



Suomen nuorisopsykiatrinen yhdistys ry

## **Nuorisopsykiatrian päivät**

**26.-27. maaliskuuta 2020**

Auditorio Leonardo da Vinci, Itämerenkatu 11-13, Helsinki (Ruoholahden metroasema)

### **Arki lähtee lapasesta?**

Maailma on muuttunut; nuorilla on paljon mahdollisuuksia, mutta he myös kuormittuvat aiempaa enemmän. Tämä ilmenee lisääntyvinä stressioireina. Aiemmin nuoria oli vaikea saada illalla kotiin, nykyään nuoria on vaikea saada pois digilaitteilta. Tavallisesti nuori pystyy laitteiden käyttöön säätelemään, mutta jos käyttö ei pysykään hallinnassa voi seurauksena olla monenlaisia sosiaalisia ja psyykkisiä ongelmia. Koulutuspäivillä perehdytään arjen haasteisiin ja mietitään keinoja tukea ja auttaa arjen tavallisissa vaikeuksissa.

#### **To 26.3.2020**

- |               |  |
|---------------|--|
| 8.45 - 9.00   | <b>Koulutuspäivien avaus,</b><br>Kirsi-Marja Haapasalo-Pesu,<br>SNPY:n puheenjohtaja   |
| 9.00 – 10.15  | <b>Nuorten uni ja uniongelmat,</b><br>Anna-Sofia Urrila, nuorisopsykiatrian dosentti   |
| 10.15 – 10.45 | <b>Kahvi</b>   |
| 10.45 – 12.00 | <b>Unikoulu nuorille eli uniongelmien käyttäytymisterapeuttiset hoitomenetelmät,</b><br>Juulia Paavonen, lastenpsykiatrian erikoislääkäri, apulaisylilääkäri HUS                     |
| 12.00 – 13.00 | <b>Lounas</b>  |
| 13.00 – 14.00 | <b>Nuorten kokema stressi kouluterveyskyselyn perustella,</b><br>Riikka Ikonen, erikoistutkija, TtT, THL   |
| 14.00 – 14.30 | <b>Kahvi</b>   |
| 14.30 – 15.45 | <b>Stressinhallintakoulutus,</b><br>Säde Rytönen, hyvinvointikoordinaattori, Pohjois-Savon hyvinvointikoordinaattori, Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri, perusterveydenhuollon yksikkö |

## Pe 27.3.2020

- 8.30 – 9.45 **Riippuvuuksien neurobiologinen tausta,**  
Petri Hyytiä, FT, dosentti, Helsingin yliopisto, farmakologian laitos
- 9.45 – 10.15 **Kahvi**
- 10.15 – 11.45 **Nuoret ja netti, tulenarka yhdistelmä?**  
Silja Kosola, nuorisolääketieteen dosentti
- 11.45 – 12.30 **Lounas**
- 12.30 – 13.45 **Nettiporno,**  
Karoliina Vuohtoniemi, erityistason seksuaaliterapeutti (NACS), sex addiction counsellor (CPCAB), Sexpo ihmissuhdekeskus
- 13.45 – 14.15 **Kahvi**
- 14.15 – 15.30 **Ongelmallinen digipelaaminen ja mitä sille voi tehdä,**  
Terhi Mustonen, psykologi, Digipelirajat´on-toiminnan päällikkö, Sosiaalipedagogiikan säätiö

Koulutuspäivien hinta on jäsenille 250 €/2 pv ja 130 €/1 pv sekä ei-jäsenille 300 €/2 pv ja 170/1 pv. Hinta sisältää aamu- ja iltapäiväkahvit, mutta ei lounasta. Ilmoittautuminen 18.3.2020 mennessä yhdistyksen nettisivujen kautta <http://www.nuorisopsykiatrinen-yhdistys.org/ilmoittaudu>. Maksut maksetaan tilille **FI66 8000 1070 1206 48** ennen koulutustilaisuutta. Jos maