facing adversities. Community-based parenting interventions used in Finnish primary care settings can be important for improving parenting and parental mental health outcomes. They may also be a promising avenue for reinforcing effective emotion regulation skills within families. The first aim of the study is to explore the effectiveness of such interventions in enhancing maternal and child emotion regulation. There is also a lack of research on whether better parental emotion regulation skills lead to ameliorated infant emotion regulation skills. Our second aim is to study the mutual associations between maternal emotion regulation and infant regulatory problems at baseline and whether their changes over the course of the interventions are inter-related. The sample comprised 257 mothers from the Helsinki region, 171 participating in one of the community-based parenting interventions (concrete child-care help or guidance, n= 48, intensive therapeutic parent-infant intervention, n=85, short-term psychological counselling, n= 38). The control group consisted of 86 non-risk mothers recruited from well-baby clinics from the same cities who did not attend parenting interventions. Participants completed questionnaires at three time points: T1, before the intervention; T2, immediately after the intervention for the experimental group and six months later for the control group; and T3, a six-month follow-up. Maternal emotion regulation was measured with Difficulties in Emotion Regulation Scale short form, and infant regulatory problems with Baby Pediatric Symptom Checklist (sleep problems, irritability, inflexibility). Preliminary results show that there is a positive change in ER in therapeutic parent-infant intervention and psychological counselling. Moreover, infant sleep problems decreased in both therapeutic intervention and practical help groups. The results indicated that higher baseline ER was associated with lower infant irritability and more positive change in ER was associated with decreased infant irritability and sleep problems. The results indicate that community-based parenting interventions can be effective in supporting maternal emotion regulation and this also has implications for infant regulatory development.

Early parent-child relationships, parental characteristics and child development

 Symp4  TO  9:00  PII

Parental bonding and child preschool social-emotional problems

Enni Hatakka

Objectives: Parental postpartum bonding depicts the emotional bond of the parent towards their baby. This bond begins to develop already during pregnancy in the form of mental representations towards the yet to be born baby and continues to evolve in early interactions with the newborn child. As a concept, postpartum bonding is relatively new, and it is closely linked with attachment and postpartum depression. There is a growing body of research showing an association between maternal bonding problems and infant and toddler social-emotional symptomology, independent of parental depressive symptoms. Thus far, research has focused on the first couple years after birth and there is need for research with longer follow-up periods. Also, research so far has only included mothers, despite the modern family dynamics involving more equal share of time and duties in child rearing between mothers and fathers. This study investigates the association between both maternal and paternal postpartum bonding and child social-emotional problems at preschool age, controlling for parental depressive symptoms. Also, the joint effect of both parents' bonding quality on later child social-emotional problems is examined. Methods: The data used in this study is from the larger CHILD-SLEEP -cohort study, with participants from 63 Finnish maternity clinics (N = 710 in this study). Postpartum bonding was assessed at eight months with Postpartum Bonding Questionnaire (PBQ), and child social-emotional problems were assessed at child age of five with the Five to Fifteen (FTF) and the Strengths and Difficulties (SDQ) scales. Associations between postpartum bonding and child social-emotional outcomes were analyzed with hierarchical linear regression models. In the analyses, parental age, education, number of children, postpartum depression, and child sex were controlled. Results and conclusions: In this longitudinal study, maternal and paternal postpartum bonding problems at eight months were both associated with child social-emotional problems at five years. When controlling for parental depression, only maternal bonding remained associated with internalizing and peer problems, and paternal bonding remained partially associated with only internalizing problems. Finally, paternal bonding problems aggravated the effect of maternal bonding problems on later child internalizing problems. The results point out the role of early parental bonding for later child mental health, highlighting the importance of providing early support for parents in risk for bonding difficulties. Also, the results of this study indicate a unique but equally important role of maternal and paternal bonding in the developmental trajectory and wellbeing of the child.

Early parent-child relationships, parental characteristics and child development

Symp4 TO 9:00 PII

Implications of maternal substance use on early mother-child interaction

Noora Hyysalo

Introduction: Mother-child interaction forms a basis for child development. Maternal substance use is a severe worldwide problem that affects the interaction and caregiving between mothers and their children. While there is accumulating knowledge that mothers who use substances have difficulties in responding to their child's needs, systematic evidence is missing regarding how maternal substance use links to child attachment. Furthermore, literature tends to overlook the perspectives of young children on their experiences with substance-using caregivers. Finally, an observation of maternal sensory signals provides a novel aspect to mother-child interaction on a fine-grained level, yet this perspective remains unexplored among substance-using mothers. This dissertation aims to bring new insights into the effects of maternal substance use on child attachment, coping mechanisms, and cognitive development. Specifically, it addresses three research questions: 1) How does maternal substance use impact child attachment? 2) How do young children of substance-using mothers experience their caregivers, and what coping strategies do they employ in stressful situations? 3) How are unpredictable maternal sensory signals associated with child cognitive development? Method: This dissertation contains a systematic review and meta-analysis that synthesize all available empirical evidence concerning the association of maternal substance use and child attachment. The empirical part of this study is based on a longitudinal dataset that followed 34 children with substance-using mothers and 25 children with non-using mothers from pregnancy to 24 and 48 months. In qualitative content analysis, a subsample of 29 children with substance-using mothers provided narrative story stems, enabling the evaluation of their coping experiences with stress. Furthermore, we utilized the whole dataset in explorative analyses and measured maternal sensory signals with videorecorded free-play interactions and child cognitive development with standardized tests. Results and conclusions: This dissertation reveals several key findings. Firstly, maternal substance use during both pre- and postnatal periods is negatively associated with child secure attachment. Secondly, substance-exposed children describe coping with stress through both optimal and non-optimal caregiver support, as well as by showing maladaptive coping strategies. Finally, unpredictable maternal sensory signals are linked to poorer child cognitive development at 24 and 48 months of age. These findings highlight the risks posed by maternal substance use to child development, particularly concerning attachment and related coping skills. Additionally, caregiving difficulties in terms of unpredictable sensory signals indicate compromised child cognitive development. Thus, it is essential to support substance-using mothers' caregiving to foster children's optimal development in attachment, coping, and cognitive skills.

Itsesäätelyn ja käyttäytymisen tukemisen interventiot varhaiskasvatusikäisille

			
Symp4	TO	9:00	PI

Symposium

Onnistunut itsesäätely syntyy ympäristön ja yksilön vuorovaikutuksesta ja vastaavasti sen kehitystä voidaan tukea sekä lapsen kasvu ympäristön käytänteitä muokkaamalla että lapsen taitoja vahvistamalla. Symposiumissa esitellään Suomessa käytössä olevia ja tutkittuja, varhaiskasvatusikäisten lasten interventioita. ProVaka-toiminnassa (Positiivisesti Ryhmässä Oppiva Varhaiskasvatus) tähän pyritään vahvistamalla yhteisiä tavoitteita ja toimintamalleja sekä positiivisella palautteella. Varhaiskasvatuksen yleisen, kaikille lapsille tarkoitetun tuen ohella toiminnassa on kehitetty yksilöllisiä, intensiivisemmän tuen menetelmiä. LeKe-toiminnassa (Leikitään ja keskitytään) kohteena ovat lapsen toiminnanohjauksen taidot, joita harjoitellaan aikuisen ohjaaman leikin avulla. Perheille suunnatussa LeKe-interventiossa vanhempia ohjataan vahvistamaan lapsen taitoja kotona leikkien, ja varhaiskasvatukseen on kehitetty oma itsesäätelyä tukeva toimintamalli.

Itsesäätelyn ja käyttäytymisen tukemisen interventiot varhaiskasvatusikäisille

			
Symp4	TO	9:00	PI

 Positiivisesti ryhmässä oppiva varhaiskasvatus (ProVaka)

 Vesa Närhi

ProVaka on toimintamalli, jossa päiväkotitoiminta ohjatusti kehittää yhteistä toimintakulttuuriaan tavoitteena luoda päiväkodista ympäristö, joka systemaattisesti ja johdonmukaisesti opettaa lapsille sosiaalista käyttäytymistä ja tukee siinä onnistumista. ProVakan taustalla on Suomessa aiemmin koulujen toimintakulttuurin kehittämiseksi tehty ProKoulu-työ. Työn taustalla on ollut kansainvälinen School Wide Positive Behavior Support -toimintamalli, jonka vaikuttavuus käyttäytymisen ongelmien vähentämisessä on osoitettu. Keskeisinä teoreettisina taustoina ProVakalle ovat käyttäytymispsykologia ja ekologinen systeemiteoria. ProVaka-toimintakulttuuri rakentuu päiväkotiyhteisössä yhteisesti sovituille kasvatustavoitteille, niistä johdetuille konkreettisille toimintaohjeille päiväkodin eri tilanteisiin, toivottujen käyttäytymisten systemaattiselle opettamiselle, onnistumisiin keskittyvän palautteen avulla ohjaamiselle sekä yhteisille tavoille puuttua ei-toivottuun käyttäytymiseen. Kehittämistyössä rakennetaan toimintakulttuuri, joka tukee kaikkien lasten käyttäytymistä, ja johon voidaan tarvittaessa sisällyttää yksilöllistetysti vahvennetut käyttäytymisen tuen keinot niitä tarvitseville lapsille. Esityksessä kuvataan ProVaka-toimintakulttuurin rakentuminen ja ensimmäiset havainnot sen alkuvaiheen vaikuttavuudesta, lasten osallisuudesta kehittämistyön eri vaiheissa sekä kehittämistyön onnistumisen edellytyksistä ja haasteista.

Itsesäätelyn ja käyttäytymisen tukemisen interventiot varhaiskasvatusikäisille

			
Symp4	TO	9:00	PI

Lapsen intensiivinen tuki varhaiskasvatuksessa: näyttöön pohjaavia tukimalleja

Anne Karhu

Tässä puheenvuorossa avataan varhaiskasvatukseen erityisopettajien ja tutkijoiden yhteisestä tutkimusprojektista, jossa pilotoitiin lasten itsesäätelyä tukevia yksilöllisiä toimintamalleja suomalaiseen varhaiskasvatukseen. Check in Check out (CICO) ja videoitsemallinnus (VIM) ovat molemmat strukturoituja toimintamalleja, joilla on vahva tai kohtuullisen vahva aikaisempi kansainvälinen tutkimusnäyttö tuen vaikuttavuudesta. Molempien tutkittavien toimintamallien tavoitteena on, että lapsen tilannekohtaisia käyttäytymisodotuksia selkiinnytetään ja lisätään ohjausta niiden noudattamiseen. Onnistumiset huomioidaan mahdollisimman systemaattisen positiivisen palautteenannon avulla ja reaktiivista huomion kiinnittämistä epäonnistumisiin pyritään vähentämään. Käyttäytymispsykologiseen teoriaan pohjaavassa CICO-tuessa keskeistä ovat lyhyet ennakoitavat tapaamiset aikuisen kanssa, pistekortin käyttö edistymisen havainnollistamisessa, jatkuva ja systemaattinen palaute onnistumisista sekä tiivis päivittäinen yhteistyö vanhempien kanssa. Aikaisemmassa tutkimuksessa CICO-tuki on havaittu vaikuttavaksi ja sosiaalisesti hyväksyttäväksi käyttäytymisen tukemisen malliksi erityisesti kouluikäisillä lapsilla ja aiheesta on tehty myös kotimaista tutkimusta. Kansainvälisessä tutkimuksessa tuen käytöstä on saatu rohkaisevia tuloksia myös alle kouluikäisillä lapsilla. VIM tuki puolestaan hyödyntää sosiaalisen oppimisen teoriaa ja lapsen luontaista kykyä oppia havainnoinnin kautta. VIM tuessa lapselle näytetään harjoiteltavasta tilanteesta lyhyt video, jossa lapsi toimii ja käyttäytyy tilanteessa toivotulla tavalla. VIM tuen käytettävyyttä tukee sen yksinkertaisuus: tuen vaikuttavuus perustuu pääasiassa siihen, että lapselle mahdollistetaan videon katsominen onnistuneesta tilanteesta ja näkyväksi tehtyä toivottua käyttäytymistä vahvistetaan. Tutkimusprojektissa selvittää (i) implementaatioprosessin vaihteellisuutta käyttäen laadullisia tutkimusmenetelmiä ja (ii) tukimallien vaikuttavuutta käyttäen yksittäistapaustutkimusmenetelmää. Alustavien havaintojen mukaan henkilökunta on ottanut molemmat tutkittavat toimintamallit myönteisesti vastaan ja tukea on myös pystytty toteuttamaan hyvällä fideliteetillä. Alustavien tulosten mukaan vaikuttavuus lasten ongelmalliseksi koettuun käyttäytymiseen on ollut molempien toimintamallien osalta myönteistä ja rohkaisevaa. Tutkimusprojektia toteutetaan käyttäytymisen yleisen tuen kehittämiseen sitoutuneissa Positiivisesti ryhmässä oppiva varhaiskasvatus (ProVaka) päiväkodeissa. Puheenvuorossa esitellään tutkimuksen alustavia tuloksia.

Itsesäätelyn ja käyttäytymisen tukemisen interventiot varhaiskasvatusikäisille

			
Symp4	TO	9:00	PI

Leikitään ja keskitytään (LeKe): toiminnanohjauksen vahvistaminen leikin avulla

Liisa Klenberg

Esityksessä kerrotaan Niilo Mäki Instituutin kehittämis- ja tutkimushankkeiden tuloksista. Hankkeiden tavoitteina on ollut tukea varhaiskasvatusikäisten lasten itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen kehittymistä sekä ennaltaehkäistä näihin liittyvien vaikeuksien kumuloitumista. LeKe perheille on 8 viikkoa kestävä manualisoitu interventio, jossa vanhempien tapaamisissa keskitytään erityisesti kotona leikkimisen ohjaamiseen. Leikitään ja keskitytään -hankkeessa tehtyyn satunnaistettuun verrokkitutkimukseen osallistui vuosina 2017–2019 yhteensä 95 perhettä, joissa oli huolta lapsen ylivilkkaudesta ja keskittymisen vaikeuksista. LeKe-interventioon osallistuneiden lasten tarkkaavuuteen, ylivilkkauteen ja aggressiiviseen käyttäytymiseen liittyvät ongelmat vähenivät enemmän kuin verrokeilla vanhempien arvioon perustuen. Nämä muutokset myös säilyivät 2 kk seurannan aikana. Vanhempien kuormittuneisuutta koskevassa tutkimuksessa vanhempien kokeman stressin väheneminen oli yhteydessä lapsen aggressiivisen käyttäytymisen vähenemiseen. LeKe:n implementaation kannalta tärkeää oli myös se, että perheet pysyivät mukana toiminnassa hyvin (keskeytyksiä 8%) ja sekä vanhemmat että ohjaajina toimivat psykologit ja perhetyöntekijät kokivat intervention erittäin hyväksyttäväksi. Tulokset ovat varsin yhdenmukaisia muualla maailmassa käytössä olevien leikkiperustaisten menetelmien vaikuttavuustutkimusten kanssa. Varhaiskasvatuksen LeKe-interventio voidaan toteuttaa osana päiväkotiryhmän päivittäistä toimintaa. Interventio alkaa 6 viikon yleisen tuen jaksolla, jossa kaikki ryhmän lapset osallistuvat toiminnanohjausta tukevaan leikkitoimintaan päivittäin. Pidempiaikaista tukea tarvitsevat lapset jatkavat leikkimistä tämän jälkeen 8 viikon ajan plussaryhmissä. Varhaiskasvatuksen LeKe:n vaikuttavuustutkimuksesta, jossa oli mukana 27 päiväkotiryhmää ja 186 lasta, esitetään alustavia tuloksia menetelmän soveltuvuudesta suomalaiseen varhaiskasvatukseen.

Itsesäätelyn ja käyttäytymisen tukemisen interventiot varhaiskasvatusikäisille

Symp4 TO 9:00 PI

Yksilöllisten tekijöiden vaikutus LeKe:n interventiovasteeseen

Minna Hakala

Lasten toiminnanohjauksen haasteilla on todettu olevan negatiivinen vaikutus lapsen tulevaisuuteen lisääntyneenä riskinä mm. käytöshäiriöille, päihdeongelmille sekä mielenterveyden haasteille. Monenlaisia interventioita on kehitetty näiden lasten oireiden lievittämiseksi ja tulevaisuuden haasteiden ehkäisemiseksi. Vaikuttavuustutkimusten ohella on tärkeää selvittää tarkemmin, minkälaiset lapset hyötyvät interventioista eniten, jotta interventioita voitaisiin paremmin kohdentaa lapsille, jotka hyötyvät eniten tai miettiä keinoja, joilla interventioiden vaikuttavuutta voisi lisätä. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa varhaiskasvatusikäisille suunnatun, leikkiin pohjautuvan intervention vasteeseen vaikuttavia tekijöitä. Erityisenä kiinnostuksena oli arvioida, vaikuttivatko tietyt yksilölliset tekijät, kuten toiminnanohjaushaasteiden taso ennen interventiota, vanhempien koulutustaso, keskimääräinen leikkiin käytetty aika vanhemman kanssa intervention aikana tai tietyt lapsen luonteenvahvuudet interventiosta saadun hyödyn suuruuteen, eli haasteiden lievittymiseen. Tämän ohella on arvioitu toiminnanohjauksen haasteista kärsivien lasten luonteenvahvuuksia, näiden ollessa vähäisen huomion alla tutkimuskentällä. Tämä tutkimus on osaprojekti Leikitään ja keskitytään-tutkimushanketta. Interventiotutkimuksen datankeruu toteutettiin lokakuun 2017 ja marraskuun 2018 välisenä aikana. Tutkimuksen sisäänottokriteerinä olivat vanhempien raportoimat lapsen keskittymisen vaikeudet ja hyperaktiivisuus sekä 4–5 vuoden ikä. Toiminnanohjauksen haasteiden muutosta arvioitiin Home Situations Questionnaire – Revised -kyselyllä. Aiempia toiminnanohjauksen haasteita kartoitettiin Five-to-fifteen-Revised -lomakkeella ja luonteenvahvuudet on poimittu Pikkukesky-kyselylomakkeesta. Lasten yleisimpiä vahvuuksia olivat mm. hyvä mielikuvitus, innokkuus, kekseliäisyys, urheilullisuus, nopeus, sosiaalisuus sekä huumorintajuisuus. Interventiovasteeseen vahvimmin yhteydessä olevista luonteenvahvuuksista tehtiin summamuuttuja, jota käytettiin korrelaatio- ja regressioanalyysissä. Heikko/keskisuuri positiivinen ja tilastollisesti merkitsevä korrelaatio havaittiin interventiovasteen ja keskimääräisen leikkiajan sekä interventiovasteen ja luonteenvahvuusmuuttujan välillä. Lisäksi leikkiaikaa ja luonteenvahvuuksia mittaavan muuttujan välillä oli tilastollisesti merkitsevä, heikko/keskisuuri positiivinen korrelaatio. Vaikka tilastollinen merkitsevyys hävisi regressioanalyysissä, luonteenvahvuudet ja leikkiaika selittivät suurimman osan interventiovasteeseen liittyvästä vaihtelusta lopullisessa regressiomallissa. Tutkimuksen rajoituksina olivat pieni otoskoko yhdistettynä useampaan riippumattomaan muuttujaan, joka saattaa selittää tilastollisen merkitsevyyden häviämisen regressioanalyysissä. Tutkimus antaa alustavaa, vaikka hieman ristiriitaista näyttöä luonteenvahvuuksien ja suuremman leikin määrän yhteydestä interventiosta hyötymiseen.

Kun katsoit minuun-Kasvonilmeet ja katsesuunta psykofysiologisessa tutkimuksessa

			
Symp4	TO	9:00	F3005

Symposium

Suomen Psykologisen Seuran Käyttäytymisneurotieteen jaoksen symposium kokoaa yhteen tuoreinta suomalaista tutkimusta sosiaalisen havaitsemisen osalta. Keskitymme monipuolisissa esityksissämme erityisesti kasvojen ilmeiden ja katseen suunnan havainnointiin ja niiden aikaansaamiin psykofysiologisiin reaktioihin. Kasvojen ja erityisesti kasvon ilmeiden ja katseen suunnan merkitys sosiaalisessa kognitiossa on ollut tutkimuksen keskiössä pitkään ja merkitys sosiaalisessa vuorovaikutuksessa on osoitettu kiistattomasti. Tässä symposiumissa keskitymme kasvojen ja katseen havaitsemiseen erityisissä ja ajankohtaisissa sosiaalisen vuorovaikutuksen tilanteissa. Apulaisprofessori Piia Astikainen kertoo kasvonilmeiden automaattisesta havaitsemisesta ja masennusoireiden, surullisen mielialan ja kivun vaikutuksesta ilmeiden havaitsemiseen. Tutkijatohtori Elisa Vuoriaisen esitys paneutuu yksinäisyyden vaikutuksiin katseen havainnointiin ja kasvokkaiseen vuorovaikutukseen. Väitöskirjatutkija Samuli Linnunsalo kertoo kasteen suunnan havaitsemiseen liittyvistä aivovasteista ihmisen ja robotin välisessä vuorovaikutuksessa. Yliopistotutkija Anneli Kylliäinen esittelee tutkimustuloksia kasvojen ja katse suuntaan havaitsemisen aikaansaamista psykofysiologisista vasteista autismipiirteisillä taaperoilla.

Kun katsoit minuun-Kasvonilmeet ja katsesuunta psykofysiologisessa tutkimuksessa

Symp4 TO 9:00 F3005

Aivojen automaattiset herätevasteet kasvonilmeiden havaitsemisen tutkimuksessa

Piia Astikainen

Kasvonilmeiden nopea ja automaattinen havaitseminen on tärkeää ihmisten välisen vuorovaikutuksen sujuvuudelle. Olemme tutkineet muutoksen havaitsemista kasvonilmeissä mittaamalla aivosähkökäyrää aikuisilla koehenkilöillä. Aivosähkökäyrämittauksen etuna on sen suuri ajallinen tarkkuus, mikä mahdollistaa tiedonkäsittelyn eri vaiheiden tutkimisen jo esitietoisien havainnon osalta. Näissä kokeissa tutkittavat katsovat tietokoneen näytölle esitettyjä kasvokuvia, joissa esiintyy neutraalien kasvonilmeiden joukossa emotionaalisia ilmeitä. Tutkittavat katsovat kasvokuvia passiivisesti tehden samalla toista tehtävää, jolloin aiovasteiden voidaan olettaa ilmentävän ei-tarkkailtua kasvojen havaitsemista. Tuloksemme useista eri tutkimuksista ovat osoittaneet, että emotionaaliset ilmeet tuottavat suurentuneen aivoaktiivisuuden jo noin 100 ms kuluttua kasvokuvan esittämisestä. Nämä varhaiset aivojen herätevasteet olivat nopeampia pelokkaan kuin iloisen kasvonilmeen kohdalla, mikä viittaa uhkaan liittyvän ärsykkeen tehostuneeseen havaitsemiseen. Myös myöhemmät aiovasteet (150-300 ms kasvokuvan jälkeen) ilmensivät kasvojen rakenteen ja emotionaalisen ilmeen koodaamista. Olemme tutkineet myös masennusoireiden ja laboratoriossa tuotetun surullisen mielialan ja kivun vaikutusta kasvonilmevasteisiin. Tutkittavilla, joilla oli masennusoireita, ilmeni varhainen (~ 100 ms kasvokuvan jälkeen) suurentunut aktiivisuus surullisiin, mutta ei iloiseihin, kasvoihin. Tämä aivoaktiivisuus ilmensi masennuksen tilaa, eikä niinkään piirrettä, sillä aivoaktiivisuus normalisoitui kontrolliryhmän tasolle, kun masennusoireet vähenivät. Sekä surullinen mieliala että käsivarteen tuotettu kipu taas pienensivät iloiseihin kasvoihin liittyvää aivoaktiivisuutta. Yhteenvedona voidaan todeta, että ihmisaivot kykenevät nopeasti ja ilman tarkkaavuutta abstrahoimaan kasvojen vaihtuvista piirteistä tunteisiin liittyviä piirteitä. Masennus, surullinen mieliala ja fyysinen kipu aiheuttavat muutoksia aiovasteissa, jotka ilmentävät vinoutunutta kasvonilmeiden havaitsemista. Näillä muutoksilla kasvonilmeiden havainnossa voi arvella olevan merkitystä sosiaaliselle havaitsemiselle ja ihmisten väliselle vuorovaikutukselle. Koska masennusoireet ja surullinen mieliala ilmenivät erilaisina muutoksina aiovasteissa, tulokset kannustavat etsimään mahdollisuuksia käyttää näitä vasteita masennuksen diagnosoinnissa ja hoidon suunnittelussa.

Kun katsoit minuun-Kasvonilmeet ja katsesuunta psykofysiologisessa tutkimuksessa

Symp4 TO 9:00 F3005

Katseen ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen herättämät reaktiot yksinäisillä

Elisa Vuoriainen

Yksinäisyyden mallit esittävät yksinäisyyden aversiivisena tilana, joka johtaa pyrkimykseen korjata sosiaalisia suhteita, mutta samalla lisää vetäytymistäipumusta ja herkkyyttä torjunnalle. Yksinäisyyteen on havaittu liittyvän negatiivista vinoumaa sosiaalisen tiedon käsittelyssä, mm. lisääntynyttä tarkkaavuutta sosiaalista uhkaa ilmentäviin vihjeisiin. Kasvokkaisen vuorovaikutuksen aikana katse ja hymy ovat erityisen merkityksellisiä sosiaalisia vihjeitä, jotka viestivät toisen henkilön tarkkaavuudesta ja lähestymispyrkimyksestä. Tavallisesti nämä signaalit herättävätkin positiivisia tunteita ja lähestymismotivaatiota. Yksinäisillä kasvokkainen vuorovaikutus saattaa kuitenkin aktivoida torjunnan pelkoa ja johtaa vetäytymispyrkimykseen. Esittelen tuloksia sosiaaliseen havaitsemiseen liittyvästä tutkimuksesta, jossa on tarkasteltu yksinäisyyden vaikutusta ei-kielellisten vihjeiden käsittelyyn sekä aidossa kasvokkaisessa vuorovaikutustilanteessa, että kasvokuvia arvioitaessa. Tulokset osoittivat vähäisempää autonomisen hermoston viriämistä toisen henkilön kanssa kasvokkain ollessa yksinäisillä verrattuna ei-yksinäisiin. Yksinäiset olivat myös vähemmän halukkaita lähestymään toista henkilöä. Vaimentunut kehollinen virittyminen ja vähentynyt sosiaalinen kiinnostus toista henkilöä kohtaan saattavat siten heijastaa vähäisempää lähestymiseen liittyvää reaktiivisuutta yksinäisillä. Kasvokuvista katseen suuntaa arvioidessaan yksinäiset puolestaan osoittivat voimakkaampaa prososiaalisuuteen viittaavaa taipumusta. Kokeessa tutkittavia pyydettiin arvioimaan katseensuuntaa kasvokuvista, joissa henkilön katseen suunta vaihteli asteittain suorasta huomattavasti sivulle kääntyneeseen. Yksinäiset hyväksyivät suoraksi katseeksi laajemman poikkeaman suorasta katseesta kuin ei-yksinäiset, mikä voi kertoa pyrkimyksestä päästä sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Tulokset osoittavat, että yksinäisyys vaikuttaa ei-kielellisten sosiaalisten vihjeiden käsittelyyn monitasoisesti.

Kun katsoit minuun-Kasvonilmeet ja katsesuunta psykofysiologisessa tutkimuksessa

Symp4 TO 9:00 F3005

Psykofysiologiset reaktiot ihmisen ja robotin välisessä katsekontaktissa

Samuli Linnunsalo

Nykyään ihmiset ovat erinäisissä sosiaalisissa ympäristöissä vuorovaikutuksessa paitsi toisten ihmisten, myös humanoidirobottien kanssa. Robotteja käytetään ympäri maailman esimerkiksi päiväkodeissa, opetuksessa, sairaaloissa ja vanhainkodeissa. On ennustettu, että robotiikan nopean kehityksen myötä ihmisten ja robottien välisestä vuorovaikutuksesta tulee päivä päivältä yleisempää. Aiempi tutkimus kertoo, että ihmiset tapaavat vaistomaisesti liittää robotteihin inhimillisiä piirteitä, kuten kykyä ajatella tai toimia tarkoituksellisesti. Tämä voi johtua esimerkiksi siitä, että robotit pystyvät liikkumaan näennäisen itsenäisesti, keskustelemaan ihmisten kanssa ja hyödyntämään sosiaalisia eleitä vuorovaikutuksessa. Ihmisillä on taipumus inhimillistää robotteja niin paljon, että jopa robotin katseesta voi tulla ihmiselle sosiaalisesti tärkeä signaali. Aiempi tutkimus on osoittanut, että katsekontakti humanoidirobotin kanssa aiheuttaa samanlaisia tarkkaavuuteen ja tunteisiin liittyviä psykofysiologisia reaktioita kuin katsekontakti toisen ihmisen kanssa. On kuitenkin epäselvää, miten robotin inhimillistäminen vaikuttaa katsekontaktin aiheuttamien tarkkaavuus- ja tunnereaktioiden syntyyn. Tutkimuksessamme mittasimme aikuisten (N = 68) psykofysiologisia tarkkaavuus- ja tunnereaktioita heidän katsellessaan robotin suoria (kohti tutkittavaa) ja käännettyjä katseita. Tutkittavilta mitattiin aivosähkökäyrällä N170- (kasvojen visuaalinen prosessointi) ja P300-herätevasteita (tarkkaavuuden kohdistaminen), minkä lisäksi mittasimme sydämensykkeen hidastumisreaktiota (tarkkaavuuden kohdistaminen), ihon sähkönjohtavuutta (tunneperäinen virittyminen) sekä posken ja kulmakarvojen alueen kasvolihassaktivaatiota (hymyileminen, kulmien kurtistaminen). Selvittääksemme robotin inhimillistämisen vaikutusta psykofysiologisiin reaktioihin, esittelimme saman humanoidirobotin yhdelle tutkittavaryhmälle autonomisena, sosiaalisena robottina ja toiselle ryhmälle elottomana, kauko-ohjattavana robottina. Tulokset osoittivat, että tutkittavat kokivat autonomisena esitellyn robotin inhimillisempänä kuin elottomana esitellyn robotin, mikä näkyi myös P300-herätevasteessa. Autonomisen robotin suora katse kaappasi huomion voimakkaammin kuin käännetty katse, kun taas elottoman robotin kohdalla P300-vasteet eivät erotelleet robotin suoraa ja käännettyä katsetta. Sen sijaan kasvojen visuaalista prosessointia heijasteleva N170-vaste oli voimakkaampi robotin suoraan kuin käännettyyn katseeseen riippumatta robotin inhimillistämisestä. Samoin lihassähkökäyrätulokset osoittivat, että tutkittavat hymyilivät enemmän robotin katsoessa kohti heitä kuin pois päin heistä riippumatta siitä, esitettiinkö robotti inhimillisenä vai ei. Nämä tulokset osoittavat, että robotin oma käyttäytyminen ja sen näennäinen itsenäisyys vaikuttavat ainakin joiltain osin siihen, miten ihmiset reagoivat robotin katseeseen.

Kun katsoit minuun-Kasvonilmeet ja katsesuunta psykofysiologisessa tutkimuksessa

Symp4 TO 9:00 F3005

Sykkeen tarkkaavuusvasteet kasvoihin autismipiirteisillä taaperoilla

Anneli Kylliäinen

Autismikirjon varhainen tunnistaminen on olennaisen tärkeää kehityksellisen tuen aloittamiseksi. Psykofysiologiset vasteet kasvoärsykkeisiin ja erityisesti suoraan katseeseen saattavat olla yksi mahdollinen autismikirjoa ennustava tunnusmerkki pienillä lapsilla. Aiempi tutkimuksemme (Helminen ym., 2017) osoitti, että vastikään diagnosoiduilla autismikirjon 2-5-vuotiailla lapsilla ei havaittu voimakkaampaa sykkeen hidastumista suoraan katseeseen verrattuna sivulle käännettyyn katseeseen, kuten tavanomaisesti kehittyneillä lapsilla havaittiin. Sykkeen hidastuminen pian ärsykkeen näkemisen jälkeen on tulkittu tarkkaavuuden suuntautumisena ja kiinnittymisenä havaittuun kohteeseen. Tutkimuksen tavoitteena oli tutkia autismipiirteisillä taaperoilla sykkeen tarkkaavuusvastetta kasvojen ja esineiden välillä sekä suoraan katseen ja käännetyyn katseen välillä. Tutkimus on osa Katse Taaperoon -hanketta, jossa osallistujat rekrytoidaan Pirkanmaalta autismikirjon seulontakyselyn perusteella. Tutkimukseen tähän mennessä osallistuneet alle 2-vuotiaat lapset on jaettu autismikirjon diagnostisen havainnointiarvion (ADOS-2) mukaan matalan ja korkean autismipiirteisyyden ryhmiin. Lapsille esitettiin tietokoneen näytöllä dynaamisia kasvokuvia (suorat ja kääntyneet katsesuunnat) ja kelloja vertailuärsykeinä samalla kun heidän sydämensykkeen muutosta mitattiin. Tulokset osoittivat, että matalan autismipiirteisyyden ryhmässä sykkeen hidastuminen oli voimakkaampaa kasvojen kuin kellojen kohdalla, kun taas korkean autismipiirteisyyden ryhmässä sykkeen hidastuminen oli voimakkaampaa kellojen kohdalla kuin kasvojen kohdalla. Analyysi ei osoittanut tilastollisesti merkitseviä vaikutuksia katseen suunnan voimakkuuteen sykkeen suuntautumisvasteissa molemmissa ryhmissä. Alustavat havainnot viittaavat siihen, että autismipiirteisillä taaperoilla on heikentynyt sykkeen tarkkaavuusvaste kasvoihin jo ennen diagnoosin asettamista. Katseensuunta kasvoissa ei tässä kehityksen vaiheessa vielä näytä vaikuttavan sykkeen tarkkaavuusvasteeseen. Psykofysiologiset mittaustulokset saattavat auttaa autismikirjon varhaisessa havaitsemisessa yhdessä vanhempien huolen ja muiden varhaisvaiheen havaintojen kanssa.

Psykologien ammatillisen kehittymisen polut oppilashuollossa

			
Symp4	TO	9:00	PIII



Symposium



Koulussa tehtävästä psykologityöstä liikkuu monenlaisia virheellisiä ja värittyneitä käsityksiä. Osaltaan tämä johtuu siitä, että työstä on melko vähän tutkittua tietoa, ja käytetyistä työvälineistä ei aina ole vaikuttavuustietoa. Tässä symposiumissa haetaan lähtölaukausta alan tarkemmalle tieteelliselle tutkimukselle nostamalla esiin alalla tehtävää tutkimustyötä ja kuvaamalla työn laatua aiemmasta poikkeavalla mallilla.

Psykologien ammatillisen kehittymisen polut oppilashuollossa

			
Symp4	TO	9:00	PIII

 Mitä psykologin työ koulussa on, ja mitä se ei ole

 Vesa Nevalainen

Psykologi- ja kuraattorityön hahmottamiseen, mittaamiseen ja suunnitteluun kehitellyn kokonaisosaamismallin esittelevä

Psykologien ammatillisen kehittymisen polut oppilashuollossa

			
Symp4	TO	9:00	PIII

 Oppilashuollon tietotyöpöydän käyttäminen työn tukena ja tiedolla johtamisen per

 Lauri Janhunen

Esityksessä kuvataan, mitä kaikkea tietoa koulun ja tutkimuslaitosten suorittamista kyselyistä voidaan koota psykologin työn tueksi

Psykologien ammatillisen kehittymisen polut oppilashuollossa

			
Symp4	TO	9:00	PIII

 Mikä saa psykologin pysymään töissä koulussa?

 Maiju Väätti

Alustavia tutkimustuloksia niistä syistä, jotka ovat johtaneet työskentelemään koulussa psykologina pitkään aikaa

Psykologien ammatillisen kehittymisen polut oppilashuollossa

			
Symp4	TO	9:00	PIII

 Menetelmäkehittäminen työssä havaittujen ongelmien ratkaisemiseksi

 Saara Ollikainen ja Noora Tuhkanen

uusien työvälineiden kehittäminen oppilashuoltoyössä havaittujen puutteiden korjaamiseksi:
tarve ja eräiden uusien työvälineiden esittely

Vanhempien resilienssi- Tutkimustuloksia FinnBrain-tutkimuksesta

Symp4	TO	9:00	SL
-------	----	------	----

Symposium

Mielenterveyden ongelmat, kuten masennus- ja ahdistusoireet ovat yleisiä odottavilla vanhemmilla. Vanhemman psyykkiset kuormitusoireet voivat ohjelmoida lapsen kehitystä jo sikiöaikana. Populaatiotutkimuksissa on havaittu, että äidin raskausajan stressi on yhteydessä lapsen kiihtyneeseen solulliseen vanhenemiseen. Solujen kromosomien päitä suojaavat telomeerijaksot kuvaavat solun biologista ikää, sillä ne lyhenevät solujen jakautuessa. Niiden lyhenemisnopeus myös kiihtyy haitallisten stressikokemusten myötä, ja telomeerijaksojen ennenaikainen lyheneminen on potentiaalinen mekanismi, jolla äidin stressikokemusten vaikutukset voivat välittyä lapselle. Suorien lapsen kehitykseen välittyvien biologisten reittien lisäksi vanhempien mielenterveysongelmat ja kohonneet stressioireet ovat riski varhaiselle vanhemmuudelle ja lapsen optimaaliselle kehitysympäristölle. Lapsen kehityksen riskitekijöitä tunnetaan jo paremmin, kun taas kehitystä suojaavien tekijöiden tutkimus on tuoreempi tutkimusala. Resilienssillä tarkoitetaan vastustuskykyä stressin ja merkittävien kuormitustekijöiden haitallisia vaikutuksia vastaan. Ilmiötä kuvaa ei vain selviytyminen kuormitustekijöiden kanssa, vaan myös positiivinen sopeutuminen ja kehitys. Korkeamman resilienssin on havaittu suojaavan yksilöä psyykkisiltä oireilta ja häiriöiltä, mutta tutkimuksia vanhemman resilienssistä on vasta vähän. Tuntemalla äitien ja isien resilienssitekijöitä voimme paremmin ymmärtää tekijöitä, jotka suojaavat vanhemmuutta ja lapsen kehitystä, sekä ymmärtää vahvuuksia ja mahdollisuuksia, joita vahvistaa ja joiden varaan rakentaa perheitä tukevia interventioita ja hoitomalleja. Tässä työryhmäesityksessä esitellään resilienssitekijöitä, jotka liittyvät vanhemman mielenterveyteen odotus- ja vauva-aikana sekä vastasyntyneen lapsen solujen ikääntymisasteeseen (valkosolujen telomeerien pituus). Resilienssitekijät käsittävät vanhemman koherenssin tunteen, coping-keinojen käytön sekä positiivisen mielenterveyden indikaattoreita. Kaikki esiteltävät tutkimukset pohjautuvat Turun seudulla ja Ahvenanmaalla kerättyyn noin 4000 perheen FinnBrain-pitkittäistutkimusaineistoon, joka on seurannut lapsen terveyden kehitystä ensimmäisestä raskauskolmanneksesta alkaen. Vanhimmat FinnBrain-lapset ovat nyt 12-vuotiaita.

Vanhempien resilienssi– Tutkimustuloksia FinnBrain-tutkimuksesta

Symp4	TO	9:00	SL
-------	----	------	----

Vanhempien piirresilienssi mielenterveyden tukena

Viivi Mondolin

Piirresilienssi (engl. trait resilience) on yksilön ominaisuus, joka auttaa sietämään vastoinkäymisiä ja selviytymään niistä. Piirresilienssiä arvioidaan usein itsearviointin avulla, ja yksi sen arvioinnissa yleisimmin käytetyistä mittareista on Connor-Davidsonin resilienssiasteikko (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC). Korkean piirresilienssin on toistuvasti havaittu olevan yhteydessä parempaan mielenterveyteen, kuten vähäisempään masennus-, ahdistus- tai stressioireiluun. Vaikka piirresilienssiä koskeva tutkimus on lisääntynyt, ja sen merkitys mielenterveyttä tukevana ja suojaavana tekijänä on toistuvasti todennettu, ymmärrys sen luonteesta on vasta rakentumassa. Erityisesti piirresilienssin pysyvyys on suuri kysymys: kuinka pysyvästä ominaisuudesta on kyse ja voidaanko sitä kehittää? Kattavat pitkittäistutkimukset aiheesta uupuvat toistaiseksi, mutta muutamat tutkimukset ovat tarkastelleet piirresilienssiä kuukausien tai parin vuoden aikajänteellä. Nämä tutkimukset indikoivat, että resilienssissä on pysyvyyttä, mutta myös alttiutta muutoksille. Tutkimuksemme tarkastelimme äitien ja isien piirresilienssiä kuuden vuoden seuranta-ajanjaksolla, alkaen raskausajasta ja jatkuen varhaislapsuuteen asti. Tutkimme sitä, miten piirresilienssi säilyy tai muuttuu seuranta-ajanjaksona, huomioiden myös ajanjaksolla eteen tulleet vastoinkäymiset. Tutkimus on osa laajaa FinnBrain-syntymäkohorttitutkimusta, ja tämän osatutkimuksen aineisto koostuu 1388 äidistä ja 657 isästä. Piirresilienssiä arvioitiin CD-RISC-10 itsearviointikyselyllä, ja masennus- ja ahdistusoireita arvioitiin itsearviointikyselyillä (EPDS ja SCL-90). Kuormittavia tapahtumia arvioitiin niin ikään kyselyllä, jossa vastaajat raportoivat vuosittain kuluneen vuoden aikana kohdattuja vastoinkäymisiä, kuten ”Lapsen vanhempien ero”, ”Lapsen isovanhemman kuolema” tai ”Taloudellisen tilanteen huononeminen”. Alustavien tulosten mukaan raskausajan piirresilienssi korreloi kohtalaisesti äideillä ja vahvasti isillä kuuden vuoden jälkeiseen piirresilienssiin. Lineaarisessa regressioanalyysissä havaittiin selvä ja merkittävä yhteys raskausajan piirresilienssin ja kuuden vuoden seurannan jälkeisen piirresilienssin välillä. Kokonaisuutena piirresilienssi lisääntyi. Niin ikään koetut vastoinkäymiset eivät muuttaneet eri ajankohtien piirresilienssien keskinäistä yhteyttä. Tietääksemme tutkimuksemme on ensimmäinen, joka tutkii piirresilienssiä näin pitkällä seuranta-ajalla. Tutkimusten valossa piirresilienssin taipumus pysyvyyteen tekee siitä arvokkaan ja panostamisen arvoisen ominaisuuden mielenterveyttä suojaavana tekijänä. Kliinisessä työssä piirresilienssiä voitaisiin hyödyntää kaikkein haavoittuvimmassa asemassa olevien yksilöiden tunnistamiseen ja tukemiseen. Lisäksi sitä voitaisiin käyttää interventoiden tuloksellisuuden seurannassa sekä ennaltaehkäisevässä työssä.

Vanhempien resilienssi– Tutkimustuloksia FinnBrain-tutkimuksesta

Symp4	TO	9:00	SL
-------	----	------	----

Koherenssin tunne sekä koherenssin yhteys vanhempien mielialaan odotusaikana

Carlos Sirkä

Koherenssin tunteella (sense of coherence) tarkoitetaan kokemusta elämänhallinnasta. Vahvalla koherenssilla on havaittu yhteys yleiseen terveyteen sekä hyvinvointiin raskausaikana. Koherenssin ulottuvuuksia (ymmärrettävyys, hallittavuus, merkityksellisyys) sekä näiden yhteyttä masennus- ja/tai ahdistusoireiluun raskaus- ja odotusaikana on kuitenkin tutkittu vähäisesti. Lasta odottavien isien koherenssin tunnetta ei ole väestötasolla aikaisemmin tutkittu. Tutkimuksessa selvitettiin äitien sekä isien koherenssin tunnetta, sen ulottuvuuksia sekä yhteyttä masennus- ja ahdistusoireisiin raskaus- ja odotusaikana. Tutkimukseen osallistui 2784 äitiä sekä 1661 isää osana FinnBrain-syntymäkohorttitutkimusta. Koherenssin tunnetta sekä masennus- ja ahdistusoireita arvioitiin itsearviointikyselyillä (SOC-13, EPDS, SCL-90: ANX) raskausviikolla 24. Koherenssikyselyn rakennetta selvitettiin konfirmatorisella faktorianalyysillä. Sukupuolten välillä koherenssin tunnetta tarkasteltiin keskiarvovertailulla sekä invarianssianalyysillä. Faktorianalyysin perusteella raskaus- ja odotusaikana koherenssin tunne koostuu kahdesta ulottuvuudesta (ymmärrettävyys–hallittavuus, merkityksellisyys). Äidit raportoivat isäi enemmän merkityksellisyyden ulottuvuutta, isät raportoivat enemmän ymmärrettävyys–hallittavuuden ulottuvuutta. Isillä oli äitejä hieman vahvempi koherenssin tunne odotusaikana. Kuitenkin masennusoireilua kokevilla äideillä oli masennusta kokevia isäi vahvempi koherenssin tunne. Samankaltainen eroavaisuus havaittiin ahdistusoireilussa. Äitien aiemmat synnytykset eivät olleet yhteydessä koherenssin tunteeseen. Tieto raskaus- ja odotusajan koherenssin tunteen ilmentymisestä tulevien äitien ja isien keskuudessa auttaa suuntaamaan vanhempiin sekä koko perheeseen kohdistuvia neuvonta-, ohjaus- ja tukimuotoja, kuten äitiys- ja lastenneuvolapalveluja.

Vanhempien resilienssi– Tutkimustuloksia FinnBrain-tutkimuksesta

			
Symp4	TO	9:00	SL

Äidin resilienssi ja mielenterveys ja vastasyntyneen solullinen ikääntymisaste

Eeva-Leena Kataja

Telomeerit ovat solujen kromosomien päitä suojaavia proteiineja, jotka kuvaavat solun biologista ikää. Telomeerit lyhenevät solujen jakautuessa, mutta niiden lyhenemisnopeuden on havaittu kiihtyvän haitallisten stressikokemusten myötä. Tutkimusten mukaan jo äidin raskausajan stressi saattaa vaikuttaa kehittyvän lapsen telomeerien lyhenemisnopeuteen. Telomeerijaksojen ennenaikainen lyheneminen on siis yksi potentiaalinen mekanismi, jolla äidin stressikokemusten vaikutukset voivat välittyä jo kohdussa kehittyvän lapsen terveyden kehityksen riskiksi. Toisaalta tutkimusten pohjalta on esitetty, että äidin positiivinen mielenterveys ja resilienssi voisivat suojata lapsen telomeerien kehitystä. Kuitenkin tutkimuksia aiheesta on tehty vasta muutamia. Tämä tutkimus on osa FinnBrain-syntymäkohorttitutkimuksen telomeerit ja epigenetiikka -osatutkimusta. Osatutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa tekijöistä, jotka aiheuttavat muutoksia lasten solullisessa vanhenemisessa. Tässä tutkimuksessa ollaan erityisesti kiinnostuneita äidin raskausajan masennus- ja ahdistuneisuusoireiden yhteydestä vastasyntyneen lapsen telomeerien pituuksiin, sekä toisaalta vanhemman resilienssin ja positiivisen mielenterveyden mahdollisesti telomeerien pituuksia suojaavista ominaisuuksista. Aineisto käsittää lähes 3000 vastasyntyneen telomeeripituustietoa (valkosoluista mitattuna) sekä kyselylomakedataa äitien raskausajan masennus- (EPDS) ja ahdistuneisuusoireista (SCL-90 ja PRAQ-R2), resilienssistä (CD-RISC ja SOC). Lisäksi kohortin kyselylomakkeista on poimittu kysymyksiä, jotka kuvaavat hyvinvointia ja positiivista mielenterveyttä. Symposiumissa tullaan esittelemään tuloksia, joita ei ole vielä analysoitu.

Kielen oppiminen ja motivaatio

			
Symp5	TO	10:40	PII

	Symposium
	

Kielen oppiminen ja motivaatio

Symp5	TO	10:40	PII
-------	----	-------	-----

Kehityksellisen kielihäiriön tunnistaminen - koneoppimissovellus

Jade Plym

Kirjoittajat. Jade Plym, Federico Målato, Pekka Lahti-Nuuttila, Sini Smolander, Eva Arkkila, Rosa Gonzáles Hautamäki & Marja Laasonen. Johdanto. Kehityksellinen kielihäiriö (DLD) on neurokehityksellinen häiriö, jossa kielelliset taidot eivät kehity ikäodotusten mukaisesti. Haasteita voi olla esimerkiksi sanavaraston tai kieliopin omaksumisessa ja käytössä. DLD:n esiintyvyys on noin 7 %, ja se on yhteydessä kielen kehityksen poikkeavuuksien ohella akateemiseen suoriutumiseen, tunteiden säätelyn kehitykseen ja kokonaishyvintointiin lapsuudesta aikuisuuteen. Näin ollen sen varhainen tunnistaminen ja oikein kohdennettu tuki ovat tärkeitä. Tutkimustieto DLD:n tunnistamisesta perustuu pääosin yksikielisiin lapsiin, vaikka monikielisyys on kasvava ilmiö niin maailmanlaajuisesti kuin Suomessakin. Peräkkäinen kaksikielisyys haastaa DLD:n tunnistamista: yksilöllinen vaihtelu kieliympäristöissä ja suomen kielelle altistumisen määrässä on suurta, joten myös tyypillisen kielen kehityksen ja DLD:n ilmiö vaihtelevat. Eräs näkökulma varhaisen tunnistamisen tueksi on kognitiivisten toimintojen kieltä laajempi huomioiminen. DLD:hen liittyy kielellisten haasteiden lisäksi usein lieviä poikkeavuuksia ei-kielellisissä toiminnoissa, mutta tarkempaa tutkimusta tästä aiheesta on vasta vähän. Parempi ymmärrys DLD:hen liittyvistä kielellisistä haasteista ja ei-kielellisistä poikkeavuuksista sekä niiden yhteyksistä toisiinsa helpottaisi DLD:n tunnistamista sekä kieli- ja kulttuurisensitiivistä arviointia. Tässä poikittaistutkimuksessa tarkastellaan koneoppimisen menetelmin neuropsykologisten tehtävien kykyä kokonaisuutena havaita DLD yksikielisillä ja peräkkäisesti kaksikielisillä lapsilla, sekä tutkitaan yksittäisten tehtävien painoarvoa DLD:n tunnistamisessa. Menetelmät. Osallistujat olivat 3–7-vuotiaita yksi- ja kaksikielisiä (N = 392; mono-TD, n = 89; mono-DLD, n = 131; bi-TD, n = 81; bi-DLD, n = 91) Helsingin pitkäikäisen SLI-tutkimuksen (HelSLI) ensimmäisestä vaiheesta. Kognitiivisia toimintoja, kuten päättelyä, sanavarastoa, näönvaraista hahmottamista ja lyhytkestoista muistia, tutkittiin laajasti käytetyillä suomenkielisillä kliinisen neuropsykologian tehtävillä. Analyseissa hyödynnettiin koneoppimismenetelmiin kuuluvaa random forest -luokittelualgoritmia, jolla luokittelu TD- ja DLD-ryhmiin tehtiin erikseen mono- ja bi-ryhmille. Alustavat tulokset ja johtopäätökset. Neuropsykologisten tehtävien avulla onnistuttiin lähes 90 % tarkkuudella luokittelemaan sekä yksi- että kaksikielisiä lapsia DLD- ja TD-ryhmiin. Luokittelussa tärkeimpinä näyttäytyivät erityisesti tuottavaa kieltä ja puhetta vaativat tehtävät. Tutkimuksen eksploratiivisen luonteen vuoksi tulosten toistaminen tulevissa tutkimuksissa näyttäytyy erityisen tärkeänä. Alustavat tulokset auttavat ymmärtämään DLD:tä aiempaa kokonaisvaltaisemmin ja tarkentavat jatkokysymyksiä kieltä laajempien kognitiivisten toimintojen roolista DLD:ssä.

Kielen oppiminen ja motivaatio

			
Symp5	TO	10:40	PII

Seulontatyökalu oppimismotivaation tunnistamiseksi

Sami Määttä

Nuorten oppimisen ongelmat ovat jatkuvasti esillä julkisessa keskustelussa. Suomalaiskoululaisten tulokset PISA-tutkimuksissa ovat heikentyneet, koulutuksen keskeyttäminen toisella asteella on lisääntynyt viime vuosina, erityisesti ammatillisessa koulutuksessa. Lisäksi osa nuorista on kouluakäymättömiä, eli poissaolomäärät ovat niin suuria, että ne haittaavat vakavasti oppimista. Syitä näihin ilmiöihin on monia, mutta yleensä aina mukana on motivaatio. Motivaatiota voi lähestyä monella tavalla – miksi, mitä, miten. Miten-tapa keskittyy tyypilliseen tapaan kohdata haastavat tilanteet; tällöin puhutaan suoritusstrategioista. Jari-Erik Nurmi kollegoineen on kehittänyt motivaation prosessimallin, joka koostuu minäkuvasta, ennakkoinneista, suunnittelusta, toiminnasta ja toiminnan arvioinnista. Tätä mittaamaan kehitettiin CAST-menetelmä, josta Niilo Mäki Instituutin Motivoimaa-hankkeessa kehitettiin edelleen 10 lyhyen kysymyksen versio. Tätä lyhyttä versiota on käytetty tutkimuksissa ja opinnäytetöissä. Lisäksi menetelmä on liitetty osaksi Niilo Mäki Instituutin DigiLukiseula -lukivaikeuksien seulontamenetelmää. Menetelmä on osoittautunut toimivaksi motivaatio-ongelmien tunnistamismenetelmäksi eri datoissa, ja sen avulla voidaan ennustaa myöhäisempää opintomenestystä, joko yksin tai yhdistettynä lukivaikeusseulaan.

Kielen oppiminen ja motivaatio

Symp5	TO	10:40	PII
-------	----	-------	-----

Psykologiaa soveltamassa Ekapelistä kaikki maailman lapset täyteen lukutaitoon

Heikki Lyytinen

Jyväskylä Longitudinal study of Dyslexia'n tuloksista erityisesti tulosten soveltamisen kannalta. Lukutaidon harjoitusmenetelmien tiivistelmäkuvaus niin, että edetään etenemisjärjestyksestä Suomen Ekapelistä viimeisimpää StoryReaderi-peliin, joka auttaa lapsia köyhissä maissa, joissa lapsilla ei ole ymmärtävään lukemiseen luonnollisella tavalla harjoittavia kiinnostavia kirjoja eikä edes tuloksiin johtavaa peruslukutaidon opetusta. StoryReaderin eri versiot opettavat alusta lähtien ymmärtävään lukutaitoon ensin peruslukutaidon yhtä kolmesta vaihtoehdosta parhaiten ko maahan soveltuvaa menetelmää käyttäen. Painopiste sen käytössä on köyhissä maissa. Tilannekuvaus sellaisena kun sen käyttöön vienti ja tulokset vaikuttavuudesta esitelmän hetkellä ovat tiedossani. Kaikille kuulijoille tehdään menetelmät esimerkein tutuksi. Todettakoon, että ne ovat kaikki suomalaisille ja UNESCO:n köyhiksi määrittelemissä maissa ilmaisia ja jaettavissa halvoissa kännyköissä, joilla pääsee nettiyhteyteen tuloksellisimmin jos ko maahan on saatu perustettua jakelun tuen varmistava toimija. Tätä kirjoitettaessa sellainen on olemassa jo Sambiassa, jossa kaikki pelit esitellään. Siellä on mm. jo todettu, että Ekapelin ulkomaanversio GraphoGame(GG) ei riitä koulukirjojen tekstien ymmärtävään lukemiseen. Tarvitaan myös ComprehensionGame (CG). GG+CG harjoittelulla nostatti lukutaidottomien maaseudun kylien lasten lukutaidon tasolle, jossa kouluarvosana nousivat huomattavasti. Sama lienee asian laito Suomessa. Tarvitaan harjoittelu Eka- ja Tokapelillä. Todettakoon, että ComprehensionGame ja StoryReader ovat kieliriippumattomia, kun paikalliset opastetaan laatimaan sisältö, silloin kun keinoälyratkaisu, joita olemme sitä aluksi laatineet, ei riitä. Keinoälyllä nekin, joilla ei ole ollut mitään tietolähdettä kylänsä ulkopuolisista asioista, voivat sitten oppia kaiken, kun se alkaa toimia jo lähes kaikilla kielillä (mm. zululla, Etelä-Afrikan yleisin kieli jonka klikkeihin perustuvaa ääntä on vaativaa opettaa lukemaan halvalla kännykällä ilman hyviä kuulokkeita).

Psykedeelien terapeutinen hyötykäyttö ja niiden vaikutusmekanismit

Symp5	TO	10:40	PIII
-------	----	-------	------

Symposium

Psykedeelit kuten sieniperäinen tryptamiini psilosybiini ovat tehneet paluun psykologiaan ja psykiatriaan, tieteellisen tutkimuksen kohteiksi ja potentiaalisiksi lääkeaineiksi. Alustavissa tutkimuksissa psykedeeliavusteisella terapialla on saatu hyviä tuloksia etenkin masennuksen, vakavaan sairauteen liittyvän ahdistuksen sekä addiktioiden hoidossa. Kymmeniä laajempia kontrolloituja kliinisiä tutkimuksia on käynnissä ympäri maailmaa, mukaan lukien tutkimus alkoholiriippuvuuden psilosybiiniavusteisesta hoidosta Suomessa. Psykedeelien käyttö on viime vuosina lisääntynyt myös muissa konteksteissa, kuten retiriittien ja seremonioiden yhteydessä. Samaan aikaan monitieteinen tutkimus psykedeelien välittömistä ja pidemmän aikavälin vaikutuksista mielenterveydelle ja hyvinvoinnille sekä näiden vaikutusten taustalla olevista mekanismeista on voimakkaasti lisääntynyt. Mahdollisen terapeuttisen käytön kannalta olisi erityisen tärkeää ymmärtää, mitkä tekijät toisaalta psykedeelien akuuttien vaikutusten aikana ja toisaalta pidemmällä aikavälillä ennustavat terapeuttisia vaikutuksia, ja miten näihin tekijöihin voidaan vaikuttaa hoitovaikutusten vahvistamiseksi ja mahdollisten haittojen ja riskien vähentämiseksi. Tässä symposiumissa psykedeelejä eri näkökulmista tutkivat tutkijat esittelevät oman tutkimuksensa tuloksia ja laajemman tutkimusnäytön tilaa. Psykedeelien akuuttien vaikutusten osalta keskiössä ovat niiden aiheuttamien mystistyyppisten kokemusten sekä oivallusten merkitys hyvinvointivaikutuksille. Pidemmän aikavälin muutoksista tarkastellaan etenkin psykologisen joustavuuden lisääntymisen sekä uskomusten ja maailmankatsomuksen muutosten roolia. Käytännön kliinistä näkökulma tuodaan mukaan viimeisessä esityksessä, jossa psykedeeliavusteista terapiaa tutkimuskontekstissa Suomessa toteuttavat psykologit kertovat Suomessa käynnissä olevasta alkoholiriippuvuustutkimuksesta ja kokemuksistaan tämän uuden hoitomuodon toteuttamisesta. (Mikäli symposium hyväksytään ohjelmaan, toivoisimme voimakkaasti sen sijoittumista kongressin ensimmäiseen tai toiseen päivään, 14.8. tai 15.8., jotta kaikki puhujat pääsevät varmuudella paikalle.)

Psykedeelien terapeutinen hyötykäyttö ja niiden vaikutusmekanismit

Symp5	TO	10:40	PIII
-------	----	-------	------

Psykedeelien aiheuttamien mystisten kokemusten yhteys terapeuttiin vaikutuksiin

Samuli Kangaslampi, PsT

Klassisten psykedeelien kuten psilosybiinin ja ayahuascan hyödyntämistä mielenterveyden häiriöiden hoidossa tutkitaan aktiivisesti ympäri maailmaa, ja niiden käyttö myös muissa konteksteissa kuten retiriiteillä lisääntyy. Tuetut psykedeelien aiheuttamat kokemukset näyttävät toisinaan johtavan parantuneeseen hyvinvointiin tai mielenterveyteen, mutta myös haittavaikutuksia raportoidaan. Psykedelien mahdollisen terapeutin käytön optimoinnin ja haittojen vähentämisen kannalta olisi tärkeää ymmärtää, mitkä psykedeelikokemusten osa-alueet tai tyypit ovat vahvimmin yhteydessä positiivisiin mielenterveys- tai hyvinvointivaikutuksiin. Psykedeelit aiheuttavat akuuttien vaikutustensa aikana käyttäjissä toisinaan mystisiksi tai mystistyyppisiksi kutsuttuja kokemuksia, jotka muistuttavat uskonnollisessa hurmoksessa tai syvässä meditaatiossa saavutettuja tiloja. Useat tutkijat ja psykedeelitutkimuksen pioneerit ovat esittäneet juuri tällaisten ykseyden, pyhyyden ja sanoinkuvaamattomuuden kaltaisia elementtejä sisältävien kokemusten ennustavan pitkäaikaisia positiivisia muutoksia hyvinvoinnissa tai mielenterveydessä. Esittelen tätä väitettä koskevan tutkimuksen ja tutkimusnäytön tilaa kahden Suomessa (N = 288) ja Ranskassa (N = 320) toteutetun kyselytutkimuksen, 44 aiempaa tutkimusta yhteen vetävän katsauksen, sekä psykedeelitutkimuksen metodologiaa käsitelleen artikkelini pohjalta. Kymmenet tutkimukset ovat löytäneet viitteitä mystistyyppisten kokemusten ja positiivisten hyvinvointimuutosten välillä erilaisissa asetelmissa. Näyttö on parasta terveiden koehenkilöiden ja yleisen hyvinvoinnin ja elämäntyytyväisyyden osalta. Mystistyyppiset kokemukset näyttävät olevan yhteydessä myös parantuneeseen luontosuhteeseen tai luonnon arvostuksen lisääntymiseen. Suoria vertailuja muihin psykedeelikokemusten piirteisiin, kuten niiden autobiografisiin tai henkilöpsykologisiin sisältöihin on kuitenkin hyvin rajoitetusti. Monissa tutkimuksissa on lisäksi tutkimusasetelmaan, yleistettävyyteen, ja metodologiaan liittyviä rajoituksia. Psykedeelien aiheuttamat mystistyyppiset kokemukset vaikuttavat olevan yhteydessä positiivisiin hyvinvointimuutoksiin. Koska psykedeelien vaikutusten alla raportoidaan usein myös merkittäviä autobiografisiin ja henkilöpsykologisiin sisältöihin liittyviä kokemuksia, oivalluksia ja läpimurtoja, olisi jatkossa kuitenkin tärkeää tutkia myös tällaisten sisältöjen merkitystä hyvinvointivaikutuksille. Lisäksi on selvitettävä, miten parhaiten tuetaan ja edistetään sellaisia psykedeelikokemuksia, jotka todennäköisesti johtavat positiivisiin pitkän aikavälin lopputuloksiin. Tuen tarjoamiseen ja psykedeelien hyödyntämiseen terapeutistisesti liittyy myös merkittäviä eettisiä kysymyksiä.

Psykedeelien terapeutinen hyötykäyttö ja niiden vaikutusmekanismit

Symp5	TO	10:40	PIII
-------	----	-------	------

Psykedeelit, hengelliset transformaatiot ja mielenterveys

Jussi Jylkkä, FT, dos.

Psykedeelien käyttö näyttää edistävän hyvinvointia niin kliinisessä käytössä kuin viihdekäytössäkin. Keskeisin positiivisia vaikutuksia ennustava tekijä on "mystinen kokemus", jota mitataan erityisillä kyselylomakkeilla. Esimerkiksi MEQ30-lomakkeessa vastaaja arvioi, missä määrin seuraavanlaiset väittämät sopivat hänen kokemukseensa: "Intuitiivisen, oivaltavan tiedon saaminen", "Tunne siitä, että koit ikuisuuden tai äärettömyyden", "Tietoisuus elämästä tai elämän läsnäolosta kaikessa", tai "Kokemus yhtenäisyydestä perimmäisen todellisuuden kanssa". Mystinen kokemus nähdään usein transformatiivisena, hengellisen heräämisen kaltaisena: Se muuttaa ihmisen maailmankatsomusta ja tapaa olla maailmassa. Tällaista muutosprosessia ("valaistumista") korostetaan tietyissä hengellisissä traditioissa (esim. buddhalaisuus) ja terapiasuuntauksissa, kuten transpersoonallinen psykologia (esim. Maslow). Länsimaissa useat tutkijat ovat kuitenkin olleet skeptisiä mystisiä kokemuksia ja niiden hengellisiä elementtejä kohtaan, koska ne vaikuttavat olevan ristiriidassa naturalistisen maailmankuvan kanssa. Eräät tutkijat jopa argumentoivat, että psykedeelisiin liittyvät mystiset oivallukset ovat harhoja. Koneen säätiön rahoittamassa kolmivuotisessa projektissa olemme selvittäneet, millaisia uskomuksia tai oivalluksia psykedeelien käyttäjillä on, ja missä määrin niitä voi pitää "harhaisina". Tutkimme psykedeelien käyttäjien maailmankatsomuksia kansainvälisessä 700 henkilön otannassa. Päälöydös oli, että psykedeelien käyttö ennustaa idealistista maailmankatsomusta, jossa todellisuuden katsotaan olevan perustaltaan jonkinlaista rakastavaa tietoisuutta. Tällainen idealistinen maailmankuva välittää psykedeelien pitkäaikaisvaikutuksia mielenterveyteen. Toisessa tutkimuksessa (N=213) psykedeelien käyttäjät saivat itse kuvailla merkittävimpiä oivalluksiaan, ja näitä kuvauksia luokiteltiin laadullisesti. Oivalluksia oli kolmea tyyppiä: mystisiä, psykologisia, ja filosofis-eksistentiaalisia. Mystiset oivallukset liittyivät esim. todellisuuden ja itsen luonteeseen, psykologiset taas omien tunteiden, ajatusten ja arvojen tiedostamiseen, ja filosofis-eksistentiaaliset esim. elämän tarkoituksellisuuteen tai merkityksellisyyteen. Nämä oivallukset ennustivat koettuja muutoksia mielenterveydessä. Useat henkilöt kuvailivat perustavia maailmankuvamuutoksia, tyypillisesti hengelliseen suuntaan. Voidaan argumentoida, että tieteellinen tieto on yhteensopiva useiden eri metafyyssisten teorioiden kanssa koskien todellisuuden perimmäistä luonnetta. Vallitseva maailmankuva on materialistinen, mutta psykedeelit haastavat tämän oletuksen ja edesauttavat kokemusta, jossa henkilö näkee todellisuuden henkisenä (idealismi). Yhteenvetona voidaan todeta, että psykedeelit voivat katalysoida hengellisiä muutosprosesseja, jotka ovat kokonaisvaltaisia ja haastavat perinteisiä todellisuuskäsityksiä. Tällaiset muutokset voivat olla osa psykedeelien terapeutista vaikutusta.

Psykedeelien terapeutinen hyötykäyttö ja niiden vaikutusmekanismit

			
Symp5	TO	10:40	PIII

Psykologinen joustavuus välittää psykedeelien käytön yhteyttä hyvinvointiin

Andreas Krabbe, PsM

Aiempi tutkimus osoittaa, että psykedeelien käyttö on yhteydessä kohentuneeseen mielenterveyteen, mutta psykologisia vaikutusmekanismeja tämän prosessin taustalla ei tunneta hyvin. Psykologinen joustavuus on tietoisuustaitoihin (mindfulness) liittyvä käsite, joka tarkoittaa kykyä olla läsnä hetkessä ja tiedostaa omat tunteet ja ajatukset, mikä mahdollistaa arvojen mukaisen toiminnan. Lisääntynyt psykologinen joustavuus on yhdistetty psykedeelien positiivisiin mielenterveysvaikutuksiin. Useimmat aiemmat tutkimukset käsittelevät psykologista joustavuutta yhtenäisenä käsitteenä, mutta sekä psykologisen joustavuuden että joustamattomuuden voidaan argumentoida koostuvan kuudesta osatekijästä, joiden yhteyksiä hyvinvointiin ja psykedeelien käyttöön ei tunneta. Mittasimme mielenterveyttä ja psykologista joustavuutta psykedeelien käyttäjien keskuudessa (N=700) kyselylomakkeen avulla. Käytimme verkostanalyysiä mittaamaan, miten yhden aiemman, merkitykselliseksi koetun psykedeelisen kokemuksen piirteet (mystiset piirteet ja psykologiset oivallukset) ovat yhteydessä psykologisen joustavuuden ja joustamattomuuden eri osatekijöihin sekä mielenterveyteen ja psykologiseen pahoinvointiin. Teimme myös mediaatioanalyysin tutkiaksemme, missä määrin psykologinen joustavuus toimii välittäjänä psykedeelisen kokemuksen piirteiden ja mielenterveyden/pahoinvoinnin välillä. Verkostanalyysi osoitti, että aiemman psykedeelisen kokemuksen aikana koetut psykologiset oivallukset olivat yhteydessä tunteiden ja ajatusten hyväksymiseen, kun taas arvojen kirkastuminen ja niiden mukaan toimiminen sekä kognitiivinen defuusio olivat yhteydessä hyvinvointiin. Psykologista joustamattomuutta sen sijaan ei voitu luotettavasti erottaa huonovointisuudesta. Mediaatioanalyysit osoittivat, että psykologinen joustavuus välittää psykedeelisen kokemuksen aikana koettujen psykologisten oivallusten positiivisia vaikutuksia mielenterveyteen. Tulokset osoittavat, lisääntynyt psykologinen joustavuus ja erityisesti hyväksyntä voi välittää psykedeelien positiivisia vaikutuksia mielenterveyteen. Psykologinen joustamattomuus taas saattaa olla vähemmän hyödyllinen käsite, koska sitä ei voitu erottaa huonovointisuudesta. Tulokset korostavat, että psykologista joustavuutta ja joustamattomuutta on tärkeä käsitellä moniulotteisina käsitteinä.

Psykedeelien terapeutinen hyötykäyttö ja niiden vaikutusmekanismit

			
Symp5	TO	10:40	PIII

 Psilosybiiniavusteinen terapia alkoholiriippuvuuden hoidossa

 Heikki Vanhanen, PsM & Patrick Zilliacus, PsM

Patrick Zilliacus (PsM) ja Heikki Vanhanen (PsM) työskentelevät Suomen ensimmäisessä psilosybiiniavusteisen terapian kliinisessä tutkimuksessa. 24 viikkoa kestävä lumekontrolloitu kaksoissokkotutkimus pyrkii selvittämään psilosybiiniavusteisen terapian soveltuvuutta alkoholiriippuvuuden hoitoon. Tutkimus arvioi kaksi kertaa terapiajakson aikana annostellun 25 mg:n synteettisen psilosybiiniannoksen turvallisuutta ja tehokkuutta verrattuna lumelääkkeeseen. Esitys pyrkii antamaan kuulijalle ymmärrystä siitä, millaista psykedeeliavusteisen terapian tutkimus on käytännössä. Käsiteltäviä aiheita ovat mm. Mitkä ovat tutkimuskontekstin erityispiirteet terapeutin näkökulmasta? Millaista on terapiatyö muuntuneiden tajunnantilojen kanssa? Millä tavalla psilosybiiniavusteinen terapia voi soveltua riippuvuuden hoitoon? Vanhanen ja Zilliacus jakavat esityksessä kokemuksia työstään sekä esittelevät pääpiirteissään tutkimuksen rakenteen.

Terapiatyöskentelyn prosessit ja interventiot

			
Symp5	TO	10:40	PI

	Symposium
	

Terapiatyöskentelyn prosessit ja interventiot

Symp5	TO	10:40	PI
-------	----	-------	----

Psykotераpeutin interoseptio ja terapeuttinen allianssi

Satu Halonen

Meneillään olevassa väitöskirjatutkimuksessa lähestyn allianssia eli psykotераpeuttista yhteistyösuhdetta uudesta näkökulmasta ja tutkin sitä kehoillisena tapahtumana. Fokuksena ovat terapeutin interoseptiivinen tarkkuus (kehoasti) ja kehotietoisuus sekä se, kuinka terapeutit käyttävät omia kehoillisia tuntemuksiaan tiedonlähteenä yksilöpsykoterapiassa. Olen mitannut neljäkymmenen suomalaisen psykotераpeutin interoseptiivisen tarkkuuden ja terapeutit sekä heidän asiakkaansa ovat arvioneet interoseptiivista tietoisuuttaan. Lisäksi osallistujat keräsivät tietoa allianssista sekä terapiaistunnon merkittävistä hetkistä kymmenen kerran terapiaprosessin ajan. Tässä esityksessä keskityn siihen, kuinka interoseption eri ulottuvuudet ovat yhteydessä allianssin kokemukseen ja asiakkaan hyvinvointiin. Lisäksi esittelen, kuinka tämän otoksen psykotераpeutit käyttivät omia sisäisiä kehoillisia tuntemuksiaan tiedonlähteenä terapiaistunnon merkittävässä hetkessä. Tilastollisen analyysin päätulos on se, että sekä terapeuttien interoseptiivinen tarkkuus että tietoisuus korreloivat positiivisesti terapeutin kokeman allianssin kanssa. Keholliset tuntemukset tiedonlähteenä jäsentyivät reflektiivisen teema-analyysin kautta kahteen kattoteemaan: Ensimmäisessä kehoillisilla kokemuksilla oli välitön, tunnistettava vaikutus terapiaistunnon teemaan tai terapiaprosessiin. Toisessa terapeutit raportoivat tuntemuksia, joilla ei ainakaan vielä siinä vaiheessa ollut suoraa yhteyttä terapiaistunnon teemaan. Nämä kattoteemat jakautuivat viiteen alateemaan, joista yksi on "keho resonoi terapeutista yhteyttä". Terapeutin kyky käyttää kehoillisia tuntemuksiaan työkaluna ja tiedonlähteenä rikastaa psykoterapiaa. Terapeutin kyky tunnistaa ja säädellä psykofysiologisia reaktioitaan tukee psykotераpeuttisen yhteistyösuhteen ylläpitämistä, mikä saattaa olla merkityksellistä etenkin silloin, jos asiakkaalla on epätyypillinen interoseptiokyky, kuten useissa psykiatriassa potilasryhmissä on aikaisemmassa tutkimuksessa havaittu olevan. Tutkimus käsittelee psykotераpeutteja, mutta samat ilmiöt ovat yleistettävissä muuhunkin psykologin asiakastyöhön.

Terapiatyöskentelyn prosessit ja interventiot

Symp5	TO	10:40	PI
-------	----	-------	----

Mielikuvatyöskentelyyn perustuva lyhytterapiainterventio

Sinikka Uola

Suomessa puhutaan ajankohtaisesti mielenterveyskriisistä palveluiden heikon saatavuuden ja kasvavan tarpeen epätasapainon vuoksi. Mielenterveyskentällä kehitetään aktiivisesti lyhytinterventioita ja pyritään lisäämään niiden saatavuutta ensimmäisen portaan hoitovaihtoehtoksi. Skeematerapian vaikuttavuustutkimuksissa painotus on ollut pitkissä hoidoissa, mutta myös lyhytterapeuttisesta työskentelystä on saatu lupaavia kokemuksia. Kokemukselliseen työskentelyyn painottuvista lyhytinterventioista skeematerapiassa on tehty vain vähän tutkimusta, vaikka mielikuvatyöskentelyä pidetään vaikuttavana interventioina monien eri häiriöiden hoidossa ja skeematerapiassa uskotaan merkittävimmän muutoksen terapiassa tapahtuvan kokemuksellisen työskentelyn kautta. Tutkijat Eshkol Rafaeli, Eran Bar-Kalifa ja Jessica Prinz ovat kehittäneet skeematerapiaan pohjautuvan kuuden kerran hoito-ohjelman, joka perustuu mielikuvatyöskentelyyn. Tässä opinnäytetyössä tutkitaan, miten tämä lyhytinterventio vaikuttaa asiakkaan välttämiskäyttäytymiseen ja miten skeemamoodit näyttäytyvät terapiajakson aikana. Tämä kuuden kerran hoitomalli käännettiin opinnäytetyön tekemisen yhteydessä suomeksi. Interventiossa yhdistetään mielikuvatyöskentelyä ja kognitiivisen käyttäytymisterapian periaatteita ajatusten, tunteiden, kehon tuntemusten ja käyttäytymisen osalta sekä taitojen harjoittelun näkökulmasta. Aineistona tutkimuksessa käytettiin kuutta tapaamiskertaa, jotka videoitiin ja litteroitiin. Välttämiskäyttäytymistä jäsennettiin hoitomallissa kognitiivisen käsitteellistämismallin mukaan, johon pyrittiin löytämään rinnalle vaihtoehtoinen tapa toimia, ajatella ja tuntea. Lisäksi välttämiskäyttäytymistä arvioitiin asiakkaan kertoman perusteella, miten hän kuvaili toimintakykyään viikkojen aikana. Skeemamoodien tarkastelussa tutkimusmenetelmänä oli teoriaohjaava sisällönanalyysi. Terapiajakson aikana asiakkaan välttämiskäyttäytyminen vähentyi huomattavasti ja hänen toimintakykynsä vahvistui. Muutokset välttämiskäyttäytymisessä näkyivät toiminnan lisäksi ajatuksien ja tunteiden sekä kehollisten tuntemuksien tasolla. Välttämiskäyttäytymistä käsiteltäessä mielikuvatyöskentelyn kautta esiin nousivat toistuvasti ja voimakkaina samat moodit, joita olivat haavoittunut lapsi, suojautuja, rankaiseva vanhempi ja terve aikuinen. Terve aikuinen puoli alkoi vahvistua jakson aikana. Tämä tutkimus tukee mielikuvatyöskentelyn tärkeyttä ja hyödyllisyyttä terapeuttisen työskentelyn kannalta. Mielikuvatyöskentely aktivoi voimakkaita tunnekokemuksia ja mahdollistaa korjaavat kokemukset sekä positiivisten tunnekokemusten syntymisen. Mielikuvatyöskentely edesauttaa terapeuttista muutosta ja tukee yhteistyösuhdetta. Tämä mielikuvatyöskentelyyn perustuva lyhytinterventio vaikuttaa potentiaaliselta hoitomallilta välttämiskäyttäytymisestä kärsiville. Lisää tutkimusta tästä hoitomallista ja sen muista sovellusalueista tarvitaan.

Terapiatyöskentelyn prosessit ja interventiot

Symp5	TO	10:40	PI
-------	----	-------	----

Kehollinen yhteensovittautuminen psykoterapiassa

Petra Nyman-Salonen

Viime vuosina psykoterapian aikaista kehoallista ja sanatonta vuorovaikutusta on alettu tutkia enenevässä määrin. Joidenkin tutkijoiden mukaan kehoallisuus on kaikkia terapiasuuntauksia yhdistävä yleinen tekijä, joka vaikuttaa psykoterapian tuloksellisuuteen (Tschacher & Pfammatter, 2015). Psykoterapiassa on tutkittu erityisesti kehoallisen vuorovaikutuksen yhteensovittautumista eli synkronoitumista. Psykoterapiaistunnoissa asiakkaan ja terapeutin asennot, liikkeet ja fysiologiset vasteet synkronoituvat, ja synkronoituminen on yhteydessä yhteistyösuhteen laatuun ja terapian tuloksellisuuteen (Azil-Slonim ym., 2023). Olen tutkinut Jyväskylän yliopiston Relatiivinen Mieli -tutkimusryhmässä (Seikkula ym., 2015) pariterapiassa tapahtuvaa kehon asentojen ja liikkeiden tahatonta yhteensovittautumista sekä havainnoimalla istuntoja että automatisoidulla liikkeen ekstrahointimenetelmällä (Motion Energy Analysis). Havaittiin, että pariterapiaistuntojen aikana osallistujat (puolisot ja kaksi terapeuttia) peilasivat implisiittisesti toistensa asentoja ja liikkeitä ja tilastollisesti merkitsevää liikesynkroniaa oli jokaisessa istunnossa. Yhteensovittautuminen oli yhteydessä osallistujien arviointeihin yhteistyösuhteesta sekä määrällisillä että laadullisilla menetelmillä tutkittaessa (Nyman-Salonen, 2023). Mielenkiintoinen havainto oli, että pariterapiatilanteissa asiakkaiden ja terapeuttien välillä oli ero siinä, keiden välinen synkronia oli yhteydessä heidän allianssiarvioihinsa (Nyman-Salonen ym., 2021). Synkronoitumisen vaikutusta ihmisten välisiin suhteisiin on tutkittu paljon myös psykoterapiakontekstin ulkopuolella ja meta-analyysit osoittavat, että synkronialla on positiivisia yhteyksiä ihmissuhteiden laatuun, prososiaalisuuteen ja tunneyhteyden kokemukseen (eng. bond) (Mogan ym., 2017). Eli vaikka esittelen psykoterapiaan liittyvää tutkimusta, tuloksia voidaan soveltaa laajemmin myös muihin vuorovaikutustilanteisiin. -Atzil-Slonim ym. (2023). Facilitating dyadic synchrony in psychotherapy sessions: Systematic review and meta-analysis. *Psychotherapy Research*, 33(7), 898–917. -Mogan ym. (2017). To be in synchrony or not? A meta-analysis of synchrony's effects on behavior, perception, cognition and affect. *Journal of Experimental Social Psychology*, 72, 13–20. -Nyman-Salonen, P. (2023). Interpersonal coordination in couple therapy: Investigating posture and movement matching and nonverbal synchrony between participants. *JYU Dissertations*. -Nyman-Salonen ym. (2021). Nonverbal synchrony in couple therapy linked to clients' wellbeing and the therapeutic alliance. *Frontiers in Psychology*, 21. -Seikkula ym. (2015). The embodied attunement of therapists and a couple within dialogical psychotherapy: An introduction to the Relational Mind research project. *Family Process*, 54(4), 703–715. -Tschacher, W., & Pfammatter, M. (2016). Embodiment in psychotherapy—A necessary complement to the canon of common factors. *European Psychotherapy*, 13, 9–25.

Terapiatyöskentelyn prosessit ja interventiot

Symp5	TO	10:40	PI
-------	----	-------	----

HOT-verkkointerventio unettomuuteen: mikä tekee siitä toimivan?

Tetta Hämäläinen

Tausta: Unettomuus on yleisin unihäiriö, joka pitkäkestoisena altistaa monille somaattisille ja psyykkisille sairauksille. Unettomuudesta kärsivien henkilöiden on havaittu olevan taipuvaisia käyttämään toimimattomia kognitiivisia strategioita kuten ajatusten tukahduttamista, joka viittaa pyrkimykseen hallita tai poistaa ei-toivottuja ajatuksia ja tunteita. Hyväksymis- ja omistautumisterapia (HOT) edustaa kognitiivisen käyttäytymisterapian suuntausta, joka pyrkii lisäämään psykologista joustavuutta ja kykyä käsitellä epämiellyttäviä ja tuskallisia ajatuksia ja tunteita. HOT on sovellettavissa moninlaisiin hyvinvoinnin haasteisiin, mukaan lukien unettomuuteen. Verkkoympäristössä toteutetuista unettomuuteen liittyvistä HOT-interventioista on tietoa kuitenkin vielä verrattain vähän. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella toteutetussa tutkimuksessa verkkopohjaisen HOT-intervention havaittiin lievittävän osallistujien uniongelmiä, masennusoireita ja ajatusten tukahduttamista sekä vähentävän haitallisia uskomuksia liittyen uneen. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli syventyä intervention taustamekanismeihin. Menetelmä: Tutkimukseen osallistui 86 aikuista (ikä ka = 56.05, kh = 10.94, 78% naisia), joilla ilmeni haitta-asteeltaan lievistä vaikeaan unettomuutta. Osallistujat satunnaistettiin interventioryhmään (n = 43) ja kontrolliryhmään (n = 43). Interventioryhmä vastaanotti itsenäisesti käytettävän kuusiviikkoisen verkkopohjaisen HOT-intervention ja kontrolliryhmä ei vastaanottanut interventiota. Välittäjäanalyysillä tutkittiin, onko verkkopohjaisella HOT-interventiolla vaikutuksia osallistujien uniongelmiin (BNSQ) eri välittäjissä tapahtuvien muutosten kautta. Tutkitut välittäjät olivat uneliaisuus päivällä (ESS), uneen liittyvät haitalliset uskomukset (DBAS), yleinen psyykkinen oireilu (SCL-90), masennusoireet (BDI-II), psykologinen joustavuus (AAQ-II), tietoisuustaidot (FFMQ) ja ajatusten tukahduttaminen (WBSI). Tulokset ja johtopäätökset: Tulokset osoittivat, että HOT-intervention osallistuneilla ilmeni ajatusten tukahduttamisen ja masennusoireiden laskua, mitkä puolestaan olivat yhteydessä vähentyneisiin uniongelmiin. Muilla välittäjillä ei havaittu merkitsevää vaikutuksia lievittävää roolia. Tulokset tukivat aiempaa näkemystä välttämiseen perustuvan käyttäytymisen keskeisyydestä osana haitallisia psyykkisiä ilmiöitä. HOT-pohjaiset interventiot tarjoavat lupaavan vaihtoehdon uniongelmiin kohtaamiseen. Jatkossa olisi kuitenkin tärkeää tutkia tarkemmin eri prosessien kuten joustavuuden ja hyväksynnän roolia muutoksen mekanismeina ja selvittää, ovatko mekanismit erilaisia mikäli unettomuutta lähestytään ensisijaisena intervention kohteena vai rinnakkain muiden haasteiden kanssa.

The Psychology of Food and Eating: From Basics to Real Life Data and Application

			
Symp5	TO	10:40	F3005

Symposium

Food consumption is a complex behavior that is influenced by various environmental, cognitive, and emotional factors. This symposium brings together diverse perspectives to showcase research on the psychology of food perception and eating behaviour, including its interrelationships with food liking, stress, emotions, and cognition. Content of the presentations ranges from methodological tools and basic research to data collected in everyday life to applications of multimethod data. Arsene Kanyamibwa will present FinnFoodPics, a database of foods commonly consumed in Finland. This collection of food stimuli containing visual image properties, nutrient information, as well as subjective food ratings presents a valuable tool for research on food perception and consumption. Nadine Herzog explores how obesity affects cognition, focusing on specific aspects of working memory and revealing the impact of genetic variations and peripheral dopamine availability. This insight opens paths for tailored interventions in obesity-related cognitive challenges. Matthias Aulbach presents results from data obtained with ecological momentary assessment, investigating the interplay between self-reported eating styles, emotions, food cravings, and snacking behavior in real life. Finally, Artemii Nikitin uses pilot data to showcase how identifying subgroups in obesity based on cognitive markers can help find differential patterns contributing to obesity. He will further discuss implications for personalized treatment. Collectively, these presentations give an insight into the psychology of food and eating. The symposium underscores the complex nature of eating behavior and highlights the importance of multimethod approaches in unraveling its underlying mechanisms.

The Psychology of Food and Eating: From Basics to Real Life Data and Application

Symp5 TO 10:40 F3005

A picture set of high-fat/high-carbohydrate foods for the population of Finland

Arsene Kanyamibwa

Recent evidence suggests that the dietary composition (high in saturated fat, refined sugar, or both) of modern food items can alter brain reward processes, which contribute to the prevalence of obesity and metabolic disease. Food images are a good tool to investigate diet effects on eating behavior to understand the development of obesity. However, a lack of representative high-quality food images and high specificity makes studies difficult to replicate. To investigate these dietary effects in a controlled setting, stimuli relevant to the studied population are required. We aimed to create a novel food picture set tailored for the Finnish population. We photographed 72 food items that are commonly purchased and consumed in Finland and based on the package information, classified them into one of three macronutrient categories: (1) high in carbohydrates, (2) high in fat, or (3) high in carbohydrates and fat, called combo. 62 participants rated the food items' liking, familiarity, frequency of consumption, expected satiety, healthiness, energy content (calories), and energy density. Using Bayesian ANOVA, we provide complete information on food characteristics, visual properties, and participant ratings. We found strong evidence of differences between the macronutrient categories in sugars ($BF = 1516.279 \pm 0.01\%$), saturated fat ($BF = 187297962 \pm 0\%$), protein ($BF = 147417.9 \pm 0\%$), fibre ($BF = 25.858 \pm 0.01\%$) and salt ($BF = 2361.440 \pm 0\%$). Moreover, our data showed moderate evidence that our categories differ in liking ($BF = 8.649 \pm 0.02\%$) and moderate evidence of no differences in familiarity ($BF = 4.133 \pm 0.03\%$). Further, we found weak evidence of a difference in expected satiety ($BF = 2.364 \pm 0.01\%$) and energy content ($BF = 1.381 \pm 0.02\%$) ratings. Estimated energy density (EED) and healthiness showed strong evidence of a difference between categories ($BF[EED] = 40.819 \pm 0.01\%$, $BF[healthiness] = 32.518 \pm 0.01\%$). In this study, we created a database featuring images that accurately reflect the current food environment in Finland. Our picture set will support local researchers to conduct experiments on food choice and eating behaviour while facilitating replicability and comparability of studies in the field.

The Psychology of Food and Eating: From Basics to Real Life Data and Application

Symp5 TO 10:40 F3005

Impaired updating of working memory representations in individuals with high BMI

Nadine Herzog

Everyday life requires an adaptive balance between distraction-resistant maintenance of information and the flexibility to update this information when needed. These opposing mechanisms are proposed to be balanced through a working memory gating mechanism. Prior research indicates that obesity may elevate the risk of working memory deficits, yet the underlying mechanisms remain elusive. Dopaminergic abnormalities have emerged as a potential mediator. However, current models suggest these abnormalities should only shift the balance in working memory tasks, not produce overall deficits. The empirical support for this notion is currently lacking, however. To address this gap, we pooled data from three studies (N = 320) where participants performed a working memory gating task. Higher BMI was associated with overall poorer working memory, irrespective of whether there was a need to maintain or update information. However, when participants, in addition to BMI level, were categorized based on certain putative dopamine-signaling characteristics (Single Nucleotide Polymorphisms; specifically, Taq1A and DARPP), distinct working memory gating effects emerged. These SNPs, primarily associated with striatal dopamine transmission, specifically influenced updating in high-BMI individuals. Moreover, blood amino acid ratio, which indicates central dopamine synthesis capacity, combined with BMI, shifted the balance between distractor-resistant maintenance and updating. These findings suggest that both dopamine-dependent and dopamine-independent cognitive effects exist in obesity. Understanding these effects is crucial if we aim to modify maladaptive cognitive profiles in individuals with obesity.

The Psychology of Food and Eating: From Basics to Real Life Data and Application

   
Symp5 TO 10:40 F3005

 Emotional and stress-eating in 800 healthy individuals using EMA

 Matthias Aulbach

Stress and negative Emotions on the one hand and eating on the other have strong reciprocal relationships. Emotional and Stress Eating generally refer to the tendency to eat in response to emotional experience and stress, respectively. However, the evidence is mixed for emotional antecedents and consequences of eating and their relationships with eating style questionnaires. To study the temporal relations between a range of emotions, stress, food craving, and snacking behavior, we analyzed over 40.000 data points obtained through ecological momentary assessment from 801 participants across nine different studies. Eating style questionnaire scores functioned as moderators for the emotion-snacking/craving relationship in generalized linear mixed models. We found that feeling bored, irritated but also cheerful or enthusiastic was concurrently associated with more craving while relaxation was associated with less craving. These effects were moderated by a range of eating style questionnaires. Snacking was significantly positively predicted by boredom only. Snacking (compared to not snacking) in turn predicted more boredom and less irritation later. Snacking was also associated with a stronger reduction in feeling irritated from the previous timepoint. Eating style questionnaires played no significant moderating role, except that self-identified stress and anger eaters reported more stress after snacks than after not snacking. These results from a large dataset collected through EMA support the interpretation of eating style questionnaires as a general tendency to experience food craving but not to engage in snacking when emotional. Future research should identify situational factors that moderate the complex relations between emotions, eating styles, and actual behavior.

The Psychology of Food and Eating: From Basics to Real Life Data and Application

   
Symp5 TO 10:40 F3005

 NeuroPOD - Cognitive Phenotyping and Subgroup Identification in Obesity

 Artemii Nikitin

Deep cognitive phenotyping is becoming more widely used in the field of mental health. For example, the Research Domain Criteria (RDoC) framework was used to design an assessment battery for phenotyping of patients with substance use disorder. This project will use deep cognitive phenotyping to explore the cognitive and behavioural profiles underlying obesity. A major aim of this project is to develop an adapted assessment battery that captures variance in cognitive and behavioural traits in the population with obesity. Data generated by this battery will provide the basis for subgroup identification. The concept of clustering individuals based on cognitive and behavioural traits has been successfully applied in other areas of health research⁶. Similarly, we will use clustering approaches based on cognitive and behavioural traits to identify subgroups within the population with obesity. Identification of obesity subtypes may explain novel cognitive and behavioural patterns associated with obesity. This is important not only to personalise treatment, but for the advancement of the basic understanding of obesity.

Tunne-elämän vaikeudet ja myötätunnon mahdollisuudet

			
Symp5	TO	10:40	SL



Symposium



Tunne-elämän vaikeudet ja myötätunnon mahdollisuudet

Symp5	TO	10:40	SL
-------	----	-------	----

Tietoisuustaitointervention vaikutukset nuorten hyvinvointiin

Jemina Qvick

Noin 20–25 % nuorista kärsii mielenterveyden häiriöistä. Mielenterveys on keskeinen osa kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tutkimukset osoittavat, että tietoisuustaitoja harjoittava interventio voisi olla yksi tapa tukea nuorten hyvinvointia. Tutkimme koulupohjaisen 9-viikon tietoisuustaitointervention vaikutuksia nuorten hyvinvointiin verrattuna aktiiviseen ja inaktiiviseen kontrolliryhmään. Hyvinvointia kartoitettiin usealla eri mittarilla: elämäntyytyväisyyttä (OECD) mittarilla Happiness, Better Life Index, elämäntyytyväisyyttä (SWLS-C) mittarilla The Satisfaction with Life Scale-Child ja positiivista ja negatiivista affektiivisuutta mittarilla PANAS positive and negative affects. Lisäksi tarkastelimme, mitkä tekijät (sukupuoli, luokka-aste ja itsenäinen harjoittelu) vaikuttavat intervention tehokkuuteen. Tutkimukseen osallistui yhteensä 3519 12–15-vuotiasta koululaista 56 Etelä-Suomen koulusta. Koulut satunnaistettiin interventioryhmään (tietoisuustaitoryhmä) sekä aktiiviseen (rentoutusryhmä) ja inaktiiviseen kontrolliryhmään. Hyvinvointia mitattiin ennen interventiota, 9 viikon kohdalla ja 26 viikon kohdalla. Tulokset analysoitiin monitasoisella lineaarisella mallinnuksella. Tutkimuksessa merkitseviä tuloksia interventioryhmän eduksi havaittiin elämäntyytyväisyyden (SWLS-C) lisääntymisenä viikolla 9 verrattuna aktiiviseen kontrolliryhmään ($\eta^2=0.38$, 95 % CI 0.08–0.68, $p = 0.009$), pojilla interventioryhmässä elämäntyytyväisyyden (OECD) lisääntymisenä viikolla 9 verrattuna aktiiviseen kontrolliryhmään ($\eta^2=0.25$, 95 % CI 0.04–0.46, $p = 0.016$) ja 6-luokkalaisilla interventioryhmässä elämäntyytyväisyyden (OECD) lisääntymisenä viikolla 9 verrattuna aktiiviseen kontrolliryhmään ($\eta^2=0.26$, 95 % CI 0.04–0.49, $p = 0.015$). Lisäksi näyttöä säännöllisen itsenäisen tietoisuustaitoharjoittelun hyödyistä intervention jälkeen oli havaittavissa. Interventioryhmän oppilailla, jotka harjoittelivat itsenäisesti vähintään kerran viikossa, lisääntyi positiivinen affektiivisuus viikolla 26 verrattuna niin aktiiviseen ($\eta^2=3.01$, 95 % CI 0.55–5.47, $p = 0.009$) kuin inaktiiviseen kontrolliryhmään ($\eta^2=2.81$, 95 % CI 0.23–5.40, $p = 0.026$). Interventioryhmän oppilailla, jotka harjoittivat lähes päivittäin, lisääntyi positiivinen affektiivisuus viikolla 26 verrattuna aktiiviseen kontrolliryhmään ($\eta^2=2.95$, 95 % CI 0.28–5.62, $p = 0.023$). Tutkimuksemme mukaan tietoisuustaitointervention aikana hyvinvointi lisääntyi verrattuna rentoutusryhmään (aktiivinen kontrolli) niin koko ryhmän tasolla, 6-luokkalaisilla kuin pojilla. Lisäksi intervention jälkeen säännölliseen, vähintään kerran viikossa tapahtuvaan tietoisuustaitoharjoitteluun sitoutuminen näyttäisi lisäävän nuorten hyvinvointia. Tämän tutkimuksen mukaan tietoisuustaitointerventio vaikuttaa lupaavalta keinolta lisätä tämän ikäisten koululaisten hyvinvointia.

Tunne-elämän vaikeudet ja myötätunnon mahdollisuudet

			
Symp5	TO	10:40	SL

Mindfulnesspohjainen mentalisaation harjoitusohjelma vanhemmille

Timo Teräsahjo

Hyvä mentalisaatiokyky, eli kyky olla tietoinen sekä omista että toisen mielentiloista - ja etenkin ilmiä käyttäytymisen taustalla vaikuttavista intentioista - on tärkeä yksilön resilienssiin, ihmissuhteiden laatuun ja yleiseen hyvinvointiin vaikuttava tekijä. Vanhemman mentalisaatiokyky on yhteydessä hyvään vuorovaikutukseen lapsen kanssa, lapsen turvalliseen kiintymykseen, suotuisaan kognitiiviseen ja tunne-elämän kehitykseen sekä lapsen omaan mentalisaatiokyvyn kehittymiseen. Vanhemman mentalisaatiokyky suojaa vanhempaa stressiltä ja auttaa häntä sietämään lapsen haasteellistakin käytöstä paremmin. Viime vuosina on luotu lukuisia mentalisaatioteoriaan pohjautuvia interventiomalleja, mutta mindfulness-harjoittelua ei toistaiseksi ole juurikaan käytetty mentalisaatiokyvyn vahvistamiseen, vaikka teoreettinen kytkös mentalisaation ja mindfulnessin kesken esitetään kirjallisuudessa. Tutkimuksessamme selvitämme voisiko tämä paljon käytetty ja yleisölle jo tuttu mentaalisen harjoittelun muoto olla potentiaalisesti käyttökelpoinen keino tukea vanhemman mentalisointikykyä. Tutkimuksessa luodussa interventiomallissa (Mindfulness-Based Mentalizing Training Program, MBMP) mindfulness-kykyä kohdennetaan mielikuvissa tapahtuvaan vuorovaikutustilanteiden reflektointiin. Oletuksena on ollut että näin toteutettuna mindfulnessharjoittelu voisi stimuloida ja vahvistaa paitsi itsen myös lapsen mielentilojen mentalisoimista. MBMP on suunniteltu tukemaan etenkin pienten lasten (2-6 v.) vanhempien mentalisaatiokykyä. MBMP:tä voi vanhempi harjoittaa itsenäisesti älypuhelinsovelluksen avulla. Tässä tutkimuksessa selvitämme intervention käyttökokemusta laadullisesti, fenomenologisen psykologian tutkimusmetodin avulla. Kuutta vanhempaa on haastateltu heidän MBMP-kokemuksestaan ja heidän kokemuksiaan harjoitteista kuvataan yksityiskohtaisesti. Tutkimustulosten pohjalta arvioidaan mindfulness-pohjaisen mentalisaatiointervention potentiaalia vanhemman mentalisoinnin tukena. Tutkimuksen tarkoituksena on auttaa uusien interventiomallien jatkokehittämisessä ja mahdollisesti myös tarjota näyttöön perustuvia syitä laajentaa mindfulnessharjoittelua vuorovaikutustilanteiden käsittelyyn. Tutkimus on osa vanhemman mentalisaatiokyvyn tukemista käsittelevää väitöskirjatutkimusta.

Tunne-elämän vaikeudet ja myötätunnon mahdollisuudet

Symp5	TO	10:40	SL
-------	----	-------	----

Tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien yhteydet myötätuntoon

Sofia Pihlaja

Lapsuuden ja nuoruuden tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien yhteydet itsemyötätuntoon ja myötätuntoon aikuisuudessa. Itsemyötätunto ja myötätunto ovat persoonallisuuden piirteiden kaltaisia taipumuksia, joilla on monenlaisia myönteisiä vaikutuksia mielenterveyteen, hyvinvointiin ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Itsemyötätunnon ja myötätunnon kehitykseen liittyvistä tekijöistä tiedetään vasta vähän. Aiemmat tutkimukset ovat keskittyneet lapsuuden kasvuympäristön tekijöihin, kuten vanhemmuustyyliin ja perheen sosioekonomiseen asemaan. Tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien yhteyksistä myöhempään itsemyötätuntoon ja myötätuntoon ei ole aiempaa tutkimustietoa. Tämän tutkimuksen tavoitteena onkin selvittää, ennustavatko lapsuuden ja nuoruuden tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmat aikuisuuden itsemyötätuntoa ja myötätuntoa. Tutkimuksen aineisto on peräisin väestöpohjaisesta Pohjois-Suomen syntymäkohortti 1986 -pitkittäistutkimuksesta, jossa samoja tutkittavia on tutkittu usean vuosikymmenen ajan. Tutkimuskysymyksiä tutkitaan regressioanalyysillä. Tutkimuksessa käytetään kahta otosta ($n = 2165$, $n = 1986$): ensimmäinen otos sisältää vastemuuttajien lisäksi tiedot tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmista lapsuudesta ja toinen nuoruudesta. Itsemyötätuntoa on mitattu Self-Compassion Scale- Short Form -kyselyn ja myötätuntoa Dispositional Positive Emotions Scale -kyselyn myötätuntoa mittaavan alaskaalan avulla 33–35-vuotiaana. Lapsuuden aikaisia tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmia on mitattu opettajien täyttämän Rutter Children's Behaviour Questionnaire -kyselyn avulla 8-vuotiaana ja nuoruuden aikaisia tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmia tutkittavien täyttämän Youth Self-Report -kyselyn avulla 15–16-vuotiaana. Alustavien tulosten perusteella nuoruuden tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmat ovat yhteydessä vähäisempään itsemyötätuntoon aikuisuudessa sekä naisilla että miehillä. Sen sijaan aikuisuuden myötätuntoon nuoruuden tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmilla ei havaittu olevan yhteyttä. Lapsuuden tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmat eivät ennustaneet itsemyötätuntoa tai myötätuntoa aikuisuudessa. Tämä tutkimus tuottaa uutta tietoa etenkin itsemyötätunnon taustalla olevista nuoruuden aikaisista tekijöistä. Tietoa voidaan hyödyntää esimerkiksi itsemyötätunto- ja hyvinvointi-interventioiden kohdistamisessa niille nuorille, joilla on tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmia.

Tunne-elämän vaikeudet ja myötätunnon mahdollisuudet

Symp5	TO	10:40	SL
-------	----	-------	----

Sosiaalisten tilanteiden pelosta kärsivien suomalaisnuorten turvakäyttäytyminen

Siiri Lampela

Sosiaalisten tilanteiden pelko (STP) on yleinen nuorten elämää rajoittava ja kärsimystä aiheuttava mielenterveyden häiriö. Sen yksi merkittävimmistä ylläpitotekijöistä on turvakäyttäytyminen (i.e. toimet, joilla yksilö pyrkii estämään pelkäämänsä sosiaalisen katastrofin tapahtumisen). On esitetty, että nuoruusiässä tapahtuvasta kognitiivisesta, sosiaalisesta ja emotionaalisesta kehityksestä johtuen varhais- ja keskinuoruusikäisillä painottuvat erilaiset turvakäyttäytymisen muodot. SAFE- itsearviontilomakkeella raportoidaan kolmea turvakäyttäytymisen tyyppiä: 1. rajoittavat turvatoimet (mm. piiloutuminen ja vetäytyminen sosiaalisissa tilanteissa), 2. aktiiviset turvatoimet (mm. lauseiden opettelu etukäteen), 3. ahdistuksen fyysisten oireiden hallitseminen. Alatyypit 2. ja 3. edellyttävät muiden odotusten tulkitsemista ja oman käyttäytymisen muokkaamista niiden mukaiseksi. Rajoittavilla turvatoimilla on tutkimuksen mukaan negatiivisempi vaikutus vuorovaikutukseen kuin kahdella muulla alatyypillä. Turvakäyttäytymisen muodot tulisi ottaa huomioon nuorten hoidossa, sillä niillä on erilaiset vaikutukset yksilön toimintakykyyn. Itsearviointilomakkeet eivät kata kaikkea nuorten turvakäyttäytymistä, joten lisäksi tarvitaan muita keinoja (mm. kliinistä haastattelua). Tarkoituksena on selvittää: 1. STP:stä kärsivien nuorten turvakäyttäytymisen alatyypien esiintymistä suomalaisten varhais- ja keskinuoruusikäisten kliinisessä aineistossa; 2. Onko varhais- ja keskinuoruusikäisten käyttämällä turvakäyttäytymisen muodoilla eroja; 3. Ovatko rajoittavat turvatoimet yhteydessä nuorten kielteisempiin vuorovaikutuskokemuksiin, kuten kiusatuksi tulemiseen. Osallistujat (n= 49) kerättiin Tampereen kouluista 2022-24 (13-17 vuotta, M = 14,95, SD = 1,23, tyttöjä 42). Osallistujilla todettiin kliinisessä haastattelussa (K-SADS-PL/ADIS-5) primaari STP. Turvakäyttäytymistä kartoitettiin SAFE- lomakkeella sekä osalla (n=10) kliinisellä haastattelulla. Turvakäyttäytymisen muotoja analysoitiin laadullisesti, sekä kuvailevin ja epäparametrisin tilastollisin menetelmin. Osallistujat jaettiin varhais- (13-14 vuotta) ja keskinuoruusikäisiin (15-17 vuotta). Kolmen turvakäyttäytymisalatyypin keskiarvot eivät eronneet varhais- ja keskinuoruusikäisillä. Haastattelu tuotti sellaisia nuorten turvakäyttäytymisen muotoja, joita ei ole sisällytetty SAFE- mittariin (mm. puhelimen ja turvakaverin käyttö). Rajoittavien turvatoimien käyttö ei eronnut nuorilla, joilla oli kiusaamiskokemuksia verrattuna nuoriin, joilla ei ollut. Iän myötä tapahtuva kognitiivinen kehitys ei näytä selittävän eroja varhais- ja keskinuoruusikäisten turvakäyttäytymisessä. Jo varhaisessa nuoruusiässä käytetään samoja turvakäyttäytymisen muotoja kuin keskinuoruusiässä. Kehitysspesifisti nuorille soveltuvia turvakäyttäytymisen mittareita tarvitaan. Nuoret, joilla on kiusaamiskokemuksia ovat hieman taipuvaisempia mukautumaan muiden odotuksiin, sen sijaan että vetäytyvät, mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä.

Annatko intuition viedä vai ajatteletko analyttisesti? Yksilölliset erot ajatte

			
Symp6	TO	13:15	PIII

Symposium

Analyttinen ajattelu on kognitiivista vaivannäköä edellyttävää ajattelua. Sen vastapari on vaivaton ja välitön intuitiivinen ajattelu. Tiedon kaksoisprosessointiteorioiden mukaan ajattelumme ja päätöksentekomme perustuvat näiden kahdenlaisen ajattelutavan vuorotteluun. Pääosin toimimme nopean ja tehokkaan intuition varassa. Analyttinen kognitiivinen prosessointi käynnistyy silloin, kun koemme ristiriitaa usean eri mahdollisen ajatuksen välillä, ja tarvitaan huolellista asian pohdintaa. Analyttinen ajattelu on hitaampaa ja vaivalloisempaa, mutta sen hyödyt ovat kuitenkin suuret, koska sen avulla pystymme käsittelemään aiheita, joista meillä ei ole aiempaa kokemusta, ja toisin kuin intuitiot, analyttisen ajattelun avulla syntyneet päätökset pystytään perustelemaan. Analyttiset ajattelutyyli ovat piirteitä omaavia taipumuksia suosia analyttistä ajattelua. Tutkimuksissa analyttisiä ajattelutylejä on kuvattu monella eri tavalla. Keskeisimpiä ovat taipumus hakeutua paljon ajattelua vaativien tehtävien pariin ja nauttia ajattelusta, avoimuus vastakkaisille mielipiteille ja halu haastaa omaa ajattelua, sekä maltti olla valitsematta ensimmäisenä mieleen juolahtavaa vastausta ja harkita vastauksia ennen niiden antamista. Näiden tyylien on osoitettu ennustavan merkittävästi niin koulumenestystä, arkisia uskomuksia kuin terveyskäyttäytymistäkin. Tässä symposiumissa pureudutaan muutamii nyky maailman ilmiöihin, joiden yhteydessä analyttisen ajattelun tärkeys korostuu entisestään. Ensimmäisessä Kaisa Elovaaran esittelemässä tutkimuksessa tutkittiin tietoon perustuvaa päätöksentekoa. Analyttistä ajattelua edustava uteliaisuus ennusti parempaa kykyä erottaa laadukkaammat tietolähteet. Toinen tutkimus käsitteli tiedeasenteita. Niitä ennusti taipumus hakeutua paljon ajattelua vaativiin tehtäviin. Johanna Kaakisen tutkimuksessa selvitettiin koronaan liittyviin salaliittoteorioihin uskomiseen liittyviä tekijöitä. Salaliittoteoriat ovat nousseet julkiseen keskusteluun viime vuosina etenkin koronapandemian myötä, jolloin niiden huomattiin heikentävän rokotusmyönteisyyttä, rajoitusten noudattamista ja luottamusta viranomaisiin. Kaakisen tutkimuksessa analyttinen ajattelutyyli vähensi ja taipumus tukeutua anekdotaaliseen tietoon terveyttä koskevissa päätöksissä lisäsi koronasalaliittoteorioihin uskomista. Annika Svedholm-Häkkisen tutkimus nostaa esille erilaisia analyttisten ajattelutyylien profiileja. Eri tyyliä on aiemmassa tutkimuksessa usein käytetty rinnakkain tai olettaen, että niissä on kysymys samasta asiasta. Svedholm-Häkkisen tutkimus kyseenalaistaa tyylien yhtäläisyyden ja esittelee tutkimustuloksia siitä, millaisissa eri yhdistelmissä tyylit esiintyvät, ja mitkä näistä ovat keskeisimpiä mm. tieteseen luottamisen, salaliittouskomuksien, misinformaatioalttiuden ja argumenttien arvioimisen taitojen kannalta. Symposiumin lopuksi keskustelua analyttisen ajattelun edistämisestä ja muista esille nousevista kysymyksistä johtaa Jukka Häkkinen.

Annatko intuition viedä vai ajatteletko analyttisesti? Yksilölliset erot ajatte

Symp6	TO	13:15	PIII
-------	----	-------	------

Analyttinen ajattelutyyli, tiedon arviointi ja tiedeasenteet

Kaisa Elovaara

Analyttinen ajattelutyyli linkittyy tiedonhakuun, tieteelliseen tietoon ja tieteeseen. Tämä esitelmä esittelee kaksi tutkimusta, jotka pureutuvat näihin aiheisiin. Ensimmäinen esiteltävä tutkimus sukeltaa syvälle tiedon arvioimiseen ja tieteelliseen tietoon perustuvaan päätöksentekoon vaikuttaviin tekijöihin. Toinen tutkimus tarkastelee ajattelutyylien ja kognitiivisten taitojen roolia tiedemyönteisten asenteiden muodostumisessa. Caitlin Dawsonin tutkimus tarkastelee kansalaisaloitteen avulla tapahtuvaa tietoon perustuvaa päätöksentekoa. Tutkimuksessa tarkastellaan sitä, kuinka ihmiset suhtautuvat oikean kansalaisaloitteen aiheeseen liittyviin erilaisiin tietolähteisiin. Kiinnostuksen kohteena on myös se, mitkä tekijät vaikuttavat halukkuuteen tukea kansalaisaloitetta. Tutkimuksessa kerättiin suuri joukko päätöksentekoon yhdistettyjä mittareita, jotka muodostivat neljä latenttia tekijää. Tekijät ovat uteliaisuus, prososiaalisuus, kognitiiviset taidot ja avaramielisyys. Näistä uteliaisuus ja avaramielisyys sisältävät analyttisen ajattelun mittareita. Latenteja tekijöitä käytettiin ennustamaan käyttäytymistä kansalaisaloitetehtävässä. Utelaisuus ennusti parempaa kykyä erottaa laadukkaammat tietolähteet. Utelaisuus ja prososiaalisuus ennustivat emotionaalista virittyneisyyttä tehtävän aikana korostaen episteemisten tunteiden merkitystä tiedonhaussa. Kiintoisasti sosiaalinen auktoriteetti, esimerkiksi luotettavaksi tulkittu uutismedia, oli tieteellistä laatua merkittävämpi tekijä tiedon luotettavuuden arvioinnissa. Aiheen tutuus ja korkea koulutus ennustivat tiedemyönteistä kantaa kansalaisaloitteeseen, mikä viittaa siihen että, tiedon kanssa tekemisissä oleminen ja tieteen opettaminen edistävät tieteellistä ajattelua. Kaisa Elovaaran tutkimus tarkastelee tiedeasenteiden muotoutumista. Tutkimuksessa tarkastellaan kognitiivisen sofistikaation roolia tiedemyönteisten asenteiden muodostumisessa. Tutkimustulokset viittaavat siihen, että kognitiivinen sofistikaatio, eli yksilötason piirteet, jotka ovat yhteydessä kykyyn ja motivaatioon ajatella järjestelmällisesti, harkitusti ja rationaalisesti, edesauttaisivat ymmärtämään tieteellistä tietoa. Tämä puolestaan tukisi tiedemyönteisten asenteiden syntyä. Kognitiivista sofistikaatiota lähestyttiin mm. analyttisen ajattelun, episteemisen uteliaisuuden ja numerolukutaidon kautta. Analyttiseen ajatteluun liittyvä taipumus hakeutua paljon ajattelua vaativien tehtävien pariin oli yhteydessä itsensä tiedeihmiseksi kokemiseen. Myös numerolukutaidon merkitys korostui: tiedeihmiseksi itsensä kokevat ymmärsivät satunnaisuutta ja todennäköisyyttä hyvin. Sen sijaan tiedettä tärkeänä pitävät lankesivat useammin yhtäläisen todennäköisyyden harhaan, eli kahden tapahtuman pitämiseen yhtä todennäköisinä, vaikka tapahtumien todellinen todennäköisyys olisi eri. Lisäksi korkea koulutus oli yhteydessä myönteiseen asenteeseen tiedettä kohtaan.

Annatko intuition viedä vai ajatteletko analyttisesti? Yksilölliset erot ajatte

			
Symp6	TO	13:15	PIII

 Koronaa koskevat salaliittoteoriauskomukset ja niihin liittyvät kognitiiviset ja

 Johanna Kaakinen

Koronaa koskevat salaliittoteoriauskomukset ja niihin liittyvät kognitiiviset ja sosiaaliset tekijät: tuloksia suomalaisesta väestökyselystä Tässä tutkimuksessa selvitimme erilaisten koronasalaliittoteorioiden suosiota ja kognitiivisten ja sosiaalisten tekijöiden yhteyttä koronaa koskevien salaliittoteorioihin uskomiseen Suomessa pandemian aikana. Väestökyselyymme vastasi 1077 satunnaisotannalla poimittua suomalaista. Kognitiivisista tekijöistä pseudotieteelliset uskomukset, matalammat pistemäärät analyttisen ajattelun tyyliä mittaavassa testissä ja taipumus tukeutua anekdotaaliseen tietoon omaan terveyteen liittyvissä kysymyksissä olivat yhteydessä taipumukseen uskoa koronasalaliittoihin. Sosiaalisista tekijöistä heikko luottamus yhteiskunnallisiin toimijoihin ja tieteeseen ja tutkijoihin sekä vaihtoehtomedioiden käyttäminen liittyivät koronasalaliittoteorioihin uskomiseen. Miehillä oli enemmän taipumusta uskoa koronasalaliittoihin kuin naisilla, ja salaliittoteoriauskomuksia oli sitä vähemmän mitä vanhemmasta vastaajasta oli kyse. Tulokset antavat viitteitä siitä, että terveyteen liittyvän humpuukin, kuten koronasalaliittoteorioiden, vastainen taistelu edellyttää toimenpiteitä, jotka valmentavat ihmisiä ajattelemaan analyttisesti ja tunnistamaan humpuukin, rakentavat luottamusta yhteiskunnallisiin toimijoihin, viralliseen mediaan, tieteeseen ja tutkimukseen ja rajoittavat harhaanjohtavan tiedon leviämistä sosiaalisessa ja vaihtoehtoisissa medioissa.

Annatko intuition viedä vai ajatteletko analyttisesti? Yksilölliset erot ajatte

Symp6	TO	13:15	PIII
-------	----	-------	------

Analyttisen ajattelun profiilit

Annika Svedholm-Häkkinen

Analyttiset ajattelutyyli ovat piirteitä, jotka suosivat analyttisen ajattelun käyttöä. Niitä voidaan kuvata myös asenteina ajattelua kohtaan tai sisäisenä motivaationa nähdä vaivaa ajattelun eteen. Analyttisiä ajattelutyyliä on tutkittu runsaasti vuosikymmenien ajan, ja niiden on todettu ennustavan käyttäytymistä monella elämäntilanteella terveyteen ja äänestämiseen liittyvästä päätöksenteosta matalaan neuroottisuuteen, sekä koulumenestystä kaikilla tutkituilla koulutusasteilla. Ajankohtaisimmista tutkimuksista aiheista voidaan mainita korkeampi hyväksyntä sille, että ilmastonmuutos on ihmisen aiheuttamaa sekä suurempi rokotemyönteisyys. Analyttisiä ajattelutyyliä on kuvattu useita. Eniten tutkittuja ovat ajattelun tarve (need for cognition), eli ajattelusta nauttiminen ja paljon ajattelua vaativien tehtävien pariin hakeutuminen; pyrkimys avoimuuteen (actively open-minded thinking), jossa keskeistä on avoimuus mahdollisuudelle, että omat käsitykset voivatkin olla väärässä; sekä kognitiivinen reflektio (cognitive reflection), jolla viitataan sekä kykyyn että taipumukseen olla vastaamatta impulsiivisesti ajattelutehtäviin ja sen sijaan harkita vastauksia. Tutkimuksissa eri tyyliä käytetään usein epätasaisesti: rinnakkain, vaihdellen ja joskus jopa eri tyylien arviointimenetelmiä yhdistellen. Näille käytännöille on kuitenkin vaikea löytää perusteita, sillä eri tyylien yhteydet toisiinsa ovat heikkoja. Onko siis olemassa useampi erilainen tapa olla analyttinen ajattelija? Tähänastisessa tutkimuksessa eri tyylien yhteyksiä toisiinsa on tutkittu pääasiassa menetelmillä, jotka olettavat tyylien välisten yhteyksien olevan väestötasolla jatkuvia (ns. muuttujakeskeisillä menetelmillä). Tässä tutkimuksessa eri tyylien välisiä yhteyksiä lähestytään sen sijaan menetelmillä, jotka eivät tee tätä oletusta vaan sallivat yhteyksien olevan laadullisesti erilaisia eri osajoukoissa (ns. henkilökeskeisillä menetelmillä). Tutkimuksen aineisto on 400 Iso-Britanniassa asuvan englantia äidinkielenään puhuvan henkilön kyselyaineisto. Aineistoa mallinnetaan latentilla profiilianalyysillä. Tutkimuskysymys on, onko olemassa profiileiltaan erilaisia analyttisiä ajattelijoita, ja jos on, millaisia nämä eri profiilit ovat. Kun profiilit eli erilaiset tavat olla analyttinen ajattelija on tunnistettu, tutkitaan, miten ne eroavat toisistaan iän, koulutustason, tieteellisen yleissivistyksen, salaliittouskomustaipumuksen, hölynpölyn syvällisenä pitämisen, misinformaatioalttiuden ja argumenttien arviointitaitojen suhteen. Näin saadaan aiempaa tarkempaa tietoa siitä, mikä eri tyylien merkitys näiden arkielämässä relevanttien tietojen ja käsitysten kannalta on.

Annatko intuition viedä vai ajatteletko analyyttisesti? Yksilölliset erot ajatte

			
Symp6	TO	13:15	PIII



Keskustelua



Jukka Häkkinen

Jukka Häkkinen toimii symposiossa keskustelun johtajana.

Mielenterveyden riskit väestössä

			
Symp6	TO	13:15	SL

Symposium



Mielenterveyden riskit väestössä

			
Symp6	TO	13:15	SL

Optimismin, pessimismin ja masennusoireiden kaksisuuntaiset yhteydet aikuisilla

Jutta Karhu

Persoonallisuuspiirteet optimismi ja pessimismi tarkoittavat yksilön taipumusta joko positiivisiin tai negatiivisiin tulevaisuususkomuksiin. Useat tutkimukset ovat osoittaneet optimismin ja pessimismin ennustavan aikuisten masennusoirehdintaa. Aiemmin ei ole kuitenkaan selvitetty, voiko myös masentuneisuudella olla pitkäaikaisia vaikutuksia optimismin ja pessimismin tasoihin. Tässä tutkimuksessa optimismin, pessimismin ja masennusoireiden yhteyksiä analysoitiin aikuisilla 15-vuoden seurantatutkimuksessa. Aineistona käytettiin Pohjois-Suomen syntymäkohortti 1966 -tutkimuksen 31- ja 46-ikävuosien seuranta-aineistoja (n = 4896, 56% naisia). Optimismia ja pessimismia mitattiin Life Orientation Test -Revised -kyselyllä, ja masennusoireita mitattiin Symptom Checklist -25 -kyselyllä. Analyysissä käytettiin rakenneyhtälömalleja (CLPM-menetelmä). Tuloksissa havaittiin kaksisuuntaiset yhteydet: matala optimismi ja korkea pessimismi 31-vuotiaana ennustivat korkeampia masennusoireita 46-vuotiaana, ja toiseen suuntaan masennusoireet 31-vuotiaana ennustivat matalampaa optimismia ja korkeampaa pessimismia 46-vuotiaana. Herkkyysanalyysissä huomattiin, että mikäli perustason masennusoireet olivat korkealla (yli klinisen tason), kaksisuuntainen yhteys hävisi, mutta yhteys optimismista ja pessimismistä myöhempiin masennusoireisiin säilyi. Nämä tulokset vahvistavat aiempaa tutkimustietoa optimismin ja pessimismin vaikutuksista masennusoireisiin ja tarjoavat uutta tietoa masennusoireiden pitkittäisistä vaikutuksista optimismin ja pessimismin aikuisuudessa. Tulokset tukevat optimismia lisäävien ja pessimismia vähentävien mielenterveysinterventioiden kehittämistä.

Mielenterveyden riskit väestössä

Symp6	TO	13:15	SL
-------	----	-------	----

Kognitio ja kuolleisuus psykoosisairauksia sairastavilla suomalaisilla

Ville Mäkipelto

Psykoosisairauksiin kuten skitsofreniaan kuuluu laaja-alaisia kognitiivisia oireita, jotka vaikeuttavat suoriutumista arkipäiväisissä toiminnoissa, työssä ja ihmissuhteissa. Sen lisäksi psykoosisairauksiin liittyy merkittävästi kohonnut kuolleisuuden riski. Esimerkiksi skitsofreniaan sairastuneilla eliniänodote on 10–15 vuotta lyhyempi. Mutta onko kognitiivisen suoriutumisen ja kuolleisuuden välillä tilastollista yhteyttä psykoosisairauksia sairastavilla? Aiheesta on vain niukasti aikaisempaa tutkimusta, joka viittaa siihen suuntaan, että yhteys on mahdollinen. Tässä esitelmässä aikaisempaa puutteellista tutkimusta paikkaa laaja vuosina 2016–2018 ympäri Suomea 10 474:n psykoosisairauksia sairastavan parissa kerätty SUPER-aineisto ("Suomalainen psykoosisairauksien periytyvyysmekanismeja selvittävä tutkimus"), johon on kerätty monen muun tekijän ohella tietoa myös kognitiivisesta suoriutumisesta ja rekisteritietoja kuolleisuudesta. Esitelmässäni esittelen tämän aineiston sekä alustavia tuloksia kliinisen psykologian väitöskirjaani kuuluvasta tutkimuksesta, jossa tarkastelen kognitiivisen toimintakyvyn ja kuolleisuuden välistä yhteyttä SUPER-aineistossa. Tutkimuksen aineistossa osallistujat ovat suorittaneet suppean kognitiivisen testin eli kaksi digitaaliseen CANTAB-testiin ("Cambridge Neuropsychological Test Automated Battery") kuuluvaa osatestiä, jotka mittaavat reaktioaikaa ja visuaalista oppimista. Tutkimukseni analyysiin valikoitui 6 708 aikuista osallistujaa, jotka ovat suorittaneet kognitiiviset testit onnistuneesti. Heistä 86 oli aineiston viimeisimpään rekisteripäivitykseen mennessä menehtynyt eri syistä. Osallistujista suurin osa sairasti skitsofreniaa, mutta mukana oli myös kaksisuuntaista mielialahäiriötä, skitsoaaffektiiivista häiriötä, psykoottista masennusta ja muita psykooseja sairastavia. Coxin suhteellisten hasardien mallilla suoritetun analyysin perusteella hitaampi reaktioaika vaikuttaisi aineistossa olevan yhteydessä korkeampaan kokonaiskuolleisuuden riskiin, silloinkin, kun kontrolloidaan useita keskeisiä psykososiaalisia tekijöitä. Esitelmässäni pohdin aikaisemman tutkimuksen valossa, mikä tätä yhteyttä saattaisi selittää. Tulokset alleviivaavat, että kognitiiviseen toimintakykyyn, sen arvioimiseen ja kohentamiseen psykoosisairauksissa on syytä panostaa, sillä kognitiivinen suoriutuminen saattaa olla yhteydessä toimintakyvyn ja elämänlaadun kannalta hyvin olennaisiin tekijöihin.

Mielenterveyden riskit väestössä

			
Symp6	TO	13:15	SL

Toisen asteen opiskelijoiden masennusoireilu ennen koronapandemiaa ja sen aikana

Kati Vasalampi

Toisen asteen opiskelijoiden hyvinvointi ja jaksaminen ovat herättäneet huolta jo pitkään. Koronapandemia lisäsi entisestään nuorten kuormitusta, kun opiskelijat joutuivat siirtymään etäopiskeluun keväällä 2020. Toisen asteen opiskelijoiden etäopiskelu myös jatkui huomattavasti pidempään kuin perusasteen oppilailla. Koronapandemia vaikutti lisäksi sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen: vapaa-ajan harrastukset keskeytettiin ja kokoontumisrajoitukset sekä karanteenit vaikeuttivat nuorten tapaamisia. Erityisen haastavaa pandemia-aika oli niille opiskelijoille, joilla oli mielenterveyden ongelmia jo ennen pandemiaa. Tässä pitkittäistutkimuksessa tarkasteltiin suomalaisten toisen asteen opiskelijoiden masennusoireilua ja sen kehittymistä toisen asteen opintojen aikana. Tavoitteena oli tutkia kohorttivertailuasetelman avulla, onko masennusoireilussa ja sen kehittymisessä eroja ennen koronapandemiaa ja sen aikana. Lisäksi tutkittiin sukupuolen ja koulutuspaikan yhteyksiä masennusoireiluun. Tutkimus on osa laajempaa EduRESCUE-hanketta. Tutkimuksessa verrattiin kahta kohorttia toisen asteen opiskelijoiden masennusoireilun esiintyvyyden ja kehityksen suhteen. Ensimmäisessä mittapisteessä tutkittavat opiskelivat ensimmäistä vuottaan ja toisessa mittapisteessä kolmatta vuottaan toisen asteen opinnoissa. Ensimmäinen kohortti koostui keväällä 2017 ja syksyllä 2018 ennen koronapandemiaa kerätystä KOULUPOLKU-kohorttiaineistosta (n = 506). Toinen kohortti koostui keväällä 2019 ennen koronapandemiaa ja syksyllä 2020 koronapandemian aikana kerätystä TIKAPUU II-kohorttiaineistosta (n = 645). Tulokset osoittivat, että jopa yli viidenneksellä toisen asteen opiskelijoista masennusoireilun kliininen raja-arvo ylittyi, ja masennusoireilua esiintyi enemmän tytöillä kuin pojilla. Lukiolaisten ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien masennusoireilussa ei sen sijaan ollut eroja. Masennusoireilu myös lisääntyi tilastollisesti merkitsevästi toisen asteen opintojen aikana sekä ennen koronapandemiaa että sen aikana. Vaikka masennusoireilun kehitys oli samankaltaista molemmissa kohorttiaineistoissa, kaksi vuotta myöhemmin kerätyssä TIKAPUU II-kohorttiaineistossa opiskelijat raportoivat KOULUPOLKU-kohorttia enemmän masennusoireilua jo ennen koronapandemiaa. Tulokset antavat viitteitä siitä, että nuorten masennusoireilu on lisääntynyt niin lukiossa kuin ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien keskuudessa koronapandemiasta riippumatta. Tämä kehityskulku on huolestuttavaa niin nuorten koulutusurien kuin mielenterveydenkin näkökulmasta. Kouluyhteisöissä olisi tärkeää panostaa nuorten hyvinvoinnin tukemiseen jokapäiväisessä kouluarjessa. Lisäksi koulutuspoliittisessa päätöksenteossa on tärkeää varmistaa, että hyvinvoinnin tukeminen on selkeästi osa oppimisen tukea.

Mielenterveyden riskit väestössä

Symp6	TO	13:15	SL
-------	----	-------	----

Vanhemman väkivaltarikollisuus ja lasten itsetuhoisuus: koko väestön rekisteritu

Aurora Järvinen

Vanhemman rikollisuus koskettaa maailmanlaajuisesti merkittävää lasten ja nuorten joukkoa, sillä valtaosalla rikoksiin syyllistyneistä on lapsia. Kiinnostus vanhempien rikollisuuden ja lasten terveyden ja käyttäytymisen ylisukupolvisiin yhteyksiin on viime aikoina kasvanut, ja vanhempien rikollisuus on yhdistetty useiden haitallisten vasteiden kuten heikentyneen fyysisen ja psyykkisen terveyden riskiin. Yhteys on havaittu myös vanhemman rikollisuuden ja lasten kohonneen itsetuhoisuuden riskin välillä, mutta tutkimustietoa aiheesta on kaiken kaikkiaan niukasti ja tähänastinen tutkimus on pitkälti keskittynyt vain ilmiöiden välisen yhteyden toteamiseen. Yhteyden luonnetta ei siten tällä hetkellä riittävästi ymmärretä esimerkiksi preventiivisten toimien kehittämisen näkökulmasta. Tutkimme vanhemman väkivaltarikollisuuden ja lasten itsetuhoisuuden välistä yhteyttä ruotsalaiseen rekisteriaineistoon perustuvassa pitkittäistutkimuksessamme, joka sisälsi yli kolme miljoonaa Ruotsissa vuosina 1963–2003 syntynyttä lasta vanhempien. Löysimme väestötasolla assosiaation vanhemman väkivaltarikollisuuden ja lasten kohonneen itsetuhoisuuden riskin välillä ja havaitsimme riskin itsensä vahingoittamiseen erityisen korkeaksi lapsilla, joiden molemmat vanhemmat oli tuomittu väkivaltarikoksista ($HR=2.14-3.55$). Tarkastelimme myös perheessä esiintyvien mielenterveyshäiriöiden osuutta havaittuun yhteyteen stratifioiduissa analyyseissa. Havaitsimme itsetuhoisuuden riskin korkeimmaksi lapsilla, joiden väkivaltarikoksista tuomitulla vanhemmalla oli myös psykiatrasta sairastavuutta, mutta vanhemman väkivaltarikollisuuden ja lapsen itsetuhoisuuden välillä havaittiin positiivinen yhteys silloinkin, kun vanhemmalla ei ollut mielenterveyden häiriöitä. Tutkimme lisäksi familiaalisten tekijöiden roolia yhteyden taustalla serkusanalyyysien avulla ja havaitsimme, että yhteys vanhemman rikollisuuden ja lasten kohonneen itsetuhoisuuden riskin välillä selittyi ainakin osittain lapsen ja vanhemman jakamalla geneettisillä alttiustekijöillä. Syvällisempi ymmärrys yhteyden luonteesta edesauttaa itsetuhoisuuden kohonneessa riskissä olevien parempaa tunnistamista sekä preventioiden kehittämistyötä.

Mitä psykologin tulisi tietää nukkumisesta?

 Symp6	 TO	 13:15	 PII
---	--	---	---

Symposium

Nukkuminen on laajasti yhteydessä fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiimme. Liian vähäisen unen ja uniongelmienv tiedetään olevan yhteydessä esimerkiksi moniin sairauksiin, mielenterveyden haasteisiin, työkyvyttömyyteen, heikompaan kognitiiviseen toimintakykyyn ja palautumiseen. Näiden ilmiöiden ymmärtäminen on tärkeää myös psykologin työn kannalta usealla eri sovellusalalla. Tämän symposiumin tarkoituksena on herätellä tarkastelemaan unen merkitystä ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille läpi elämän sekä pohtimaan psykologin roolia sekä nukkumisen tukemisessa että hoitamisessa. Symposium koostuu neljästä puheenvuorosta, joissa ensin tarkastellaan nukkumisen merkitystä sekä unen mittaamista yleisesti ja sen jälkeen unen erityispiirteitä sekä nukkumiseen liittyviä ongelmia ja niiden hoitoa erikseen pikkulapsiperheissä, nuoruudessa ja aikuisuudessa. Ensimmäinen puheenvuoro käsittelee sitä, minkälaista on yleisesti ottaen hyvä ja riittävä uni ja miksi se on tärkeää terveytemme ja hyvinvointimme kannalta. Puheenvuorossa nostetaan esiin, miksi unesta olisi tärkeä puhua myös psykologin vastaanotolla. Lisäksi puheenvuorossa käydään läpi, minkälaisia keinoja psykologilla on mitata ja arvioida nukkumista. Toinen puheenvuoro keskittyy siihen, miltä nukkuminen näyttää ja mikä sen rooli on pikkulapsiperheen arjessa. Puheenvuorossa käydään läpi lapsen unen kehitystä ja erityispiirteitä ensimmäisten elinvuosien aikana. Puheenvuorossa tarkastellaan pikkulapsiperheiden nukkumista koko perheen näkökulmasta ja tuodaan esiin unen ja uneen vaikuttavien tekijöiden huomioimisen merkitystä pikkulapsiperheiden kanssa työskenneltäessä. Kolmannessa puheenvuorossa tarkastellaan nukkumista ja siihen liittyviä erityispiirteitä nuoruudessa. Keskiössä on erityisesti se, miksi nukkumisen ajoitus ja vuorokausirytmii ylipäättään siirtyvät myöhäisemmiksi nuoruusvuosien aikana. Puheenvuorossa käsitellään tämän kehitysvaiheen normatiivista vaihtelua, tyypillisiä uniongelmia, lääkkeettömiä hoitokeinoja sekä niitä mielenterveyden ilmiöitä, joihin ongelmat nukkumisessa voivat olla yhteydessä. Viimeisessä puheenvuorossa tarkastelun kohteena ovat unen haasteet ja unihäiriöt aikuisuudessa. Puheenvuorossa käydään läpi keskeisten aikuisten unihäiriöiden, erityisesti unettomuuden, arvioinnin ja hoidon periaatteet. Yksilöön kohdistuvien hoitomuotojen lisäksi tuodaan esiin työelämään liittyviä tekijöitä, jotka voivat heikentää ja joilla voidaan edistää hyvän unen edellytyksiä.

Mitä psykologin tulisi tietää nukkumisesta?

			
Symp6	TO	13:15	PII

 Miksi ja miten kerätä tietoa unesta?

 Saana Myllyntausta

Mitä psykologin tulisi tietää nukkumisesta?

			
Symp6	TO	13:15	PII

 Pikkulapsivaiheen uni koko perheen näkökulmasta

 Sini Hyvämäki

Mitä psykologin tulisi tietää nukkumisesta?

			
Symp6	TO	13:15	PII

 Nuoruusiän nukkumisen erityispiirteet: liian vähän ja liian myöhään

 Liisa Kuula

Mitä psykologin tulisi tietää nukkumisesta?

			
Symp6	TO	13:15	PII

 Aikuisten unen haasteet ja unihäiriöt – miten arvioin ja hoidan?

 Heli Järnefelt

Narsismin kasvot - mielessä, kehossa ja aivoissa

Symp6	TO	13:15	PI
-------	----	-------	----

Symposium

Kysymys siitä millaista roolia narsismi ja siihen kytkeytyvät persoonallisuuspiirteet näyttelevät nyky-yhteiskunnassa herättää lisääntyvää kiinnostusta. Onko narsismi lisääntymässä yksilö- ja suorituskeskeisyyden myötä? Miten ihmisen ympäristö ja yksilölliset haavoittuvuustekijät vaikuttavat narsististen piirteiden ilmenemiseen? Monella meistä on intuitiivinen käsitys siitä, millainen narsistinen ihminen on, mutta miten näitä piirteitä voidaan tieteellisesti käsitteellistää ja luotettavasti todentaa? Suomen Akatemian rahoittamassa Narsismin kasvot (engl. Facing narcissism) hankkeessa on viime vuosina kehitetty uusia menetelmiä narsismin tutkimukseen. Olemme tarkastelleet muun muassa miten narsistiset persoonallisuuden piirteet heijastuvat vuorovaikutukseen niin itsestä kertomisen kuin palautteen vastaanottamisen näkökulmasta, miten narsistiset piirteet kytkeytyvät muihin mielensisältöihin ja piirteisiin, sekä miten piirretason vaihtelu narsistisessa käyttäytymisessä heijastuu autonomisen hermoston ja aivojen toimintaan. Tieteellistä tietoa näistä kysymyksistä, kuten myös narsismiin liittyvää tutkimusta suomalaisessa väestössä ylipäänsä, on vielä jopa yllättävän vähän. Tämä symposium kokoaa yhteen Narsismin kasvot hankkeen keskeisiä löydöksiä. Hyödyntäen itsearviointimenetelmiä olemme tutkineet yksilöllistä vaihtelua narsismiin liittyvien alatyypien yhteyksiä tiettyihin sosiaalisen vuorovaikutuksen ydinpiirteisiin. Tutkimalla fysiologisia vasteita, tässä tapauksessa erityisesti ihon sähkönjohtavuuden muutoksia, erilaisten vuorovaikutustilanteiden aikana olemme selvittäneet miten yksilön narsistiset piirteet heijastuvat autonomisen hermoston toimintaan itsestä kertomisen aikana. Lisäksi esittelemme juuri kerätyn uuden naturalistisen tutkimuksen tuloksia, jossa tarkastelemme sitä, miten minää uhkaava palaute heijastuu aivotoimintaan. Yhdessä työme rakentaa kokonaiskuvaa ”narsismin kasvoista” mielessä, kehossa ja aivoissa, pyrkien lisäämään ymmärrystä narsismin ilmenemisestä erilaisissa konteksteissa ja vuorovaikutustilanteissa, sekä kehittämään uusia tieteellisiä menetelmiä näiden ilmiöiden tutkimukseen. Puhujat: Jarno Tuominen, Psykologian laitos, Turun yliopisto Pentti Henttonen, Psykologian ja logopedian osasto, Lääketieteellinen tiedekunta, Helsingin yliopisto Matias Piispanen, Neurotieteen ja lääketieteellisen tekniikan laitos, Aalto-yliopisto / Valtiotieteellinen tiedekunta, Helsingin yliopisto

Narsismin kasvot - mielessä, kehossa ja aivoissa

			
Symp6	TO	13:15	PI

 Grandioottisen ja haavoittuvan narsismin yhteys mentalisaatiokykyyn, episteemise

 Jarno Tuominen

Grandioottisen ja haavoittuvan narsismin yhteys mentalisaatiokykyyn, episteemiseen luottamukseen, häpeään sekä yhteenkuuluvuuden tarpeeseen – Jarno Tuominen Narsismi voidaan jakaa grandioottiseen ja haavoittuvaan alatyyppiin. Molempia luokkia määrittelee narsismille tyypillinen itsekeskeisyys ja vihamielisyys, mutta siinä missä grandioottista narsismia luonnehtivat muun muassa tarve dominoida, kerskailevuus, ulospäinsuuntautuneisuus ja korkea omanarvon tunto, haavoittuvaa narsismia kuvaavat tunnesäätelyn ongelmat, sisäänpäinkääntyneisyys, tunnustuksen tarve ja vuorovaikutuksellinen kylmyys. Tarvitaan kuitenkin lisää tietoa siitä, miten nämä narsismipiirteet vaikuttavat yksilön kokemuksiin ja kykyihin itseen ja muihin liittyen. Tutkimme grandioottisten ja haavoittuvien narsististen piirteiden välisiä eroja i) kyvyssä ymmärtää omaa ja muiden mieliä tavoitteellisina toimijoina ja sietää tähän liittyvää epävarmuutta (mentalisaatio), ii) luottaa sosiaalisesti välitettyyn tietoon (episteeminen luottamus), iii) sisäisen ja ulkoisen häpeän kokemuksissa, sekä iv) yhteenkuuluvuuden tarpeessa. Tutkittavat (N=954) vastasivat verkossa kyselylomakkeisiin. Kyselyjen reliabiliteetin tutkimisen jälkeen luotiin tutkimuskysymyksiin vastaava rakenneyhtälömalli. Esirekisteröityjen hypoteesien mukaisesti haavoittuvassa piirrenarsismissa korostuu alentunut mentalisaatiokyky, taipumus luottaa kritiikittömästi muihin ihmisiin ("sinisilmäisyys"), korkeampi yhteenkuuluvuuden tarve, sekä kohonnut häpeätaipumus. Grandioottisiin narsistisiin piirteisiin taas liittyy vähäisempi yhteenkuuluvuuden tarve, matala sinisilmäisyys, sekä vähäisempi häpeäalttius. Molemmat piirteet, mutta erityisesti haavoittuvuus, olivat yhteydessä kohonneeseen episteemiseen epäluottamukseen. Tulokset syventävät kokonaisuutena ymmärrystämme narsismipiirteiden monimuotoisuudesta ja niiden esiintymisestä normaaliväestössä. Samalla ne mahdollistavat myös hoidollisten interventoiden kehittämisen erityisesti narsismipiirteitä omaavien henkilöiden yksilöllisiä vuorovaikutuksellisia ja itsekokemukseen liittyviä haasteita huomioiden.

Narsismin kasvot - mielessä, kehossa ja aivoissa

Symp6	TO	13:15	PI
-------	----	-------	----

Narsistiset piirteet ennustavat kohonneutta fysiologista kiihtymystilaa itsestä k

Pentti Henttonen

Narsistiset piirteet ennustavat kohonneutta fysiologista kiihtymystilaa itsestä kerrottaessa – Pentti Henttonen Ihmiset poikkeavat toisistaan taipumuksissaan ja kyvyissään kertoa itsestään (engl. self-disclosure), sekä fysiologisissa reaktioissaan tällaisen kerronnan aikana. Halusimme selvittää, kuinka osallistujien minäkuva ja siihen yhteydessä olevat narsistiset piirteet selittävät tätä vaihtelua. Tarkastelimme tässä tutkimuksessa autonominen hermoston toimintaa itsestä kertomisen aikana osallistujilla, joilla on joko korkea tai matala määrä grandioottisen narsismin piirteitä. Erilaisia itsestä kertomisen konteksteja tarkasteltiin kolmella asetelmalla, jotka koostuivat i) vapaamuotoisesta tutustumisesta (koe 1), ii) positiivisia ja negatiivisia tunteita sisältävien elämäkokemusten jakamisesta (koe 2), sekä iii) lyhyempien tarinoiden kertomisesta, joiden aiheet vaihtelivat valenssin sekä itselle merkityksellisyyden (engl. ego relevance) suhteen (koe 3). Osallistujat (n = 44), jotka jaettiin pareihin NPI-13 -kyselyllä mitattujen narsismipistemäärien mukaan (korkea-matala, n = 24; matala-matala, n = 16; korkea-korkea, n = 4), suorittivat kaikki tehtävät peräkkäisessä järjestyksessä. Osallistujien ihon sähkönjohtavuus ja syke mitattiin indekseinä sympaattisen hermoston aktivoitumisesta. Vaikka ensimmäisessä kokeessa ei havaittu hypoteesin mukaisia korostuneita autonomista vasteita narsistisilla (N+) osallistujilla, toinen koe sen sijaan tuki hypoteesia, jonka mukaan lisääntyneenä ihonjohtavuutena ilmennyt sympaattinen aktivaatio oli suurempaa narsistisilla osallistujilla heidän kertoessaan omista elämäkokemuksistaan. Kolmannessa kokeessa osallistujat kertoivat lyhyempiä ja tarkemmin ennalta määriteltujen aiheiden mukaisia tarinoita. Sen osalta havainnot tukivat edelleen hypoteesia siitä, että narsismi on yhteydessä kohonneeseen fysiologiseen aktivaatioon itsestä kerrottaessa. Huomionarvoisesti, narsististen (N+) osallistujien ihon sähkönjohtavuus oli erityisen korkealla tasolla, kun he kertoivat muiden ihmisten ihailun kohteena olemisesta. Paritason analyysit osoittivat, että narsismipistemääristä huolimatta kaikkien kertojien ihon sähkönjohtavuus oli sitä suurempaa, mitä narsistisemman kanssa osallistujan kanssa he keskustelivat. Tulokset antavat kokonaisuutena yhteneväisen kuvan korostuneen sympaattisen aktivaatiotason ja grandioottisen narsismin yhteydestä tarinankerronnan aikana. Ne tukevat näkemystä itsestä kertomisen kahtalaisesta luonteesta, jossa se toimintana muodostaa toisaalta potentiaalisen uhan minäkuvalle, mutta antaa myös tilaisuuden korostaa ja validoida sitä. Näin ollen, löydökset antavat arvokasta tietoa narsististen piirteiden vaikutuksista käyttäytymiseen ja vuorovaikutukseen normaaliväestössä.

Narsismin kasvot - mielessä, kehossa ja aivoissa

Symp6	TO	13:15	PI
-------	----	-------	----

Narsististen piirteiden vaikutukset aivoaktivaatioon vastaanottaessa positiivi

Matias Piispanen

Narsististen piirteiden vaikutukset aivoaktivaatioon vastaanottaessa positiivista tai negatiivista palautetta henkilökohtaisiin tarinoihin - Matias Piispanen Narsistisia piirteitä omaavat henkilöt ovat riippuvaisia toisilta saadusta tunnustuksesta, mutta toisaalta tuntevat tavallista vähemmän empatiaa muita kohtaan. Vielä ei ole kuitenkaan selvää, miten narsistiset piirteet heijastuvat aivojen aktivaatioon kun vastaanotamme positiivista ja negatiivista palautetta puhuessamme henkilökohtaisista asioista. Lisäksi kognitiivisessa neurotieteessä hyödynnetään usein yksinkertaisia koeasetelmia, mikä rajoittaa tulosten yleistettävyyttä. Hyödyntämällä henkilökohtaisia tarinoita ja näyttelijän esittämiä palautteita niihin olemme vieneet aivotutkimusta kohti luonnollisempia tilanteita. Aiemmin ei ole myöskään tarkasteltu, kuinka narsistiset henkilöt reagoivat toiseen henkilöön kohdistuviin minäuhkiin tai toisen henkilön minän tukemiseen. Tässä tutkimuksessa tarkastelemme toiminnallisen magneettikuvauksen avulla, kuinka i) prosessoimme neuraalisesti omia ja toisten henkilökohtaisia tarinoita, ii) miten reagoimme tarinoihin annettuun palautteeseen sekä iii) kuinka narsistiset piirteet heijastuvat näissä aivojen aktivaatioissa. Kokeeseen osallistui 73 henkilöä, joista puolella on korostuneesti ja toisella puolella ei ole lainkaan tai on hyvin vähän narsistisia piirteitä. Ennen magneettikuvantamista he kertoivat videokameralle tarinoita tilanteista, joissa saivat toisilta ihailua tai olivat jääneet porukan ulkopuolelle. Toiminnallisen magneettikuvantamisen aikana he saivat palautetta omiin tarinoihinsa ja katsoivat kun toiset vastaanottivat palautetta tarinoihinsa. Tarkastelemme esirekisteröityjen hypoteesien perusteella miten narsistisia piirteitä omaavien henkilöiden reaktiot omaan ja toisen henkilön saamaan palautteeseen näkyvät aivojen aktivaatiossa, esimerkiksi havaitsemmeko madaltunutta aktivaatiota empatiaan ja mentalisaatioon liittyvillä alueilla kuten dorsomediaalisella prefrontaalisella aivokuorella ja aivosaareskeella. Lisäksi tarkastelemme palautteen jälkeisiä kokemuksia, kuten häpeän tai ylpeyden tunnetta. Havaitsimme, että korkean narsismipistemäärän henkilöiden raportoivan omien tarinoidensa kohdalla vertailuryhmää enemmän ylpeyttä riippumatta siitä oliko palaute ollut positiivista vai negatiivista.

Relational Foundations of Socioemotional Development and Dynamics

			
Symp6	TO	13:15	F3005



Symposium



Intimate relationships with the closest others are pivotal in shaping individuals' socioemotional development, dynamics, and well-being. These relationships, along with related experiences and representations, direct key regulatory processes of emotions, stress, romantic partnerships, and attachment. In this symposium, we present recent research on socioemotional development and dynamics from the Miracles of Development research project, spanning over 20 years (<https://projects.tuni.fi/kehi/>). Our research focuses on (a) the role of early life stress (i.e., parents' stress, marital and mental health problems during the first year of life, childhood adversities) in late adolescents' emotion and stress regulation and (b) the dynamics of adults' romantic partnerships and attachment. The first presentation begins with a longitudinal study that examines the linear and quadratic associations of early life stress with adolescent emotion regulation processes in late adolescence. The second presentation expands the topic at the level of psychobiology by inspecting the role of early life stress in the nuanced functioning of the stress response system during late adolescence. The third presentation provides a long-term panel study tracing the temporal dynamics between parents' partnership quality and psychological distress from pregnancy time to their children's age of 19 years. The last presentation delves into individuals' short-term attachment dynamics in everyday life, employing two ecological momentary assessment samples on adults. Overall, this symposium sheds light on how intimate relationships across different stages of life contribute to people's socioemotional functioning. By unveiling the relational foundations of socioemotional regulatory dynamics, our insights also inform interventions designed to foster healthy and secure relationships throughout an individual's life.

Relational Foundations of Socioemotional Development and Dynamics

Symp6 TO 13:15 F3005

Linear and Quadratic Links of Early Stress with Adolescent Emotion Regulation

Miranna Uitto

Research has shown that early life stress (ELS) influences emotion regulation (ER) processes, which are central to well-being in late adolescence. While chronic and severe forms of ELS, such as childhood maltreatment are known to have deleterious effects on ER, moderate (and more normative) amounts of stressful experiences may not have similar effects on development. Indeed, empirical findings have revealed a quadratic (U-shape) pattern between stress and developmental outcomes. Yet, such as quadratic effects have rarely been modeled in ER studies. The current research will examine the linear and quadratic associations between ELS and later ER. In this 20-year longitudinal study, we followed Finnish families from pregnancy to late adolescence. ELS was measured prospectively by parental reports during the prenatal period (T1), 2 months (T2), and 12 months (T3) postpartum, as well as retrospectively encompassing the entire childhood measured by self-reports of childhood adversities at the children aged 17-19 years old (T4). Adolescents (N = 439) also completed questionnaires of ER processes, involving anger control, and the use of ER strategies, namely rumination, suppression, and reappraisal (T4). Bias-corrected factor score path analysis (BCFSPA) will be applied to estimate linear and quadratic associations between ELS and ER processes. The results will be presented at the conference. The study extends knowledge of the complexity of how ELS is associated with adolescents' ER. Prospective and retrospective predictors of ELS will provide an understanding of how the timing of the stressful experiences matters. Considering the quadratic relationships between ELS and ER processes can uncover when stress is not detrimental but may cultivate resilience in ER.

Relational Foundations of Socioemotional Development and Dynamics

 Symp6  TO  13:15  F3005

Early Stress Predicting Adolescent Stress System Reactivity and Coordination

 Maria Konttinen

Early life stress (ELS) forms a life-long risk for adverse mental and somatic health outcomes. A potential mechanism underlying this effect is altered functioning of the hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis and autonomic nervous system (ANS). However, findings are inconsistent as to whether ELS leads to heightened or blunted HPA axis and ANS reactivity, as indexed by cortisol and alpha-amylase responses, respectively. Furthermore, the extent to which ELS influences within-person coordination of the HPA axis and ANS remains unclear. In this preregistered (<https://osf.io/pe4r8/>) study, we examine whether exposure to ELS during pregnancy and infancy, as well as across the childhood, predicts cortisol and alpha-amylase baseline levels, responses, and coordination under acute interpersonal stress in late adolescence. A subsample of late adolescents ($n = 80$; aged 18-20 years) from a longitudinal family study participated in a home laboratory assessment that involved a 10-minute conflict discussion with their mothers. A total of five adolescent saliva samples were collected to measure cortisol and alpha-amylase levels before, immediately after and 10, 20, and 30 minutes following the conflict discussion, to indicate stress reactivity. ELS was assessed prospectively by parental reports of parenting stress, marital and mental health problems during pregnancy (18-20th week of gestation) and infancy (at 2 and 12 months), and retrospectively by adolescent's self-reports of adverse childhood experiences (0-18 years) when 17-19 years old. Linear mixed-effects models (LMM) will be used to analyze cortisol and alpha-amylase response trajectories. Main and interaction effects of prospectively and retrospectively assessed ELS will be added in the models to predict cortisol and alpha-amylase baseline levels, responses, and coordination. The results will be presented in the conference. The findings of this study will help elucidate how early life stress becomes biologically embedded to influence health and well-being across the lifespan.

Relational Foundations of Socioemotional Development and Dynamics

 Symp6  TO  13:15  F3005

Bidirectional Links of Parents' Psychological Distress and Partnership Quality

 Yan Li

To understand the inter-relations between psychological distress and partnership quality in parents, it is important to consider the different stages of parenthood as the demands of parenting vary greatly depending on child age. However, no previous studies have examined the strength and directionality between parental psychological distress and partnership quality from pregnancy to adolescence. Understanding is also lacking on how partners influence each other over time. Our aims were to study how one's own psychological distress and one's own relationship quality associate with each other over time, and how they associate with the partner's relationship quality and psychological distress. We studied the strength and directionality of the associations as well as gender-based differences. This preregistered study (<https://osf.io/2gnxw>) examined 861 parents (fathers: Mage = 34.4, SD = 4.85; mothers: Mage = 33.08, SD = 3.65), half of whom had conceived with fertility treatments. Psychological distress was measured with General Health Questionnaire and partnership quality (including dimensions of autonomy and intimacy) with Subjective Family Picture Test during pregnancy, one year postpartum, at child age of 7-8 years, and youth age of 17-19 years. Random-intercept cross-lagged panel models were used to evaluate the associations. The results showed that associations between psychological distress and partnership quality were more pronounced cross-sectionally than longitudinally, and mothers had a stronger influence on their partners' relationship quality than fathers. Further, mothers' relationship quality was influenced by fathers only when there was a good balance of autonomy and intimacy in the relationship. Our findings provide new insights into when and how psychological distress and parental relationships relate with each other, paving the way for targeted interventions to enhance parental well-being.

Relational Foundations of Socioemotional Development and Dynamics

Symp6 TO 13:15 F3005

Dynamic Attachment Features in Everyday Life

Jaakko Tammilehto

Research has predominantly examined attachment from a trait perspective, focusing on relatively stable beliefs and expectations regarding one's worthiness and others' availability. Yet, individuals also experience momentary fluctuations in attachment states, which reflect the activation of specific attachment representations in real time. Recent advancements in ecological momentary assessment (EMA) research have allowed for the investigation of patterns and regularities of everyday fluctuations in attachment states (Tammilehto et al., 2022). However, our understanding of such dynamic features of attachment remains incomplete. In this ecological momentary assessment study, we examined associations between the baseline (i.e., long-run mean), variability (moment-to-moment oscillations), and inertia (i.e., carry-over effect) within each state attachment dimension (anxiety, avoidance, security) and how trait attachment predicts the dynamic features. Our preregistered (<https://osf.io/kvyxh>) study comprised two samples. The first sample came from the Daily Emotions research project (N = 122; mean age = 26.43 years, range: 19–52; 88.5% women), while the second was a part of the Miracles of Development research project (N = 127; mean age = 20.98, range: 20–22; 66.9% women). Trait attachment was measured using Experiences in Close Relationships–Revised. In the EMA phases, participants reported their current state attachment seven or ten times a day over a week (Ns = 4629 and 5322). Results showed that for state security, individuals with a high baseline exhibited lower variability. Conversely, in state avoidance, a high baseline was associated with higher variability. Additionally, trait attachment anxiety and avoidance predicted higher baselines of their corresponding attachment states and a lower baseline and higher variability of state security. Overall, our findings underscore the significance of baseline and variability in comprehending attachment system dynamics in daily life.

Ilmastomuutos ja psykologia

Symp7	PE	9:00	PI
-------	----	------	----

Symposium

Ilmastomuutos on globaali ympäristöongelma, joka aiheutuu ensisijaisesti ihmisten toiminnasta syntyvistä kasvihuonekaasupäästöistä. Luonnontieteet ovat onnistuneet tuottamaan kattavan kuvan ilmastomuutoksen mekanismeista ja myös esittämään selkeitä toimintatapoja sen hillitsemiseksi. Merkittävät päästövähennykset vaativat kuitenkin teknologisen kehityksen lisäksi suurien ihmisjoukkojen käyttäytymisen muuttumista ja siten ihmisen toimintaa tutkivat tieteet tulevat olemaan avainasemassa ilmastotoimien toteuttamisen onnistumisessa tai epäonnistumisessa. Ihmistieteellistä osaamista tarvitaan myös ilmastomuutoksen sosiaalisten, taloudellisten ja emotionaalisten seurausten ymmärtämiseen ja hallitsemiseen. Siten psykologialla tulee olemaan merkittävä rooli ilmastomuutoksen hillitsemisessä. Tässä symposiumissa käsitellään psykologian ja ilmastomuutoksen yhteyksiä useista näkökulmista. Aloitamme kuvailemalla lyhyesti ilmastomuutoksen luonnontieteellistä taustaa, seurauksia ja keinoja sen hillitsemiseen sekä näiden yhteyttä psykologiaan. Sitten käsittelemme yksilön toiminnan, asenteiden ja sosioekonomisen aseman vaikutusta hänen hiilijalanjälkeensä. Seuraavaksi esittelemme käyttäytymistieteellisen tiedon hyödyntämistä ilmastomuutoksen hillitsemisessä ja lopuksi käsittelemme vielä ilmastomuutokseen ja muihin ympäristöongelmiin liittyviä tunteita ja ahdistusta. Symposiumin tarkoituksena on tarjota perustietoa ilmastomuutoksen ja psykologian rajapinnoista ja esitellä tuoretta Suomessa aiheesta tehtävää tutkimusta.

Ilmastomuutos ja psykologia

Symp7	PE	9:00	PI
-------	----	------	----

Ilmastomuutos ja psykologia

Nils Sandman

Symposiumin ensimmäisessä esityksessä käydään lyhyesti läpi ilmastomuutosta luonnontieteellisenä ilmiönä ja esitellään sen hillitsemiseen liittyviä ihmistieteellisiä näkökulmia. Maapallon lämpötila on viimeisen sadan vuoden aikana noussut noin yhden asteen ja suurin osa tästä lämpenemisestä liittyy ihmisen toiminnasta syntyvien kasvihuonepäästöjen määrän lisääntymiseen ilmakehässä. Nämä kaasut lisäävät ilmakehän kykyä sitoa auringon energiaa ja johtavat lämpötilan nousun lisäksi suurempaan todennäköisyyteen äärimmäisten sääilmiöiden esiintymiselle. Ilmastomuutoksesta on negatiivisia seurauksia ihmisille ja ekosysteemeille: Lämpeneminen ja äärimmäiset sääilmiöt uhkaavat ruuan ja juomaveden riittävyyttä alueilla, joissa ilmastomuutoksen vaikutukset näkyvät vahvimmin ja nopeat ympäristömuutokset aiheuttavat luontokatoa erityisesti herkissä ekosysteemeissä, kuten Suomen lapissa. Jotta ilmastomuutoksen aiheuttamia negatiivisia seurauksia voitaisiin rajoittaa, tulee kasvihuonekaasujen vapauttamista ilmakehään vähentää nopeasti. Lisäksi mekanismeja, jotka sitovat kyseisiä kaasuja pois ilmakehästä, eli esimerkiksi hiilinieluja kuten kasvavaa metsää, tulisi vahvistaa. Ilmastomuutoksen hillitsemisen tekee kuitenkin vaikeaksi se, että kasvihuonekaasupäästöjä synnyttävät lukuisat lähteet, kuten energian ja ruuan tuotanto, joiden mittakaava on valtava ja jotka ovat kriittisiä nykymuotoisten yhteiskuntien toiminnalle. Usein yksittäisillä ihmisillä tai edes yksittäisillä valtioilla on rajalliset vaikutusmahdollisuudet päästöjen tuotantoon, koska ne liittyvät yhteiskunnan tai globaalien markkinoiden rakenteisiin. Merkittäviä positiivisia ilmastovaikutuksia aikaansaavat toimenpiteet tulevatkin vaatimaan laajoja rakenteellisia muutoksia, joita ei voida toteuttaa ilman suurien ihmisjoukkojen hyväksyntää kyseisille toimille. Ilmastomuutoksen kaltaista monimutkaista systeemistä ongelmaa kutsutaan viheliäiseksi ongelmaksi ja sitä ei ole mahdollista ratkaista eettisesti yksittäisillä suurilla muutoksilla. Psykologian näkökulmasta ilmastomuutoksen hillitsemistä voidaankin lähestyä monella tasolla: Systeemisten ongelmien ratkaisuyrityksiin liittyvät ryhmäilmiöt ja peliteoreettiset näkökulmat, kuten ohikulkijavaikutus, ajatusharhat ja vangin dilemma. Käyttäytymisen muutoksen näkökulmasta voidaan tarkastella, miten yksilöiden toimintaa ja ryhmien normeja voisi ohjata ympäristöystävällisempään suuntaan. Yksilöpsykologian näkökulmasta voi olla tarpeen auttaa ihmisiä käsittelemään vaikeita ilmastotunteita.

Ilmastomuutos ja psykologia

Symp7	PE	9:00	PI
-------	----	------	----

Mihin kohdistaa käyttäytymistieteellisiä ilmastotoimia?

Elisa Sahari

Ilmastomuutoksen hillitseminen vaatii toimia kaikilla yhteiskunnan aloilla, myös yksilöiden osalta. Teknologiset innovaatiot ja energiatehokkuuden parantaminen ovat tärkeitä päästöjen vähentämiskeinoja, mutta yksilöiden käyttäytymisen muutos on myös keskeisessä asemassa. Arvioiden mukaan kysyntäpuolen ratkaisuilla, kuten kestävämmän liikkumisen suosimisella ja ruokavaliomuutoksilla, voidaan vähentää globaaleja päästöjä jopa 40–80 %. Käyttäytymistieteiden ja psykologian soveltaminen voi olla avainasemassa tämänkaltaisten laaja-alaisten käyttäytymismuutosten edistämisessä. Perinteiset lähestymistavat kansalaisten käyttäytymisen ohjaamiseen, kuten verot, tuet ja tiedotuskampanjat, perustuvat taloudelliseen näkemykseen ihmisen toiminnasta, olettaen päätöksenteon olevan ensisijaisesti rationaalista. Psykologian näkökulmasta ihmisen käyttäytyminen on kuitenkin monimutkaisempaa, ja siihen vaikuttaa esimerkiksi tavat, konteksti, kognitiiviset vinoumat, tunteet sekä normit. Ympäristöystävälliseen käyttäytymiseen liittyvä psykologinen tutkimus on myös usein keskittynyt yksittäisiin tekoihin laajemman elämäntavan tarkastelun sijaan. Kuitenkaan yksittäisten tekojen tekeminen ei välttämättä johda merkittävään muutokseen yksilön kokonaisilmastokuormassa. Siksi tarvitaan laajempaa ymmärrystä siitä, miten yksilöiden käyttäytyminen, valinnat ja niiden taustalla olevat tekijät vaikuttavat yksilön ilmastokuormaan. Tutkimuksessamme selvitimme psykologisten, poliittisten ja sosiodemografisten tekijöiden yhteyksiä hiilijalanjäljen kokoon. Aineistona käytimme kyselyä, johon vastasi 3600 suomalaista aikuista. Karkea hiilijalanjälki laskettiin kyselylomakkeen perusteella yhteistyössä Suomen ympäristökeskuksen (Syke) kanssa. Laskelmissa huomioitiin liikkumisen, asumisen, ruokavalion ja muiden kulutustapojen aiheuttamat päästöt. Tutkimustulokset osoittivat, että lähes kaikkien vastaajien hiilijalanjäljet ylittivät kansainväliset tavoitteet. Vastaajien tulotaso oli vahvin hiilijalanjälkeä ennustava tekijä, mikä korostaa, että korkeampi tulotaso yksilöihin kohdistuvilla interventioilla on suurin potentiaali päästöjen vähentämiseen. Vaikka psykologisilla tekijöillä, kuten ympäristöasenteilla ja minäpystyvyyden kokemuksella, oli jonkin verran vaikutusta hiilijalanjäljen suuruuteen, niiden merkitys jäi pieneksi. Kuitenkin selittävät tekijä erosivat hiilijalanjäljen osa-alueita kesken. Esimerkiksi ruoan hiilijalanjälkeä ennusti parhaiten vastaajan ympäristöasenteet, kun taas asumisen hiilijalanjälki selittyi ainoastaan sosiodemografisilla tekijöillä. Tämä viittaa siihen, että hiilijalanjäljen pienentämiseen tähtäävät interventiot tulisi kohdentaa kohdeyleisölle sopivaksi, ottaen huomioon käyttäytymisen, jota halutaan muuttaa. Tulosten perusteella ruokavalion muutoksen aikaansaamiseksi voitaisiin keskittyä ympäristöasenteiden parantamiseen, kun taas asumisen hiilijalanjäljen pienentämiseen tarvittaisiin todennäköisesti erilaisia interventioita.

Ilmastonmuutos ja psykologia

Symp7	PE	9:00	PI
-------	----	------	----

Käyttäytymistieteelliset työkalut ilmastonmuutoksen hillitsemisessä

Paula Salo

Suomessa on lähivuosina kasvanut kiinnostus käyttäytymistieteellisten, pehmeiden ohjauskeinojen käyttöön ihmisten ohjaamisessa kohti ilmaston kannalta parempia valintoja ja kestävämpää käyttäytymistä. Yksi suosittu keino on tuuppaus (engl. nudge), jossa valinta-arkkitehtuuria muokataan ohjaamaan ihmisen päätöksentekoa ennakoitavalla tavalla siten, että hänellä säilyy mahdollisuus valita myös toisin. Tuuppauksen kiinnostavuutta yhteiskunnallisena ohjauskeinona lisäävät sen mahdollisuudet olla kustannustehokas, helppo ja skaalautuva keino. Tuuppauksessa pyritään usein käyttämään hyväksi tiedonkäsittelyn oikopolkuja tai vinoumia, jotka liittyvät nopeaan ja intuitiiviseen ajatteluun. Tavoitteena on ohittaa syvällisempi pohdiskelu ja tehdä valinnasta mahdollisimman helppo. Esimerkiksi lounasruokalassa voidaan saada ihmiset vähentämään ruokajätettä antamalla oletusvalintana pienempi annos. Yksilön energian tai veden kulutusta voidaan vähentää kertomalla hänelle, jos taloyhtiön muut asukkaat kuluttavat vähemmän. Ilmastonmuutoksen hillitsemiseen liittyvät yksilöiden valinnat ovat monimutkaisia ja niiden vaikutukset voivat olla pitkäkestoisia. Ohjaaminen nopeaan ja intuitiiviseen ajatteluun ei tällöin välttämättä ole sopiva keino. Tämän vuoksi on tärkeää pohtia myös muiden käyttäytymistieteellisten keinojen hyödyntämistä. Esimerkiksi yksityisten omistajien metsien hoidossa tavoitellaan valintoja, jotka edistävät hiilinieluja, mutta huomioivat myös mm. taloudellisia tavoitteita. Metsänomistajat voisivatkin hyötyä enemmän kompetenssin parantamisesta (boost) tai sellaisista tuuppauksista, jotka ohjaavat heitä nimenomaan miettimään päätöksiään enemmän (nudge+). Tuuppausta kohtaan on esitetty kritiikkiä ja menetelmän eettisyyttä on kyseenalaistettu. Myös tuuppausten hyväksyttävyydestä on runsaasti tutkimusta. Tuuppauksen eettisyys ja hyväksyttävyys riippuvat paljolti siitä, mihin interventiot kohdistuvat ja millä tavalla. Ilmastotuuppauksiin liittyy useita eettisiä erityispiirteitä, kuten läpinäkyvyyteen tai oikeudenmukaisuuteen liittyviä kysymyksiä. Haittaako, jos aktiivisiin työmatkan kulkutapoihin tuupattava luulee tuuppauksen tarkoituksiksi terveyden edistämisen? Ohjataanko ilmastotuuppauksella yksilöä ilmaston kannalta parhaaseen vaihtoehtoon? Onko kaiken kaikkiaan oikein tai kannattavaa tehdä yksilöön kohdistuvia interventioita, joilla ohjataan yksilöä käyttäytymään ilmaston kannalta paremmin? Pitäisikö ennemmin miettiä, miten käyttäytymistieteellistä ja psykologista tietoa voisi käyttää kehittämään järjestelmiä, joissa ihmiset toimivat? Tässä esityksessä käydään läpi, millaisia käyttäytymistieteellisiä interventioita ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi on kehitetty ja kokeiltu sekä tarkastellaan erityisesti tuuppaukseen liittyviä mahdollisuuksia ja haasteita.

Ilmastonmuutos ja psykologia

Symp7	PE	9:00	PI
-------	----	------	----

Ilmastotunteet ja ilmastoahdistus

Noel Niskanen

Tunteilla on keskeinen rooli ihmisen tiedonkäsittelyssä, päätöksenteossa ja käyttäytymisessä. Ne vaikuttavat kognitiivisiin prosesseihin sekä motivaatioon ja suuntaavat tiedonkäsittelyä ja käyttäytymistä tapahtumiin, jotka ovat merkityksellisiä henkilön tavoitteiden ja huolenaiheiden kannalta. Koska tunteet vaikuttavat merkittävästi ihmisen ajatteluun ja käyttäytymiseen, niillä on tärkeä rooli myös ilmastonmuutokseen reagoimisessa. Ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on alettu tutkia lähinnä viimeisen vuosikymmenen aikana. Erityisesti nuorten ilmastoahdistus on herättänyt keskustelua niin tieteellisessä kontekstissa kuin esimerkiksi mediassa. Ilmastotunteet eli ilmastonmuutokseen liittyvät tunteet ovat laajemman ilmiön, ympäristötunteiden, alatyyppejä. Ilmastotunteista on tutkittu muuan muassa voimaantumista, surua, pelkoa, huolta, toivoa ja ahdistusta. Tunteiden, myös ilmastotunteiden, määrittely on osoittautunut tutkimuksissa haasteelliseksi. Tutkimuksissa ei ole päästy yhteisymmärrykseen esimerkiksi ilmastoahdistuksen luonteesta. Osassa tutkimuksista ilmastoahdistuksen on havaittu olevan yhteydessä ympäristöystävällisempään toimintaan, mutta toisissa sen äärimmäisen muodon on havaittu olevan yhteydessä lamaantumiseen. Erot määritelmässä ovat johtaneet myös merkittäviin metodologisiin eroihin. Ilmastoahdistuksen mittaamiseen ja sen erottamiseen ilmastohuolesta ei ole vakiintunutta tapaa, vaan ilmiötä on tutkittu yksittäisillä kysymyksillä sekä erilaisilla vakiintumattomilla mittareilla, ja laajasta skaalasta erilaisia tunteita on käytetty nimeä ilmastoahdistus. Tämä tekee eri tutkimusten välisten tulosten vertailusta ja johtopäätösten vetämisestä hankalaa. Väitöskirjassani pyrin erottelemaan lamaannuttavan ilmastoahdistuksen sopeutumista edistävästä ja toimintaan kannustavasta ilmastohuolesta. Ensimmäisessä osatutkimuksessa validoitiin Climate Anxiety Scale:n ja The Hogg Eco-Anxiety Scale:n suomenkieliset versiot hyödyntäen kolmea suomessa kerättyä otosta. Näiden mittarien ominaisuuksia vertailtiin sekä toisiinsa että aiemmissa tutkimuksissa käytettyihin yksittäisiin ilmastoahdistusta kartoittaviin kysymyksiin. Lisäksi Climate Anxiety Scalesta luotiin lyhennetty versio.

Mielenterveysongelmien syyt, hoidot ja niitä koskevat uskomukset

Symp7	PE	9:00	SL
-------	----	------	----

Symposium

Uskomukset mielenterveyden ongelmista vaikuttavat siihen, miten niihin reagoidaan. Syyt, joista ilmiöiden oletetaan johtuvan, vaikuttavat niin tutkimukseen, hoitojärjestelmään kuin siihenkin, millaista apua asiakkaat ongelmilleen etsivät. Uskomukset ongelmien syistä ja hoitojen seurauksista vaikuttavat sekä ammattilaisten käsityksiin siitä, millaista hoitoa kannattaa tarjota että asiakkaiden käsityksiin mahdollisuuksistaan vaikuttaa omaan tilanteeseensa. Siksi tutkijoiden ja kliinikoiden on tärkeä ymmärtää, millaisia uskomuksia ihmisillä on mielenterveysongelmien syistä ja hoitojen vaikutuksista. Mielenterveyteen liittyy myös yleisiä virheellisiä uskomuksia, jotka on tärkeä tunnistaa. Symposiumi tarkastelee uskomuksia, joita maallikoilla ja ammattilaisilla on mielenterveysongelmien syistä ja psykiatrisista hoidoista, ja tarjoaa uusia näkökulmia näiden ilmiöiden ymmärtämiseen. Ensimmäisessä esityksessä tarkastellaan suomalaisten uskomuksia oman masennuksensa syistä kansainvälisesti käytettyä menetelmää [1] hyödyntäen. Tutkimus on ensimmäinen laatuaan Suomessa. Toisessa selvitetään, millainen intuitiivinen käsitys maallikoilla ja psykoterapeuteilla on mielen ja aivojen suhteesta ja kuinka intuitio näkyy uskomuksissa psykoterapian ja psyykenlääkkeiden vaikutuksista [2]. Lisäksi symposiumi kiinnittää huomiota kahteen yleiseen ongelmaan. Mielenterveyshäiriöiden luokitukset ensinnäkin vahvistuvat käytössä: vaikka diagnoosi olisi puhtaasti sopimuksenvarainen, se muuttuu ihmisten uskomuksissa helposti kyseenalaistamattomammin todeksi kuin on. Toiseksi häiriöluokitukset, jotka ovat määritelmän mukaan vain oirekuvauksia, mielletään usein virheellisesti oireiden selityksiksi, mitä ne eivät ole. Symposiumin kolmannessa esityksessä tutkitaan, pitääkö kansainvälisten terveysalan järjestöjen ja yliopistojen tarjoama tieto masennuksen syistä näiltä osin paikkansa ja millaisia ongelmia virheellisistä uskomuksista saattaa seurata [3]. Neljäs esitys tarjoaa vaihtoehdon oirekeskeiselle lähestymistavalle mielenterveysongelmiin [4]. Esityksessä pohditaan, kuinka virheellisten uskomusten sudenkuopat voitaisiin välttää ja kuinka mielenterveyspalveluiden vaikuttavuutta voitaisiin parantaa kokonaisvaltaiseen ihmiskäsitykseen perustuvien hoitomallien avulla. [1] Read, J., ym. (2015). Beliefs of people taking antidepressants about the causes of their own depression. *J Affect Disord*, 174, 150–156. [2] Valtonen, J., ym. (2021). Neurodualism: People Assume that the Brain Affects the Mind more than the Mind Affects the Brain. *Cogn Sci*, 45: e13034. [3] Kajanoja, J. & Valtonen, J. (painossa). A Descriptive Diagnosis or a Causal Explanation? Accuracy of Depictions of Depression on Authoritative Health Organization Websites. *Psychopathology*. [4] Bergström, T. (2023). From treatment of mental disorders to the treatment of difficult life situations: A hypothesis and rationale. *Med Hypotheses*, 176, Article 111099.

Mielenterveysongelmien syyt, hoidot ja niitä koskevat uskomukset

Symp7	PE	9:00	SL
-------	----	------	----

Mistä masennus johtuu? Kyselytutkimus kausaalisista uskomuksista

Mira Karrasch

Tässä tutkimuksessa selvitettiin masentuneiden ihmisten kausaalisia uskomuksia oman masennuksensa syistä verkkokyselyllä. Tutkimus on ensimmäinen kvantitatiivinen tutkimus masennusta koskevista kausaalisista uskomuksista Suomessa. Masennuksen kausaalisia uskomuksia koskevat kysymykset käännettiin kansainvälisesti käytetystä kyselystä (Read et al., 2015). Osallistujia pyydettiin arvioimaan viisiportaisella asteikolla, kuinka yksimielisiä he olivat 17:sta masennuksen mahdollisesta syystä. Kysely sisälsi myös kysymyksiä demografisista muuttujista, mielenterveyteen liittyvistä muuttujista, coping-keinoista ja masennuksen hoidosta. Lisäksi kyselyn jälkeen tutkittavat saivat tehdä kaksi tietokonepohjaista työmuistitehtävää (n-back ja digit span). Kyselyyn kutsuttiin opiskelijajärjestöjen ja Facebookin kautta yli 18-vuotiaita henkilöitä, jotka kokivat olevansa masentuneita. Tutkimukseen osallistui kaiken kaikkiaan 651 henkilöä, joista 199 joko keskeytti vastaamisen tai ei vastannut kaikkiin taustatekijöitä tai kausaalisia uskomuksia koskeviin kysymyksiin. Masennusta koskevia kausaalisia uskomuksia pystyttiin analysoimaan 452:ltä vastaajalta. 77% vastaajista oli naisia, vastaajien keski-ikä oli 29 v, ja 70% vastaajista oli alle 30-vuotiaita. Alustavat analyysit osoittivat, että suosituimmat kausaaliset uskomukset koskivat stressiä ja vastoinkäymisiä, erityisesti ihmissuhteisiin liittyviä ongelmia masennuksen syinä. Lapsuuden vaikeat kokemukset ja yksinäisyys olivat yleisimmin kannatetut yksittäiset uskomukset. Biogeneettisiä syitä masennukselle pidettiin vähemmän uskottavina, mikä erosi selvästi Uudessa-Seelannissa tehdystä tutkimuksesta (Read et al., 2015), jossa aivokemian epätasapaino oli eniten kannatusta saanut yksittäinen uskomus (66.6% Uusi-Seelanti vs. 37,5% Suomi). Lähes kaikki Uuden-Seelannin aineistossa käyttivät masennuslääkkeitä, kun vastaava osuus tässä aineistossa oli 35% (lisäksi 16% oli aiemmin käyttänyt masennuslääkkeitä). Jatkoanalyysia tehdään kausaalisten uskomusten yhteyksistä muihin muuttujiin, mm. demografisiin ja klinisiin tekijöihin sekä masennushoitoihin. Nämä esitellään kongressissa. Viite: Read, J., Cartwright, C., Gibson, K., Shiels, C., & Magliano, L. (2015). Beliefs of people taking antidepressants about the causes of their own depression. *Journal of Affective Disorders*, 174, 150–156. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.11.009>

Mielenterveysongelmien syyt, hoidot ja niitä koskevat uskomukset

Symp7	PE	9:00	SL
-------	----	------	----

Neurodualismi: terapian ja lääkkeiden uskotut vaikutukset aivoihin ja mieleen

Jussi Valtonen

Pitkään on tiedetty, että ihmiset ajattelevat mielen ja aivot toisistaan erillisiksi asioiksi, jotka ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Näkemystä kutsutaan dualismiksi. Samaan aikaan maallikotkin kuitenkin tietävät, että tieteessä ajatellaan, että henkiset toiminnot riippuvat yksinomaan (aineellisten) aivojen toiminnasta. Tämä näkemys on ristiriidassa dualismin kanssa. Sillä, miten ihmiset sovittavat nämä kaksi ristiriitaista näkemystä toisiinsa, saattaa olla merkitystä esimerkiksi mielenterveyttä ja sen hoitoja koskevien uskomusten kannalta. Yksi mahdollisuus on, että omaksuessaan aivoja koskevia tieteellisiä väitteitä mediasta ja kulttuurista ihmiset eivät korvaa dualistista uskomusjärjestelmäänsä niillä vaan pyrkivät säilyttämään molemmat. Ihmiset toisin sanoen yrittävät omaksua tiedon aivoista mielen biologisena perustana luopumatta kuitenkaan intuitiostaan, jonka mukaan aivot ja mieli ovat toisistaan erilliset. Hypoteesimme mukaan tämä pyrkimys johtaa siihen, että tieteellinen väite aivoista mielen perustana muuntuu ihmisten intuitioissa hiukan toiseksi: uskomukseksi mielen ja aivojen vuorovaikutuksen epäsymmetriasta, jossa aivot kykenevät vaikuttamaan mieleen enemmän kuin mieli aivoihin. Kutsumme tätä hybridi-intuitiota neurodualismiksi. Koettelimme neurodualismihypoteesia viidessä empiirisessä osatutkimuksessa, joihin kuului sekä tavallisen elämän esimerkkejä että ajatuskokeita. Osatutkimuksissa kysyttiin sekä maallikoilta että ammattipsykoterapeuteilta esimerkiksi sitä, miten he ajattelivat psykoterapian ja psyykenlääkkeiden vaikuttavan mieleen ja toisaalta aivoihin. Kysyimme osallistujilta myös yleisemmin, miten usein he uskoivat, että mielessä tapahtuneeseen muutokseen liittyy muutos myös aivoissa ja päinvastoin. Tutkimustuloksissa saatiin näyttöä neurodualismista maallikoiden ja jossain määrin jopa ammattipsykoterapeuttien keskuudessa. Maallikot uskoivat psykoterapian vaikuttavan mieleen selvästi enemmän kuin aivoihin. Psyykenlääkkeiden toisaalta uskottiin vaikuttavan yhtä paljon sekä mieleen että aivoihin. Sama aivoja suosiva epäsymmetria näkyi myös muissa koeasetelmissa: maallikot uskoivat, että kuvitteellisen henkilön aivoissa tapahtuvaan muutokseen liittyy useammin mielessä tapahtunut muutos kuin toisin päin. Vastaavasti kun osallistujia pyydettiin kuvittelemaan, että tulevaisuudessa tutkijat pystyisivät muuttamaan täsmälleen 25 prosenttia ihmisen aivoista, osallistujat uskoivat tämän johtavan suurempiin muutoksiin henkilön mielessä kuin toisin päin. Ihmisten intuitiiviset teoriat mielestä ja aivoista auttavat osaltaan ymmärtämään aivoihin ja mielenterveyshoitoihin liittyviä yleisiä virheellisiä käsityksiä, kuten että psykoterapia vaikuttaisi aivotoimintoihin vain suhteellisen vähän silloinkin, kun psykoterapia sinänsä auttaa paljon. Aivoja koskevat intuitiiviset uskomukset, jotka eivät pidä paikkaansa, altistavat ihmisiä myös harhaanjohtavalle markkinoinnille.

Mielenterveysongelmien syyt, hoidot ja niitä koskevat uskomukset

Symp7	PE	9:00	SL
-------	----	------	----

Onko masennusdiagnoosi kuvaus oireista vai niiden selitys?

Jani Kajanoja

Onko masennusdiagnoosi kuvaus oireista vai niiden selitys? Analyysi johtavien terveysjärjestöjen internetsivujen masennusta koskevan tiedon tieteellisestä luotettavuudesta. Psykiatriset diagnoosit kuten masennus ovat puhtaasti deskriptiivisiä eli kuvauksia oireista, koska tarkkaa etiologiaa tai mekanismeja ei ole pystytty kuvaamaan. Psykiatriset diagnoosit eivät siis selitä oireita, koska ne ovat määritelmänsä mukaan vain kuvauksia. Tästä huolimatta arkikielessä psykiatrisista häiriöistä puhutaan usein sairauksina, joilla on kausaalista selitysvoimaa. Toisin sanoen psykiatristen häiriöiden ajatellaan aiheuttavan psykiatrisia oireita. Tämä on verrattavissa siihen, että päänsäryn diagnoosia ajateltaisiin syynä kipuun päässä. Ei kuitenkaan tiedetä, miksi tämä kehäpäätelmä on niin yleinen. Tutkimuksessamme selvitettiin, ylläpitävätkö johtavat kansainväliset mielenterveysinstituutit viestinnällään tätä väärinkäsitystä. Valitsimme hakukonetulosten perusteella 30 tärkeintä englanninkielistä terveysjärjestöä, psykiatriyhdistystä ja yliopistoa (esim. WHO, APA, NHS, Harvard), jotka tarjosivat internetsivuillaan tietoa masennuksesta, ja analysoimme niiden kuvaukset masennusoireyhtymästä. Selvitimme, esitettiinkö masennusoireyhtymä virheellisesti oireiden kausaalisenä selityksenä vai puhtaasti deskriptiivisenä oirekuvauksena kuten olisi tieteellisesti asianmukaista. Tulosten mukaan suurin osa sivustoista kuvasi masennusoireyhtymän kausaaliseksi entiteetiksi, joka aiheuttaa ja/tai selittää masennusoireita. Yksikään tutkimusaineistomme sivustoista ei selittänyt masennusta puhtaana oireiden kuvauksena, kuten olisi ollut tieteellisesti paikkansapitävää. Tieteellinen epätarkkuus johtavien terveysjärjestöjen julkisesti tarjoamassa informaatioissa on ongelma, joka osaltaan pitää yllä yleistä ja virheellistä kehäpäätelmää psykiatrisista diagnooseista oireiden selityksenä. Argumentoimme, että masennuksen esittäminen tieteellisesti virheellisesti yhtenäisenä sairautena, joka aiheuttaa masennusoireita, hämärtää niin maallikoiden kuin ammattilaistenkin ymmärrystä psykiatristen ongelmien luonteesta ja oireiden todellisista syntymekanismeista. Tieteellisesti paikkansa pitämätön käsitys, jonka mukaan henkisen kärsimyksen tiedettäisiin johtuvan masentuneen omaan elämäntilanteeseen liittymättömästä, biolääketieteellisestä patologisesta prosessista, estää sekä potilasta että klinikkoa hahmottamasta oireiden ja elämäntilanteen yhteyksiä. Arvostettujen terveysjärjestöjen laajasti levittämä virheellinen tieto voi heikentää myös laajemmin luottamusta tieteeseen ja psykiatriaan.

Mielenterveysongelmien syyt, hoidot ja niitä koskevat uskomukset

Symp7	PE	9:00	SL
-------	----	------	----

Mielenterveyshäiriöiden hoitamisesta auttamiseen vaikeissa elämäntilanteissa

Tomi Bergström

Mielenterveyshäiriö-käsitteellä viitataan psykososiaalisiin ilmiöihin, jotka poikkeavat jonkun odotuksista ja joiden katsotaan aiheuttavan haittaa. Näitä psykososiaalisia ilmiöitä luokitellaan oirekuvan perusteella diagnoosiryhmiin, jotta luokittelu tukisi tieteellistä tutkimusta ja hoidon järjestämistä. Psykiatrinen oirediagnoosi tarjoaa tavan ryhmitellä oireita lääketieteellisen päätöksenteon tueksi. Samalla se voi kuitenkin lisätä sellaista psykiatristen diagnoosien reifikaatiota, jossa sopimuksenvaraiset oirekuvaukset nähdään todellisina sairausentiteetteinä, jotka aiheuttaisivat havaitut ongelmat. Koska psykiatriset diagnoosit ovat oirekuvauksia, jotka eivät ota kantaa oireiden syihin, johtaa diagnoosien reifikaatio itseään toteuttavaan kehäpäätelmään. On myös mahdollista, että diagnoosien reifikoituminen patologisoi yleisinhimillisiä psykososiaalisia ilmiöitä. Normaaliuden kaventuminen ja asiantuntijavallan kasvu taas lisäävät sekä palvelukysyntää että palvelujen epätarkoituksenmukaista siiloutumista eri häiriöluokkien hoitoon erikoistuneisiin yksiköihin, joka voi osaltaan selittää mielenterveyspalveluiden kasvavaa kuormitusta, lisäresurssien tarvetta ja heikkoa pitkän aikavälin vaikuttavuutta. Holistinen eli kokonaisvaltainen ihmiskäsitys tarjoaa vaihtoehdon vallalla olevalle oirekeskeiselle ja reduktionistiselle mielenterveyskäsitykselle. Sen mukaan ihmisen olemassaolo muodostuu tajunnallisuudesta, kehollisuudesta ja elämäntilanteesta, jotka ovat perustavalla tavalla sidoksissa toisiinsa. Tällöin mielenterveysongelmaksi kutsutut oireet eivät ole universaalisti palautettavissa vain yksilön bio- tai psykopatologiaan, koska tietyn ajatuksen, tunteen tai käyttäytymisen muodostuminen ongelmaksi riippuu yksilön sen hetkisestä elämäntilanteesta, mukaan lukien yksilöllisten ominaisuuksien suhde sosiaaliseen kontekstiin. Holistinen mielenterveyskäsitys auttaa ymmärtämään, miksi mielenterveyshäiriöiksi luokiteltuja ilmiöitä ei ole toistuvista yrityksistä huolimatta pystytty palauttamaan psykologisiin tai biologisiin osatekijöihinsä siten, että ne voitaisiin universaalisti diagnosoida riippumattomilla menetelmillä. Lisäksi se tekee ymmärrettävämmäksi tulokset, joiden mukaan mielenterveyshoidossa vaikuttavia ovat menetelmästä ja ongelmasta riippumatta ei-spesifit yhteiset tekijät kuten hoitosuhteen laatu ja tavoitteellisuus, tilannetekijöiden huomioiminen sekä oireenmukaisen psyykenlääkehoidon yleisinhimillisiä ajatus- ja tunnetoimintoja muuntavat vaikutukset. Esitän hypoteesin, jonka mukaan ontologinen käänne mielenterveyshäiriöiden hoidosta auttamiseen vaikeissa elämäntilanteissa johtaa kokonaisvaltaisempiin käytäntöihin, jotka parantavat mielenterveyspalveluiden vaikuttavuutta. Hypoteesin tueksi kuvaan kolmea Maailman terveysjärjestö WHO:n suosittamaa holistista mielenterveyden hoitomallia, Soteria-, Triesten yhteisöhoito- ja Avoimen dialogin mallia, ja pohdin mahdollisuuksia näiden mallien kehittämiseksi ja hypoteesin testaamiseksi.

Näkökulmia emotionaaliseen saatavillaoloon vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteessa

Symp7	PE	9:00	PII
-------	----	------	-----

Symposium

Emotionaalisella saatavillaololla (Emotional Availability, EA) tarkoitetaan vanhemman ja lapsen suhteen vastavuoroista emotionaalista yhteyttä ja molempinpuolista kykyä nauttia suhteesta. EA:n ulottuvuuksia ovat vanhemman sensitiivisyys eli kyky vastata lapsen viesteihin, jäsentäminen eli kyky ohjata lasta ja asettaa tälle rajoja, tunkeilevuus ja vihamielisyys eli negatiivinen ja kontrolloiva käyttäytyminen ja tunneilmaisuus. Lapsen puolelta ulottuvuuksia ovat lapsen responsiivisuus vanhemman aloitteisiin sekä lapsen aloitteellisuus vanhempaa kohtaan. EA:ta voidaan arvioida videoimalla vanhemman ja lapsen välistä vapaata tai strukturoitua vuorovaikutustilannetta tai itsearviointin avulla. Emotionaalisen saatavillaolon tiedetään olevan yhteydessä vanhemman oman kiintymyssuhteen turvallisuuteen, ja sillä on todettu myönteisiä vaikutuksia lapsen kehitykseen. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan emotionaalisen saatavillaolon yhteyttä lapsen kehitykseen eri ikävaiheissa vauvaiästä leikki-ikään ja myöhäisnuoruuteen. Kehityksellisinä tekijöinä tarkastellaan lapsen emotionaalista reaktiivisuutta ja yleistä sosioemotionaalista kehitystä, tarkkaavuuden suuntaamista kasvojenilmeisiin sekä nuoruusikäisen kiintymyssuhteita ja hyvinvointia. Lisäksi symposiumissa laajennetaan perinteistä vanhempi-lapsi- vuorovaikutustutkimusta tarkastelemalla, miten koneoppimisen avulla tunnistetut vuorovaikutuksen osatekijät ovat yhteydessä perinteisesti mitattuun emotionaaliseen saatavillaoloon. Ensimmäisessä esityksessä tarkastellaan äidin raskaus- ja vauva-ajan mielialaoireiden ja vauvaiän emotionaalisen saatavillaolon erillisiä ja yhdysvaikutuksia lapsen negatiiviseen reaktiivisuuteen ja hyvinvointiin taapero- ja leikki-iässä. Toisessa esityksessä tutkitaan vanhemman ja lapsen kasvoihin kohdistuvan tarkkaavuuden välisiä yhteyksiä leikki-iässä sekä vuorovaikutuksen emotionaalisen saatavillaolon välittävää vaikutusta. Kolmannessa esityksessä tutkitaan äidin ja vauvan emotionaalisen saatavillaolon yhteyttä koneoppimiseen pohjautuvaan tunteiden arviointiin kasvoilmeistä. Viimeisessä esityksessä käsitellään nuoruusiän emotionaalisen saatavillaolon yhteyttä nuoren mielenterveyteen ja kiintymyssuhteisiin vanhempia ja ikätovereita kohtaan.

Näkökulmia emotionaaliseen saatavillaoloon vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteessa

Symp7	PE	9:00	PII
-------	----	------	-----

Äidin mielialaoireet, vuorovaikutus ja lapsen sosioemotionaalinen kehitys

Hetti Lahtela

Johdanto: Äidin raskausajan ja synnytyksen jälkeisten mielialaoireiden sekä varhaisen vuorovaikutuksen tiedetään olevan yhteydessä lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Epäselvää on kuitenkin, mikä on näiden tekijöiden erillinen ja yhdysvaikutus lapsen säätelykehityksen kannalta keskeiseen negatiiviseen reaktiivisuuteen sekä yleiseen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Lisätietoa tarvitaan etenkin siitä, muokkaako vuorovaikutuksen laatu yhteyksiä äidin mielialaoireilun ja lapsen sosioemotionaalisen kehityksen välillä. Tässä väitöskirjatutkimuksessa tutkittiin äidin ja lapsen välisen vuorovaikutuksen sekä äidin mielialaoireilun yhteyksiä lapsen negatiiviseen reaktiivisuuteen sekä sosioemotionaalisiin ongelmiin varhaislapsuudessa. Menetelmät: Vuorovaikutusta mitattiin 8 kk iässä videoidulla EAS:lla (Emotional Availability Scale). Äidin mielialaoireilua mitattiin EPDS:lla (Edinburgh Postnatal Depression Scale) ja SCL-90:lla (Symptom Checklist) useita kertoja raskausaikana ja synnytyksen jälkeen. Lapsen negatiivista reaktiivisuutta mitattiin kyselylomakkein (ECBQ, The Early Childhood Behavior Questionnaire) ja observaatiolla (Lab-Tab, The Laboratory Temperament Assessment Battery) 2 ja 2,5 vuoden iässä. Sosioemotionaalisia ongelmia mitattiin 2 vuoden iässä BITSEA- (The Brief Infant Toddler Social Emotional Assessment) kyselyllä ja 4 vuoden iässä SDQ (The Strengths and Difficulties Questionnaire)-kyselyllä. Tulokset: Äidin sensitiivisyys ja jäsennyskyky lapsen 8 kk iässä oli yhteydessä lapsen negatiiviseen reaktiivisuuteen kahden vuoden iässä. Lisäksi äidin korkeampi jäsennyskyky vauvaiässä oli yhteydessä lapsen vähäisempiin sosioemotionaalisiin ongelmiin kahden vuoden iässä. Äidin kohonneet mielialaoireet synnytyksen jälkeen olivat yhteydessä sekä lapsen kohonneeseen negatiiviseen reaktiivisuuteen että lapsen lisääntyneisiin sosioemotionaalisiin ongelmiin kahden vuoden iässä. Vuorovaikutuksen laatu ei muokannut mielialaoireiden yhteyttä lapsen kehitykseen. Johtopäätökset: Lapsen sosioemotionaalisia ongelmia voidaan ennaltaehkäistä tarjoamalla matalalla kynnyksellä tukea vanhempien mielialaoireisiin sekä vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.

Näkökulmia emotionaaliseen saatavillaoloon vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteessa

Symp7	PE	9:00	PII
-------	----	------	-----

Emotionaalinen saatavillaolo ja kasvoihin suuntautuva tarkkaavuus perheessä

Aino Luotola

Johdanto: Yksilöiden väliset erot kasvoihin suuntautumisessa voivat vaikuttaa varhaiseen sosiaaliseen kehitykseen, minkä vuoksi niitä on alettu tutkia yhä enemmän. Tutkimuksissa on esimerkiksi havaittu, että yksilölliset erot kasvojen havainnoinnissa jo vauvaiässä ennustavat empatiakyvyn kehitystä ja prososiaalista toimintaa taapero- ja esikouluiässä. On ajateltu, että taipumus hakeutua kohti ihmiskasvoja tukee vauvan ja hoivanantajan välisen suhteen rakentumista ja liittyy näin ollen keskeisesti vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Tutkimuksissa onkin saatu viitteitä siitä, että hoivan laatuun liittyvät tekijät ovat yhteydessä tunnepitoisten kasvojen prosessointiin varhaislapsuudessa. Aiemmat tutkimukset viittaavat myös siihen, että sosiaalinen tarkkaavuus on jossain määrin taipumus, jonka perheenjäsenet jakavat keskenään, mikä voi liittyä jaettuihin geneettisiin ja/tai ympäristötekijöihin. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää vanhempien ja 5-vuotiaiden lasten kasvoihin kohdistuvan tarkkaavuuden välisiä yhteyksiä sekä emotionaalisen saatavillaolon välittävää roolia äidin ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Menetelmät: Tämän tutkimuksen osallistujat ovat 135 äiti-lapsi-paria ja 81 isä-lapsi-paria FinnBrain-syntymäkohortista. 5-vuotiaiden lasten ja heidän vanhempiensa kasvoihin kohdistuvaa tarkkaavuutta on tutkittu silmänliikkeiden mittaukseen perustuvalla menetelmällä, jossa silmänliikekamera rekisteröi tietoa siitä, miten katse liikkuu erilaisten kasvokuvien sekä häiriöärsykkeen välillä. Äidin ja lapsen välistä vuorovaikutusta on tutkittu 5 vuoden iässä emotionaalisen saatavillaolon menetelmällä (Emotional Availability Scales), joka pohjautuu vuorovaikutuksen laadun havainnointiin ja arviointiin videoidun leikki-tilanteen perusteella. Tässä aineistossa tulemme tarkastelemaan eri perheenjäsenten kasvoihin kohdistuvan tarkkaavuuden välisiä korrelaatioita sekä konkordanssia monitasomallinnuksen avulla. Emotionaalisen saatavillaolon välittävää vaikutusta testataan mediaatiomallin avulla. Odotetut tulokset: Odotamme löytävämme positiivisen yhteyden vanhempien ja lapsen kasvoihin kohdistuvan tarkkaavuuden välillä. Lisäksi oletamme, että korkeampi emotionaalinen saatavillaolo vuorovaikutuksessa välittäisi osittain odotettua yhteyttä lapsen ja äidin kasvotarkkaavuuden välillä. Symposiumesityksessä on tarkoitus esitellä rakenneyhtälömallinnukseen perustuvia tuloksia, joiden perusteella arvioidaan tehtyjä hypoteeseja.

Näkökulmia emotionaaliseen saatavillaoloon vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteessa

Symp7	PE	9:00	PII
-------	----	------	-----

Uuden teknologian näkökulmia varhaisen vuorovaikutuksen arviointiin

Eveliina Mykkänen

Johdanto: Hoitajan ja vauvan välisen varhaisen vuorovaikutuksen merkitys lapsen kehitykselle on ymmärretty jo pitkään. Viime vuosikymmeninä varhaisen vuorovaikutuksen arviointiin on kehitetty monipuolisia menetelmiä, joissa on kuitenkin omat puutteensa. Esimerkiksi havainnointiin pohjautuvan arvioinnin toteuttaminen on kallista ja aikaa vievää, kun taas vanhemman tekemä itsearviointi voi olla epätarkkaa. Nopeampia ja tehokkaampia teknologia-avusteisia arviointimenetelmiä on alettu kehittää viime vuosina. Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää teknologian mahdollisuuksia tunnistaa tunteita automaattisesti äidin ja vauvan kasvonilmeistä, ja tarkastella näiden yhteyksiä psykologian asiantuntijan tekemään arvioon äidin ja lapsen välisestä emotionaalisesta saatavillaolosta. Menetelmät: Tutkimus on osa Tampereen yliopiston monitieteistä "Uuden teknologian hyödyntäminen varhaisen vuorovaikutuksen analysoinnissa" -tutkimusprojektia, joka tarkastelee äidin ja vauvan välistä vuorovaikutusta sekä uuden audiovisuaalisen teknologian että psykologisten arviointimenetelmien avulla. Tutkimukseen osallistui 63 tamperelaista äitiä noin puolivuotiaan vauvansa kanssa. Kukin äiti-vauvapari osallistui laboratoriokäynnille, joka sisälsi lyhyen vapaan (n. 10 min) sekä puolistrukturoidun (n. 10 min) leikkihetken, jotka tallennettiin mikrofoniin ja kameroiden avulla. Äidit täyttivät tutkimuskäynnillä myös lyhyen kyselylomakkeen. Äidin ja vauvan välistä vuorovaikutusta analysoitiin Emotionaalisen saatavillaolon (EA) näkökulmasta, erikseen psykologian asiantuntijan tekemään havainnointiin (Emotional Availability-Scales) ja äidin itsearviointiin (EA-Self-Report) pohjautuen. Molemmat arviointitavat tuottavat numeeriset arvoinnit EA:n keskeisistä ulottuvuuksista. Teknologia-avusteisesti äidin ja vauvan kasvonilmeistä pyrittiin tunnistamaan automaattisesti perustunteita (neutraali, iloinen, surullinen, vihainen, hämmästynyt, pelokas) käyttäen koneoppimisen menetelmiä sekä Noldus FaceReader-ohjelmaa (Skiendziel et al., 2019). Odotetut tulokset: Yksinkertaisten tilastollisten analyysien (korrelaatio, lineaarinen regressio) avulla pyritään löytämään yhteyksiä emotionaalisen saatavillaolon ulottuvuuksien sekä kasvonilmeistä automaattisesti tunnistettujen tunteiden väliltä. Ensimmäisiä tutkimustuloksia esitellään Psykologia-kongressissa elokuussa 2024.

Näkökulmia emotionaaliseen saatavillaoloon vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteessa

Symp7	PE	9:00	PII
-------	----	------	-----

Emotionaalinen saatavillaolo, kiintymyssuhde ja mielenterveys nuoruusiässä

Marjo Flykt

Johdanto: Emotionaalisella saatavillaololla (Emotional Availability, EA) tarkoitetaan vuorovaikutussuhteen vastavuoroista emotionaalista yhteyttä. Käsitettä on yleensä käytetty kuvaamaan vanhemman ja lapsen välistä suhdetta, mutta sillä voidaan kuvata kaikenikäisten ihmisten läheisiä suhteita, esimerkiksi aikuisten parisuhdetta tai terapiasuhdetta. Emotionaalista saatavillaoloa on tutkittu laajalti varhaislapsuudessa, ja sen on todettu ennustavan lapsen kognitiivista ja sosioemotionaalista kehitystä, esimerkiksi lapsen kiintymyssuhdetta ja psyykkistä hyvinvointia. Vanhemman ja lapsen välistä emotionaalista saatavillaoloa on kuitenkin aiemmin tutkittu vain varhaisnuoruusikään saakka, eikä myöhäisnuoruutta koskevia tutkimuksia ole vielä olemassa. Tässä tutkimuksessa arvioitiin äidin ja myöhäisnuoruusikäisen lapsen välistä emotionaalista saatavillaoloa. Tarkoituksena oli validoida menetelmää tässä ikäryhmässä, ja tutkia sen yhteyksiä nuoren kiintymyssuhteisiin ja mielenterveyteen. Menetelmät: Tutkimusaineisto koostui 79 äidistä ja heidän 17-19-vuotiaasta nuoruusikäisestä lapsestaan. Tutkittavat olivat osa Tampereen yliopiston Kehityksen ihmeet-pitkittäistutkimusta, jossa on seurattu perheitä lapsen odotusajasta varhaisaikuisuuteen. Vuorovaikutustutkimukseen kutsuttiin mukaan stratifioidulla otannalla valittu otos perheistä, joissa oli prospektiivisesti tutkittuna paljon, vähän ja keskimääräisesti negatiivisia varhaislapsuuden perhesuhdekokemuksia. Vuorovaikutusta arvioitiin äidin ja nuoren konfliktitilannetta koskevassa keskustelussa, joka videoitiin. Kaksi sokkoutettua EA-koulutettua arvioitsijaa pisteytti videot. Nuoren mielenterveyttä arvioitiin nuoren itsearvioimana BASC-kyselylomakkeen avulla ja nuoren kiintymyssuhdetta äitiin, isään, parhaaseen ystävään ja romanttiseen partneriin (todelliseen tai kuviteltuun) ECR-RS-kyselylomakkeella. Alustavat tulokset ja johtopäätökset: Alustavien tulosten mukaan nuoren alhaisempi responsiivisuus ja aloitteellisuus äitiä kohtaan olivat yhteydessä nuoren ahdistuneeseen kiintymyssuhteeseen isää, parasta ystävää ja romanttista partneria kohtaan sekä välttelevään kiintymyssuhteeseen parasta ystävää kohtaan. Äidin alhaisempi sensitiivisyys ja korkeampi vihamielisyys olivat yhteydessä nuoren ahdistuneeseen kiintymyssuhteeseen romanttista partneria kohtaan. Äidin alhainen sensitiivisyys ja nuoren alhainen aloitteellisuus olivat yhteydessä nuoren masennusoireisiin, ja nuoren alhainen responsiivisuus ja aloitteellisuus myös tarkkaavuuden ongelmiin. Tulokset antavat viitteitä siitä, että EA-menetelmää voidaan mahdollisesti soveltaa myös myöhäisnuoruudessa. Itsearvioihin sisältyvän epäluotettavuuden vuoksi jatkossa olisi tärkeää selvittää EA:n yhteyttä nuoren kiintymyssuhteeseen ja mielenterveyteen myös strukturoitujen haastattelujen avulla.

Neurokognitiiviset kyvyt

			
Symp7	PE	9:00	F3005

 Symposium



Neurokognitiiviset kyvyt

			
Symp7	PE	9:00	F3005

Nopean nimeämisen yhteydet akateemisiin taitoihin ja tarkkaavuuteen

Riikka Heikkilä

Nopealla nimeämisellä tarkoitetaan kykyä hakea sujuvasti mielestä tuttuja nimikkeitä kuten värejä tai esineitä. Sen on aiemmissa tutkimuksissa havaittu ennustavan lukemisen ja peruslaskutaitojen sujuvuutta. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella nimeämisnopeutta viisivuotiaista yhdeksännelle luokalle ja tutkia, miten eri nimeämisen osatehtävät ovat kouluikäisillä yhteydessä akateemisiin taitoihin ja tarkkaavuuteen. Aineistona käytettiin Nopean nimeämisen testi – RANin normiaineistoa ($n = 2\,003$). Tutkimuksessa analysoitiin värien, esineiden, kirjainten, numeroiden, lukumäärien ja sekoitettujen ärsykkeiden nimeämisnopeutta 5–16-vuotiailta lapsilla ja nuorilla sekä nimeämisnopeuden yhteyttä luku- ja laskusujuvuuteen sekä tarkkaavuuden taitoihin. Tutkimus osoitti, että nimeämisen taidot kehittyvät koko peruskoulun ajan. Ne olivat vahvasti yhteydessä sekä luku- että laskusujuvuuteen ja selittivät noin 20–40% akateemisten taitojen vaihtelusta. Yhteys löytyi myös tarkkaavuuden taitoihin, erityisesti tarkkaamattomuuteen, mutta yhteys oli heikompi kuin akateemisiin taitoihin (selitysaste 5–20%). Esityksessä tarkastellaan edellä mainittujen tulosten lisäksi nopeaa nimeämistä myös kliinisen arvioinnin ja tulkinnan näkökulmasta. Tutkimustulokset vahvistavat ajatusta nopeasta nimeämisestä taitona, jota on hyödyllistä arvioida osana oppimisvaikeustutkimuksia, sillä se on vahvasti yhteydessä luku- ja laskusujuvuuden taitoihin.

Neurokognitiiviset kyvyt

Symp7	PE	9:00	F3005
-------	----	------	-------

Päällekkäisen puheen tarkkaavaisiismekanismit aivoissa

Patrik Wikman

Viimeaikaiset kehitykset signaaliprosessoinnissa ovat mahdollistaneet luonnollisen puheen tutkimisen toiminnallisella magneettikuvauksella ja aivosähkökäyrällä. Tässä esitelmässä esittelen sarjan kokeita (viisi erillistä koetta), joissa koehenkilöt tarkkailivat luonnollisia audiovisuaalisia dialogeja samalla kun heitä häirittiin taustapuheella. Kolmessa kokeessa aivokuvantamismenetelmänä käytettiin toiminnallista aivokuvantamista (fMRI) ja kahdessa koehenkilöiltä mitattiin aivosähkökäyrä elektroenkefalografialla (EEG). Lisäksi yhdessä kokeessa yhdistimme fMRI ja EEG aineistot käyttäen niin kutsuttua EEG-fMRI fuusiomenetelmää (Salmela ym. 2018). Kiinnostuksen kohteena oli, miten sekä tarkkailtavan että häiritsevän puheen ominaisuudet vaikuttivat koehenkilöiden kykyyn seurata tarkkailtavaa puhetta, ja minkälaiset aivomekanismit liittyvät tähän. Koneoppimismenetelmillä osoitettiin tarkkaavuusvaikutusten välittyvän osittain ennustavan koodaamisen kautta luonnollisissa äänimaisemissa. Tarkkaavuusvaikutuksiin liittyivät myös epälineaarisia ajallisia muutoksia, joiden voidaan tulkita liittyvän kuuloaivokuoren muovautuvuuteen. Kokeet osoittavat, että luonnollisilla koeasetelmilla saadaan esiin tarkkaavuusvaikutuksia, joita on ollut vaikeaa löytää yksinkertaisimmilla koeasetelmilla.

Neurokognitiiviset kyvyt

Symp7	PE	9:00	F3005
-------	----	------	-------

Raskaudenaikainen ja varhaislapsuuden D-vitamiini ja neurokehitys 6–8-vuotiaana

Vilja Seppälä

Tausta: Matalan D-vitamiinitason raskauden aikana ja varhaislapsuudessa on raportoitu olevan yhteydessä heikompiin neurokognitiivisiin kykyihin. Kuitenkin syy-seuraussuhde D-vitamiinin ja neurokognition välillä on epäselvä. Tutkimuksia, joissa yhteyttä olisi tutkittu hyödyntäen satunnaistettua koeasetelmaa tai useampia D-vitamiinin pitoisuusmittauksia on hyvin vähän. Tavoite: Tavoitteenamme oli tutkia ovatko lapsen neurokognitiiviset kyvyt 6–8 vuoden iässä yhteydessä (1) ensimmäisen kahden ikävuoden aikana annettuun päivittäisen D3-vitamiinilisän määrään (10 µg tai 30 µg), (2) raskaudenaikaisiin tai varhaislapsuuden (12 kk ja 24 kk) veren 25-hydroksi-D-vitamiinin (25-OHD) pitoisuuksiin tai (3) 25-OHD:n trajektoreihin. Metodit: Koehenkilöt (n=404) osallistuivat Lasten D-vitamiinitutkimukseen (VIDI). VIDI on satunnaistettu kaksoissokkotutkimus, jossa täysiaikaisesti syntyneille lapsille annettiin joko suositusten mukaista 10 µg (400IU) (n=194) tai korkeampaa 30 µg (1200 IU) (n=210) päivittäistä D-vitamiinilisää kahden viikon iästä kahteen ikävuoteen saakka. Veren 25-OHD:n pitoisuus mitattiin äideiltä keskimäärin 11,2. (kh=1.9) raskausviikolla sekä lapsilta 12,0 (kh=0,3) ja 23,9 (kh=0,4) kuukauden iässä. 25-OHD:n trajektoreita kolmen mittapisteen yli mallinnettiin latenttiprofiilianalyysillä (LPA). Kognitiivista kapasiteettia arvioitiin WISC-IV (n=278) testien avulla ja toiminnanohjausta NEPSY-II osatestien (n=210) ja vanhemman täyttämän Behavior Rating Inventory of Executive Function -lomakkeen (n=330) avulla. Neurokognitiivinen testaus tehtiin 7,0–8,9 vuoden iässä ja huoltaja täytti lomakkeen lapsen ollessa 6,3–8,1 vuoden ikäinen. Yhteyksiä tarkasteltiin lineaarisilla regressiomalleilla. Epälineaarisia yhteyksiä tarkasteltiin lisäämällä malleihin pääefektien lisäksi 25OHD arvojen neliö. Tulokset esitetään lapsen sukupuolen, syntymävuodenajan, äidin koulutuksen ja BMI:n kontrolloimisen jälkeen. Muita tarkasteltuja kovariaatteja olivat mm. äidin tupakointi ja ikä, mutta ne eivät olleet yhteydessä mallien päämuuttujiin. Tulokset: Neurokognitiiviset kyvyt eivät eronneet interventoryhmien välillä tai lapsuuden 25-OHD:n pitoisuuksien mukaan 12 tai 24 kuukauden iässä (kaikki p-arvot >0.05). Äidin raskaudenaikaisen 25-OHD:n pitoisuuden ja WISC-IV pisteiden välillä oli merkitsevä kvadraattinen yhteys (p<0.001): Yhteyden suunta oli positiivinen matalimmissa 25-OHD:n pitoisuuksissa ja kääntyi negatiiviseksi 76.64 nmol/L huipun jälkeen. Äidin raskaudenaikainen 25-OHD:n pitoisuus ei ollut yhteydessä lapsen toiminnanohjaukseen. LPA:n avulla ryhmitelty kaksikielinen 25-OHD:n trajektoriryhmä eivät myöskään eronneet toisistaan neurokognitiivisten kykyjen osalta. Johtopäätökset: Tulostemme mukaan D-vitamiinilisällä ei ollut vaikutusta neurokognitiivisiin kykyihin 6–8-vuoden iässä. Sekä matalat että korkeat äidin raskaudenaikaiset D-vitamiinin pitoisuudet olivat yhteydessä matalampaan kognitiiviseen kapasiteettiin tukien D-vitamiinin merkitystä sikiönkehityksen aikana.

Neurokognitiiviset kyvyt

Symp7	PE	9:00	F3005
-------	----	------	-------

Trail Making testin suoritusprofiilit

Pekka Rapeli

TAUSTA: Trail Making Test (TMT) on ainoa suomalaisille aikuisille normitettu tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen testi. Käsikirja neuvoo tulkitsemaan tutkittavan tuloksia ikäryhmän persenttiilien avulla. Senior, Piovesana ja Beaumont (The Clinical Neuropsychologist 2018) vertaavat yhdysvaltalaisen ja australialaisen kliinisen otoksen (n = 2292) TMT A ja TMT B suorituksia yleisväestön normeihin. Heidän otoksessaan selvästi kaikista yleisin (28 %) poikkeava suoritusprofiili oli yleisesti hidas suoriutuminen (A, B ja B-A erotus). Pelkkä B-A eron poikkeavuus oli hyvin harvinainen (2 %). Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää suomalaisessa subkliinisessä otoksessa havaittavien poikkeavien suoritusten yleisyyttä käyttäen suomalaisia normeja. Havaintoja verrataan Seniorin ym. esittämiin havaintoihin. Oletan, että myös suomalaisessa subkliinisessä aineistossa yleisimmin havaittava poikkeava suoriutuminen on yleisesti hidas suoriutuminen, kun taas pelkkä B-A erotuksen poikkeavuus on hyvin harvinainen. AINEISTO JA MENETELMÄT: Otos (n = 237) koostuu TE-toimistojen asiakkaille pyydytyistä tutkimuksista. Tutkittavien iän keskiarvo oli 41 vuotta, (keskihajonta 12,5 v.). Tutkittavien suoritukset luokiteltiin Seniorin ym. käyttämää menetelmää vastaavasti eli 10 persenttiin alle sijoittuvat suoritukset (A, B tai B-A) katsottiin poikkeaviksi. Pelkkä A-osan hidas suoritus tulkittiin normaaliksi. Poikkeavien suoritusprofiilien yleisyyksiä verrattiin toisiinsa Chin neliötestillä. TULOKSET: Poikkeavia suoritusprofiileja havaittiin seuraavasti: yleisesti hidas suoriutuminen 9 %, A ja B 6 %, B ja B-A 5 %, pelkkä B 1 % ja pelkkä B-A 1 %. Yleisesti hidas suoriutuminen oli tilastollisesti merkitsevästi yleisempi kuin pelkkä B-osan tai B-A erotuksen poikkeavuus ($p < .001$). POHDINTA: Suomalaisessa subkliinisessä aineistossa havaitaan yleisimmin sama poikkeava TMT-suoritusprofiili (A, B ja B-A) kuin ei-suomalaisessa kliinisessä aineistossa. Tällöin suoriutumiseen voi liittyä kolme vaikuttavaa tekijää eli hidas visuaalinen etsintä, hidas grafomotoriikka ja ongelmat toimintatavan vaihtamisessa. Koulutuksen mukaan eriytetty normit todennäköisesti lisäisivät tulkinnan tarkkuutta.

Persoonallisuuden, emootioiden ja kulttuurin vaikutukset vuorovaikutukselliseen toimintaan

			
Symp7	PE	9:00	PIII

Symposium

Symposiumissa syvennyttään psykologian, keskustelun analyysin ja vuorovaikutuslingvistiikan rajapinnassa tehtävään tutkimukseen vuorovaikutusten taustaprosesseista. Symposium koostuu kolmesta empiirisestä ja yhdestä teoreettisesta esitelmästä. Esitelmissä syvennyttään vuorovaikutuksellisen sitoutumisen ilmiöön tarkastellen sanattomia ja kielellisiä vihjeitä, joilla vuorovaikutuksen osapuolet ilmaisevat aktiivista osallistumista keskusteluun sekä sosio-emotionaalisia seurauksia, joita sitoutumisella tai sen puutteella on. Esitelmissä paneudutaan muun muassa sosiokulttuurisiin eroihin sitoutumisen ilmaisuissa, persoonallisuuseroihin reaktioissa toisen sitoutumisen puutteeseen, sekä kasvokkaisen ja videovälitteisen (esim. Zoom-puhelu) vuorovaikutuksen eroihin.

Persoonallisuuden, emootioiden ja kulttuurin vaikutukset vuorovaikutukselliseen

			
Symp7	PE	9:00	PIII

 Tarinankerronnan kasvouhka: narsistiset kertojat reagoivat epähuomioivaan tarina

 Emmi Koskinen

Henkilökohtaisen kokemuksen kertominen reagoimattomalle tai poissaolevalle kuulijalle uhkaa kertojan kasvoja ja vahingoittaa kertojan positiivista minäkuva. Tutkimuksessamme selvitimme, voimistavatko tarinankertojien grandioottiset tai haavoittuvat narsistiset piirteet kertojan fysiologisia stressivasteita epähuomioivaan ja kerrontatilanteeseen sitoutumattomaan vastaanottajaan. Aikaisemman tutkimuksen pohjalta suunnittelimme keskustelukokeen, jossa ohjeistimme osallistujia kertomaan henkilökohtaisesta ”läheltä piti” -kokemuksesta aiemmin tuntemattomalle keskustelukumppanille. Manipuloimme tarinan vastaanottajan vuorovaikutteisen sitoutumisen tasoa pyytämällä heitä joko kuuntelemaan tarinaa tarkasti tai suorittamaan samanaikaisesti päässälaskutehtävän, jonka tarkoitus oli häiritä heidän keskittymistään tarinan varsinaiseen sisältöön. Havaitsimme, että vastaanottajan häiriötilanne ei vaikuttanut tarinankerronnan sujuvuuteen, mutta tarinan vastaanottajien havaitun myötäelämisen määrän ja kerrontasuorituksen välillä havaittiin merkitsevä positiivinen yhteys. Vastaanottajan häiriötilanne liittyi myös kertojien lisääntyneeseen itseraportoituun kiihtymiseen (arousal), mikä viittaa siihen, että kertojat stressaantuivat vastaanottajan sitoutumisen puutteesta. Lisäksi havaitsimme, että mitä korkeampi kertojan grandioottisen narsismin pistemäärä oli (mitattu NPI-13 skaalalla), sitä voimakkaammin vastaanottajan sitoutumattomuus häiriötilanteessa vaikutti kertojan ihon sähkönjohtavuuden tasoon. Haavoittuva narsismi taas ennusti kertojien korkeampaan sydämen sykettä kerronnan aikana riippumatta häiriötilanteesta. Tuloksemme viittaavat siihen, että narsistiset piirteet lisäävät fysiologista reaktiivisuutta keskustelukumppaninsa vuorovaikutuksellisen sitoutumisen tasolle tarinankerronnan kontekstissa. Tutkimus on osa hanketta, jossa tutkimme vuorovaikutuksellista sitoutumista (interactional engagement), sen edellytyksiä, sekä behavioraalisia ja fysiologisia ilmenemismuotoja.

Persoonallisuuden, emootioiden ja kulttuurin vaikutukset vuorovaikutukselliseen

Symp7	PE	9:00	PIII
-------	----	------	------

Videovälitteisen ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen erot psykofysiologisissa reaktioissa

Santeri Lepistö

Tausta: Etäyhteyksien aikakaudella, jolloin sosiaaliset kohtaamiset ovat enenevässä määrin kommunikaatioteknologioiden välittämiä, tutkimustarve vuorovaikutukseen sitoutumisen uudella tavalla ymmärtämiseksi korostuu. Kuuntelijan vuorovaikutuksellisen sitoutumisen (mm. katse, nyökkäykset, puheilmaisu) tiedetään vaikuttavan kertojan emotionaaliseen tilaan ja kielelliseen tuottamiseen kasvokkaisissa vuorovaikutustilanteissa, mutta tutkimustieto kuuntelijan sitoutumisen eroista kasvokkaisen ja videovälitteisen vuorovaikutuksen välillä on toistaiseksi ollut niukkaa. Tavoitteet: Tässä tutkimuksessa selvitettiin kuuntelijan vuorovaikutuksellisen sitoutumisen tason vaikutuksia kertojan emotionaalisiin ja fysiologisiin reaktioihin kasvokkaisen ja videovälitteisen vuorovaikutuksen aikana. Tutkimuksen päähypoteesina oli, että kuuntelijan vuorovaikutuksellisen sitoutumisen väheneminen ennustaisi kertojan lisääntyneen autonomisen hermoston aktivaatiota ja itseraportoitua vireystilan nousua. Autonomisen hermoston aktivaatiomuutosten oletettiin olevan voimakkaampia kasvokkaisessa kuin videovälitteisessä vuorovaikutuksessa, koska kuuntelijan sitoutumisen tasoon liittyvien behavioraalisten ilmaisujen ei oletettu välittyvän videopuhelussa yhtä selkeästi kertojalle. Menetelmät: Tutkimuksessa 32 dyadia (n=64) osallistui laboratorio-olosuhteissa kasvokkain (n=32) tai videopuheluyhteydellä (n=32) toteutettuun tarinankerrontatehtävään. Kertojen tehtävänä oli kertoa kuuntelijalle henkilökohtaisesta "vaikeuksien kautta voittoon"-kokemuksesta. Kuuntelijan roolissa tutkittavat kuuntelivat tarinaa joko normaalisti reagoiden tai suorittaen samanaikaisesti aritmeettista päässälaskutehtävää. Päässälaskun suorittaminen toimi tutkimusasetelmassa kognitiivisesti kuormittavana häirintätehtävänä, jonka oletettiin vähentävän kuuntelijan sitoutumista tarinaan. Autonomisen hermoston vasteita mitattiin ihon sähkönjohtavuudella. Lisäksi tutkittavat raportoivat arviointiasteikon avulla tunnetiloistaan (kiihtyneisyys, valenssi, hallinnantunne), kuuntelukokemuksistaan sekä tarinoidensa merkityksellisyydestä. Tulokset: Tulosten perusteella kertojan ihon sähkönjohtavuuden taso oli korkeampi kuuntelijan häirintätehtävän aikana kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa. Sen sijaan videovälitteisessä vuorovaikutuksessa vastaavaa muutosta ei ollut havaittavissa. Tutkimuksen tarkemmat tulokset ja jatkoanalyysit raportoidaan Psykologia-kongressin esityksessä. Johtopäätökset: Tutkimustulosten mukaan kertojat reagoivat sitoutumattomaan kuunteliijaan fysiologisesti voimakkaammin kasvokkaisessa kuin videovälitteisessä vuorovaikutuksessa. Tutkimustulokset antavat viitteitä siitä, että ero kuuntelijan vähäisen ja voimakkaan vuorovaikutuksellisen sitoutumisen välillä ei näyttäydä kertojalle yhtä ilmeisenä videopuhelun välityksellä, koska videopuhelun kautta kertojalle välittyi vähemmän vihjeitä kuuntelijan sitoutumisen tasosta.

Persoonallisuuden, emootioiden ja kulttuurin vaikutukset vuorovaikutukselliseen

			
Symp7	PE	9:00	PIII

 Kulttuurin ja kielitaustan vaikutus kuulijan taustapalautteiden käyttöön vuorova

 Markus Söderman

Kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa kuuntelija osallistuu vuorovaikutuksen kulkuun tarjoamalla puhujalle taustapalautetta. Taustapalautteet voivat olla nyökkäyksiä, eleitä, ei-sanallisia vokaalisia ilmaisuja (esim. hmm.) tai kielellisiä minimipalautteita. Taustapalautteet toimivat merkinä siitä, että kuuntelija seuraa ja ymmärtää puhetta ja kannustaa kertojaa jatkamaan vuoroaan. Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että eri kulttuuriryhmien puhujilla on erilaisia odotuksia kuulijan vuorovaikutuksellisen osallistumisen suhteen ja että erilaiset sanalliset taustapalautteet välittävät erilaisia viestejä sitoutumisen tasosta. Tutkimalla verbaalisen taustapalautteen käyttöä ruotsiksi ja suomeksi käytävissä keskusteluissa voidaan tutkia, miten kielen tarjoamat resurssit ja kulttuurisesti määrittäneet normit ja odotukset sitoutumisen ilmaisuista muovaavat taustapalautteiden käyttöä. Tutkimuksemme keskittyy selvittämään millaisia taustapalautteita ruotsinkieliset suomalaiset ja suomenkieliset suomalaiset käyttävät ilmaistakseen vuorovaikutuksellista sitoutumista. Materiaali koostuu ryhmäkeskustelutilanteista, joissa opiskelijat ja moderaattori keskustelevalta Helsingin yliopiston kielipolitiikasta ja kielten käytöstä erillisissä yliopisto-elämään liittyvissä tilanteissa. Materiaalin analysoinnissa hyödynnetään kvalitatiivista keskusteluanalyysia (CA). Esitelmässä tulen käymään läpi tutkimuksen alustavia tuloksia, jotka tarjoavat kuvan siitä, miten ruotsinkieliset ja suomenkieliset suomalaiset käyttävät minimipalautetta ilmaistakseen vuorovaikutuksellista sitoutumista ja missä määrin palautteiden luonne eroaa kielten välillä.

Persoonallisuuden, emootioiden ja kulttuurin vaikutukset vuorovaikutukselliseen

			
Symp7	PE	9:00	PIII

 Monitasoinen viitekehys vuorovaikutukselliseen sitoutumiseen

 Ville Harjunen

Vuorovaikutuksellisella sitoutumisella viitataan kykyyn olla läsnä ja osallistua aktiivisesti keskusteluun. Käyttäytymisen tasolla sitoutuminen ilmenee osapuolten suuntautumisena toisiinsa kehollisesti sekä puhetoimintojen ja eleiden yhteistahdistumisena. Aikaisempi tutkimus ja teoreettinen kirjallisuus vuorovaikutuksellisesta sitoutumisesta on rajautunut ilmiön näkyviin behavioraalsiin ja lingvistisiin aspekteihin eikä ole huomionut sitoutumisen kognitiivisia, affektiivisiä ja fysiologisia ilmenemismuotoja. Esitelmässä kuvataan aluksi keskustelunanalyysin lähestymistapaa vuorovaikutukselliseen sitoutumiseen. Tämän jälkeen käydään läpi psykologista ja sosiaalisen neurotieteen tutkimusta, joka tarjoaa aineksia käsitteellistää vuorovaikutuksellisen sitoutumisen neurokognitiivista ja emotionaalista puolta. Lopuksi esitellään uusi käsitteellinen viitekehys vuorovaikutuksellisen sitoutumisen monitieteelliseen tutkimukseen. Tämä monikerroksinen viitekehys ottaa huomioon sekä näkyvät sitoutumisen ilmaiset (esim. kehon orientaatio, nyökkäykset, katsekontakti, verbaaliset minimipalautteet) että sen näkymättömät ilmenemismuodot (puheen prosessointi, tarkkaavaisuus, ääreishermoston aktivaation yhteistahdistuminen, emotionaalisten signaalien prosessointi). Viitekehys tarkoituksena on mahdollistaa useampien samanaikaisten prosessien rinnakkainen tarkastelu ekologisesti valideissa tutkimusolosuhteissa. Näin voimme saavuttaa kokonaisvaltaisemman ymmärryksen vuorovaikutuksen taustaprosessien psykobiologisista ja sosio-kulttuurisista mekanismeista.

Hyvinvointia ja teknologisia sovelluksia

			
Symp8	PE	10:40	PIII

 Symposium



Hyvinvointia ja teknologisia sovelluksia

			
Symp8	PE	10:40	PIII

Pelaa fiksusti -hanke: muutokset perheissä ryhmätoiminnan myötä

Päivi Merjonen, Julia Turok, Adrienn Jalonen

Digipelit ovat nykyään osa lasten arkea. Ne voivat olla hauskoja ja opettavaisia, mutta pelaaminen voi muodostua ongelmaksi, jos se vie liikaa aikaa muilta toiminnoilta. Etenkin henkilöillä, joilla on neuropsykiatrisia haasteita, kuten adhd tai autismikirjon piirteitä, voi olla suurentunut riski ongelmalliseen digipelaamiseen. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on pilotoida uusi ryhmätoimintamalli alakouluikäisten nepsy-lasten perheille, joissa pelaaminen aiheuttaa haasteita, ja tutkia, ilmeneekö heidän käyttäytymisessään tai hyvinvoinnissaan muutoksia ryhmätoimintaan osallistumisen myötä. Pelaa fiksusti -hanke on kolmivuotinen STEA:n rahoittama hanke (pelaafiksusti.nmi.fi), jossa ensimmäiset ryhmät alkoivat syksyllä 2022 ja viimeiset ryhmät järjestetään syksyllä 2024. Tähän mennessä 13 viikkoa kestäviä ryhmiä on ollut viisi ja niihin on osallistunut yhteensä 22 perhettä. Ryhmien aiheina on tutustuminen ja pelit tutuksi, pelikasvatus ja turvallinen mediakäyttö, omat voimavarat ja jaksaminen, pelaaminen ja sosiaaliset suhteet, tunteet ja pelaaminen, perheen yhteiset säännöt ja arjen struktuuri, lapsen itsesäätelyn tukeminen sekä palaute ja lasten tekemän lautapelin pelaaminen yhdessä. Hankkeessa käytetään odotuslista-kontrolli-asetelmaa, jossa osa perheistä kuuluu yhden lukukauden kontrolliryhmään osallistuen vain kyselyjen täyttöön, mutta ei vielä ryhmätoimintaan. He voivat aloittaa ryhmässä seuraavana lukukautena. Tutkimukseen osallistuvia lapsia ja vanhempia pyydetään vastaamaan kyselylomakkeisiin 1-3 kertaa ennen ryhmätoimintaa sekä 3 kertaa ryhmätoiminnan jälkeen. Kyselyt käsittelevät digipelaamista, lapsen vahvuuksia ja vaikeuksia (SDQ) sekä lapsien ja vanhempien hyvinvointia ja minäpystyvyyttä. Analysoimme toistomittausvarianssianalyysillä vastaajien keskiarvoeroja juuri ennen ryhmää ja heti ryhmän jälkeen. Toistomittausvarianssianalyysillä erot olivat merkitseviä vanhempien raportoimissa lapsen SDQ:n yliaktiivisuus/tarkkaamattomuusoireissa (ennen ryhmää $ka=6,44$ vs. jälkeen ryhmän $ka=5,89$, $p=,046$), vanhemman raportoimissa huolissa vanhemmuuteen liittyen (ennen ryhmää $ka=2,22$ vs. jälkeen ryhmän $ka=1,92$, $p=,012$) sekä vanhemman minäpystyvyydessä pelikasvattajana (ennen ryhmää $ka=5,40$ vs. jälkeen ryhmän $ka=6,00$, $p=,001$). On huomioitava, että hankkeessa on vielä käytettävissä melko pieni otoskoko, mutta tulokset ovat lupaavan suuntaisia ja viittaavat siihen, että ryhmätoiminnalla olisi positiivisia vaikutuksia osallistujien käyttäytymiseen ja hyvinvointiin. Vaikuttaa siltä, että koko perheelle suunnattu ryhmätoiminta, joka perustuu vertaistukeen ja psykoedukaatioon, vähentää huolia ja haasteita perheissä sekä parantaa minäpystyvyyttä pelikasvatuksessa.

Hyvinvointia ja teknologisia sovelluksia

			
Symp8	PE	10:40	PIII

Dynaaminen persoonallisuus – pilottitutkimus pelipohjaisesta mittausmenetelmästä

Jallu Lindblom

Piirreteoreettinen näkökulma korostaa yksilöiden välisiä pysyviä eroja. Tunnetun Big Five (B5) -mallin mukaan keskeiset piirteet ovat neuroottisuus, ekstraversio, sovinollisuus, tunnollisuus ja avoimuus. Piirreteoria ei kuitenkaan huomioi yksilön persoonallisuuden tilojen vaihtelua. Yksilön toimintaa voidaankin parhaiten selittää huomioimalla sekä tilanteet (S) että yksilön piirteet (P), mutta myös näiden välinen vuorovaikutus (S x P). Ilmiön tutkiminen on kuitenkin ollut melko vähäistä, sillä tilannesidonnaisten reaktioiden mittaaminen on haastavaa ja työlästä. Esimerkiksi päivittäisessä elämässä tutkittavat valikoituvat aktiivisesti erilaisiin tilanteisiin, ja itsearviointiin perustuvien tilanteiden raportointi voi olla epäluotettavaa. Olen vastannut tähän haasteeseen kehittämällä uuden mittausmenetelmän nimeltään "Game-based Assessment of Big Five" (GAB5). Kyseessä on pelipohjainen menetelmä jossa tilanteet esitetään virtuaalisina kaksiulotteisina karttoina. Niissä varioidaan kolmea elementtiä: 1) hirviöt edustavat uhkaa ja vaaraa; 2) energiapisteen edustavat palkkioita ja resursseja; 3) toiset ihmishahmot edustavat yhteistyötä ja/tai kilpailua. Erityistä on se, että tutkittavat antavat tilannesidonnaiset vastaukset B5-ulottuvuuksia käyttäen. Tämä tarkoittaa, että he eivät ohjaa pelihahmoa reaaliaikaisesti, vaan asettavat tämän persoonallisuuden parhaaksi katsomallaan tavalla. Tilanteen käynnistyttyä pelihahmo toimii asetettujen piirteiden mukaisesti (esim. korkeasti neuroottinen hahmo varoo hirviöitä). Tässä pilottitutkimuksessa tarkastellaan GAB5-menetelmän validiteettia, keskittyen erityisesti yksilöllisiin piirretason eroihin motivaatiojärjestelmissä (mm. neuroottisuus ja ekstraversio) ja näiden ilmenemiseen tilannesidonnaisissa responsseissa. Tutkimuskysymykset ovat: 1) Miten tilannetekijät vaikuttavat tilannesidonnaisiin responsseihin? 2) Miten yksilölliset persoonallisuuserot motivaatiojärjestelmissä vaikuttavat tilannesidonnaisiin responsseihin? 3) Miten yksilölliset persoonallisuuserot ja tilanteet yhdysvaikuttavat tilannesidonnaisiin responsseihin? Pilottiaineistot (n = 350 ja n = 90) on kerätty yliopisto-opiskelijoilta. Piirretason mittareina on käytetty muun muassa B5-kyselyä (The Big Five Aspects Scale) ja motivaatiokyselyä (BIS/BAS, Regulatory Focus Questionnaire). GAB5-responssien (noin 100 tilannetta) tarkastelu keskittyy yksilöllisiin eroihin tilanteiden (uhka/palkkio/sosiaalisuus) ja B5-responssien välisissä riippuvuussuhteissa. Riippuvuussuhteita tarkastellaan muun muassa faktorianalyttisesti ja analysoidaan monitasomallinnuksella. Esitetty menetelmä voi avata uusia tapoja ymmärtää ja tutkia persoonallisuuden dynamiikkaa. Se voi auttaa mallintamaan miten toimintaa ohjaavat motivaatiojärjestelmät säätelevät tilannesidonnaista toimintaa ja ilmenevät B5-mallin kuvaamina käyttäytymistapaumuksina.

Hyvinvointia ja teknologisia sovelluksia

			
Symp8	PE	10:40	PIII

 Toipuminen ahdistuksesta ja masennuksesta 2-vuotisessa yksilöterapiassa

 Pekka Koistinen

Potilas hakeutui psykoterapiaan vahvan ahdistuksen ja keskivaikeaksi arvioidun masennuksen vuoksi. Ennen psykoterapian aloittamista suoritettiin kliiniset psykologiset haastattelut ja niiden lisäksi kaksi persoonallisuustestiä (PAI ja Rorschach). Tiiviin kaksi kertaa viikossa toteutuneen kaksi vuotta kestäneen yksilöterapian lopussa suoritettiin toistamiseen PAI- sekä Rorschach-tutkimukset. Tuloksi hoidon päättyessä todettiin merkittävä ahdistuneisuuden vähentyminen, masennuksen oireiden loppuminen sekä potilaan itsetunnon kohentuminen. Potilaan arki hoidon lopussa sujui tavanomaisesti mm. opiskelun ja perhe-elämän puitteissa. Nämä viimeksi mainitut seikat ilmenivät psykoterapeutin kliinisen arvioinnin pohjalta Yhteenvetona tästä tapaustutkimuksesta voidaan todeta, että persoonallisuuden erityistutkimuksilla (PAI, Rorschach) voidaan saada hyödyllistä lisätietoa kliinisen arvion ohella potilaan toipumisesta psykoterapian päättyessä.

Kiusaamisen ehkäisyn haasteet

			
Symp8	PE	10:40	PI



Symposium



Challenge on Euroopan tutkimusneuvoston rahoittama projekti (2020-2025), jossa tutkitaan kiusaamisen ehkäisyn haasteita sekä sitä, mitkä tekijät selittävät kiusaamisen jatkumista aikuisten puuttumisesta huolimatta. Projektissa hyödynnetään mm. pitkittäistutkimusasetelmaa, kokeellista tutkimusta, laadullisia menetelmiä ja molekyyligenetiikkaa. Lisäksi seurasimme kiusaamisen interventioita ja niiden tuloksellisuutta sitä mukaa kun niitä koulujen arjessa kahden vuoden aikana tapahtui. Tässä symposiossa esitellään Challenge-projektin tutkimustuloksia. Ensimmäinen, Daniel Grafin esitys esittelee nk. terveen kontekstin paradoksin eli ilmiön, jossa kiusattujen hyvinvointi on sitä heikompi, mitä vähemmän kiusaamista koulussa tai luokassa esiintyy. Toisessa esityksessä Eerika Johander kertoo kokeellisesta tutkimuksesta, jossa hyödynnettiin videoituja opettajan viestejä muita kiusanneelle oppilaalle ja oppilaiden aikomusta muuttaa käyttäytymistään erilaisten viestien seurauksena. Kolmas, Christina Salmivallin esitys käsittelee kouluissa toteutettujen, EMA-menetelmällä (ecological momentary assessment) seurattujen erilaisten interventioiden tuloksellisuutta. Lopuksi Tiina Turunen kertoo Challenge-projektissa kerätystä, kouluajasta aikuisuuteen ulottuvasta pitkittäisaineistosta ja siihen liittyvästä tutkimuksesta.

Kiusaamisen ehkäisyn haasteet

			
Symp8	PE	10:40	PI

Classroom-Level Victimization and Belief in a Just World

 Daniel Graf

Research has repeatedly shown that victims of bullying experience greater adjustment problems in environments with lower levels of victimization. This phenomenon is known as the healthy context paradox. The present study examined the healthy context paradox in relation to students' belief in a just world. Specifically, it investigated how bullying victimization affects personal and general beliefs in a just world over time, while taking the classroom level of victimization into account. Using self-report data from 2010 Finnish students in grades 4 to 9 (50.9% girls, Mage = 12.6, SD = 1.71), longitudinal multilevel models revealed negative associations between bullying victimization and personal and general belief in a just world. Moreover, classrooms that were initially characterized by lower levels of victimization subsequently showed higher levels in both types of belief in a just world. As expected, the adverse effects of bullying victimization on both types of belief in a just world were more pronounced in classrooms with lower levels of victimization. These findings support and extend the healthy context paradox. We discuss implications, particularly with regard to prevention and intervention strategies.

Kiusaamisen ehkäisyn haasteet

			
Symp8	PE	10:40	PI

Oppilaan aikomus lopettaa kiusaaminen erilaisten opettajan viestien seurauksena

Eerika Johander

Kiusaamiseen puuttumisen mallien tehokkuutta selvittävät tutkimukset ovat keskittyneet vertailemaan toisiinsa kahta eri mallia: 1) Ojentamismallia, jossa keskeistä on kiusaamiseen tuomitseminen ja 2) Yhteisen huolen mallia, jossa tavoitteena on saada kiusaaminen loppumaan herättämällä kiusaavassa oppilaassa empatiaa kiusamaansa oppilasta kohtaan (Garandeau et al., 2014). Tulokset ovat kuitenkin antaneet viitteitä siitä, että mallien yhdistelmä eli niin kutsuttu Yhdistetty malli voisi olla tehokkaampi keino puuttua kiusaamiseen kuin vain jommankumman mallin käyttö yksinään (Garandeau et al., 2016). Tässä tutkimuksessa vertailtiin näiden kolmen mallin tehokkuutta toisiinsa sekä selvitettiin oppilaan affektiivisen ja kognitiivisen empatian sekä tunnekylmien piirteiden vaikutusta eri mallien tehokkuuteen. Tutkimuksessa hyödynnettiin kokeellista tutkimusasetelmaa. Tutkimuksessa oppilaille näytettiin yksi kolmesta videosta, joissa opettaja puuttui kiusaamiseen eri tavoilla: hän joko tuomitsi kiusaamisen, kuten Ojentamismallissa, yritti herättää kiusaavassa oppilaassa empatiaa kiusattua kohtaan, kuten Yhteisen huolen mallissa, tai käytti molempia lähestymistapoja samanaikaisesti eli käytti Yhdistettyä mallia. Kyseessä oli koehenkilöiden välinen koeasetelma eli jokainen oppilas näki vain yhden kolmesta eri puuttumisen tavasta. Oppilailta kysyttiin, kuinka todennäköisesti he lopettaisivat kiusaamisen, jos heidän opettajansa puhuisi heille samalla tavalla kuin videossa esiintynyt opettaja puhui. Otokseen kuului 277 seitsemäsluokkalaista oppilasta 7 eri koulusta. Oppilaiden affektiivista ja kognitiivista empatiaa, tunnekyelmiä piirteitä sekä aikomusta lopettaa kiusaaminen mitattiin kyselylomakkeella. Hierarkkisen regressioanalyysiin tulosten mukaan keskimäärin tehokkain tapa oli Yhdistetty malli eli sekä tuomita kiusaaminen, että yrittää herättää kiusaavassa oppilaassa empatiaa kiusattua kohtaan. Yksittäin käytettynä kiusaamisen tuomitseminen ja yritys herättää empatiaa olivat yhtä tehokkaita. Oppilaan affektiivisen ja kognitiivisen empatian määrä vaikutti positiivisesti ja tunnekylmien piirteiden määrä negatiivisesti todennäköisyyteen lopettaa kiusaaminen. Lisäksi oppilaan kognitiivisen empatian määrä vaikutti eri viestien tehokkuuteen: niiden oppilaiden kohdalla, joilla kognitiivista empatiaa oli vähän, kiusaamisen tuomitseva viesti toimi heikoiten, mutta kun kognitiivista empatiaa oli paljon, kaikki viestit toimivat yhtä tehokkaasti.

Kiusaamisen ehkäisyn haasteet

			
Symp8	PE	10:40	PI

Kiusaamistapauksiin puuttumisen seuranta

Christina Salmivalli

Kiusaamiseen puuttumisen tuloksellisuutta on usein tutkittu 1) retrospektiivisesti ja 2) erittelemättä tarkemmin, millaisesta puuttumisesta oli kysymys. Challenge-projektissa keräsimme mukana olevissa kouluissa aineistoa jokaisesta kiusaamistapaukseen puuttumisesta silloin, kun ne tapahtuivat tätä tarkoitusta varten kehitetyn mobiiliapplikaation avulla. Koulut oli jaettu kolmeen eri ryhmään, jotka toteuttivat intervention eri tavoilla. Tämä aineisto liitettiin kyselyaineistoon, jota kerättiin oppilailta kaikkiaan kuusi kertaa ja heidän vanhemmiltaan kaksi kertaa kahden vuoden aikana. Näin saimme yksityiskohtaista tietoa jokaisesta interventiosta, siitä miten kiusatuksi joutuneet arvioivat intervention lopputulosta (oliko kiusaaminen loppunut) sekä siitä, mikä heidän tilanteensa oli myöhemmin (oliko puuttumisella pidempikestoinen vaikutus vai oliko kiusaaminen alkanut uudelleen). Saimme kyselyistä myös paljon tietoa oppilaiden ominaisuuksista, heidän koululuokissaan vallitsevista normeista, heidän vanhempiensa asenteista, jne. Pystyimme myös poimimaan vertailuryhmän lapsista, joita oli yhtä lailla kiusattu mutta joiden tilanteeseen ei oltu puututtu aikuisten toimesta. Esityksessä kerrotaan tämän osahankkeen ensimmäisistä tuloksista.

Kiusaamisen ehkäisyn haasteet

Symp8	PE	10:40	PI
-------	----	-------	----

Erilaiset koulukiusaajat nuorina aikuisina

Tiina Turunen

Osana Challenge-projektia on muodostettu kouluajasta aikuisuuteen ulottuva pitkittäisaineisto. Aineisto on ainutlaatuinen maailmassa ja mahdollistaa monenlaisten ilmiöiden tutkimisen jopa 15 vuotta kestävässä pitkittäisasetelmassa. KiVa koulu -ohjelman vaikuttavuustutkimukseen 2007-09 osallistuneista oppilaista osa on vastannut kyselytutkimukseen nuorina aikuisina 2021-2022 sekä antanut sylkinäytteen DNA:n eristämistä varten, ja kouluajan kyselyvastaukset on lisäksi yhdistetty Tilastokeskuksen rekisteriaineistoihin. Esimerkkinä pitkittäisaineistoon liittyvästä tutkimuksesta esittelen projektia, jonka tavoitteena on tunnistaa erilaisia koulukiusaajia ja tutkia, miten erilaiset kiusaajat pärjäävät elämässään nuorina aikuisina. Projektissa tutkitaan, miten kiusaaminen vaikuttaa hyvinvointiin kouluvuosien jälkeen neljällä elämänalueella: 1) Terveys ja mielenterveys, 2) Koulutus, ammatti ja työelämä, 3) Sosiaaliset suhteet ja perheen perustaminen, ja 4) Aggressiivisuus, päihteidenkäyttö ja rikollisuus. Lisäksi projektissa tutkitaan, miten geneettiset tekijät vaikuttavat henkilön taipumukseen kiusata ja miten kouluajan kiusaaminen yhdessä geenien kanssa voi vaikuttaa hyvinvointiin aikuisuudessa. Alustavien tulosten mukaan yläkouluikäisten kiusaajien joukosta on tunnistettavissa kolme erilaista kiusaajatyyppeä: suositut ja pidetyt kiusaajat (51.6% kiusaajista), suositut ja torjutut kiusaajat (22.1% kiusaajista) sekä kiusaaja-uhrit (26.3% kiusaajista). Kaikilla kiusaajaryhmillä oli ei-kiusaajia enemmän akateemisia vaikeuksia ja heidän asenteensa olivat harvemmin kiusaamisen vastaisia. Suositut kiusaajat muistuttivat kouluajan hyvinvoinnissa ei-kiusaajia monin tavoin ja heillä oli jopa vähemmän sosiaalista ahdistuneisuutta. Kiusaaja-uhrit sen sijaan olivat kaikkein huonovointisin ryhmä: kuten kiusatut oppilaat, myös he olivat kouluaikana masentuneempia ja sosiaalisesti ahdistuneempia ja heillä oli heikompi itsetunto kuin muilla oppilailla. Esityksessä kerron lisäksi alustavia tuloksia pitkittäisaineiston pohjalta mm. erilaisten koulukiusaajien koulutuksesta ja ammattiasemasta sekä rikollisuudesta. Ymmärtämällä erilaisia kiusaajatyyppejä ja sitä, miten kiusaaminen vaikuttaa kiusaajien elämänpolkuun, voidaan kehittää tehokkaampia keinoja ehkäistä kiusaamista ja puuttua siihen. Tämä voi auttaa vähentämään kiusattujen nuorten kärsimystä ja lieventää pitkän aikavälin seurauksia myös kiusaajien kohdalla.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat perheissä ja vertaisryhmissä

			
Symp8	PE	10:40	SL

Symposium

Mielenterveyden häiriöt ovat tutkitusti yhteydessä yksilön omaan heikompaan sosioekonomiseen asemaan kuten pieniin tuloihin ja matalaan koulutukseen, sekä somaattiseen sairastuvuuteen. Tämän lisäksi mielenterveyden häiriöön sairastumisella voi olla vaikutuksia omaan elinpiiriin, esimerkiksi perheeseen, läheisiin tai vertaisiin kuten työ- tai luokkakavereihin. Tutkimuksissa, joissa tarkastellaan mielenterveyden häiriöiden vaikutuksia läheisiin, on perinteisesti keskitytty omaishoitajien näkökulmaan. Ne tutkimukset, jotka tarkastelevat aihetta laajemmin läheisten kuten vanhempien tai ystävien näkökulmasta, perustuvat usein pieniin kyselyaineistoihin tai keskittyvät tiettyihin mielenterveyden häiriöihin. Lisäksi mielenterveyden häiriöiden leviämistä ja vaikutuksia olisi erityisen tärkeää tarkastella lapsuudessa ja nuoruudessa, jolloin useimmat häiriöt diagnosoidaan ja perhe- sekä ystävyysuhteet ovat tärkeässä asemassa. Tässä symposiumissa esitellään tuloksia neljästä eri rekisteritutkimuksesta, joissa on tarkasteltu mielenterveyden häiriöön sairastuneiden lasten ja nuorten läheisten vasteita. Tutkimukset perustuvat kokonaisväestöön ja hyödyntävät Tilastokeskuksen, THL:n ja Kelan rekisteriaineistoja. Kaikissa tutkimuksissa on tarkasteltu laajasti koko mielenterveyden häiriöiden kirjoa ja mahdollisia eroja diagnoosien välillä. Tarkastelussa on lasten tai nuorten mielenterveyden häiriöiden yhteys yläasteella samalla luokalla olleiden myöhempään mielenterveyden häiriöihin, vanhempien mielenterveyden häiriöihin, vanhempien sosioekonomisiin tekijöihin ja vanhempien mielenterveysperusteisiin sairauspoissaoloihin. Kaikki neljä tutkimusta havaitsivat yhteyksiä lapsen tai nuoren mielenterveyden häiriön diagnoosin ja läheisten vasteiden välillä. Tutkimuksissa havaittiin, että henkilöillä, joiden yhdeksännellä luokalla oli yksi tai useampi henkilö, joilla oli diagnosoitu mielenterveyden häiriö, oli suurempi riski saada mielenterveyden häiriön diagnoosi peruskoulun jälkeen. Samoin mielenterveyden häiriön diagnoosin saaneen lapsen vanhemmilla oli korkeampi riski saada diagnoosi. Diagnostoitujen lasten vanhempien tulot ja työllisyysprosentti puolestaan olivat yleisesti matalampia ja saadut tulonsiirrot korkeampia kuin verrokkien, mutta trendi ei muuttunut lähellä lapsen diagnoosihetkeä. Tulosten mukaan lapsen diagnoosi ei siis ollut yhteydessä äkilliseen muutokseen vuosittain mitattavissa sosioekonomisissa vasteissa. Sen sijaan diagnostoitujen lasten vanhemmilla oli korkeampi riski jäädä ensimmäiselle mielenterveysperusteiselle sairauslomalle, mikä viittaa siihen, että vanhempien vaikeudet heijastuvat työelämään ajoittaisesti, eivätkä siksi välttämättä näy vuosittain mitattavissa vasteissa.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat perheissä ja vertaisryhmissä

Symp8	PE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Mielenterveyden häiriöiden leviäminen nuorten vertaisverkostoissa

Jussi Alho

Mielenterveyden häiriöiden tutkimuksessa on yleensä keskitytty sairastuneeseen yksilöön. Mielenterveyden häiriön vaikutukset voivat kuitenkin ulottua myös perheenjäseniin sekä ystäviin ja vertaisiin. On esimerkiksi viitteitä siitä, että masennusoireet voisivat levitä ihmisestä toiseen sosiaalisissa verkostoissa. Laajoja väestötason tutkimuksia mielenterveyden häiriöiden mahdollisesta leviämisestä sosiaalisissa verkostoissa ei kuitenkaan ole aikaisemmin tehty. Metodit Kattaviin suomalaisiin rekisteriaineistoihin perustuvassa kohorttitutkimuksessamme tarkastelimme mielenterveyden häiriöiden (ICD-10 tautiluokituksen diagnoosit F10–F50 ja F90–F98) leviämistä peruskoulun yhdeksännen vuosiluokan rinnakkaisluokkien muodostamissa sosiaalisissa verkostoissa. Nuoret viettävät paljon aikaa luokkakavereidensa kanssa, minkä vuoksi koululuokka muodostaa yhden keskeisimmistä lapsuuden ja nuoruuden ajan sosiaalisista verkostoista. Koska luokkakavereita ei valita itse, koululuokka on myös vähemmän altis ns. itsevalinnasta johtuvaan vinoumaan (eng. self-selection bias) kuin monet muut sosiaaliset verkostot. Tarkastelimme mielenterveyden häiriön diagnoosin saaneiden luokkakavereiden määrän ja myöhemmän mielenterveyden häiriön diagnoosin saamisen riskin välistä yhteyttä käyttämällä Coxin regression sekamalleja (eng. mixed-effects Cox regression). Tulokset Tutkimuskohorttiin kuului yhteensä 713 809 vuosina 1985–1997 syntynyttä Suomen kansalaista, joista 47 433 sai mielenterveyden häiriön diagnoosin ennen peruskoulun loppua. Loppuja 666 376 kohortin jäsentä seurattiin peruskoulun loppumisesta ensimmäiseen mielenterveyden häiriön diagnoosiin, maastamuuttoon, kuolemaan tai vuoden 2019 loppuun asti. Kohortista 167 227 (25%) sai mielenterveyden häiriön diagnoosin seurannan aikana. Tuloksemme osoittavat, että mielenterveyden häiriön diagnoosin saaneiden luokkakavereiden määrä oli yhteydessä myöhempään riskiin saada mielenterveyden häiriön diagnoosi. Yhteys oli voimakkain seurannan ensimmäisen vuoden aikana. Yksittäisistä diagnoosikategorioista yhteys oli selvin mieliala-, ahdistuneisuus- ja syömishäiriöiden osalta. Yhteydet olivat tilastollisesti merkitseviä, vaikka malleissa huomioitiin joukko vanhempia, kouluun ja asuinalueeseen liittyviä muuttujia. Johtopäätökset Löydöksemme viittaavat siihen, että mielenterveyden häiriöt saattavat levitä nuorten vertaisverkostoissa. Lisätutkimuksia tarvitaan selvittämään mahdollisia leviämismekanismeja.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat perheissä ja vertaisryhmissä

Symp8	PE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Lasten mielenterveyden häiriöt ja vanhempien psykiatrinen sairastuvuus

Ripsa Niemi

Tausta Useat tutkimukset ovat havainneet, että mielenterveyden häiriöt periytyvät. On kuitenkin epäselvää, onko vanhemmilla suurempi riski sairastua mielenterveyden häiriöön, jos heidän lapsellaan on diagnosoitu mielenterveyden häiriö. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin yhteyksiä lapsen mielenterveyden häiriön diagnoosin ja vanhempien myöhemmän mielenterveyden häiriön diagnoosin välillä. **Metodit** Tarkastelimme henkilöitä, joiden kaikki lapset syntyivät vuosina 1990–2010 Suomessa tai Tanskassa. Ensisijaisena altisteena oli lapsen mikä tahansa mielenterveyden häiriö (ICD-10 tautiluokituksen F00–F99), joka diagnosoitiin lapsen ollessa 1–25-vuotias. Lisäksi tarkasteltiin tarkempia diagnostisia kategorioita. Altisteiden yhteyttä vanhemman mielenterveyden häiriön diagnoosiin tarkasteltiin Coxin malleilla, joissa altistus oli ajassa riippuva. Yhteyksiä arvioitiin viidessä aikapisteessä altistumisen jälkeen (0–6kk, >6–12kk, >1–1.5v, >1.5–2v ja >2v). Sensitiivisyysanalyysinä tarkasteltiin myös vuotta ennen lapsen diagnoosia. **Tulokset** Tutkimuskohorttiin kuului 1 651 723 vanhempaa, joista 248 328 naisella ja 250 763 miehellä oli vähintään yksi lapsi, jolle diagnosoitiin mielenterveyden häiriö seurannan aikana. Mielenterveyden häiriön diagnoosin riski oli korkeampi niillä vanhemmilla, joilla oli diagnoosin saanut lapsi. Uhkasuhde (eng. hazard ratio) oli sekä naisilla että miehillä korkeimmillaan kuuden kuukauden sisällä lapsen diagnoosista, jonka jälkeen se hieman laski. Sensitiivisyysanalyysissä uhkasuhde oli koholla jo vuoden ennen lapsen diagnoosia, mutta varsinkin naisten kohdalla se useimmiten kohosi diagnoosia edeltävänä puolena vuotena miltei samaksi kuin diagnoosia seuraavan kuuden kuukauden aikana. **Johtopäätökset** Tutkimuksessamme havaittiin, että lasten mielenterveyden häiriöt olivat yhteydessä vanhempien myöhempään riskiin saada mielenterveyden häiriön diagnoosi. Tuloksia selittävät todennäköisesti jaetut geenit ja ympäristöaltisteet. Uhkasuhteen kohoaminen hieman ennen diagnoosia ja laskeminen kuuden kuukauden päästä diagnoosista viittaa kuitenkin siihen, että lasten mielenterveyden häiriöt saattavat hetkittäisesti nostaa vanhempien diagnoosin riskiä.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat perheissä ja vertaisryhmissä

Symp8	PE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Lasten mielenterveyden häiriöt ja vanhempien tulot ja työllisyys

Kaisla Komulainen

Tausta Mielenterveyden häiriöt ovat yhteydessä sekä yksilön omaan että mahdollisesti myös perheen sosiaaliseen ja taloudelliseen asemaan. Tässä rekisteritutkimuksessa tarkastelimme yhteyksiä lapsen mielenterveyden häiriön ja vanhempien taloudellisen aseman välillä ennen lapsen diagnoosia ja diagnoosin jälkeen. Menetelmät Tutkimuksessa tarkasteltiin kaikkia Suomen tai Tanskan erikoissairaanhoidossa diagnosoituja mielenterveyden häiriöitä (ICD-10 tautiluokituksen F00–F99), jotka diagnosoitiin lapsen ollessa 1–25-vuotias vuosina 1994–2019. Analyysiotos muodostettiin etsimällä jokaiselle diagnoosin saaneen lapsen vanhemmalle sosiodemografialtaan vastaava verrokkivanhempi, jonka lapsi ei saanut mielenterveyden häiriön diagnoosia. Lapsen mielenterveyden häiriön yhteyttä vanhemman vuosittaisiin ansiotuloihin, käytettävissä oleviin tuloihin, saatuihin tulonsiirtoihin ja työllisyyteen viisi vuotta ennen lapsen diagnoosia ja viisi vuotta diagnoosin jälkeen arvioitiin yleistetyillä estimointiyhtälöillä (eng. generalised estimating equations; GEE). Tulokset Lapsen mielenterveyden häiriö oli yhteydessä vanhempien pienempiin ansiotuloihin ja käytettävissä oleviin tuloihin, suurempiin saatuihin tulonsiirtoihin ja alhaisempaan työllisyyteen koko seurannan ajan, jo viisi vuotta ennen lapsen diagnoosihetkeä. Erot tuloissa ja työllisyydessä diagnoosin saaneiden lasten vanhempien ja verrokkivanhempien välillä kasvoivat hieman seurannan aikana; erityisesti vanhemmat, joiden lapsi oli saanut diagnoosin nuorena, erosivat verrokeista enemmän seurannan edetessä. Diagnoosihetkellä vanhempien tulotasossa tai työllisyydessä ei kuitenkaan havaittu välitöntä muutosta. Johtopäätökset Tuloksemme viittaavat siihen, että niillä vanhemmilla, joiden lapsilla on diagnosoitu mielenterveyden häiriö, on yleisesti heikompi taloudellinen asema kuin verrokeilla. Diagnoosihetkellä vanhempien tulotasossa tai työllisyydessä ei kuitenkaan havaittu välitöntä muutosta.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat perheissä ja vertaisryhmissä

Symp8	PE	10:40	SL
-------	----	-------	----

Lasten mielenterveyden häiriöt ja vanhempien psykiatriset sairauspoissaolot

Mai Gutvilig

Tausta Lapsen tai nuoren mielenterveyden häiriö ei vaikuta pelkästään sairastuneeseen itseensä vaan myös tämän perheeseen. Tämä voi heijastua esimerkiksi mielenterveyden heikentymisenä tai vaikeuksina sovittaa yhteen lisääntyntä hoitovastuuta ja työntekoa. Tässä tutkimuksessa tarkastelimme yhteyksiä lapsen mielenterveyden häiriön diagnoosin ja vanhemman mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen välillä. Metodit Kun tarkasteltiin tyypillisesti aikaisin diagnosoitavia mielenterveyden häiriöitä (ICD-10 tautiluokituksen F70–F98), syntymäkohorttiin kuuluivat ne Suomessa asuvat vanhemmat, joiden kaikki lapset syntyivät 2005–2016. Kun tarkastelussa olivat tyypillisesti myöhemmällä iällä diagnosoitavat häiriöt (ICD-10 tautiluokituksen F10–F50), lasten syntymävuodet rajattiin vuosiin 2001–2012. Tieto vanhempien mielenterveysperusteisista sairauspoissaoloista tuli Kelan sairauspäivärahekisteristä, joka sisältää kaikki yli 9 päivää kestäneet lääkärin kirjaamat poissaolot. Vanhemmat, joilla oli mielenterveysperusteisia sairauspoissaoloja ennen seuranta-ajan alkua, jätettiin pois analyyseistä. Lapsen mielenterveyshäiriön diagnoosin ja vanhempien sairauspoissaolojen välisiä yhteyksiä tarkasteltiin viidessä aikapisteessä lapsen diagnoosin jälkeen (0–6kk, >6–12kk, >1–1.5v, >1.5–2v ja >2v) Coxin malleilla, joissa lapsen diagnoosi oli aikariippuva kovariaatti. Tulokset Vuosien 2005–2016 kohortissa oli 425 509 ja vuosien 2001–2012 kohortissa 364 376 vanhempaa. Lasten mielenterveyden häiriöt olivat yhteydessä suurempaan ensimmäisen mielenterveysperusteisen sairauspoissaolon riskiin erityisesti kuuden kuukauden sisällä lapsen diagnoosista. Yhteydet olivat erilaisia riippuen vanhemman sukupuolesta ja lapsen diagnoosista. Vahvimmat yhteydet löytyivät naisilta, joiden lapsi oli saanut syömis-, mieliala- tai ahdistuneisuushäiriön diagnoosin. Johtopäätökset Tutkimuksessamme havaittiin, että vanhemmilla, joiden lapsilla on hiljattain diagnosoitu mielenterveyden häiriö, on suurempi riski jäädä mielenterveysperusteiselle sairauslomalle. Yhteydet näkyivät erityisesti lapsen syömis-, mieliala- tai ahdistuneisuushäiriön diagnoosin jälkeen.

Työympäristön haasteista hyvinvointiin

			
Symp8	PE	10:40	F3005

 Symposium



Työympäristön haasteista hyvinvointiin

Symp8 PE 10:40 F3005

Työuupumuksen ja työssä suoriutumisen pitkittäisprofiilit ja transiitot

Laura Hirva

Työssä uupuminen vaikuttaa merkittävästi suomalaisten työuriin, ja viimeisimpinä vuosina työhyvinvointi maassamme on edelleen lievästi laskenut. Aiemmat tutkimukset ovat selkeästi osoittaneet, että voimakas työuupumus johtaa heikentyneeseen toimintakykyyn työssä. Toisaalta työuupumuksen ajallinen kehitys ei seuraa yhdenmukaista käyrää, vaan yksilölliset kehityspolut ovat mahdollisia. Laura Hirvan (PsM) väitöskirjatutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa työuupumuksen ja työssä suoriutumisen ajallisista kehityskaarista sekä lisätä ymmärrystä strategioista, joilla yksilöt ja organisaatiot voivat tukea työntekijöiden jaksamista työn kuormitustekijöiden lisääntyessä. Väitöskirjatutkimus tehdään Tampereen yliopiston psykologian tohtorihjelmaan. Tutkimuksen kyselyaineisto on kerätty osana Suomen Akatemian rahoittamaa Tampereen ja Jyväskylän yliopistojen yhteistyöhanketta Työn intensifikaatio ja sen hallinta itsesäätelyn voimavarojen avulla (IJDFIN, 2017-2022). Aineisto on edustava otos suomalaisista työntekijöistä eri ammattialoilta. Aiempi tutkimus viittaa siihen, että työuupumus ja työssä suoriutuminen ovat kääntäen suhteessa toisiinsa: työssä eniten uupuneet suoriutuvat lähtökohtaisesti heikommin. On kuitenkin mahdollista, että tarkasteltaessa muutosta ajan yli esille nousee erilaisia työntekijäryhmiä, kuten esimerkiksi niitä, jotka suoriutuvat hyvin työssään uupumuksesta huolimatta. Henkilökeskeistä lähestymistapaa hyödyntämällä tutkimuksessa selvitetään, muodostavatko uupumusoireet ja työsuoriutumisen eri ulottuvuudet yksilöllisiä yhdistelmiä, joiden perusteella työntekijät jakautuvat erilaisiin ryhmiin. Lisäksi tarkastellaan ryhmien pysyvyyttä kolmen vuoden säteellä, sekä mahdollisia muutosta ennakoivia sosiodemografisia tekijöitä. Tällaisten eriävien kehityskulkujen tunnistaminen on tärkeää, jotta pystytään ennakoivasti tukemaan mahdollisia riskiryhmiä. Väitöskirjatutkimuksessa selvitetään lisäksi, pystyvätkö työntekijät vähentämään uupumuksen kielteisiä vaikutuksia työssä suoriutumiseen hyödyntämällä itsesäätelystrategioita. Itsesäätelystrategioiden on havaittu puskuroivan uupumisen kielteisiä vaikutuksia tehtäväsuoriutumiseen ja esimerkiksi sopeutumiskykyyn organisaatiomuutosten keskellä. Mikäli havaitaan, että työntekijät kykenevät vaihtelevasti hyödyntämään erilaisia strategioita ja näin sopeuttamaan toimintaansa kuormituksen kasvaessa, tarjoaa näiden strategioiden kehittäminen merkittävään keinoon ehkäistä työuupumuksen pitkittymistä. Esityksessä esitellään erityisesti ensimmäisen osatyön tuloksia: suomalaisten työntekijöiden työuupumuksen ja työssä suoriutumisen pitkittäisprofiileja. Tuloksissa havaittiin mm., että viikottaiset työtunnit ennustavat merkitsevästi sekä kuulumista tiettyyn työuupumuksen/työssä suoriutumisen profiiliin että siirtymiä ajan yli profiilista toiseen.

Työympäristön haasteista hyvinvointiin

Symp8 PE 10:40 F3005

Muutosvoimavarat organisaatiomuutoksessa ja niiden merkitys henkilöstön sopeutum

Eveliina Peltoniemi

Mistä tekijöistä koostuu henkilöstön sopeutumista ja työhyvinvointia tukeva organisaatiomuutos? Esityksessä esitellään muutosvoimavarojen käsite sekä käydään läpi tutkimuksemme keskeisimpiä tuloksia. Tutkimukssamme tarkasteltiin terveydenhuoltoalan työntekijöiden kokemuksia organisaatiomuutokseen sopeutumisesta ja muutosvoimavaroista. Lisäksi analysoitiin, mitä seurauksia muutosvoimavaroilla ja henkilöstön koetulla sopeutumisella on työhyvinvoinnin ja työhön sitoutumisen kannalta. Tutkimuksen aineisto koostui 29 sairaanhoitopiirin (nykyisin hyvinvointialue) työntekijän haastattelusta. Temaattisen analyysin avulla tunnistettiin viisi organisaatiomuutokseen sopeutumisen kannalta keskeistä muutosvoimavarakategoriaa: muutosprosessin toteutus, fyysisen ja teknologisen ympäristön tuki, lähityöyhteisön tuki, organisaation rakenteiden tuki sekä johdon tuki. Tulokset osoittivat, että koettu muutosvoimavarojen läsnäolo organisaatiomuutoksen aikana edisti muutokseen sopeutumista ja tuki työhyvinvointia sekä sitoutumista. Lisäksi havaittiin, että heikosti sopeutuneet työntekijät kokivat organisaation muutosvoimavarat vähäisemmiksi ja he myös kokivat enemmän kielteisiä työhyvinvointi- ja sitoutumisvaikutuksia. Panostamalla muutosvoimavaroihin terveydenhuoltoalan organisaatioissa voidaan tukea muutosten onnistumista, ehkäistä työpaikan ja alanvaihtoja sekä ennaltaehkäistä sopeutumattomuudesta johtuvien kielteisten seurausten aiheuttamia kustannuksia.

Työympäristön haasteista hyvinvointiin

Symp8 PE 10:40 F3005

Työhön sopivan toimiston edellytykset - globaali sisäympäristötarkastelu

Jenni Radun

Toimistoympäristön laatua arvioidaan usein mittaamalla työtilatyytyväisyyttä. Toinen tapa on arvioida toimistojen sopivuutta erilaisiin työtehtäviin, eli kuinka hyvin työntekijät kokevat ympäristön tukevan heidän työtään. Työtilan tukea voidaan kuvata termillä koettu sopivuus. Työtilan koetun sopivuuden tarkastelu erilaisille tehtävätyypeille voi antaa tarkempaa näkemystä työtilojen suunnitteluun esimerkiksi monitilatoimistoissa, jotka suunnitellaan tarjoamaan eri tehtävätyypeille erilaisia tiloja, kuin yleinen työympäristötyytyväisyys. Kaikkia tiloja voidaan luonnehtia perussisäympäristötekijöillä, joita ovat lämpöolosuhteet, melu, ilmanlaatu, valaistus ja luonnonvalo. Tässä tutkimuksessa tarkastelimme tyytyväisyyttä perussisäympäristötekijöihin eri toimistotyypeissä ja niiden suhdetta erilaisten toimistotehtävien koettuun sopivuuteen. Tutkimus perustui Leesman Oy:n keräämään globaaliin kyselyaineistoon, jonka saimme käyttöömmme tutkimussuunnitelmaa vastaan. Aineisto koostui Leesmanin standardikyselyiden vastauksista vuodelta 2019. Yhteensä 85 195 yli puolet työajastaan toimistolla työskentelevää työntekijää vastasi kyselyyn 68 eri maasta. Lämpöolosuhteet (31 %) ja melu (28 %) aiheuttivat eniten tyytymättömyyttä, mutta tyytyväisyys meluun liittyi selvemmin koettuun sopivuuteen kuin tyytyväisyys lämpöolosuhteisiin. Melu selitti yksin 17 % keskittynyttä työtä tehdessä koetusta sopivuudesta. Tyytyväisyys sisäympäristötekijöihin oli tärkeämpi koetulle sopivuudelle kuin toimistotyyppi. Meluun tyytyväisyydellä oli myös selkeä yhteys toimistotyyppiin: huonetoimistoissa melu häiritsi vähiten ja toimistoissa, joissa ei ollut nimettyjä työpisteitä melu häiritsi eniten. Tämä tutkimus osoittaa, että melu on suuri ongelma toimistoissa maailmanlaajuisesti. Joustavat toimistot ilman nimettyjä työpisteitä eivät riitä vähentämään toimistomelun negatiivisia vaikutuksia, vaan parempaa akustista suunnittelua (huoneakustiikka, äänieristys) todennäköisesti tarvitaan. Tutkimus on julkaistu tieteellisessä julkaisussa (Journal of Environmental Psychology 89 (2023) 102063).

Työympäristön haasteista hyvinvointiin

Symp8 PE 10:40 F3005

Psykologisesti turvallinen työyhteisö – Teoreettisten näkökulmien yhdistäminen

Nina Savela

Psykologisen turvallisuuden ja psykososiaalisen turvallisuusilmapiirin tutkimustulokset osoittavat, että työpaikan turvallinen sosiaalinen ympäristö on yhteydessä sekä työhyvinvointiin että tuottavuuteen. Hiljattain esitetty työkontekstia yleisempi sosiaalisen turvallisuuden teoria pyrkii yhdistämään sosiaalipsykologisen stressitutkimuksen ja kliinisen psykologian näkökulmat ja perustelemaan, miten uhat sosiaalisessa turvallisuudessa vaikuttavat yksilöihin. Tutkimuksemme tavoitteena on rakentaa yhteyksiä vakiintuneiden ja uusien teoreettisten näkökulmien ja tutkimushaarojen välille. Tarkastelemme teorioiden päällekkäisyyksiä, analyysitasoja ja niiden välisiä yhteyksiä sosiaalisen, psykologisen ja psykososiaalisen turvallisuuden teoreettisten viitekehysten yhdistämiseksi. Käymme läpi kunkin teoreettisen viitekehysten alkuperän, käsitteellistämisen ja keskeisimmät sovellusalueet, sekä yhdistämme tiimikontekstin ryhmäprosessit uudelleen yksilön ja organisaation välille. Kyseiset teoriat täydentävät toisiaan ja soveltuvat erilaisiin tutkimuskysymyksiin ja työelämän haasteisiin. Tarjoamme esimerkkejä yksilö-, tiimi- ja organisaatiotasojen onnistuneesta ja epäonnistuneesta yhteensovittamisesta ja selvennämme, että sosiaalisen turvallisuuden johtaminen ja mittaaminen edellyttävät teoreettisten lähestymistapojen ja analyysitasojen yhdistämistä. Tutkimuksemme johtopäätöksiä voidaan soveltaa organisaatioiden käytäntöjen suunnitteluun ja vaikutusten seurantaan sekä näiden onnistuneeseen yhdistämiseen. Authors: Savela, N., & Ellemers, N.

Vanhemmuuden siirtymät ja fysiologinen reaktiivisuus lasten tunteita kohtaan

			
Symp8	PE	10:40	PII

Symposium

Lapsen syntymä ja siirtymä vanhemmuuteen on merkittävä elämäntapahtuma, johon liittyy muutoksia hormonitoiminnassa ja aivojen rakenteissa. Nämä muutokset voivat osaltaan vaikuttaa myös vauvan tunteiden virittämiin tunnereaktioihin tuoreissa vanhemmissa. Kohonnut reaktiivisuus auttaa suuntaamaan huomiota lapsen tarpeisiin, mutta voi aiheuttaa myös haasteita emotionaalisen virittymisen säätelylle ja kuormittumiselle. Tässä symposiumissa esitellään suomalaisiin aineistoihin perustuvia tutkimuksia, jotka pyrkivät psykofysiologian keinoin selvittämään vanhempien fysiologista reaktiivisuutta lasten ilmaisemiin tunteisiin. Meitä kiinnostaa erityisesti, 1) kuinka fysiologinen reaktiivisuus muuttuu vanhemmuuteen siirtymän myötä, 2) onko ensimmäisen lapsen vanhemmuus fysiologisen reaktiivisuuden osalta erilaista kuin useamman lapsen vanhemmuus ja 3) ovatko vanhemmuuteen liittyvät muutokset samanlaisia isillä kuin äideillä. Ensimmäisessä esityksessä Hanneli Sinisalo esittelee tutkimusta, jossa mitattiin empatiaan liittyviä kasvolihaskasvasteita vauvojen kasvoniilmeitä kohtaan ensikertalaisilla pienen vauvan äideillä ja lapsettomilla naisilla, ja selvitettiin kasvolihaskasvasteiden yhteyksiä osallistujien hormonitasoihin. Sonja Veistolan esityksessä kerrotaan empatiaan liittyviä kasvolihaskasvasteista miehillä vanhemmuuden eri vaiheissa: ensimmäistä lastaan odottavilla miehillä, ensikertalaisilla pienen vauvan isillä, sekä kokeneilla isillä. Kolmannessa esityksessä Santeri Yrttiaho kertoo tutkimuksesta, jossa mitattiin autonomisen hermoston reaktiivisuutta vauvojen kasvoniilmeisiin ensikertalaisilla äideillä ja isillä silmien pupillivasteita mittaamalla, ja selvitettiin pupillivasteiden yhteyksiä vanhempien mielialaoireisiin ja kiintymyksen tunteisiin. Neljännessä esityksessä Mikko Peltola esittelee tutkimusta, jossa mitattiin sydämen sykevälivaihtelun mittauksen avulla fysiologisen virittymisen säätelyä vauvan itkulle altistumisen aikana ensikertalaisilla ja kokeneilla äideillä sekä lapsettomilla naisilla. Tutkimusten tulokset kuvaavat, kuinka fysiologinen virittyminen lasten tunteita kohtaan on voimistunut ensikertalaisilla vanhemmilla (sekä äideillä että isillä) verrattuna lapsettomiin ihmisiin ja kokeneempiin vanhempiin. Kohonnut empaattinen ja emotionaalinen reaktiivisuus lapsia kohtaan tukee lapsen tarpeisiin vastaamista, mutta asettaa tuoreet vanhemmat myös haavoittuvasen asemaan, mikä korostaa tunteiden ja virittymisen säätelykyvyn roolia vauvan hyvinvointia ylläpitävänä tekijänä.

Vanhemmuuden siirtymät ja fysiologinen reaktiivisuus lasten tunteita kohtaan

Symp8	PE	10:40	PII
-------	----	-------	-----

Kasvolihasevasteet vauvan tunteisiin uusilla äideillä ja lapsettomilla naisilla

Hanneli Sinisalo

Vanhemmaksi tuleminen saa aikaan muutoksia sekä hormonitoiminnassa että aivojen rakenteissa. Nämä muutokset ovat erityisen hyvin nähtävillä raskauden läpikäyneillä, mutta niiden vaikutus käyttäytymiseen, tunnetaitoihin tai empatiakykyyn on vielä pitkälti tutkimatta. Tunteiden nopea tunnistaminen sekä empaattinen reagointi muiden ihmisten tunteille ovat olennaisia taitoja sensitiiviselle vanhemmuudelle, joka puolestaan vaikuttaa lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen ja kiintymyssuhteen laatuun. Sekä tunteiden tunnistuskyky että empaattisuus on yhdistetty kasvolihasten aktivaatioon, joka tapahtuu muiden ihmisten tunteikkaita kasvoja katsellessa. Näitä automaattisia ja tiedostamattomia kasvolihaksissa tapahtuvia reaktioita voidaan mitata käyttämällä elektromyografiaa (EMG). Tällä hetkellä ei ole tietoa, muuttuvatko nämä empatiaan liittyvät prosessit vanhemmuuteen siirtymisen aikana ja onko vanhempien ja lapsettomien ihmisten välillä eroa vauvojen tunneviestien aiheuttamissa EMG-vasteissa. Vertasimme puolivuotiaiden vauvojen ensikertalaisäitejä ($n = 54$) sekä lapsettomia naisia ($n = 63$) ja pyrimme vastaamaan seuraaviin kysymyksiin: 1) Eroavatko äidit ja lapsettomat naiset EMG-vasteissaan emotionaalisille kasvoärsykkeille? 2) Ovatko EMG-vasteet yhteydessä syljestä mitattuihin hormonitasoihin (estradioli, testosteroni tai kortisoli)? Osallistujille esitettiin lyhyitä videoita kasvoista, joilla tunnetila vaihtui ilosta suruun tai toisinpäin. Puolet esitetyistä kasvoista oli aikuisten ja puolet lasten kasvoja. Osallistujia pyydettiin painamaan painiketta, kun heidän mielestään videolla alun perin näkynyt tunnetila oli poistunut kasvoilta. Tehtävän aikana mitattiin EMG-vasteita kulmien kurtistajalihaksesta (corrugator supercilii) sekä isosta poskipäälihaksesta (zygomaticus major), jotka aktivoituvat tyypillisesti vasteena negatiivisiin (corrugator) ja positiivisiin (zygomaticus) tunneilmaisuihin. Lisäksi analysoitiin osallistujien syljen testosteroni-, kortisoli-, ja estradiolitasot. Alustavien tulosten perusteella äidit reagoivat lapsettomia naisia voimakkaammin vauvojen hymyyn omien kasvojensa vastaavilla lihaksilla, eli suupieliä ylös vetävällä poskipäälihaksella. Lisäksi äitien kulmien kurtistajalihaksen aktiivisuus itkeviä kasvoja katsottaessa oli voimakkaampaa kohdekasvojen iästä riippumatta. Syljen testosteronitaso oli käänteisesti yhteydessä hymyilevien vauvojen aiheuttamaan zygomaticus-vasteeseen, mutta vain lapsettomien naisten ryhmässä. Tutkimus osoittaa, että ensikertalaiset äidit ovat empaattisesti reaktiivisempia pienten lasten positiivisia ja negatiivisia tunteita kohtaan.

Vanhemmuuden siirtymät ja fysiologinen reaktiivisuus lasten tunteita kohtaan

			
Symp8	PE	10:40	PII

 Empaattinen reagointi lasten tunnesignaaleihin isyyden eri vaiheissa

 Sonja Veistola

Vanhemman empatia lapsen tunnesignaaleja kohtaan on edellytys onnistuneelle vanhemman hoivalle. Empatia on erityisen tärkeää pienen vauvan kanssa, koska lapsi ei vielä kykene ilmaisemaan tarpeitaan sanallisesti, vaan vanhempien on pääteltävä heidän tarpeensa ei-kielellisistä signaaleista vuorovaikutuksen aikana reagoidakseen niihin asianmukaisesti. Viimeaikainen tutkimus osoittaa, että vanhemmuuteen siirtyessään miehet kokevat hormonaalisia ja aivoperäisiä muutoksia, jotka voivat liittyä empatiaan. Tässä tutkimuksessa tutkimme edustaako ensimmäisen lapsen odotus ja vauvaikä erityisen herkkää vaihetta, joka näkyy isien korkeampana empatiana lapsen hätää kohtaan. Laboratoriotutkimuksessamme selvitettiin miesten empaattisia reaktioita lasten hätää kohtaan eri isyyden vaiheissa. Esirekisteröidyissä analyyseissä vertailimme kolmea ryhmää: odottavia isiä (N = 35), ensikertaa isiksi tulleet (N = 44) ja kokeneita isiä (N = 39). Päähypoteesimme oli, että odottavat ja ensikertaa isiksi tulleet miehet osoittavat voimakkaampia empaattisia reaktioita verrattuna kokeneisiin isiin. Kahdessa tehtävässä osallistujille esitettiin kuvia (Tehtävä 1) ja videoita (Tehtävä 2) lapsista tunnepitoisissa ja vaarallisissa tilanteissa, samalla kun heidän fysiologisia reaktioitaan mitattiin käyttäen elektromyografiaa (kasvojen lihasaktivaatiota) ja elektrokardiografiaa (sykkeen laskua). Fysiologiset mittaukset tarjoavat hyvän epäsuoran indikaattorin miesten empaattisista reaktioista. Hypoteesimme vahvistaminen tukisi oletustamme siitä, että miehet kokevat aluksi korostunutta empatiaa lapsen signaaleille tullessaan ensimmäistä kertaa vanhemmiksi, mikä vähenee vanhemmuuskokemuksen myötä. Tutkimuksen aineistonkeruu on päättynyt, aineiston analysointi on parhaillaan käynnissä ja tulokset esitellään symposiumissa.

Vanhemmuuden siirtymät ja fysiologinen reaktiivisuus lasten tunteita kohtaan

			
Symp8	PE	10:40	PII

 Pupillivasteet vauvojen kasvonilmeisiin ensikertalaisilla äideillä ja isillä

 Santeri Yrttiaho

Itkevien vauvojen kuvat herättävät äideissä ärsykkeenä fysiologisia tunnereaktiota, joita voidaan objektiivisesti mitata silmien pupillien laajentumisen kautta. Verraten vähän kuitenkin tiedetään isien vastaavista hoivaan liittyvistä tunnereaktioista sekä siitä, miten perhesuhteet ja muut hoivakäyttämiseen liittyvät psykososiaaliset muuttujat vaikuttavat näihin reaktioihin. Vertasimme vauvakuvien herättämiä autonomisia pupillivasteita ensimmäistä kertaa vanhemmiksi tulleilla äideillä (N = 50) ja isillä (N = 50), kun vauvojen kasvot ilmensivät joko positiivisia tai negatiivisia tunteita. Tutkimme edelleen psykososiaalisen hyvinvoinnin ja perhesuhteiden – synnytyksen jälkeisen masennuksen, vauvaan kohdistuneiden kiintymyksen tunteiden sekä emotionaalisen pupillivasteen välisiä yhteyksiä. Sekä äideillä että isillä havaittiin kasvanut pupillikoko vauvojen negatiivisille kasvonilmeille 500–2000 millisekuntia ärsykkeen alkamisen jälkeen, verrattuna positiivisten kasvonilmeiden tilanteeseen. Tämän emotionaalisen pupillivasteen ja vanhempien psykososiaalisten muuttujien välillä löydettiin yhteyksiä lisääntyneisiin masennusoireisiin ja vähentyneisiin kiintymyksen tunteisiin. Tuloksia käsitellään hoivaan liittyen toisaalta optimaalisen ja toisaalta ylireaktiivisen autonomisen virittymisen näkökulmista: kiintymyksen tunteet ja vanhempien masennusoireet voivat näyttäytyä tahoillaan suojaavina ja riskitekijöinä myönteisen hoivakäyttämisen kannalta.

Vanhemmuuden siirtymät ja fysiologinen reaktiivisuus lasten tunteita kohtaan

Symp8	PE	10:40	PII
-------	----	-------	-----

Autonomisen hermoston reaktiot vauvan itkuun uusilla ja kokeneilla äideillä

Mikko Peltola

Vauvan itku on voimakas emotionaalinen signaali, jota on vaikea sivuuttaa. Itku kiihdyttää nostamalla autonomisen hermoston virittyneisyyttä, mikä puolestaan motivoi reagoimaan vauvan itkuun nopeasti. Kyky säädellä omaa fysiologista virittyneisyyttä auttaa vanhempaa rauhoittamaan vauvaa ja hallitsemaan omia reaktioitaan vuorovaikutuksessa vauvan kanssa. Yksi fysiologisen virittymisen säätelyn mittaustapa on respiratorinen sinusarytmia (RSA), joka tarkoittaa hengitykseen liittyvää sydämen sykevälivaihtelua. Sykevälivaihtelu tyypillisesti pienenee stressaavien tilanteiden aikana, ja tällaisen RSA:n laskun suuruuden katsotaan heijastelevan fysiologista säätelykykyä ja autonomisen hermoston reaktiokapasiteettia. Vanhemmuuden tutkimus on esittänyt, että vanhemmuuteen siirtymään liittyy kohonnut emotionaalinen reaktiivisuus, mikä näkyy esimerkiksi ensikertalaisten äitien voimakkaampana huomion kiinnittymisenä vauvojen tunnepitoisia kasvoja kohtaan verrattuna äiteihin, joilla on enemmän kuin yksi lapsi. Tässä tutkimuksessa haluttiin selvittää, onko vanhemmuuden kokemuksen määrä yhteydessä fysiologiseen säätelykykyyn vauvan itkulle altistumisen aikana. Tutkimuksen aineisto kerättiin Tampereen yliopiston TransParent-hankkeessa. Tutkimukseen osallistui 184 naista, joista 62 oli lapsettomia, parisuhteessa eläviä naisia, 86 ensikertalaisia pienen vauvan äitejä ja 36 kokeneempia äitejä, joilla oli vauvan lisäksi vähintään yksi vanhempi lapsi. Tutkimuksen aikana äitien sydämen sykettä mitattiin elektrokardiografian (EKG) avulla samalla, kun he katselivat ruudulta videoita. Ensimmäiseksi esitettiin neutraali video ja sen jälkeen esitettiin videoita voimakkaasti itkevistä vauvoista. Videoiden katselun aikaisesta EKG-signaalista analysoitiin sykevälivaihtelun (RSA) perustaso neutraalin videon ajalta sekä RSA-tason muutos itkuvideoiden aikana. Analyyseissa tutkittiin, onko RSA-tason laskun suuruudessa eroja lapsettomien naisten, ensikertalaisten äitien ja kokeneiden äitien välillä. Osallistujien ikä kontrolloitiin analyyseissa. Tulosten perusteella RSA-tason lasku vauvojen itkuvideoiden aikana oli pienempää ensikertalaisilla äideillä toisiin ryhmiin verrattuna, mutta kokeneilla äideillä RSA laski itkuvideoiden aikana yhtä voimakkaasti kuin lapsettomilla naisilla. Tutkimuksen tulokset viittaavat siihen, että fysiologisen virittymisen säätely vauvan itkun aikana on heikompi ensikertalaisilla kuin kokeneemmilla äideillä, mikä tukee aiempia havaintoja ensikertalaisten äitien voimakkaammasta huomion kiinnittymisestä vauvojen tunteisiin. Voimakas virittyminen vauvan hätään tukee huomion keskittymistä vauvan tarpeisiin, mutta voi samalla altistaa uusia vanhempia myös kohtuuttomalle kuormitukselle. Uusien lasten myötä toistuva kokemus pienen vauvan hoivasta taas vaikuttaa olevan yhteydessä adaptiivisempaan fysiologisen virittyneisyyden säätelyyn.

Näkökulmia oppimiseen ja toimintakykyyn

			
Symp9	PE	13:15	SL

 Symposium



Näkökulmia oppimiseen ja toimintakykyyn

Symp9	PE	13:15	SL
-------	----	-------	----

Täysi lukutaito kaikille

Heikki Lyytinen

Seurasimme Jyväskylän dysleksiariski-tutkimuksissamme (JLD) lapsia syntymästä aikuisuuteen. Ongelmien tunnistaminen ja seuranta ei ole ajateltu loppuun asti, jollei samalla kehitetä keinoja siihen, miten niistä päästään eroon. Vakava dysleksia on haastava ongelma, koska sen voittaminen on välttämätöntä lapsen tulevan elämän kannalta mm. mahdollistamaan kouluoppiminen. Pääsimme selville sen lähtökohdista, jotka sitten auttoivat myös ongelman voittamisen keinojen keksimisessä. Dysleksia on geneettinen (suvussa kulkevia), mutta ei ilmene kaikilla suvun jäsenillä. JLD:ssä kohteena oli noin 100 familiaalisen riskin omaavaa tutkittavaa ja vastaava määrä seurattavia, joiden taustasta ei löytynyt viitettä dysleksiasta. Familiaalisen riskin ryhmässä syntyneillä vakava lukivaikeus ilmeni alla kolmanneksella, ja jonkinlaisia lukemista vaikeuttavia ja huomion arvoisia haasteita noin puolella. Vaikeuksia pääsi ilmenemään, vaikka lapset olivat koko varhaisen ikänsä tarkan lukemaan oppimista ennakoivan kehityksen seurannassa niin, että esim. vanhemmat pysyivät tietoisina, mitä voisivat tehdä. Olennainen ennustava tekijä oli puheen kehitys, joka siinä tapauksessa, että sekä tuottavan että ymmärtävän puheen viive oli merkittävä, johti siihen, ettei suomalainen, varsin hyvä, julkinen tuki pystynyt riittävässä määrin voittamaan siitä koituvia lukivaikeuksia. Siksi oli keksittävä ratkaisu, jolla dysleksian ydinpiirteiden, dekodauksen (puhutun ja kirjoitetun yhteyden) oppimisen ongelma saataisiin voitetuksi. Siitä alkoi toimestani jo kohta kaksi vuosikymmentä kestävä prosessi, jonka päätepisteenä on nyt tilanne, jossa käyttöömme on kehitetty menettelyt, jolla kaikki alfabeettisiä kirjoituksia lukevat maailman lapset voidaan auttaa voittamaan dekodausongelmansa. Koska lukemisen tavoitteeseen ei pääse pelkästään oppimalla dekodaus, vaan se on kirjoitetun viestin ymmärtäminen, perään oli keksittävä harjoitteet, joilla ko tavoitteeseen päästään. Lukemalla tulee ymmärtää ainakin koulukirjat ja oppia niiden kertoma vähintään tasolle, jolla saman voi ymmärtää ja painaa muistiinsa suullisesti kerrottuna. Kuvaan 3, halvoissakin Android-puhelimessa toimivaa, menetelmää, joilla mm. Saharan eteläpuolisen Afrikan lapset voivat oppia ymmärtämään lukemaansa kun eivät voi oppia sitä lukemalla kiinnostavan luettavan puuttuessa. Koska lukuinto on katoamassa myös monelta suomalaispojalta (kuten PISA näyttää), olen tarjoamassa menetelmiä ilmaiseksi sekä köyhiin maihin, että Suomeen. Ne on tarkoitettua johtamaan tulokseen alfabeettisissa kielissä. Ajan salliessa voin myös demota menetelmät. Muodoltaan ne ovat netistä poimittavissa olevia harjoituspelejä, jotka löytävät lukemiseen liittyvät harjoitettavat kohteensa dynaamisen arvioinnin kautta. Koska rikkaan maailman lasten lukutaito on taipumassa lukemisen unohtamiseen digitaalisten pelien viedessä ajan, alkaa yksi harjoitusympäristöistä valmentaa lukutaidon tavoitteen saavuttamiseen ns. saduttamalla, jo ennen kouluun menoa.

Näkökulmia oppimiseen ja toimintakykyyn

Symp9	PE	13:15	SL
-------	----	-------	----

Lukumäärien nimeäminen - uusi luku- ja laskusujuvuuden ennustaja?

Sara Huotari

Sujuva luku- ja laskutaito vaativat muun muassa visuaalisten symbolien tunnistamista, kielellisen tiedon muistista hakemista ja tarkkaavuuden toimintoja. Edellä kuvatut osa-alueet ovat myös nopean sarjallisen nimeämisen keskiössä. Nopeaa sarjallista nimeämistä on tutkittu viime vuosikymmenien aikana erityisesti lukutaidon taustatekijänä ja sittemmin myös laskutaidon. Lisäksi nopeaa sarjallista nimeämistä on pitkään arvioitu vakiintuneella tehtäväpatteristolla. Tässä tutkimuksessa käytetään uudenlaista nimeämistehtävää, jossa ärsykeitä nimetään sarjallisessa muodossa, mutta ärsykkeet ovat visuaalisesti esitettyjä lukumääriä. Vain muutamissa aiemmissa tutkimuksissa on käytetty kyseisen kaltaista lukumäärien nimeämistehtävää, joissa kuitenkin esitettyjen lukumäärien suuruus ja esitystapa ovat vaihdelleet. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella lukumäärien nimeämistä arvioivan tehtävän reliabiliteettia ja validiteettia sekä tutkia lukumäärien nimeämisen yhteyksiä luku- ja laskusujuvuuteen. Lukumäärien nimeämistä arvioivassa tehtävässä nimetään pieniä lukumääriä (1-4), jotka esitetään vaihtelevassa järjestyksessä olevina pisteinä eli lukumäärinä. Tutkimukseen osallistui 713 suomenkielistä 3-6-luokkalaista oppilasta, joille tehtiin yksilöarvointi osana koulupäivää. Aineisto analysoitiin korrelaatio- ja faktorianalyysillä sekä polkumallinnuksella. Tutkimuksessa havaittiin, että lukumäärien nimeämisen toistomittausreliabiliteetti oli hyvä. Tutkimus osoitti, että tehtävä jakaa yhteisiä piirteitä alfanumeeristen (kirjaimet, numerot) ja ei-alfanumeeristen (esineet, värit) nimeämistehtävien kanssa. Lisäksi tulokset osoittivat, että lukumäärinen nimeämistehtävässä suoriutuminen oli yhteydessä luku- ja laskusujuvuuteen. Lukumäärien nimeäminen oli numeroiden nimeämistä voimakkaammin yhteydessä laskutaidon sujuvuuteen. Tutkimustulosten perusteella vaikuttaisi siltä, että lukumäärien nimeäminen tarjoaa uudenlaisen näkökulman nimeämissujuvuudesta laskutaitojen taustatekijänä. Aiheesta tarvitaan lisätutkimusta, jotta voidaan selvittää lukumäärien nimeämisen soveltuvuutta varhaisen riskin tunnistajaksi. Tunnistamalla niitä tekijöitä, jotka ovat yhteydessä luku- ja laskutaitoihin, tarjotaan käytännön välineitä oppimisvaikeuksien taustatekijöiden arviointiin ja mahdollisen riskitekijän mukaisen kohdennetun tuen tarjoamiseen. Avainsanat: lukumäärien nimeäminen, nopea sarjallinen nimeäminen, lukutaito, laskutaito

Näkökulmia oppimiseen ja toimintakykyyn

			
Symp9	PE	13:15	SL

Pelaa fiksusti: tyytyväisyys ryhmiin ja niiden vaikutukset perheissä

Julia Turok (Päivi Merjonen, Adrienn Jalonen)

Pelaa fiksusti -hankkeessa kehitetään toimintamalli ennaltaehkäisemään erityislasten liiallista digipelaamista ja älylaitteiden käytön haittavaikutuksia sekä tukemaan niiden järkevää käyttöä. Toimintamallin avulla vanhemmat voivat ohjata lapsen digipelaamista sekä huolehtia monipuolisesta arjesta. Kohderyhmänä ovat alakouluikäiset lapset, joilla on hermoston kehityksellisiä häiriöitä (ADHD:n, autismikirjon piirteitä, oppimisvaikeuksia) sekä heidän perheensä. Ryhmä- ja vertaistukiryhmätoiminnassa ohjataan lapsia ja vanhempia pelaamiseen liittyviin uusiin toimintatapoihin ja struktuurin luomiseen arjessa. Materiaalit ja toimintamalli siirretään perheiden, koulujen sekä järjestöjen käyttöön hankkeen lopuksi. Lisätietoa hankkeesta ja materiaaleja tullaan julkaisemaan hankkeen nettisivuilla pelaafiksusti.nmi.fi. Pelaa fiksusti -hanke on kolmivuotinen STEA:n rahoittama hanke, jossa ensimmäiset ryhmät alkoivat syksyllä 2022. Tähän mennessä varsinaisia ryhmiä on ollut viisi ja niihin on osallistunut yhteensä 22 perhettä. Lasten ja vanhempien ryhmät kokoontuvat kahdeksan kertaa lukukauden aikana ja lisäksi lapsille on viisi liikuntaryhmäkertaa. Vanhempien ryhmissä on alustuksia sekä keskustelua ja vertaistukea. Lasten ryhmissä pelataan, askarrellaan ja keskustellaan, ja aiheiden käsittelyn lähestymistapa on toiminnallisempi, kuin vanhempien ryhmissä. Varsinaiseen ryhmään osallistumisen jälkeen perheillä on mahdollisuus osallistua vertaistukiryhmään seuraavana lukukautena, jossa on viisi ryhmäkertaa vanhemmille ja lapsille sekä viisi erityisliikuntaryhmäkertaa lapsille. Vertaisryhmissä on tarkoitus tukea perheitä jatkamaan toimintamalleja arjessa ja löytämään ratkaisuja vastaan tuleviin haasteisiin. Ryhmien päättyessä osallistujilta on kerätty palautteita ryhmätoiminnasta ja sen vaikutuksista heidän arkeensa. Vanhempien ryhmätoimintaantyytyväisyyden keskiarvo oli 4,28 varsinaisissa ja 4,40 vertaistukiryhmissä (vastausasteikko 1-5). Myös lapset olivat melko tyytyväisiä ryhmätoimintaan (ka 3,91 varsinaisissa ja 4,10 vertaistukiryhmissä). Vanhempien (n=22) raporttoiman mukaan 17:ssä perheessä on keskusteltu pelaamisesta, 15:ssä perheessä vanhempi sai varmuutta pelikasvatusasioihin, noin puolessa perheistä lapsen liikuntatottumuksissa tai motivaatiossa sekä pelikäyttäytymisessä on tapahtunut muutoksia myönteiseen suuntaan ja kolmasosa perheistä otti käyttöön arkea strukturoivia keinoja. Vertaistukiryhmissä (n=11) vastaavat luvut olivat: perheessä on keskusteltu pelaamisesta 10/11, vanhempi sai varmuutta kasvatusasioihin 8/11, liikuntatottumuksissa tai -motivaatiossa on tapahtunut muutoksia 6/11 ja pelikäyttäytymisessä on tapahtunut myönteisiä muutoksia 8/11. Vanhemmat toivat esille toiminnan myönteiset vaikutukset myös ryhmäkeskusteluissa. Sekä lapsille että vanhemmille suunnattu ryhmätoiminta vaikuttaa saaneen positiivisen vastaanoton ja osallistujat ovat kokeneet hyötyneensä siitä.

Näkökulmia oppimiseen ja toimintakykyyn

			
Symp9	PE	13:15	SL

Työttömien työkykyvajeet

Kirsi Honkalampi

Työttömyys liittyy heikompaan terveyteen verrattuna työssä oleviin. Sairauksista kärsivät jäävät helpommin työmarkkinoiden ulkopuolelle ja ovat siten alttiimpia työttömyydelle, mutta työttömyys heikentää terveyttä ja lisää sairastavuutta. Pitkittyessään työttömyys johtaa usein muiden terveydelle haitallisten tekijöiden kasaantumiseen. Pitkäaikaistyöttömien ryhmä on monimuotoinen, ja heidän terveytensä ja työkykynsä vaihtelevat heidän elämänhistoriansa ja työttömyyden kehittymisen perusteella. Pitkäaikaistyöttömät ovat usein sairaampia kuin työssä käyvät, mutta he siitä huolimatta käyttävät vähemmän terveydenhuollon palveluja kuin saman ikäiset työssä käyvät. Työttömien työkyvyn tunnistaminen on tärkeää, sillä arviolta monella pitkäaikaistyöttömällä olisi mahdollisuus parantaa työkykyään asianmukaisella hoidoilla, kuntoutuksella ja työmarkkinoiden joustoilla. Lisäksi osa pitkäaikaistyöttömistä on todellisuudessa työkyvyttömiä. Työttömien työkyvyn tukemiseksi on kokeiltu monialaista lähestymistapaa, joka sisältää työttömän tarvitsemat asianmukaiset palvelut, kuntoutuksen ja tukitoimet. Työterveyshuollossa olisi tärkeää tunnistaa ajoissa tehokkaasti ne henkilöt, joilla on riski pudota vakaalta työuralta pitkäaikaistyöttömyyteen. Työttömien työkyvyn tukeminen edellyttää yhteistyötä työhallinnon, terveydenhuollon ja työnantajien kesken. Sen avulla voidaan tarjota tehokasta tukea ja palveluita osatyökykyisille henkilöille heidän työllistymisessään ja työssä pysymisessään. Tässä kirjallisuuskatsauksessa tarkastellaan pitkäaikaistyöttömyyden työkykyvajeiden tunnistamista. Hanke on KELAn rahoittama.

Nuorten käyttäytyminen ja ympäristö

			
Symp9	PE	13:15	PII

 Symposium

Nuorten käyttäytyminen ja ympäristö

Symp9	PE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Nuorten ruokahävikin vähentämistä koskevat motivaatioprofiilit ja asenteet

Riikka Hirvonen (J. Hokkanen, H. Pitkäniemi, M. Pollari ja A.-L. Elorinne)

Ruokahävikki on globaali ympäristöongelma, josta huomattava osa syntyy kotitalouksissa. Hävikkiongelman ratkaisussa nuoret ovat keskeisessä roolissa, sillä he voivat toimia linkkinä kodin ja koulun ruokaympäristöjen välillä. Koulussa nuorten hävikkitietoisuutta ja toimintaa voidaan edistää ruokakasvatuksen keinoin, ja näin edelleen vaikuttaa myös kotitalouksiin tukemalla nuoria ja heidän perheitään kestävämmissä kulutusvalinnoissa. Tätä tavoitetta silmällä pitäen on oleellista lisätä tutkimustietoa ja ymmärrystä nuorten asenteista ja motivaatiosta koskien ruokahävikin vähentämistä. Tässä tutkimuksessa pyrittiin tunnistamaan erilaisia ruokahävikin vähentämiseen liittyviä motivaatioprofiileja yläkouluikäisiltä nuorilta sekä vertaamaan näitä profiileja ruokahävikkiin liittyvien emootioiden, koetun hallinnan tunteen, vähentämisaikomusten ja arkisen ruokahävikikäyttämisen suhteen. Teoreettisena viitekehyksenä hyödynnettiin itsemääräämisteoraa ja Ajzenin suunnitellun käyttäytymisen teoriaa. Kyselytutkimukseen osallistui 123 nuorta (13–15-vuotiaita; 61 % tyttöjä), joiden joukosta tunnistettiin latentin profiilianalyysin avulla kolme erilaista motivaation säätelyn profiilia. Arvovetoisilla nuorilla (26.6 %) oli keskimääräistä korkeampi samaistunut säätely, keskimääräiset sisäistynyt ulkoinen ja sisäinen säätely sekä keskimääräistä matalampi ulkoinen säätely koskien motivaatiota ruokahävikin vähentämiseen. Odotuksiin mukautuvilla nuorilla (47.9 %) oli keskimääräiset ulkoinen ja sisäinen säätely, mutta keskimääräistä matalammat samaistunut ja sisäistynyt ulkoinen säätely. Vastuullisuusvetoiset nuoret (25.6 %) olivat keskimääräistä korkeammalla tasolla kaikissa motivaation säätelyn muodoissa. Odotuksiin mukautuviin nuoriin verrattuna vastuullisuusvetoiset ja arvovetoiset nuoret olivat huolestuneempia ruokahävikistä, ja heillä oli myönteisemmät asenteet ja emootiot sekä parempi hallinnan tunne ruokahävikin vähentämistä kohtaan. He aikoivat lisäksi vähentää ruokahävikkiään enemmän kuin odotuksiin mukautuvat nuoret. Vastuullisuusvetoiset nuoret myös ilmoittivat yrittäneensä aiemmin vähentää hävikkiään enemmän kuin kahden muun profiilin nuoret. Mielenkiintoinen löydös kuitenkin oli, että profiilien välillä ei ollut eroja itseraportoidussa ruokahävikikäyttämisyssä koskien ruoan annostelua ja tähteiden jättämistä: yleisesti ottaen nuoret ilmoittivat arjessaan kiinnittävänsä näihin asioihin hyvin huomiota eivätkä erot nuorten välillä riippuneet heidän motivaatioprofiilistaan. Kaiken kaikkiaan tutkimukseen osallistuneet nuoret suhtautuivat myönteisesti ruokahävikin vähentämiseen ja ilmaisivat aikovansa vähentää omaa hävikkiään. Eri ryhmillä oli kuitenkin erilaisia motiiveja vähentämisaikomustensa taustalla, millä voi olla vaikutusta toimintaan sitoutumiseen pidemmällä aikavälillä. Tutkimuksen tulokset auttavatkin ymmärtämään ja huomioimaan erilaisia motiiveja kestäväan kuluttamiseen kannustavien interventioiden ja kampanjoiden suunnittelussa.

Nuorten käyttäytyminen ja ympäristö

			
Symp9	PE	13:15	PII

Onko koulujen tilasuunnittelussa unohdettu kognitiivinen ergonomia?

Jenni Radun

Kouluihin on rakennettu viime vuosina avoimia ja joustavia oppimisympäristöjä, joita on kritisoitu melusta ja häiriöiden määrästä. Avoimilla oppimisympäristöillä tarkoitetaan tässä ympäristöjä, joissa toimii kerrallaan enemmän ihmisiä kuin yksi 20–30 henkilön ryhmä. Joustavilla oppimisympäristöillä tarkoitetaan ympäristöjä, jotka voidaan laajentaa tällaisiksi avoimiksi ympäristöiksi, mutta ne voidaan tarvittaessa myös sulkea. Kouluissa on käytössä monia erilaisia joustavia ratkaisuja, kuten esimerkiksi siirtoseinät. Tässä tutkimuksessa selvitettiin, miten opetushenkilöstö kokee sisäympäristön joustavissa ja avoimissa oppimistiloissa sekä perinteisissä yhden ryhmän suljetuissa luokkahuoneissa. Kyselyjen lisäksi mitattiin tilojen huoneakustiikka sekä oppituntien aikaisia äänitasoja viiden koulupäivän ajan. Tutkimukseen valittiin kaikkiaan 21 peruskoulua: 10 joustavilla oppimistiloilla ja 11 perinteisillä luokkahuoneilla. Näiden koulujen pohjapiirrokset tarkasteltiin, rehtoreja haastateltiin ja kouluissa vierailtiin. Kysely lähetettiin koulujen opetushenkilöstölle ja siihen saatiin 361 vastausta. Tulokset osoittavat, että joustavissa ja avoimissa oppimistiloissa työskentelevät olivat vähemmän tyytyväisiä työympäristöönsä kuin perinteisissä luokkahuoneissa työskentelevät. Joustavissa oppimistiloissa oltiin tyytymättömämpiä työskentely- ja säilytystilan määrään, kulkureittien toimivuuteen, ääniympäristöön ja tilan häiriöttömyyteen. Tilan häiriöttömyys on yksi tärkeimmistä tilatyytyväisyyteen liittyvistä tekijöistä, joka on ajoittain unohdettu koulujen tilasuunnittelussa. Avoimissa tiloissa pitää kiinnittää erityistä huomiota tilan ääniympäristöön ja akustiikkaan sekä muihin häiriöiden lähteisiin, kuten kulkureitteihin.

Nuorten käyttäytyminen ja ympäristö

Symp9	PE	13:15	PII
-------	----	-------	-----

Liiallisen netinkäytön yleistymisen sekä yhteydet opiskelun haasteisiin

Olli Kiviruusu

Tausta: Internet ja älylaitteet ovat integroituneet arkeemme 24/7 ja kaikkialle. Erityisesti nuoret käyttävät nettiä paljon. Netinkäyttö on välttämätön kansalaistaito ja oleellinen osa arkea, opiskelua ja vapaa-aikaa. Joillekin käyttö voi kuitenkin muuttua ongelmalliseksi ja se voi alkaa haitata muita elämän tärkeitä osa-alueita. Tällöin puhutaan liiallisesta netinkäytöstä, jopa nettiriippuvuudesta. Suomalaista tutkimusta aiheesta on vähän. Tavoitteet: Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää suomalaisten nuorten liiallisen netinkäytön yleisyyttä ja muutoksia vuosien 2017 ja 2023 välillä sekä liiallisen netinkäytön yhteyksiä mielenterveyden ongelmiin ja opiskelun ja oppimisen haasteisiin. Menetelmät: Aineistona käytettiin Kouluterveyskyselyn vuosien 2017, 2019, 2021 ja 2023 yläasteen ja toisen asteen aineistoa (vuonna 2023 N = 148 943; 52,3 % tyttöjä; iän vaihteluväli 13–20). Liiallinen netinkäyttö määriteltiin 5-osioisella EIUS-mittarilla (Excessive Internet Use Scale), joka perustuu toiminnallisen riippuvuuden kriteereihin. Masennusta mitattiin PHQ-2, yleistynyttä ahdistuneisuutta GAD-7 ja sosiaalista ahdistuneisuutta Mini-SPIN mittareilla. Opiskeluun ja oppimiseen liittyviä vaikeuksia kysyttiin 10 ja kuuden osion kysymyssarjoilla, joista tässä tutkimuksessa raportoidaan valikoidut, tutkimuskysymysten kannalta keskeiset yksittäiset osiot. Liiallisen netinkäytön yleisyys esitettiin prosentteina, ajan vaikutus vetosuhteina (odds ratio, OR). Netinkäytön ja muiden tekijöiden yhteyksille laskettiin riskisuhteet (RR) vuoden 2023 aineistossa. Tulokset: Liiallisen netinkäytön yleisyys oli pojilla vuonna 2017 7,8 %, 2019 8,1 %, 2021 8,1 % ja 2023 8,8 %, ajan OR 1,02 (95 % LV 1,01–1,03). Tyttöillä vastaavat prosentit olivat 6,9 %, 9,0 %, 11,6 % ja 13,2 % ja ajan OR 1,13 (1,12–1,13). Mielenterveyden ongelmat olivat selvästi yleisempiä niillä pojilla ja tyttöillä, joilla oli liiallista netinkäyttöä verrattuna niihin, joilla ei ollut liiallista netinkäyttöä, riskisuhteiden ollessa pojilla 1,9 masennukseen, 2,3 yleistyneeseen ahdistuneisuuteen ja 1,5 sosiaaliseen ahdistuneisuuteen. Tyttöillä vastaavat riskisuhteet olivat 1,7, 1,6 ja 1,3. Liiallinen netinkäyttö oli yhteydessä vaikeuksiin seurata opetusta oppitunneilla (RR 1,8 pojilla ja 1,6 tyttöillä), vaikeuksiin kirjoittamista (RR 1,6 ja 1,6), lukemista (RR 1,6 ja 1,5) tai laskemista (RR 1,6 ja 1,5) vaativissa tehtävissä. Liiallinen netinkäyttö oli yhteydessä myös nuorten oppimisen (RR 2,6 ja 1,8), muistamisen (RR 1,9 ja 1,7) ja keskittymisen (RR 2,1 ja 1,7) vaikeuksiin. Kaikki yhteydet netinkäytön ja muiden tekijöiden välillä olivat tilastollisesti erittäin merkitseviä ($p < 0,0001$). Johtopäätökset: Liiallinen netinkäyttö on lisääntynyt viime vuosina suomalaisilla nuorilla. Kasvu on ollut selvästi voimakkaampaa tyttöillä, pojilla kasvua on ollut vain vähän. Liiallinen netinkäyttö on yhteydessä mielenterveyden ongelmiin sekä opiskelun ja oppimisen haasteisiin.

Psykologian historian juonteita

Symp9	PE	13:15	PIII
-------	----	-------	------

Symposium

Tieteellinen tutkimus, myös psykologinen, voi reflektoida itseään monilla tavoin. Empiiriset tutkijat tekevät meta-analyyseja, jotka mahdollistavat yksittäisten tutkimusten rajat ylittävät päätelmät ja yleistykset. Teoreettinen psykologia liikkuu empiirisen tutkimuksen ja filosofisen analyysin rajapinnoilla. Yhteiskuntatieteellinen tarkastelu voi osoittaa psykologian kytköksiä kulttuurisiin ja vallan käytön rakenteisiin. Varhainen psykologian historian kirjoitus oli kuvailevaa, henkilöihin ja psykologian sisäisiin tekijöihin keskittyvää. Uudemmassa psykologian historiassa ovat mukana yllä mainitut tieteellisen itsereflektion elementit. Psykologian historia paitsi kuvaa disiplinaarisen kehitystä, myös tarjoaa näkökulmia psykologian teoreettisten ja metodologisten ongelmien ja yhteiskunnallisen aseman pohtimiseen. Symposiumissa tarkastellaan suomalaisen psykologian historiallisen aseman muotoutumista kolmessa puheenvuorossa. Juhani Ihanus tarkastelee akateemisen psykologian ja soveltavan psykologian alkuvaiheita Suomessa 1910-luvulla. Psykologian itsenäistyminen filosofiasta toteutui Suomessa verkkaisesti, mutta 1910-luvun sekä akateemisen psykologian että soveltavan psykologian julkaisut osoittivat jo uusia itsenäistymisen mahdollisuuksia. Eemeli Hakoköngäs kartoittaa sosiaalipsykologian juuria Suomessa ajalta ennen sosiaalipsykologian itsenäistymistä akateemiseksi tutkimusalaksi. Joel Hänninen tarkastelee *Psykologia* -lehden vuosien 1966–2019 pääkirjoituksia ja muodostaa niiden pohjalta kuvaa siitä, mikä tieteellisiä ja tiedepoliittisia linjauksia lehti on edustanut ja mikä on lehden positio suomalaisen tiedejulkaisun kentällä. Jorma Fredriksson puheenvuoro tuo esiin uutta 2000-luvulla koottua tietoa psykoanalyttisen liikkeen historiasta ja keskeisten kehityspsykologisten teorioiden kehittäjien (Freud, Jung, Spielrein, Vygotski) välisistä yhteyksistä. Symposiumin yhteydessä keskustellaan myös psykologian historian tutkimuksen asemasta Suomessa ja psykologisen seuran roolista historiatutkimuksen yhtenä organisoijana.

Psykologian historian juonteita

Symp9	PE	13:15	PIII
-------	----	-------	------

Psykologiaa Suomessa 1910-luvulla

Juhani Ihanus

Tässä esitelmässä tarkastellaan akateemisen psykologian ja soveltavan psykologian alkuvaiheita Suomessa 1910-luvulla, jolloin psykologia oli vielä pääosin filosofian osa-alue. Jo aiemmin 1880-luvun lopulla Hjalmar Neiglickin (1860–1889) pioneerityön myötä Suomessa oli saatu kosketusta kokeelliseen psykologiaan. Tätä traditiota jatkoivat Henning Söderhjelm (1888–1967), joka oli työskennellyt Tanskassa Alfred Lehmannin laboratoriossa, sekä Eino Kaila (1890–1958), joka oli perehtynyt Wundtin psykologiaan ja Würzburgin koulukuntaan. Söderhjelm väitöskirja vuodelta 1913 käsittelee vaistoja ja niiden yhteyttä inhimillisiin tunteisiin ja Kailan väitöskirja vuodelta 1916 motivaatiota ja päätöksentekoa, vielä mekanistisen elementti- ja assosiaatiopsykologian näkökulmista. Söderhjelm ja Kailan välinen akateeminen arviointi päättyi Kailan eduksi, Kailan tultua nimitetyksi 1919 Helsingin yliopistoon psykologian dosentiksi ja Söderhjelm siirryttyä myöhemmin journalistiselle alalle. Suomeen ulottui kansainvälisiä vaikutteita myös Henri Bergsonilta, William Jamesilta, Harald Høffdingiltä, Sigmund Freudilta ja evoluutioteoriasta. Etenkin bergsonismi herätti kannanottoja puolesta ja vastaan. Freudia kommentoivat filosofian alalla lyhyesti Erik Ahlman ja Kaila, psykiatrian alalla Harald Fabritius ja Christian Sibelius. 1910-luvulla Suomessa soveltavaan psykologiaan kytkeytyivät kokeellinen kasvatustieteoppi ja lapsipsykologia, jotka saivat ensimmäiset teoreettiset tarkastelunsa ja menetelmäesittelynsä. Aktiivisina uusien oppien levittäjinä toimivat muun muassa Söderhjelm, Albert Lilius, Kaarle Oksala ja Aksel Rafael Rosenqvist (1880–1950; vuodesta 1935 Kurki), heitä hieman myöhemmin Juho Hollo. Rosenqvistin väitöskirja lasten valheista ja eettisestä kasvatuksesta (1914) sekä teos murrosiästä ja kasvatuksesta (1915) laajensivat kokeellisen kasvatustieteen ja lapsipsykologian kenttää. Samoin Yhdysvalloista peräisin olleet Hugo Münsterbergin käsitykset ammatinvalinnanohjauksesta saavuttivat tuoreeltaan suomalaista kiinnostusta vastaanottoa. Psykologian itsenäistyminen filosofiasta toteutui Suomessa verkkaisesti, mutta 1910-luvun sekä akateemisen psykologian että soveltavan psykologian julkaisut osoittivat jo uusia itsenäistymisen mahdollisuuksia.

Psykologian historian juonteita

			
Symp9	PE	13:15	PIII

Sosiaalipsykologia Suomessa ennen tieteenalan institutionalisoitumista

Eemeli Hakoköngäs

Sosiaalipsykologian institutionaalinen historia Suomessa katsotaan yleensä alkaneeksi vuodesta 1962, kun Helsingin yliopistoon perustettiin ensimmäinen sosiaalipsykologian professuuri valtiotieteelliseen tiedekuntaan. Suomalaisessa sosiaalipsykologian kehityshistoriassa on korostettu Eino Kailan vaikutusta ja oppiaineen erikoistumista filosofiasta, josta muun muassa psykologia irtautui vuonna 1946. Suomalaisessa lehdistössä ja tieteellisessä kirjallisuudessa käsitettä sosiaalipsykologia oli kuitenkin käytetty jo vuodesta 1892 alkaen. Ensimmäiset empiiriset sosiaalipsykologian tutkimukset julkaistiin suomeksi 1930-luvulla, ja Yhteiskunnallisessa korkeakoulussa täytettiin jopa yksi sosiologian ja sosiaalipsykologian professuuri 1940-luvulla. Tässä oppihistoriallisessa analyysissä tarkastelen sosiaalipsykologian saamia merkityksiä Suomessa vuosina 1892–1962. Tutkimus vastaa kysymykseen: Miten sosiaalipsykologia ymmärrettiin ennen oppiaineen institutionalisoitumista? Analyysi vahvistaa Kailan tärkeän osuuden alan eriytymiseen omaksi oppiaineeksi, mutta samalla monipuolistaa kuvaa sen syntyhistoriasta. Kehittyvään suomalaiseen sosiaalipsykologiaan vaikuttivat niin Wilhem Wundtin kansainvälinen psykologia kuin William McDougallin ja John Deweyn yhteiskunnallisesti painottunut psykologia. Käytännön yhteiskunnallista painoarvoa sosiaalipsykologialle antoi maailmansotien välinen työväen sivistysliike, joka korosti sen hyödyllisyyttä kansalaisten itsekasvatuksessa osana toimivaa demokraattista valtiota. 1900-luvun alkuvuosina sosiaalipsykologiaan viitattiinkin yleensä kasvatustieteen ja kansalaiskasvatuksen yhteydessä.

Psykologian historian juonteita

Symp9	PE	13:15	PIII
-------	----	-------	------

Psykologia-lehden paikasta suomalaisella tiedekentällä

Joel Hänninen

Vuodesta 1966 julkaistua Psykologia -lehteä –voi pitää vakiintuneena julkaisuna tutkimusalallaan. Tänä päivänä lehden sivuilla ilmestyy niin vertaisarvioituja artikkeleita ja katsauksia kuin tutkimusuutisia, väitöskertoja, haastatteluja ja keskustelujakin. Tämän artikkelin tarkoituksena on Psykologia -lehden vuosien 1966–2019 pääkirjoituksia tarkastelemalla muodostaa käsityksiä siitä, mikä lehden edustama positio suomalaisen tiedejulkaisun kentällä (ja siten sen tiedepolitiikka) on ollut ja miten se on muuttunut. Artikkelin tarjoaa myös näkymän lehden historiaan ja psykologiaan tieteenalana. Tutkimuskysymykset ovat seuraavat: 1) mitä tieteellisiä ja tiedepoliittisia diskursseja Psykologia -lehden pääkirjoituksissa esiintyy vuosina 1966–2019? ja 2) miten diskurssit peilautuvat Psykologia -lehden rooliin suomalaisella tiedekentällä ja suomalaisessa yhteiskunnassa? Psykologia -lehdellä on monivaiheinen historia. Psykologian pääkirjoitukset avaavat näkymän lehden eri aikakausien tiedepoliittisiin näkökulmiin. Tästä kokonaisuudesta on erotettavissa erityisesti kolme laajempaa tiedepoliittista ajanjaksoa: kansallisen (nuori hyvinvointivaltio, julkisten instituutioiden perustaminen, suomi ensisijaisena tiedekielenä), siirtymävaiheen (hyvinvointivaltion problematisointi, julkisen ja yksityisen kahtiajaon korostuminen, kamppailu tiedekielestä) sekä globaalin ajanjakson tiedepolitiikka (keskinäisriippuvuuksien kasvu, julkisen supistuminen, englantia tiedekielenä). Lehden pääkirjoitukset vahvistavat kuvaa tieteellisestä julkaisusta, joka sijoittumisellaan peilaa kansallisia ja kansainvälisiä tiedepoliittisten linjoja – yhtäältä niitä kritisoiden ja toisaalta niitä myös noudattaen. Psykologia -lehti kutsui itseään alussa ”Suomen Psykologisen Seuran julkaisuksi”, vuodesta 1970 alkaen ”tiedepoliittiseksi aikakauslehdeksi” ja vuodesta 1977 alkaen ”tieteelliseksi aikakauslehdeksi”. 1980-luvulla palattiin alkuperäiseen nimitykseen, jota lehti on sittemmin noudattanut. Alkuaikojen (ei-vertaisarvioitujen) tutkimuksen julkaisemisesta, kommentaarista ja aihepiiriä koskevasta keskustelusta siirryttiin 1970-luvun alussa voimakkaammin ajankohtaisiin poliittisiin keskusteluihin ja kiistoihin osallistumiseen. Tämän ajanjakson päättyessä lehden linja omaksui pluralistisemmän näkökulman. Läpi näiden ajanjaksojen Psykologia-lehti pohti toistuvasti omaa olemassaoloaan. Suomalaisen tiedepoliittisen murroksessa myös lehden tiedepoliittiset sitoumukset elivät. Tänä päivänä sen julkaisulinjaa voinee kuvata tieteelliseksi ja metodologiseksi pluralismiksi. Lehti julkaisee psykologian tutkimusta monimetodologisesti, sitoutumatta mihinkään tiettyyn suuntaukseen. Psykologia -lehden pian puoli vuosisataa kestänyt olemassaolo vahvistaa tarvetta tarkastella sen merkitystä osana kansallisen tiedepoliittisen muovautumista ja kehitystä.

Psykologian historian juonteita

			
Symp9	PE	13:15	PIII

 Sabina Spielreinin myöhään löydetty historia

 Jorma Fredriksson

Esityksessä käsitellään 1885 Rostovissa Venäjällä syntyneen ja samassa paikassa 1942 kuolleen Sabina Spielreinin elämää ja roolia psykoanalyysin ja 1900-luvun alun lapsipsykologian kehityksessä. Lyhyen, traagisen ammatillisen elämänsä aikana Spielrein vaikutti sekä Jungin että Freudin tuotannossa ja hänellä oli varteenotettava rooli 1900-luvun alun psykoanalyttisessä keskustelussa. Hän oli myös ensimmäinen psykoanalyysiteemasta väitellyt nainen vuonna 1911. Hänen merkityksensä alkoi tulla esiin kunnolla vasta 1900-luvun lopulla Spielreinin muistiinpanojen ja päiväkirjojen dramaattisen löytymisen ja julkaisemisten jälkeen. Tämän lisäksi Spielreinilla oli kiinnostava, merkitykseltään kaiken kaikkiaan vaikeasti arvioitava vaikutus kehityspsykologian klassikoiden, Piagetin ja Vygotskin sekä myös Lurijan työssä. Esityksen pääpaino on sen selvittelyssä ja pohtimisessa, mikä yhtäältä oli Spielreinin merkitys Piagetin ja Vygotskin välisenä linkkinä ja toisaalta Spielreinin oman teorian vaikutus sekä Piagetin että Vygotskiin.

Virtuaalitodellisuuden mahdollisuudet kehityksellisten pulmien arvioinnissa

Symp9	PE	13:15	PI
-------	----	-------	----

Symposium

Vaikka virtuaalitodellisuus (VR) ei ole mikään uusi keksintö, viime vuosina tapahtunut kehitys siihen liittyvässä sensoriteknologiassa, integroiduissa silmänliikeratkaisuissa, sekä peliteknologiassa ovat avanneet merkittäviä lisämahdollisuuksia VR:n hyödyntämiseen psykologisessa tutkimuksessa ja siihen liittyvässä kliinisessä arvioinnissa. Tämä symposium kokoaa yhteen uutta VR:ää hyödyntävää tutkimusta ja esittelee keskeisiä läpimurtoja tällä alueella, erityisesti lasten kehityksellisiin neuropsykiatriin arviointeihin liittyen. Painopisteemme on menetelmissä, jotka simuloivat erilaisia arkielämän haasteita ja pyrkivät keräämään rikasta tietoa monimutkaisesta käyttäytymisestä näissä tilanteissa. Esittelemme miten kotona, koulussa ja vuorovaikutuksessa kaverien kanssa esiintyviä haasteita voidaan arvioida tarkkaan mallintamalla tutkittavien vuorovaikutusta ympäristön kanssa monimutkaisissa tosielämää jäljittelevissä tilanteissa. Tutkimustulostemme perusteella esimerkiksi aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö (ADHD) voidaan tunnistaa monimutkaista tavoitesuuntautunutta käyttäytymistä edellyttävillä VR-tehtävillä. Käymme läpi myös tutkimuksia, joissa VR-menetelmiä on integroitu moderneihin aivotutkimusmenetelmiin oireiden taustalla olevien biologisten prosessien selvittämiseksi. Tietyillä alueilla VR-tutkimus on jo onnistuneesti otettu myös kliniseen käyttöön. Jaamme kokemuksia ja esittelemme mahdollisuuksia, joita VR tuo terveydenhuollon tarpeiden näkökulmasta.

Virtuaalitodellisuuden mahdollisuudet kehityksellisten pulmien arvioinnissa

Symp9	PE	13:15	PI
-------	----	-------	----

Virtuaalitodellisuuden käyttö lasten tavoitesuuntautuneen toiminnan arvioinnissa

Erik Seesjärvi

Tavoitesuuntautuneen käyttäytymisen ja siihen liittyen kognitiivisten prosessien, kuten tarkkaavuuden, toiminnanohjauksen ja prospektiivisen muistin, arvioinnissa käytetään usein pelkistettyjä testitehtäviä ja kyselylomakkeita. Yksinkertaistetut testitehtävät ovat objektiivisia, mutteivät yksinään välttämättä riittävä tapa arvioida toiminnanohjausta kattavasti (Barkley, 2012; Burgess ym., 2005). Kyselylomakkeilla voidaan kartoittaa myös sellaisia toiminnanohjauksen osa-alueita, joiden mittaaminen nykyisillä testimenetelmillä on hankalaa (mm. Barkley, 2012), mutta niiden tarjoama tieto on subjektiivista. On esitetty, että arkielämän tilanteita ja toimintoja simuloivat toimintopohjaiset tehtävät voisivat tarjota pelkistettyjä testitehtäviä ja kyselylomakkeita täydentävän tiedonkeräystavan (Burgess ym., 2005). Virtuaalitodellisuus (VR) tarjoaa joustavan mahdollisuuden toteuttaa monimutkaisia toimintopohjaisia tehtäviä kontrolloidusti (Parsons ym., 2017). Osa lasten tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen kehitetyistä VR-menetelmistä, kuten luokkaympäristöön sijoittuvat The Virtual Classroom (Rizzo ym., 2009) ja Advanced Virtual Reality Tool for the Assessment of Attention AULA (Iriarte ym., 2016), on pelkistettyjen testitehtävien luonnollisenkaltaiseen VR-ympäristöön tehtyjä versioita, ja ne painottuvat tarkkaavuuden arviointiin. Suomessa kehitetyssä, kotiympäristöön sijoittuvassa EPELI-tehtävässä (engl. Executive Performance in Everyday Living) lapsilta edellytetään myös oman toiminnan ja liikkumisen suunnittelua, monen yhtäaikaisen tavoitteen toteuttamista ja ajan kulun seuraamista (Seesjärvi ym., 2022). Esityksessä vertaillaan saatavilla olevien VR-menetelmien mahdollisuuksia ja rajoitteita lasten arviointiin sekä tieteellisessä tutkimuksessa että osana kliinistä neuropsykologista tutkimusta. Barkley, R. A. (2012). Executive functions: What they are, how they work, and why they evolved. Guilford Press. Burgess, P. W., ym. (2006). The case for the development and use of "ecologically valid" measures of executive function in experimental and clinical neuropsychology. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 12(2), 194–209. Iriarte, Y., ym. (2016). AULA—Advanced Virtual Reality Tool for the Assessment of Attention: Normative Study in Spain. *Journal of Attention Disorders*, 20(6), 542–568. Parsons, T. D., ym. (2017). The potential of function-led virtual environments for ecologically valid measures of executive function in experimental and clinical neuropsychology. *Neuropsychological Rehabilitation*, 27(5), 777–807. Rizzo, A. A., ym. (2009). A Virtual Reality Scenario for All Seasons: The Virtual Classroom. *CNS Spectrums*, 11(1), 35–44. Seesjärvi, E., ym. (2022). EPELI: A novel virtual reality task for the assessment of goal-directed behavior in real-life contexts. *Psychological Research*.

Virtuaalitodellisuuden mahdollisuudet kehityksellisten pulmien arvioinnissa

Symp9	PE	13:15	PI
-------	----	-------	----

Lasten sosiaalisen kommunikaation tutkimus virtuaalitodellisuudessa

Satu Saalasti

Sosiaalinen kommunikaatio käsittää sosiaalisen kognition, kielellisen prosessoinnin, sosiaalisen vuorovaikutuksen sekä kielen käytön sosiaalisissa tilanteissa. Näitä sosiaalisen kommunikaation osatekijöitä on totuttu arvioimaan toisistaan erillisinä. Immersiivisen virtuaalitodellisuuden (VR) avulla voidaan simuloida tosielämän kaltaisia moniulotteisia tilanteita, mikä mahdollistaa myös sosiaalisen kommunikaation osatekijöiden laaja-alaisemman tarkastelun. Esimerkiksi kielellisten taitojen arvioinnissa on mahdollista huomioida puheen ymmärtämisen, sosiaalisen tilanteen sekä eleiden ja katseen välistä dynamiikkaa (Peeters, 2019). Kirjallisuuskatsauksen (Paavola, Laakso, & Saalasti, 2023) perusteella virtuaalitodellisuutta on hyödynnetty kouluikäisten lasten kehityksellisten häiriöiden arvioinnissa vielä melko kapea-alaisesti. Katsauksen perusteella tutkimus on keskittynyt erityisesti toiminnanohjaustaitojen arviointiin tarkkaavaisuushäiriössä ja sosiaalisten taitojen arviointiin autismikirjon häiriöissä. On alustavaa näyttöä siitä, että virtuaalitodellisuus motivoi myös lapsia, joilla on puheen ja kielen kehityksen vaikeuksia. VR on lisännyt sekä ymmärtävää että tuottavaa sanavarastoa ja lauseen muodostusta perinteisillä arviointimenetelmillä mitattuna (Cappadona ym., 2023; Boo ym., 2022). Tulevaisuudessa on tärkeä ymmärtää, miten suoriutuminen virtuaalitodellisuuden keinotekoisissa ympäristöissä on yhteydessä käyttäytymiseen luonnollisissa vuorovaikutustilanteissa. Onko esimerkiksi puhujan orientoituminen samankaltaista virtuaalitodellisuudessa kuin luonnollisessa keskustelutilanteessa? Omassa tutkimuksessamme olemme kehittäneet arviointitilanteita ja analyysimenetelmiä, joiden avulla voidaan lisätä ymmärrystä lasten ryhmävuorovaikutukseen liittyvistä vuorovaikutus- ja kommunikaatiotaidoista. Esittelen uusia tuloksia näistä tutkimuksista. Lisäksi käsittelen aihepiiriin liittyvää muuta tutkimusnäyttöä. Boo, C., Alpers-Leon, N., McIntyre, N., Mundy, P., & Naigles, L. (2022). Conversation during a virtual reality task reveals new structural language profiles of children with ASD, ADHD, and comorbid symptoms of both. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1-14. Cappadona, I., Ielo, A., La Fauci, M., Tresoldi, M., Settimo, C., De Cola, M. C., ... & Cucinotta, F. (2023). Feasibility and Effectiveness of Speech Intervention Implemented with a Virtual Reality System in Children with Developmental Language Disorders: A Pilot Randomized Control Trial. *Children*, 10(8), 1336. Paavola, S., Laakso, M., & Saalasti, S. (2023). Immersive VR assessment and intervention research of individuals with neurodevelopmental disorders is dominated by ASD and ADHD: A scoping review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1-19. Peeters, D. (2019). Virtual reality: A game-changing method for the language sciences. *Psychonomic bulletin & review*, 26, 894-900.

Virtuaalitodellisuuden mahdollisuudet kehityksellisten pulmien arvioinnissa

Symp9	PE	13:15	PI
-------	----	-------	----

Virtuaalitodellisuuden hyödyntäminen kehityksellisten pulmien aivotutkimuksessa

Juha Salmitaival

Kuten käyttäytymistutkimus, myös aivotutkimus on pitkään hyödyntänyt pääasiassa yksinkertaistettuja koetilanteita tai lepotilakuvantamista, jossa aivojen kehityksen poikkeamia tarkastellaan lähinnä sisäsyntyisten toimintojen näkökulmasta. Keskeinen haaste on ollut löytää menetelmiä kliinisesti merkittävien arjen oireiden taustalla olevien aivomekanismien tutkimukseen. Viime vuosina entistä luonnollisempien koetilanteiden hyödyntämisestä on tullut alati nouseva trendi kehityksellisten häiriöiden tutkimuksessa (Eickhoff ym., 2020). Olemme tehneet pioneerityötä tähän liittyen esimerkiksi autismin kirjon häiriön ja aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriön (ADHD) tutkimuksessa. Toistaiseksi sekä omassa että muiden tekemässä tutkimuksessa käytössä on kuitenkin pääasiassa ollut passiiviset tilanteet, joissa tutkittava seuraa esimerkiksi sosiaalista vuorovaikutusta tai tarkkaavaisuutta vaativaa luonnollisen tilanteen simulaatiota sivusta käsin. Viime aikoina olemme kehittäneet virtuaalitodellisuuteen (VR) pohjautuvia menetelmiä, joiden kautta tutkittavasta tulee aktiivinen toimija. Koetilanteidemme avulla on mahdollista tarkkaan kvantifioida tosielämän tavoitteelliseen käyttäytymiseen liittyviä monimuotoisia toimintoja arjen tilanteissa, jotka simuloivat olosuhteita joissa oireet esiintyvät ja samanaikaisesti mittaamme aivojen toimintaa toiminnallisen magneettikuvantamisen (fMRI), mobiiliaivosähkökäyrän (mEEG) tai magnetoenkefalografian (MEG) avulla. Tutkimustuloksemme viittaavat siihen, että koetilanteella on merkittävä rooli sen kannalta, tuleeko oireisiin liittyvä poikkeava aivotoiminta esille ja millä tavalla (Merzon ym., 2023). Yhdistämällä objektiivisia tarkkuusdiagnostisia VR menetelmiä aivokuvantamisen kanssa voidaan toivottavasti edesauttaa biologisen tutkimuksen yleistettävyyttä sekä parantaa aivotutkimustulosten tulkittavuutta kliinisesti merkityksellisestä näkökulmasta. Kokonaisuutena tämä esitys nivoo yhteen viimeaikaisia naturalistisen neurotieteen edistysaskeleita kehityksellisten häiriöiden taustalla olevien mekanismien ymmärtämiseksi. Eickhoff, S.B., Milham, M., Vanderwal, T. (2020). Towards clinical applications of movie fMRI. *Neuroimage*, 15;217:116860. Merzon, L., Tauriainen, S., Triana, A., Nurmi, T., Huhdanpää, H., Mannerkoski, M., Aronen, E.T., Kantonistov, M., Henriksson, L., Macaluso, E., Salmi, J. (2023). Real-world goal-directed behavior reveals aberrant functional connectivity in children with ADHD. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/kshdu>

Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa

Symp9 PE 13:15 F3005

Symposium

Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa – kehityksen aikaiset riski- ja suojaavat tekijät Yksinäisyydellä tarkoitetaan psyykkistä negatiivista olotilaa, jossa ihminen kokee ahdistusta joko määrällisesti tai laadullisesti puutteellisista ihmissuhteista. Sosiaalinen yksinäisyys tarkoittaa sosiaalisten verkostojen vähäisyyttä, kun taas emotionaalinen yksinäisyys läheisen ihmissuhteen puuttumista (Junttila, 2016). Ostrakismi on tahallista tai tahatonta sulkemista ulkopuolisuuteen (Williams 2007). Yksinäisyys ja ostrakismi lisäävät sosiaalista ahdistuneisuutta, masennusta, koulu-uupumusta ja ovat yhteydessä heikompaan koettuun terveyteen (Cacioppo ym., 2015). Lasten ja nuorten kokema yksinäisyys on lisääntynyt Suomessa viime vuosina (Kouluterveyskysely 2023). Onkin tärkeää lisätä tietoa yksinäisyyteen ja ostrakismiin vaikuttavista tekijöistä sekä pitkän ajan kehityskuluista. Tutkimustiedon avulla voidaan kehittää ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä sekä vahvistaa lasten ja nuorten parissa toimivien ammattilaisten osaamista tunnistaa yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia. Tämän symposiumin tavoitteena on tuoda esille yksinäisyyttä ja ostrakismia käsittelevää uutta tutkimustietoa. Symposium koostuu neljästä eri esityksessä, joissa aihetta tarkastellaan monipuolisesti laajoissa pitkittäistutkimuksissa eri-ikäisillä sekä myös riskiryhmään kuuluvilla lapsilla. Tutkimusten avulla on kartoitettu kehityksen aikaisia riski- ja suojaavia tekijöitä. Katja Tervahartialan esityksessä tarkastellaan äidin masennus- ja ahdistusoireiden sekä vanhemmuuden stressin yhteyttä lapsen sosiaalisen kompetenssin kehittymiseen 5-vuotiaana. Tutkimuksessa selvitettiin lisäksi suojaavatko varhaiskasvatus ja perheen sosiaaliset verkostot lasta äidin oireiden vaikutuksilta. Anne-Elina Salon esitys tarkastelee varhaiskasvatuksen opettajien arviota 5-vuotiaiden lasten kokemasta yksinäisyydestä ja ostrakismista. Arvioiden perusteella pyrittiin tunnistamaan yksinäisyyden ja ostrakismin alaryhmiä varhaiskasvatusikäisillä lapsilla. Susanna Salomäen tutkimuksessa on tarkasteltu pikkukeskosena syntyneiden lasten yksinäisyyttä ja sen riskitekijöitä varhaisnuoruudessa. Noona Kiurun tutkimus käsittelee yksinäisyyden ja ostrakismin profiileja nuoruusikäisillä sekä näiden profiilien seurauksia ja suojaavia tekijöitä.

Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa

Symp9 PE 13:15 F3005

Äidin psyykkiset oireet ja lapsen sosiaalinen kompetenssi 5-vuotiaana

Katja Tervahartiala

Äidin masennus- ja ahdistusoireiden sekä vanhemmuuden stressin yhteys lapsen sosiaaliseen kompetenssiin 5-vuoden iässä – varhaiskasvatuksen ja sosiaalisten verkostojen suojaava vaikutus Lapsen sosiaalinen kompetenssi kehittyy läheisessä vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Sosiaalisesti taitava lapsi pärjää vertaissuhteissa ja kykenee ylläpitämään myönteisiä suhteita toisiin ihmisiin. Heikko sosiaalinen kompetenssi taas voi olla yhteydessä käytöshäiriöihin, heikompaan koulusuoriutumiseen sekä ongelmiin vertaissuhteissa. Sosiaalisten taitojen kehittyminen onkin keskeinen lapsuuden, nuoruuden ja yli koko elämänkaaren ulottuva kehitystehtävä, mikä mahdollistaa integroitumisen yhteiskuntaan ja suojaa yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksilta. Perhe ja vanhemmuus ovat lapsen varhaisen kehityksen tärkeimpiä ympäristötekijöitä, jotka vaikuttavat lapsen hyvinvointiin. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että äidin masennus- ja ahdistusoireet voivat vaikuttaa negatiivisesti lapsen sosiaalisen kompetenssin kehittymiseen ja ovat yhteydessä lapsen käytösoireisiin. Onkin tärkeää tutkia kehityksen aikaisia riskitekijöitä sekä kartoittaa suojaavia tekijöitä. Tämän tutkimuksen (n=544) tavoitteena oli selvittää ennustavatko äidin pitkän ajan masennus- ja ahdistusoireet sekä vanhemmuuden stressi lapsen sosiaalista kompetenssia 5-vuoden iässä. Lisäksi tarkasteltiin, onko varhaiskasvatuksella tai äidin sosiaalisilla verkostoilla suojaava vaikutus äidin oireiden mahdollisilta negatiivisilta vaikutuksilta lapsen kehitykseen. Tutkimus on osa laajempaa FinnBrain syntymäkohorttitutkimusta (www.finnbrain.fi). Äidin masennus (EPDS)-ahdistus (SCL-90) - ja vanhemmuuden stressioireita (SPSQ) mitattiin eri mittauspisteissä kohortin kyselylomakkeilla lapsen ollessa 3kk, 6kk, 12kk, 2- ja 4-vuoden ikäinen. Lapsen sosiaalista kompetenssia mitattiin äidin arvioimana MASK-mittarilla 5-vuoden iässä. Lisäksi huomioitiin lapsen varhaiskasvatuksen aloitusajankohta ja selvitettiin äidin sosiaalisten verkostojen määrää ja laatua (SPSQ)-kyselyllä. Tulokset osoittivat, että äidin masennus- ja ahdistusoireet olivat yhteydessä lapsen impulsiiviseen ja häiritsevään käytökseen sekä vähäisempään empaattisuuteen. Varhaiskasvatuksella tai sosiaalisilla verkostoilla ei ollut suojaavaa vaikutusta äidin oireilta. Äidin sosiaalisten verkostojen määrä oli kuitenkin yhteydessä lapsen suurempaan empaattisuuteen ja yhteistyötaitoihin. Perheen sosiaaliset verkostot ovatkin merkittävä resurssi, mikä hyödyttää lapsen prososiaalisten taitojen kehittymistä. Onkin tärkeää kiinnittää huomiota lapsiperheiden sosiaalisiin verkostoihin ja erilaisiin yhteistyömahdollisuuksiin sekä niiden kautta saatavaan vanhemmuuden tukeen.

Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa

Symp9 PE 13:15 F3005

Yksinäisyyden ja ostrakismin ryhmät 5-vuotiailla

Anne-Elina Salo

Yksinäisyyden ja ostrakismin ryhmät 5-vuotiailla: Yhteydet sosioemotionaaliseen toimintaan ja sanavarastoon Yksinäisyys ja ostrakismi, eli ulkopuolisuuteen sulkeminen, uhkaavat lapsen perustavanlaatuista tarvetta kuulua joukkoon. Varhaiskasvatuksen opettajilla on tärkeä tehtävä näiden varhaisessa tunnistamisessa, mutta pienten lasten yksinäisyyttä ja ostrakismia on tutkittu opettajien näkökulmasta käsin varsin vähän. Tässä tutkimuksessa, joka on osa kaksivuotisen esiopetuksen kokeilua sekä Right to Belong –hanketta, varhaiskasvatuksen opettajat arvioivat 5-vuotiaiden lasten (N = 31 169) yksinäisyyttä ("Lapsi vaikuttaa yksinäiseltä", "Lapsen on vaikeaa löytää ystäviä") ja ostrakismia ("Lapsi jätetään leikin ulkopuolelle") kunkin ryhmänsä lapsen kohdalla erikseen. Opettajat arvioivat myös lasten sosioemotionaalista toimintaa Vahvuudet ja vaikeudet -kyselyn (SDQ, Goodman, 1997) viidellä ulottuvuudella. Lasten sanavarastoa kartoitettiin lyhennetyllä versiolla Peabody Picture Vocabulary Test (PPVT-4, Dunn & Dunn, 2007) mittarista. Opettajien arvioiden pohjalta tunnistettiin neljä yksinäisyyden ja ostrakismin ryhmää: 1) 'harvoin yksinäiset–harvoin ostrakisoidut' (80.2%), 2) 'usein yksinäiset–harvoin ostrakisoidut' (10.5%), 3) 'usein yksinäiset–usein ostrakisoidut' (7.7%) ja 4) 'usein ostrakisoidut–harvoin yksinäiset' (1.6%). Kruskal-Wallis testi osoitti, että ryhmät erosivat tilastollisesti merkitsevästi vertaissuhteiden vaikeuksissa, tunne-elämän oireissa, käytösoireissa, yliaktiivisuudessa, prososiaalisessa käyttäytymisessä, sekä lasten sanavarastossa. Post hoc testien parittaisissa vertailuissa havaittiin, että 'harvoin yksinäiset–harvoin ostrakisoidut' ryhmän lapsilla oli korkein sanavarasto sekä opettaja-arvion mukaisesti korkein prososiaalinen käyttäytyminen ja matalimmat vertaissuhteiden ja tunne-elämän vaikeudet. Lapsilla 'usein yksinäiset–usein ostrakisoidut' ryhmässä oli matalin sanavarasto, sekä opettajan arvioimana matalin prososiaalinen käyttäytyminen ja korkeimmat vertaissuhteiden vaikeudet. Muut tilastollisesti merkitsevät erot parittaisissa vertailuissa viittaavat siihen, että opettajat yhdistävät tunne-elämän oireet yksinäisyyteen, ja käytösoireet sekä yliaktiivisuuden ostrakismiin. Lasten kuulumisen tarpeen uhat näyttäytyvät moninaisin tavoin varhaiskasvatuksen opettajien arvioiden pohjalta tarkasteltuna, ja tuloksemme antavat viitteitä tilanteista, joissa yksinäisyyden ja ostrakismin havaitseminen voi olla erityisen haastavaa. On tärkeää lisätä koulutusta näistä teemoista, jotta voidaan vahvistaa opettajien osaamista tunnistaa ja vähentää lasten yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia. Lisäksi on tärkeää kehittää kaikkien lasten sosioemotionaalisia taitoja arjen vuorovaikutustilanteissa, jotta lapset oppivat toimimaan yhdessä moninaisten vertaisten kanssa, pääsemään osalliseksi itselleen merkityksellisin tavoin, sekä ottamaan muut mukaan myönteisellä tavalla.

Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa

Symp9 PE 13:15 F3005

Yksinäisyys ja sen riskitekijät pikkukeskosilla

Susanna Salomäki

Yksinäisyys ja sen riskitekijät pikkukeskosilla Pikkukeskosuuden (≤ 32 raskausviikkoa ja/ tai syntymäpaino ≤ 1500 g) on todettu vaikuttavan kehitykseen pitkäaikaisesti. Kypsytymisen hermosto on altis ympäristön vaikutuksille ja toisaalta keskosuus vaikuttaa ympäristöön, mm. lisäämällä vanhempien stressiä. Vaikka valtaosa entisistä pikkukeskosista on tyytyväisiä elämäänsä, he kokevat muita useammin haasteita sosiaalisissa suhteissaan vielä aikuisena. Tämä tutkimus oli osa PIPARI-tutkimusta, johon osallistuivat Tyksissä 2001 – 2006 syntyneet pikkukeskoset ja täysiaikaisena syntyneet verrokkilapset. Pikkukeskosten sosiaalista toimintakykyä arvioitiin 11-vuotiaana. Keskosuuteen, lapsen ominaisuuksiin ja vanhempien ominaisuuksiin liittyviä riskitekijöitä arvioitiin eri ikävaiheissa. Sosiaalinen toimintakyky määriteltiin sosiaalisesti ja emotionaaliseksi yksinäisyydeksi sekä sosiaalisesti kompetenssiksi. Tässä esityksessä keskitytään pikkukeskosten yksinäisyyteen varhaisnuoruudessa ja sen riskitekijöihin. Sosiaalista ja emotionaalista yksinäisyyttä tutkittiin itsearviointilomakkeella 11-vuotiaana (Peer Network and Dyadic Loneliness Scale). Keskosuuteen ja vanhempien koulutukseen liittyvät tiedot kerättiin potilastiedoista ja tutkimuksen esitiedoista. Vanhempien stressi- ja masennusoireita arvioitiin kyselylomakkeilla lapsen ollessa 2-4-vuotias (Parenting Stress Index, Beck Depression Inventory). Aivovolyymit tutkittiin aivojen magneettikuvista, jotka otettiin lasketussa ajassa ja 12-vuotiaana. Kognitiivista kehitystä arvioitiin psykologisella testillä (WISC-IV) ja toiminnanohjaustaitoja (BRIEF opettaja) arvioitiin 11-vuotiaana. Samalla varmistettiin merkittävien neurologisten ongelmien olemassaolo. Tulokset osoittivat, että äitien varhaiset masennusoireet olivat riskitekijä pikkukeskostytöjen sosiaaliselle ja emotionaalille yksinäisyydelle, kun taas merkittävät neurologisen kehityksen ongelmat olivat riskitekijä pikkukeskospoikien sosiaaliselle yksinäisyydelle. Isien varhaiset masennusoireet olivat yhteydessä pikkukeskospoikien vähäisempään sosiaaliseen yksinäisyyteen 11-vuotiaana. Lapsen paremmat kognitiiviset taidot ja äidin korkeampi koulutustaso näyttäytyvät sosiaalista kehitystä suojaavina tekijöinä. Lisäksi pikkukeskosten emotionaalinen yksinäisyys oli 11-vuotiaana yhteydessä hippokampuksen pienempään volyymiin ja aivojen valkean aineen suurempaan volyymiin. Vastaavaa yhteyttä ei löytynyt täysiaikaisena syntyneiltä lapsilta. Esityksessä pohditaan lisäksi tarkemmin toiminnanohjauksen merkitystä pikkukeskosten yksinäisyyden taustatekijänä uusien tulosten valossa.

Yksinäisyys ja ostrakismi varhaislapsuudessa ja nuoruudessa

Symp9 PE 13:15 F3005

Yksinäisyyden ja ostrakismin alaryhmät nuorilla

Noona Kiuru

Yksinäisyyden ja ostrakismin alaryhmät nuorilla: Seuraukset ja suojaavat tekijät Tässä pitkittäistutkimuksessa (N = 1078), joka on osa laajempaa Right to Belong – hanketta, tutkittiin yksinäisyyden ja ostrakismin profiileja nuoruusikäisillä. Lisäksi tarkasteltiin näiden profiilien seurauksia ja suojaavia tekijöitä. Yksinäisyydellä tarkoitetaan ahdistavaa ja negatiivista subjektiivista kokemusta siitä, etteivät olemassa olevat sosiaaliset suhteet vastaa toivottuja. Ostrakismi sen sijaan on tahallista tai tahatonta sulkemista ulkopuolisuuteen. Tutkimuksessa analysoitiin TIKAPUU-kohorttiaineistoa, jossa tietoa kerättiin kuudelta mittapisteeltä vuosien 2014-2018 aikana. Mittapisteet olivat kuudennen luokan syksy, seitsemännen luokan syksy, seitsemännen luokan kevät, yhdeksännen luokan syksy, yhdeksännen luokan kevät ja toisen asteen opintojen ensimmäisen vuoden syksy. Yksinäisyys ja ostrakismi mitattiin viidessä ensimmäisessä mittapisteessä, edeltäjät ja suojaavat tekijät ensimmäisessä mittapisteessä ja seuraukset viimeisessä mittapisteessä. Tutkimuksessa tunnistettiin latentin profiilianalyysin avulla neljä varsin pysyvää nuorten alaryhmää: 1) korkea emotionaalinen yksinäisyys (25 %), 2) korkea ja lisääntyvä sosiaalinen yksinäisyys (15 %), 3) korkea vertaisryhmän ulossulkeminen ja korkea sosiaalinen näkyvyys (9 %) sekä 4) ei pulmia vertaisten kanssa (51 %). Nuorilla, joilla ei ollut pulmia vertaisten kanssa, oli vähiten sisäänpäin suuntautuneita oireita (esim. masentuneisuus ja ahdistuneisuus), vähiten ulospäin suuntautuvaa ongelmakäyttäytymistä (esim. käytösongelmat ja väkivaltaisuus) ja vähiten koulutuksen keskeyttämisajatuksia. Myöhemmin ilmenevät sisäänpäin suuntautuvat oireet sen sijaan vaikuttavat olevan tyypillisiä etenkin sosiaalista yksinäisyyttä kokeville nuorille ja poliisikontaktit/rötöstely emotionaalista yksinäisyyttä kokeville nuorille. Vertaisryhmän ulossulkemista kokeville nuorille oli myös muita ryhmiä tyypillisempää normeja rikkova käyttäytyminen, poliisikontaktit sekä sairauspoissaolot ja lintaaminen. Tutkimuksen valossa näyttää siltä, että yksinäisyydeltä ja vertaisryhmän ulossulkemiselta nuoria suojaavat mm. vahva tahdonalainen itsesäätely, prososiaaliset taidot sekä läheiset suhteet vanhempien ja opettajien kanssa. Sen sijaan sosiaalista yksinäisyyttä näyttäisivät ennakoivan nuoren heikko itsetunto, vähäinen ulospäinsuuntautuneisuus, runsas kiinnostus muita ihmisiä kohtaan ja korkea negatiivinen emotionaalisuus. Uutta tietoa yksinäisyyden ja ostrakismin alatyypeistä, niiden seurauksista ja riski- ja suojaavista tekijöistä voidaan käyttää ohjaamaan ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä ja kohdennettuja interventioita yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämiseksi.

Kehityopsykologinen tieto näkyväksi!

			
Työpaja	KE	13:15	F3017

 Riikka Korja

 Työpaja

Suomen psykologiseen seuraan on perustettu ihmisen kehityksen tutkimuksen jaos keväällä 2024. Jaoksen tavoitteeksi on määritetty kehityopsykologisen tiedon jakaminen ja hyödyntäminen päätöksenteossa ja toiminnassa. Suomalaisessa yhteiskunnallisessa keskustelussa on toistuvasti esillä muutoksia ja teemoja, jotka edellyttävät ihmisen kehitystä koskevan tiedon hallintaa ja soveltamista. Esimerkkejä tästä ovat varhaiskasvatusta, perhevapaita, perheiden palveluja, koulusiirtymiä, koulun oppimisympäristöjä, lastensuojelua, työelämän ja muun elämän yhteensovittamista ja iäkkäitä ihmisiä koskevat yhteiskunnalliset kysymykset. Psykologisen tiedon hyödyntäminen päätöksenteossa ja toimintatavoissa on kuitenkin vaihtelevaa. Suomesta on myös puuttunut koordinoituja kanavia, joiden kautta psykologit pääsisivät tuomaan esille näissä prosesseissa tarvittavaa tietoa. Tämän työpajan tavoitteena on 1) mahdollistaa verkostoituminen niille, jotka ovat kiinnostuneet kehityopsykologisen tiedon hyödyntämisestä yhteiskunnassa ja tämän tiedon viestimisestä ja 2) pohtia ihmisen kehityksen tutkimuksen jaoksen toimintamahdollisuuksia ja -muotoja. Työpajassa osallistujat jaetaan pöytiin (pienryhmiin), jotka keskustelevat annetuista kysymyksistä ja teemoista. Osallistujat vaihtavat pöytiä ja teemoja. Työpaja päätetään yhteisellä keskustella ja kirjaamisella esille nousseista teemoista, ideoista ja toimintamuodoista. Työpajaa vetää prof Riikka Korja, dosentti Saara Nolvi ja dosentti Marius Lahti-Pulkkinen

Psykologin neutraalisuus ja yhteiskunnallinen vastuu - missä menee raja?

			
Työpaja	KE	16:10	F3017

 Elopsykologit

 Työpaja

Psykologinen on poliittista - vai onko? Kärkkäimmät arvostelijat moittivat psykologiaa usein liiasta yksilökeskeisyydestä, vaikka alan sisällä onkin lähes itsestään selvää, ettei mielenterveyteen ja sen haasteisiin liittyviä ilmiöitä voida erottaa ympäröivästä yhteiskunnasta. Myös monet kriisit, kuten ilmastonmuutos, köyhyys, sodat ja pakolaisuus ovat ilmiöitä, joita ei voi tarkastella huomioimatta näiden vaikutusta mielenterveyteen. Vastuu inhimillisen kärsimyksen vähentämisestä katsotaan tärkeäksi osaksi psykologien ammattietiikkaa. Mutta mitä kaikkea vastuu pitää sisällään? Onko psykologin yhtä sopivaa osallistua mielenosoitukseen tai vaikka katublokkiin kuin kenen tahansa muunkin? Voidaanko vaikuttamisen joskus nähdä joutuvan ristiriitaan psykologisen neutraaliuuden kanssa? Onko ammattikunnallemme olemassa huonompia ja parempia tapoja vaikuttaa yhteiskunnallisiin mielenterveyden kysymyksiin? Miltä näyttävät ilmastoaktivismi ja kansalaistottelemattomuus psykologien linssien läpi katsottuna? Entä mitä historia ja tieteellinen tutkimus ovat osoittaneet tehokkaimmiksi vaikuttamisen keinoiksi? Työpajan vetäjät ovat Elopsykologien toiminnassa mukana olleita psykologeja. Työpaja haastaa harjoitustehtävien kautta keskustelemaan psykologin roolista yhteiskunnallisen vaikuttamisen eri tasoilla. Tarkoitus on miettiä sitä, mihin kukin meistä vetää rajan siinä, minkätyyppiseen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen osallistuminen on psykologille sopivaa tai suotavaa. Vai onko mitään rajaa olemassa?

Psykoterapian laaturekisteri työvälineenä psykologin ja psykoterapeutin työssä

			
Työpaja	TO	9:00	F3017

Marko Salmenkivi

Työpaja

Työpajassa tutustutaan psykoterapian laaturekisterin hyödyntämiseen psykologin tai psykoterapeutin klinisen työn apuvälineenä. Psykoterapian laaturekisteri on vuonna 2018 käyttöön otettu kansallinen psykoterapioiden seurannan ja laadunvarmistuksen väline. Se on käytössä HUSissa ja useilla hyvinvointialueilla. Laaturekisterin avulla voidaan arvioida hoitojen vaikuttavuutta, ja potilaiden hoidolliset päätökset voidaan perustaa potilaskohtaisesti, diagnoosikohtaisesti, terapeuttikohtaisesti tai hoitomenetelmäkohtaisesti kerättyyn tietoon. HUS käyttää laaturekisteriä kaikissa palvelusetelillä hankittavissa psykoterapioissa ja suuressa osassa sisäisiä psykoterapioita sekä muita psykososiaalisia interventioita, mukaan lukien psykologien toteuttamat lyhyet yksilöinterventiot. Laaturekisterissä sekä terapeutti että potilas täyttävät hoidon aikana kyselyitä. Kyselyitä täytetään hoidon alussa ja lopussa sekä pitkissä hoidoissa tietyin määräajoin. Osa kyselyistä on yleisiä ja osa diagnoosikohtaisia. Lisäksi terapeutit voivat itse aktivoida kyselyitä niin usein kuin haluavat mahdollistaen jatkuvan palautteen keräämisen. Laaturekisterin avulla voidaan arvioida jo päättyneen tai vielä käynnissä olevan hoidon laatua ja tehokkuutta. Näin pystytään havaitsemaan myös hoidon haittavaikutuksia, joista yksi yleisimmistä on hoidon jumiutuminen, ja korjaamaan hoitolinjaa nopeasti. Tätä kerättyä tietoa voivat hyödyntää sekä hoidosta vastaava taho että psykoterapeutti itse. HUSissa psykologit arvioivat käynnissä olevien pitkien palvelusetelipsykoterapioiden tuloksellisuutta vuoden välein hyödyntäen laaturekisterin tietoja. Myös psykoterapeutit voivat arvioida käynnissä olevaa tai jo päättynyttä hoitoa laaturekisterin tietojen avulla. Työpajassa havainnollistetaan laaturekisterin käyttöä kliinisessä työssä demojen avulla, ja laaturekisteriä kliinisessä työssä käyttävä psykologi kertoo käyttökokemuksistaan. Työpajassa harjoitellaan myös terapian vaikuttavuuden arviointia. Lisäksi työpajassa tutustutaan siihen, kuinka psykoterapioiden vaikuttavuutta, alkamisen viivettä ja määrää voidaan lähes reaaliaikaisesti seurata laaturekisteriin kertyvien tietojen avulla. Työpajan vetäjänä toimii HUSin laaturekisterikoordinaattori, psykologi & psykoterapeutti Marko Salmenkivi.

Urapolkunäkymiä psykologin ammattiin - Erikoispsykologien rooli työelämässä

			
Työpaja	TO	10:40	F3017

 Riikka Korja

 Työpaja

Tässä työpajassa paneelin jäsenet keskustelevat erikoispsykologikoulutukseen hakeutumisen taustoista ja motiiveista. He jakavat kokemuksiaan ja suosituksiaan koulutuksen aloittamisajankohdasta sekä pohtivat erikoispsykologikoulutettavien erilaisia taustoja ja urapolkuja. Paneelissa käsitellään myös eri erikoisalojen erityispiirteitä ja niiden tarjoamia kompetensseja. Keskustelun teemat: Erikoispsykologi työelämässä: Mihin erikoispsykologi sijoittuu työelämässä ja millaisia työtehtäviä heillä on eri aloilla. Uralla kehittymisen mahdollisuudet: Miten erikoispsykologit ovat sijoittuneet työelämässä ja millaisia urakehitysmahdollisuuksia heillä on. Käsitellään myös palkkakehitystä, nimikkeitä ja rooleja sekä pätevyysvaatimuksia. Asiantuntijuuden kehittyminen psykologin ammatissa: Kokemuksia osaamisen kehittymisestä ja tavoitteita osaamisen kehittämiseksi. Erikoispsykologikoulutuksen kansainvälinen vertailtavuus: Miten erikoispsykologikoulutus Suomessa vertautuu muihin Euroopan maihin ja kansainvälisesti. Psykoterapeuttikoulutukset ja muut täydennyskoulutukset: Vertailussa psykoterapeuttikoulutukset ja muut täydennyskoulutusvaihtoehdot. Keskustellaan, miten nämä koulutukset tukevat tai täydentävät toisiaan urapolulla ja mitä ajatuksia kouluttajilla on näiden koulutusten jatkumoista tai rinnasteisuuksista. Tervetuloa kuulemaan ja keskustelemaan erikoispsykologikoulutuksen moninaisuudesta ja sen tarjoamista uramahdollisuuksista! Panelistit: Fasilitaattori: Tanja Sarlin, Psykonet. Laura Hokkanen, Neuropsykologia. Jari Lahti, Kliininen mielenterveyspsykologia. Riikka Korja, Erikoistuminen lapsiin ja nuoriin. Saija Mauno, Erikoispsykologi Työ- ja organisaatiopsykologiassa. Petri Karkkola, Terveyspsykologia.

Luonto- ja eläinavusteinen dialoginen työnohjaus

			
Työpaja	TO	13:15	F3017

 Pauliina Tuomivaara

 Työpaja

Kokemukseni voimavarakeskeisenä työnohjaajana on osoittanut, että käyttämällä luonto- ja eläinavusteisia harjoitteita osana työnohjaustyöskentelyä päästään usein nopeasti käsiksi juuri niihin teemoihin, jotka ovat kullekin ohjattavalle tärkeitä ja ajankohtaisia. Ihmisillä on taipumuksena toistaa nykyisissä ihmissuhteissaan aiemmin oppimiaan kiintymyssuhdetyylejä. Kokemamme aiemmat ihmissuhdekokemukset aktivoituvat kussakin uudessa vuorovaikutustilanteessa. Tutkimukset kuitenkin osoittavat, että suhteessa eläimeen ihminen ei useinkaan toista aiempaa käytösmalliaan. Tilanne on hänelle täysin uusi, se eroaa kaikista aiemmista vuorovaikutustilanteista. Koska meillä ei ole valmista käyttäytymismallia tähän vuorovaikutustilanteeseen, pyrimme lukemaan eläimen sanatonta, hienovaraista viestintää. Eläinavusteisen työskentelyn käyttäminen osana ihmistyötä nopeuttaa luottamuksellisen, turvallisen ilmapiirin syntymistä. Eläinavusteiset harjoitukset auttavat löytämään uusia näkökulmia, katsomaan asioita uudella tavalla. Omia vuorovaikutuksen tapoja voi tehokkaasti harjoitella ja tarkastella eläinten avulla, sillä 60-90 prosenttia viestin vaikuttavuudesta syntyy sanattomasta vuorovaikutuksesta. Eläinavusteisen harjoituksen jälkeen työnohjaustilanteessa käydään dialogista keskustelua koetusta. Dialogisen keskustelun tavoite on luoda työnohjauskeskusteluun lisää tilaa ja vaihtoehtoja. Tavoitteena on antaa monien, keskinäisesti mahdollisesti ristiriitaistenkin äänien olla läsnä keskustelussa. Ihmiset voivat olla itsensä kanssa montaa eri mieltä samastakin asiasta. Dialogisessa työnohjauskeskustelussa tämänhetkisyys (present moment) on se, missä menneisyys ja nykyisyys kohtaavat. Menneisyydessä kokemamme asiat saavat merkityksensä nyt, samoin kuin se tulevaisuus, jota ennakoimme. Tässä työpajassa pääset tutustumaan eläinavusteiseen työnohjaukseen käytännössä. Eläinavusteisen työnohjauksen demo toteutetaan yhdessä osallistujien kanssa hevostallilla kuvattuja videoita hyödyntäen. Et tarvitse aiempaa kokemusta eläinten kanssa työskentelystä, avoin mieli ja halu kokeilla uutta riittävät.

Korkea vaatimustaso ja psykologinen turvallisuus - mahdotontako?

			
Työpaja	PE	10:40	F3010

 Suomen psykologiliiton urheilu- ja taiteenpsykologien ammatillinen työryhmä

 Työpaja

Työpajassa käydään läpi tutkittua tietoa suorituskyvyn ja hyvinvoinnin yhteyksistä sekä alustetaan tähän dynamiikkaan liittyvistä eettisistä kysymyksistä. Lisäksi käsittelemme tapausten avulla, mitä psykologi voi tehdä ja miten psykologi voi olla toteuttamassa korkean vaatimustason ja psykologisen turvallisuuden toteutumista. Työpaja on toiminnallinen ja sisältää pienryhmätyöskentelyä.

Koulukiusaaminen aktivoi nuorten ja aikuisten aivoja laaja-alaisesti

			
Poster	TO	14:45	Aula

Birgitta Paranko

Tavoitteet: Tutkimuksen tavoitteena on kartoittaa aivojen toimintaa kiusatuksi tulemisen kokemuksen ja mukavan sosiaalisen kanssakäymisen aikana nuorilla ja aikuisilla. Koulukiusaaminen on riskitekijä psykologisille ja somaattisille ongelmille, mutta sen välittömät ja pitkäaikaiset vaikutukset keskushermoston toimintaan ovat toistaiseksi huonosti tunnettuja. Tutkimuksessa selvitimme nuorten ja aikuisten aivovasteita simuloidun kiusaamiskokemuksen aikana ymmärtääksemme paremmin kiusatuksi tulemiseen liittyviä lyhyt- ja pitkäaikaisia vaikutusmekanismeja aivoissa. Menetelmät: Tutkimukseen osallistui 51 nuorta (ikä 12.2 ± 1.0 vuotta) ja 47 aikuista (ikä 24.0 ± 4.4 vuotta). Koehenkilöt täyttivät psyykkistä hyvinvointia, kaverisuhteita ja kiusaamishistoriaa koskevia kyselyitä, ja osallistuivat kymmenen minuutin mittaiseen toiminnalliseen magneettikuvaukseen (fMRI). Toiminnallisen magneettikuvauksen aikana koehenkilöt katselivat videoita, jotka simuloivat katsojan kiusatuksi tulemistä sekä mukavaa sosiaalista kanssakäymistä koulumaailmassa. Videoiden sisältämästä aggressiivisen ja mukavan käytöksen intensiteetistä muodostettiin aikasarjat erillisen koehenkilöjoukon ($n=260$) tekemien arviointien perusteella, ja aggressiivisen ja mukavan käytöksen aikasarjoja käytettiin GLM:ssä ennustamaan keskushermoston vasteita. Tulokset: Simuloidun kiusatuksi tulemisen havaittiin olevan mukavaa käytöstä vahvemmin yhteydessä aivojen aktiivisuuteen hermoverkoissa, jotka osallistuvat tunnetilojen kokemiseen ja säätelyyn (manteliumake, tyvitumakkeet, talamus, hippokampus ja pihtipoimu), sosiaalisen tiedon käsittelyyn (insula, ylempi ohimopoimu, fusiform-poimu), visuaaliseen ja somatosensoriseen havainnointiin sekä motorisen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Aikuisilla aggressiivisen käytöksen havainnointi oli lisäksi yhteydessä aktiivisuuden vähenemiseen precuneuksen ja oikean premotorisen aivokuoren alueella. Johtopäätökset: Tulokset osoittavat, että koulukiusaamiselle altistuminen aktivoi aivoja laaja-alaisesti. Tunnejärjestelmän lisäksi sosiaalisesta tiedonkäsittelystä ja kehollisista kokemuksista vastaavat alueet aktivoituvat kiusatuksi tulemisen aikana, mikä liittyy mahdollisesti myös kiusatuksi tulemisen sosiaalisiin ja somaattisiin seurauksiin. Tulosten perusteella kiusatuksi tulemisen kokemuksen kokonaisvaltaisuus olisi tärkeää huomioida niin kiusaamiseen kohdentuvassa tutkimuksessa kuin kiusatuiksi joutuneille tarjottavassa psykososiaalisessa tuessa.

Sykevälivaihtelu lapsen tarkkaavuuden mittarina

Posterit	TO	14:45	Aula
----------	----	-------	------

Emilia Kiiveri

Tarkkaavuusongelmien määrän kasvaessa tarkkaavuuden luotettavan arvioinnin merkitys korostuu. Lasten tarkkaavuuden kliinisinä arviointimenetelminä käytetään kyselylomakkeita, haastattelua, havainnointia ja neuropsykologisia testejä. Tutkimuskäytössä näiden rinnalla on alettu hyödyntää psykofysiologisia autonomisen hermoston toiminnan mittareita, kuten sykevälivaihtelua (HRV). Tässä tutkimuksessa tarkastellaan HRV:n toimivuutta testi- ja kyselymenetelmien rinnalla tarkkaavuuden vaikeuksien arvioinnissa lapsilla. Tutkimuksessa selvitetään, eroavatko niiden lasten, joilla on todettu tarkkaavuuden vaikeuksia HRV-indeksit tavanomaisesti kehittyneiden lasten vastaavista sekä sitä, onko tarkkaavuuden neuropsykologisilla arviointimenetelmillä yhteisvaihtelua HRV-indeksien kanssa. Tutkimukseen osallistui 56 6-12-vuotiasta lasta, joista 34 oli tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen neuropsykologisessa ryhmäkuntoutuksessa Tampereen yliopiston Psykologian opetus- ja tutkimuskliniikka PSYKE:ssä. Kontrolliryhmänä oli 22 tavanomaisesti kehittynyttä lasta, joiden iät kaltaistettiin kuntoutusta saavien lasten kanssa. Kuntoutusta saavat lapset jaettiin aineiston analysointivaiheessa kahteen ryhmään: EF-I (n = 11), joilla oli tarkkaavuutta tukeva lääkehoito käytössä ja EF-el (n = 23), joilla ei ollut lääkitystä käytössä. HRV:ta mitattiin perustasolla tutkittavien katsellessa videota tietokoneella sekä heidän suorittaessaan Conners' Continuous Performance Test II (CPT II) -testin. Lisäksi tarkkaavuutta arvioitiin EF-ryhmissä Nepsy-II:n osatesteillä patsas (P), visuaalinen tarkkaavuus (VT) ja auditiivinen tarkkaavuus (AT) sekä Conners 3:n vanhempien ja opettajien kyselylomakkeiden skaaloilla tarkkaamattomuus ja yliaktiivisuus-impulsiivisuus. HRV:stä eroteltiin sekä taajuus- (LF-RSA, HF-RSA) että aikaperusteiset (RMSSD) indeksit. Aineiston tilastollisissa analyyseissä käytettiin yksisuuntaista ja Welchin varianssianalyysia sekä lineaarista regressioanalyysia. EF-el-ryhmän CPT II:n aikana mitattu LF-RSA erosi EF-I- ja kontrolliryhmän vastaavista HRV-indekseistä ($p = .037$). Vastaavasti HF-RSA ($p = .010$), LF-RSA ($p = .013$) ja RMSSD ($p = .014$) selittivät tutkittavien suoriutumista VT:ssä. HF-RSA ($p = .046$), RMSSD ($p = .036$) ja LF-RSA:n reaktiivisuus ($p = .046$) selittivät opettajien arvioimien yliaktiivisuus-impulsiivisuusoireiden määrää. Alustavat tulokset ovat lupaavia ja osoittavat tarkkaavuustehtävän aikana mitatun HRV:n erotteluvan lapset, joilla on tarkkaavuuden ongelmia tavanomaisesti kehittyneistä. ADHD-lääkitys todennäköisesti korjasi HRV:n poikkeavuutta. HRV oli yhteydessä myös suoriutumiseen visuaalisessa tarkkaavuudessa ja opettajien arvioimiin yliaktiivisuus-impulsiivisuusoireisiin. Perinteisten kliinisten arviointimenetelmien rinnalla käytettynä HRV:n mittaaminen voisi tuottaa lisätietoa ulospäin havaittavien tarkkaavuusongelmien taustalla mahdollisesti olevasta poikkeavasta autonomisen hermoston toiminnasta sekä lisätä arvioinnin objektiivisuutta.

Antisosiaalisen ja epävakaan persoonallisuushäiriön yhteys nettiterapiahoitoon

Posterit	TO	14:45	Aula
----------	----	-------	------

Enna Kujansuu, Sanna Mylläri, Tom Rosenström, Suoma Saarni

Antisosiaalinen persoonallisuushäiriö (ASPD) on varhain alkava ja suhteellisen pysyvä sisäisen kokemuksen ja käyttäytymisen malli, joka poikkeaa huomattavasti ympäröivän kulttuurin odotuksista. Häiriölle on ominaista impulsiivisuus, empatian ja syyllisyydentunteen puute sekä taipumus normien rikkomiseen. ASPD on moninkertaisesti valtaväestöä yleisempää mielenterveyspotilaiden, päihdeidenkäyttäjien ja rikollisten keskuudessa, ja sen on todettu olevan yhteydessä vakavampaan mielenterveys- ja päihdehäiriöoireiluun. Häiriön onkin arvioitu olevan erityisen haitallinen juuri hoitamattomana. ASPD-diagnoosin saaneiden ei ole kuitenkaan havaittu vastaavan hoitoon niin hyvin kuin muun väestön, minkä lisäksi heidän on havaittu olevan hoitoa karttavia sekä lopettavan sen ennenaikaisesti. Tutkimukset eivät toistaiseksi ole nostaneet mitään yksittäistä hoitomuotoa muiden ylitse, minkä lisäksi aikaisemmissa ASPD-tutkimuksissa on painottunut vankipopulaatio sekä päihdehäiriöiden hoito. ASPD:n kohdalla huomionarvoista on myös epävakaata persoonallisuushäiriötä (BPD), sillä diagnostinen erottelu ASPD:n ja BPD:n välillä on usein vaikeaa. Tämä johtuu limittyneisyydestä paitsi oirekuissa myös riskitekijöissä, sillä esimerkiksi BPD:n oirekuvaan kuuluu niin ikään impulsiivisuus ja antisosiaalinen käytös. ASPD ja BPD esiintyvät usein myös rinnakkain, mikä on puolestaan yhteydessä vakavampaan ASPD/BPD-oireiluun sekä esimerkiksi rikolliseen käyttäytymiseen. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan ASPD- ja/tai BPD-diagnoosin saaneiden henkilöiden ja niiden henkilöiden, joiden lähisukulaisella on ASPD- ja/tai BPD-diagnoosi, riskiä keskeyttää internetissä toteutettu psykoterapia (nettiterapia) muuhun väestöön verrattuna. Lisäksi tarkastellaan sitä, ovatko henkilöt hyötynet nettiterapiasta, mikäli ovat sen suorittaneet loppuun. Tutkimusaineistona käytetään HUSin nettiterapiadataa, THL:n potilasrekisteridataa sekä DVV:n rekisteridataa. ASPD-diagnoosina käytetään ICD-10 -tautiluokituksen diagnoosia F60.2 ja BPD-diagnoosina diagnoosia F60.3. Nettiterapian keskeyttämisalttiutta tutkitaan logistisella regressioanalyysillä erikseen 70 % ja 100 % suoritettujen terapiaistuntojen perusteella. Lisäksi terapian vähintään 70 %:sti loppuun saattaneiden potilaiden kohdalla tarkastellaan heidän oirepistemuutostensa avulla sitä, ovatko he hyötynet nettiterapiasta.

Can additional schooling reduce social differences in mental health risk?

			
Posteri	TO	14:45	Aula

 Henrik Dobewall



The study uses the Finnish compulsory school reform of the 70s as a natural experiment and examines its effect on mental illness relying on novel molecular genetic instruments, namely polygenic scores (PGS). We build on a causal inference framework (differences in differences design) (Böckerman et al. 2021) and follow-up Barcellos et al. (2018) study using UK data, which found that additional schooling reduced the gap in unhealthy body size between those at high versus low genetic risk of obesity. INVEST genetically-informed register data --cohorts born between 1958 and 1970-- will be split into two groups, namely those affected by the Finnish compulsory school reform and those who went to school before the change in obligatory years of schooling took place. The reform was essential for defining the egalitarian welfare state Finland as it allowed for the educational expansion in terms of 3 years longer comprehensive schooling and better access to upper-secondary degrees and higher education institutions for later born generations (Böckerman et al., 2021; Lahtinen et al., 2023). Minimum years of schooling were measured as exogenous variable, as cohorts were affected differently by the school reform dependent on region of residency. Genetic propensity for educational success and mental illness will be measured with PGS. Mental illness diagnoses based on ICD-10 classification recorded in public specialized health care and reimbursement for prescribed medication are further used as phenotypical outcomes. A special focus will be on depression, because a strong genetic instrument is available, it is possible to differentiate in diagnosis data between mild, moderate, severe, and recurrent types as well as trends in medication use. Moderation by parental socioeconomic background and gender is explored. Results are expected to further challenge the notion of genetic determinism and to provide more evidence that social policy can overcome differences in health risks set at conception.

Does sisu predict managerial well-being and work performance?

			
Posteri	TO	14:45	Aula

 Ilmari Määttänen

 The purpose of the study was to assess the impact of beneficial and harmful sisu (perseverance) on managers' and supervisors' well-being and work performance. Beneficial and harmful sisu were measured using a previously developed survey tool, the SisU Scale, that has been found to be effective in predicting employee well-being and stress. The variables in the data were selected so that both individual traits and workplace-related variables explained well-being and work efficiency. The research questions were the following: how beneficial and harmful sisu affect managers' 1) well-being, and 2) work performance. The data were collected from members of four trade unions using electronic survey forms. Supervisors and managers, including senior management, participated in the questionnaire study. There were 265 respondents, including 161 females and 103 males. The average age of the respondents was 46.7 years. SisU was assessed with the SisU Scale. Subjective well-being was assessed with the WHO-5 survey. According to the results, beneficial sisu was positively and harmful sisu negatively associated supervisors' well-being. Beneficial sisu was associated with self-reported work performance. Based on the results, both individual traits, in this case, sisu, and workplace-related factors contribute to the understanding of well-being and work efficiency.

Työllisyys ja tulot ennen ja jälkeen kumppanin psykiatrisen diagnoosin

			
Posteri	TO	14:45	Aula

Jade Knop

Tausta ja tavoitteet Aiemmissä tutkimuksissa on tarkasteltu kumppanin somaattisen terveyden heikkenemisen vaikutuksia yksilön työmarkkinatulemiin, mutta mielenterveyden osalta ilmiötä on tarkasteltu vähemmän. Me tutkimme, onko kumppanin masennus-, ahdistuneisuus- tai sopeutumishäiriölle altistuminen yhteydessä yksilön työllisyyden ja tulojen kehitykseen ennen ja jälkeen diagnoosin. Menetelmät Kaikille Suomessa asuville työikäisille, joiden kumppani sairastui ensimmäisen kerran masennus-, ahdistuneisuus- tai sopeutumishäiriöön vuosien 2000 ja 2020 välillä, valittiin sosiodemografisilta sekä mielenterveyteen ja parisuhteeseen liittyviltä ominaisuuksiltaan vastaava satunnainen verrokki. Yksilöiden työllisyyttä ja tuloja seurattiin viisi vuotta ennen ja jälkeen diagnoosin. Tulokset Kumppanin häiriö oli yhteydessä yksilöiden matalampaan työllisyyteen ja tuloihin viisi vuotta ennen diagnoosia. Kumppanin masennus- tai ahdistuneisuushäiriö ei ollut yhteydessä työllisyyden ja tulojen kehitykseen. Sen sijaan kumppanin sopeutumishäiriö oli yhteydessä työllisyyden ja tulojen suhteelliseen laskuun diagnoosivuonna. Miehillä suhteellisen eron kasvu jatkui, kun taas naisilla suhteellinen ero palasi diagnoosia edeltäneen vuoden tasolle viiden vuoden seurannassa. Johtopäätökset Kumppanin masennus- tai ahdistuneisuushäiriö ei ollut yhteydessä muutoksiin yksilön työllisyydessä tai tuloissa, mutta kumppanin sopeutumishäiriö oli yhteydessä yksilön työllisyyden ja tulojen suhteelliseen laskuun. Kumppanin mielenterveyden ja yksilön työmarkkinatulemien yhteys voi heijastaa kumppaneiden välisiä havaitsemattomia yhtäläisyyksiä, jotka ohjaavat parisuhteeseen valikoitumista. Kumppanin sopeutumishäiriötä seuraavat työllisyyden ja tulojen muutokset viittaavat kuitenkin siihen, että äkillisesti puhkeavat reaktiiviset häiriöt saattavat vaikuttaa kumppanin käyttäytymiseen työmarkkinoilla mahdollisen valikoitumisen ohella.

Excess Mortality in Persons with Bipolar Disorder: A Finnish Register Study

   
Posteri TO 14:45 Aula

 Julia Rimmington

 Objectives: To investigate excess all-cause mortality in persons with bipolar disorder in Finland and whether the mortality gap between the bipolar disorder population and the general population widened from 2000 to 2017. Methods: Persons diagnosed with bipolar disorder during 1980-2017 in Finland were identified using the Care Register for Health Care and linked to population-register data on mortality and demographics. The overall level of mortality was examined using age-standardized mortality rates per 100 000 person-years. Excess mortality was estimated by calculating rate ratios for mortality between the bipolar disorder population and the general population. Results: During 2000-2017, the rate ratios for all-cause mortality were 2.20 (95% CI 2.07-2.33) among males and 2.57 (95% CI 2.40-2.75) among females with bipolar disorder. The mortality gap between the bipolar disorder population and the general population narrowed by 48% for males and 60% for females between 2000 and 2017, and females and young persons with bipolar disorder had a higher excess mortality risk than males and older persons with bipolar disorder. Conclusions: Persons diagnosed with bipolar disorder in Finland are burdened by excess mortality compared to the general population, and the level of excess mortality associated with bipolar disorder is substantial. However, the mortality gap between persons with bipolar disorder and the general population has narrowed in Finland. Nevertheless, the findings of this study highlight the ongoing need for effective preventive care and timely treatment of comorbid somatic illnesses in persons with bipolar disorder.

Koulupoissaolojen kehityskulkujen yhteydet koulupolkuihin ja hyvinvointiin

			
Poster	TO	14:45	Aula

Mari Tunkkari

Tutkimuksessa tarkasteltiin sitä, missä määrin peruskoulun koulupoissaolojen kehityskulut ennustavat toisen asteen opinnoissa etenemistä ja hyvinvointia varhaisaikuisuudessa. Lisäksi tarkasteltiin tunneperäisen kouluun kiinnittymisen ja toisen asteen koulupoissaolojen roolia poissaolojen kehityskulkujen ja niiden seurausten välisissä yhteyksissä. Tutkimukseen osallistui noin 1800 nuorta, jotka raportoivat koulupoissaolonsa sairaudesta, pinnaamisesta ja muista syistä johtuen kuudennella, seitsemännellä ja yhdeksännellä luokalla. Nuorten hyvinvoinnin ja opintojen etenemisen tarkastelussa hyödynnettiin kyselylomake- ja rekisteriaineistoa. Tulokset osoittivat, että koulupoissaolojen kehityskuluilla oli erilaisia seurauksia toisen asteen opinnoissa edistymiselle ja hyvinvoinnille. Vähän koulusta poissa olevat nuoret valmistuivat muita nuoria todennäköisemmin toiselta asteelta. Oppilaat, joilla poissaolot alkoivat jo alakoulussa, kokivat saavansa vähemmän tukea vanhemmilta ja opettajilta toisen asteen opintojen aikana, ja heillä oli muita suurempi riski joutua toimeentulotuelle varhaisaikuisuudessa. Kasvavat poissaolot yläkouluun siirtymisen jälkeen lisäsi riskiä syyllistyä rikkeisiin toisella asteella. Korkea vanhemmilta ja opettajilta saatu sosiaalinen tuki sekä tyytyväisyys koulupaikkaan toisen asteen opinnoissa toimivat suojaavina tekijöinä keskeyttämisaikomuksilta ja yksinäisyydeltä sekä lisäsivät todennäköisyyttä valmistua toiselta asteelta. Tulosten mukaan varhainen poissaoloihin puuttuminen on ensiarvoisen tärkeää, jotta voidaan ehkäistä poissaolokierteen kehittymistä, vähentää psyykkistä pahoinvointia ja koulunkäynnin keskeyttämisen riskiä.

Changes in sleep and life satisfaction during retirement

   
Posteri TO 14:45 Aula

 Marika Kontturi

 Retirement is one of the most important life transitions in late midlife. Along with a formal, objective life course transition, it is also a social psychological transition that is related to psychological well-being. Life satisfaction and sleep quality are important components of subjective well-being. Previous studies have shown that retirement reduces sleep problems, but changes in life satisfaction during the retirement transition are multifactorial and partly unknown. The studies that have examined the association between sleep quality and life satisfaction have shown that better sleep quality and greater life satisfaction are associated with each other both in cross-sectional and longitudinal studies. Additionally, it has shown that life satisfaction increases when sleep quality increases. However, there are no studies on whether changes in sleep are associated with changes in life satisfaction during the retirement transition. Furthermore, life satisfaction has previously been studied mostly in general, while the specific domains of life satisfaction have received less attention. The aim of this prospective cohort study was to examine whether changes in sleep problems are associated with changes in total and domain-specific life satisfaction during the retirement transition (on average 0.5 years before and 0.5 years after retirement). The study population consisted of Finnish public sector employees ($n=3518$) from the Finnish Retirement and Aging (FIREA) study who retired on a statutory basis in 2014–2019. Participants responded to annual surveys before and after transition to statutory retirement. Sleep problems were measured with Jenkins Sleep Problem Scale questionnaire and participants were grouped into four sleep problem groups depending on the state of their sleep problems during the retirement transition: 'Never', 'Decreasing', 'Increasing', and 'Constant' sleep problems. Life satisfaction was measured with the Life Satisfaction Scale questionnaire. The total life satisfaction score (1–5) was calculated by averaging the responses of the four domains of life satisfaction (interestingness, happiness, easiness, togetherness). Multiple linear regression analyses with generalized estimating equations were used to examine the changes in life satisfaction by sleep problem groups. We found that the improvement in total life satisfaction was greatest for participants in the 'Decreasing' (0.17, 95% CI: 0.11–0.23, SMD: 0.27) and 'Constant' (0.12, 95% CI: 0.07–0.18, SMD: 0.19) sleep problem groups. Of the specific life satisfaction domains, similar findings were observed only for the easiness domain. It seems that decreasing or constant sleep problems are associated with improved life satisfaction during the retirement transition, especially in the feeling of easiness of life. As the demands of work decrease during retirement, sleep problems may alleviate or become more manageable, potentially improving life satisfaction.

Transcending the limits of our ordinary strength: Validation of the Sisu Scale o

			
Posteri	TO	14:45	Aula

 Marta Velázquez Gil

 Full title: Transcending the limits of our ordinary strength: Validation of the Sisu Scale on a sample of Spanish population Abstract: Sisu is a Finnish term for the inner fortitude that enables us to see beyond and transcend the preconceived limitations of our ordinary strength. In his healthy manifestation, sisu is the harmonious blending of power (sisu) and love. However, too much sisu can manifest as well and can lead us to harm ourselves and others. The objective of this study is to validate the Sisu Scale on a sample of Spanish population. The sample is composed of 209 Spanish-speaking participants. A confirmatory factor analysis was carried out with DWLS estimator in order to determinate the internal structure of the scale. A high-level model consisting of two factors, beneficial and harmful sisu, was proved. The results yielded a CFI of 0.96, a TLI of 0.952, a RMSEA of 0.098 and a SRMR of 0.094. A high-level model predicting stress was adjusted as well. The results improved the goodness-of-fit indices slightly and yielded a CFI of 0.973, a TLI of 0.97, a RMSEA of 0.082 and a SRMR of 0.088 . Both models exhibit good goodness-of-fit indices and the second model also presents predictive capacity for stress. These results provide initial evidence for validity of the Spanish Sisu Scale. Future research should focus on collecting further evidence of validity and the practical usage of the scale to explore the experience of overcoming significant adverse events .

Interindividual similarities between early life stress and adult brain function

			
Posteri	TO	14:45	Aula

 Miro Ilomäki

 Early life stress (ELS) is a major contributor to decreased wellbeing, traumatization, and mental health problems in later life. Current literature on the neurodevelopmental outcomes of ELS is, however, lacking due to poor sampling, retrospective operationalization of ELS, and reliance on aged neuroscientific paradigms. To address previous limitations, the present study utilizes a rare, two decades spanning longitudinal sample ($n = 92$) of Finnish families followed since pregnancy to the early adulthood of the children in tandem with contemporary neuroscientific methods (representational similarity analysis, intersubject representational similarity analysis, multidimensional scaling, functional alignment). In this fMRI study utilizing the emotional (face expression) version of the go/no-go task, we demonstrate how interindividual similarity in even normative issues relating to parental wellbeing and intrafamilial issues in early life map onto similarity in task-related brain function in early adulthood. Additionally, we explore which aspects of ELS contribute most to the observed neurodevelopmental outcomes. Notably, we show that major contributors to the observed association relate mostly to issues reported by the mother, intrafamilial issues, and issues reported by the parents after birth (as opposed to during pregnancy). The results of the current study have far reaching implications not only for the development and utilization of novel neuroscientific methods, but also for understanding the possible neurobiological and -developmental underpinnings of some of the adverse effects related to ELS.

Exploring typical development of interhemispheric connections

			
Posteri	TO	14:45	Aula

 Nea Rinne



Background: The corpus callosum (CC) is the white matter (WM) structure connecting and enabling communication between the two hemispheres. Different branches of CC are thought to support specific cognitive functions. For instance, the posterior CC, which connects areas involved in language processing, may play a key role in reading. The CC develops through childhood and adolescence. Given that distinct regions of CC appear to mature at distinct times, this maturation could be related to the development of cognitive functions. Using diffusion weighted magnetic resonance imaging (DWI), we studied development of CC in adolescence and early adulthood. Our aim was to study links between age, reading and listening performance, and the number of WM tracts in different parts of the CC. The CC was divided into five segments (anterior, mid-anterior, central, mid-posterior, and posterior) and DWI-based tractography was conducted to study different developmental trajectories in the CC. Methods: Participants ($n = 177$) were neurotypical 13-to-25-year-olds. During the reading and listening tasks, participants rated written or spoken sentences, respectively, as congruent, or incongruent in undistracted and distracted conditions. The distractors were task-irrelevant speech during reading and task-irrelevant written text during listening. DWI was carried out with 3T Siemens MAGNETOM Skyra whole-body magnetic resonance scanner. The DWI images consisted of 70 slices and were acquired using 64 diffusion gradients (in-plane resolution 2.5×2.5 mm). Explore DTI software was used to preprocess the data, and FreeSurfer segmentation was used for regions-of-interest based tractography. The number of tracts derived from the five CC segments were normalized against the number of tracts in the whole CC. JASP statistics program was used in linear regression and mediation analyses. Sample cohort and gender were determined as covariates in all analyses. Results: Age significantly predicted task performance ($t_{173}=5.5$, $p < .001$). Of the CC segments, age predicted the number of posterior CC tracts ($t_{173}=-3.7$, $p < .001$), whereas posterior CC tracts predicted task performance ($t_{173}=-2.25$, $p < .001$). Because all three relationships were significant, we used mediation analysis to evaluate whether the variance in task performance, explained by age and posterior CC tracts, was shared. The analysis showed that the direct effect of age on task performance was significant ($z = 5.2$, $p < .001$ CI (0.006, 0.013)), while the indirect effect of age (via tracts) was not ($z = .9$, $p > .35$, CI (-.00005, .001)). Conclusions: Our results support the notion that WM tracts via posterior CC facilitate language processing. Additionally, our results demonstrate that the CC develops through adolescence, with the posterior CC being the last to mature.

Why did you pick that army? Player personality traits and faction choice

			
Posteri	TO	14:45	Aula

 Oliver Lindahl



Previous research has focused on how the personality of miniature wargame players differ compared to players of other games and how personality is linked to motivations for engaging with the hobby, however, there is no research exploring how personality can be expressed within the game itself. This study explores connections between player personality traits and faction choice to better understand how different aspects of personality are linked to individuals' gaming preferences and practices. The Ten Item Personality Inventory (TIPI) was administered to 706 self-selected respondents (97.3% male) who also disclosed their first and most beloved faction in the game Warhammer Fantasy Battle. Results suggest that personality traits are associated with the choice of first faction, specifically in the personality trait dimensions of conscientiousness, openness to experience and emotional stability, showing significant differences in personality traits between players, with effect sizes indicating practical significance. Results are discussed in light of previous research, along with practical implications and possible future research directions.

Uusi sovellus perinataalmielenterveyden tueksi

			
Posteri	TO	14:45	Aula

Riikka Lemmetyinen

Daring Birth -tutkimus: digitaalisen synnytysvalmennuksen vaikutus synnytyskokemukseen ja perinataalmielenterveyteen Olemme Aalto-yliopistossa kehittäneet uudenlaisen digitaalisen synnytysvalmennussovelluksen perinataaliajan mielenterveyden tueksi. Olemme moniammatillinen tiimi, jonka tavoitteena on löytää keinoja synnytyskokemuksen parantamiseen ja tukea raskaudenaikaista ja synnytyksenjälkeistä mielen hyvinvointia. Sovellus tarjoaa työkaluja itsetuntemuksen lisäämiseen, itsensä rauhoittamiseen ja kivun hallintaan sekä käytännönläheisiä harjoitteita synnytykseen valmentautumiseen. Sovelluksessa hyödynnetään Aalto-yliopistossa kehitettyä tunneseurantamenetelmää, jota nyt on muokattu ensimmäistä kertaa raskausaikaan sopivaksi perinataalipsykologin, synnytyslääkärin, doulan ja palvelumuotoilijan yhteistyönä. Sovelluksessa käytettävät psykologiset harjoitteet perustuvat tunteiden sanoittamiseen, validointiin ja itsemyötätunnon vahvistamiseen tunnekeskeisen terapian (EFT) ja kognitiivisen käyttäytymisterapian (CBT) tekniikoita soveltaen. Seuraavaksi selvitämme kliinisessä Daring Birth -tutkimuksessa sovelluksen vaikuttavuutta. Tutkimme sovelluksen vaikutusta synnytyskokemukseen ja perinataalmielenterveyteen. Synnytyskokemuksen tiedetään kytkeytyvän moniin synnytyksen jälkeisiin tapahtumiin, ja sillä on suuri merkitys varhaisen vuorovaikutuksen ja mielenterveyden kannalta. Tutkimus toteutetaan yhteistyössä HUS yliopistollisen sairaalan kanssa. Tutkimus toteutetaan kontrolloituna tutkimuksena, jossa tutkittavat satunnaistetaan kahteen ryhmään. Toinen ryhmä eli ns. terapiaryhmä saa käyttöönsä koko sovelluksen, ja toinen eli kontrolliryhmä käyttää sovellusta ainoastaan kyselytutkimuksiin vastaamiseen. Tutkittavilta kerätään tietoa kyselytutkimuksilla ja supistuslaskurilla. Synnytyskokemuksen, synnytyspelon ja mielialaoireiden lisäksi tutkimuksessa selvitetään myös tutkittavien synnytystapahtumia kuten synnytystapaa, synnytyksen käynnistymistä, synnytyksen kestoa ja käytettyjä kivunlievitysmenetelmiä. Osa tutkittavista saa lisäksi käyttöönsä aktiivisuusrannekkeen, jonka avulla seurataan tutkittavan syketasoa, sykkeen vaihtelua, unta ja stressitasoa. Tavoitteena on parantaa ymmärrystä raskaudenaikaisten mielialanvaihteluiden ja mahdollisen synnytyspelon tai mielenterveysongelmien yhteyksistä näihin aktiivisuusrannekkeella mitattaviin asioihin. Tutkimukseen rekrytoidaan 200 osallistujaa sosiaalisen median kanavien kautta. Alustavia tuloksia odotetaan saatavan alkukesästä 2024, jolloin osa käyttäjistä on jo päässyt raskausajan osiossa pitkälle. Tulisimme mielellämme esittelemään tarkemmin sovellusta ja alustavia tuloksia Psykologia 2024- kongressiin.

Neuropsykologisen ryhmäkuntoutuksen vaikutus elämänlaatuun -pilottitutkimus

Poster	TO	14:45	Aula
--------	----	-------	------

Riitu Puumalainen

Tausta: Lievien aivovammojen jälkeen riittävän tiedon antamisen on todettu tukevan toipumista ja pian lievän aivovamman jälkeen aloitetulla psykologisella interventtiolla voidaan mahdollisesti ehkäistä tai vähentää vammaan liittyvien oireiden kroonistumista (esim. Turner-Stokes, Pick, Nair, Disler & Wade, 2015, Silverberg ym., 2013). Aiemmissa tutkimuksissa neuropsykologisella kuntoutuksella on todettu olevan positiivinen vaikutus myös koettuun elämänlaatuun etenkin nuoremmilla henkilöillä (Guárdia-Olmos, Peró-Cebollero & Gudayol-Ferre, 2015). Sairaala Novan neurologian poliklinikalla on kehitetty lieväoireisille aivovauriopotilaille neuropsykologinen ryhmäkuntoutusinterventio. Ryhmään osallistuneilta potilailta saadun positiivisen palautteen vuoksi haluttiin selvittää, olisiko ryhmästä koettu hyöty mitattavissa elämänlaatumittarilla. Aineisto: Tässä rekisteritutkimuksessa aineistona käytettiin Sairaala Novan neurologian poliklinikalla neuropsykologiseen ryhmäkuntoutukseen osallistuneilta potilailta (n= 43) kerättyjä aivovaurion jälkeiseen terveyteen liittyvää elämänlaatua mittaavan QOLIBRI-kyselyn tuloksia sekä palautelomakkeita (Quality of Life After Brain Injury, von Steinbüchel ym., 2010). Kuntoutusryhmään osallistuneet potilaat täyttivät elämänlaatukyselyn ennen ryhmäkuntoutuksen alkamista ja ryhmäkuntoutuksen jälkeen. Palautelomakkeet osallistujilta kerättiin viimeisellä ryhmäkuntoutuskäynnillä. Kuntoutusryhmään on osallistunut erilaisista hankituista aivovaurioista toipuvia potilaita. Muutosta elämänlaadussa arvioitiin toistettujen mittauksen t-testillä. Tulokset: Ryhmäkuntoutuksen jälkeen osallistujat arvioivat yleiseen terveyteen, ajattelutoimintoihinsa, itseen sekä arkipäivän toimintakykyyn liittyvän elämänlaadunsa tilastollisesti erittäin merkittävästi (t-testi, $p < 0,001$) paremmaksi kuin ennen ryhmäkuntoutuksen alkamista. Sosiaaliin suhteisiin liittyvän elämän laadun osallistujat arvioivat merkitsevästi paremmaksi ryhmäkuntoutuksen jälkeen (t-testi, $p < 0,05$). Tunteisiin (t-testi, $p = 0,066$) ja fyysiseen tilaan (t-testi, $p = 0,147$) liittyvän elämänlaadun osalta arviot ennen ryhmää eivät eronneet merkitsevästi ryhmän jälkeisistä arvioista. Palautekyselyssä keskiarvoksi (asteikolla 0 – 10) ryhmän hyödyllisyydestä saatiin 8 ja käsiteltyjen aiheiden mielekkyyden, käyntien sisällön, ryhmässä toimimisen ja ryhmän koon osalta 9. Pohdinta: Tämän tutkimuksen perusteella neuropsykologisella ryhmäkuntoutuksella voi olla vaikutusta lievästä aivovauriosta toipuvien potilaiden elämänlaatuun. Lisätutkimusta tarvittaisiin selvittämään, onko vaikutus elämänlaatuun kestävä pidemmällä aikavälillä. Kontrolliryhmällä voitaisiin selvittää, liittyykö muutos elämänlaadussa aivovaurion jälkeiseen spontaaniin palautumiseen vai onko kuntoutuksella vaikutusta tähän.

Toiminnanohjauksen vaikeuksien yhteys TOTAKU-kuntoutuksen keston

			
Poster	TO	14:45	Aula

Saara Räisänen

Toiminnanohjauksen vaikeudet heikentävät merkittävästi lapsen toimintakykyä arjen eri toimintaympäristöissä ja edellyttävät monimuotoista tukea. Psykososiaalisten monimenetelmäisten käyttäytymishoitoa ja vanhempainohjausta sisältävien interventioiden on osoitettu vähentävän ylivilkkaus- ja tarkkaamattomuusoireita ja parantavan lasten toimintakykyä. Kehityksellisissä tarkkaavuuden ongelmissa tuen tarve on usein pitkäaikainen, mutta tutkimusta interventioiden keston vaikutuksesta toiminnanohjauksen vahvistumiseen on vähän ja tulokset ovat ristiriitaisia. Tampereen yliopiston Psykologian opetus- ja tutkimuslinikka PSYKEssä kehitetty toiminnanohjauksen ja tarkkaavuuden ryhmäkuntoutus TOTAKU on neuropsykologinen monitasokuntoutus, joka sisältää lasten- ja vanhempien ryhmät ja koulukonsultaatiot ja kestää n. 10 kk. Aikaisemmat tuloksellisuustutkimukset osoittavat vanhempien arvioimien ylivilkkauksien ja impulsiivisuuden vähentyneen kuntoutuksen aikana. Keston yhteyttä kuntoutuksen tuloksellisuuteen ei ole tutkittu. Tässä tutkimuksessa selvitettiin, mitkä tekijät ovat yhteydessä kuntoutuksen keston. Tutkimus on toteutettu rekisteritutkimuksena vuosina 2012–2018 ryhmäkuntoutukseen osallistuneista (N = 80) 6–13-vuotiaista (ka = 9 v 4 kk) lapsista (poikia 72), jotka jaettiin kahteen ryhmään kuntoutuksen keston mukaan. Ryhmä I (n = 46) sai kuntoutusta yhden jakson (10 kk) ja ryhmä II (n = 34) kaksi jaksoa. Taustatiedot ja tarkkaavuuden ongelmien vaikeusaste vanhempien arvioimana (Conners' Rating Scales-Revised DSM-IV Total Score, katkaisurajana $T \geq 65$) kerättiin asiakasrekisteristä. Vanhemmat arvioivat toiminnanohjausta Behavior Rating Inventory of Executive Function (BRIEF) -kyselyllä kuntoutuksen alussa ja lopussa. Aineiston tilastollisissa analyyseissä käytettiin epäparametrisiä testejä (Mann-Whitney, χ^2 -testit). Kuntoutuksen alussa ryhmät eivät eronneet taustamuuttujien (sukupuoli, ikä, ÄO, diagnoosi, lääkitys ja koulun tukitoimet) suhteen, mutta ryhmässä II oli vaikea-asteisempia tarkkaavuuden ongelmia (63,3 % vs. 37 %, $p < .047$). Ensimmäisen kuntoutusjakson päättyessä ryhmät erosivat toiminnanohjauksen indeksissä Metakognitio ($p < .037$) ja sen alaskaaloissa Työmuisti ($p < .048$) ja Monitorointi ($p < .022$). Tulokset viittaavat siihen, että pidempi kuntoutuksen kesto on tarpeen lapsilla, joilla on lähtötilanteessa vaikea-asteisempia tarkkaavuuden ongelmia. Monimutkaisemmat toiminnanohjauksen ja osittain myös perustoimintojen (työmuistin) ongelmat näyttävät liittyvän pitkäkestoisemman kuntoutuksen tarpeeseen.

Elämäkertamuistin subjektiivisen toiminnan mittaaminen

Poster

TO

14:45

Aula

Samuli Kangaslampi

Autobiografinen muisti eli elämäkertamuisti on ihmisen oman elämän tapahtumien muistamiseen erikoistunut muistijärjestelmä, joka nivoo yhteen muistot itsestä ja merkityksellisistä, henkilökohtaisista kokemuksista sekä itseä koskevat faktat yhtenäiseksi elämäntarinaksi. Ihmisten välillä on merkittäviä eroja elämäkertamuistin toiminnassa eli esimerkiksi omaan elämään liittyvien muistojen määrässä ja laadussa. Elämäkertamuistin toiminnan luotettava mittaaminen olisi hyödyllistä sekä tieteellisissä tutkimuksissa että kliinisessä työssä. Se on kuitenkin haastavaa sekä muistijärjestelmän subjektiivisen luonteen että sen kulttuurisidonnaisuuden vuoksi. Laboratorio-olosuhteissa mitattu episodisen muistin yleinen toiminnan taso ei välttämättä yhdisty tosielämän elämäkerrallisten tapahtumien muistamisen tasoon. Elämäkertamuistin toiminnan subjektiivisen tason mittaamiseen on kehitetty kyselymittareita. Osana Muistaakseni-tutkimusprojektia tämä tutkimus selvitti kahden elämäkertamuistin toimintaa mittaavan itsearviointikyselyn, Elämäkertamuistin kyselyn (Survey of Autobiographical Memory, SAM) sekä Autobiografisen muistamisen testin (Autobiographical Recollection Test, ART) uusien suomenkielisten käännösten luotettavuutta ja ominaisuuksia 457 suomalaisen aikuisen keskuudessa. Samalla tutkittiin sukupuoli- ja ikäeroja itsearvioitussa elämäkertamuistissa sekä sitä, miten yksittäiset kysymykset siitä, miten hyvin henkilö muistaa elämänsä, suhteutuvat laajempien kyselyiden antamaan tietoon. Tutkimuksessa suomenkieliset SAM ja ART osoittivat hyvää sisäistä johdonmukaisuutta ja riittävää sopivuutta oletettuihin faktorirakenteisiin. Kuten aikaisemmissakin tutkimuksissa, SAMin semanttisessa alaskaalassa ja joissakin yksittäisissä väitteissä ilmeni psykometrisiä ongelmia. Yksittäiset kysymykset elämäkertamuistin toiminnasta korreloivat vahviten SAMin episodisen muistin alaskaalan sekä ARTin eläväisyyttä ja koherenssia mittaavien kysymysten kanssa. Kokonaispisteet ja episodisen muistin pisteet SAMissa olivat vahvassa yhteydessä etenkin eläväisyyteen ARTilla mitattuna. Nuorten aikuisten keskuudessa naiset arvioivat tulevaisuudenkuvittelukykynsä ja muistojensa merkityksen elämäntarinalleen korkeammalle, mutta spatiaalisen muistinsa heikommaksi kuin miehet. Naisten keskuudessa elämäkertamuisti arvioitiin keskimäärin paremmaksi, eläväisemmäksi ja koherentimmaksi iän kasvaessa. Nämä löydökset tulisi toistaa muissa kulttuuriympäristöissä. Kun ihmistä pyydetään arvioimaan oman elämäkertamuistinsa toimintaa, hänen vastauksensa näyttävät heijastelevan vahviten muistojen eläväisyyttä ja koherenssia. Koetun elämäkertamuistin toiminnan ja ominaisuuksien tarkempaan tutkimiseen ART tarjoaa yhden lupaavan vaihtoehdon, joka on nyt saatavilla useilla kielillä. SAMin on tarkoitus mitata eroja elämäkertamuistin toiminnassa objektiivisemmin, mutta senkin tulokset näyttävät heijastelevan enemmänkin muistamisen kokemuksellisia piirteitä, etenkin muistojen eläväisyyttä.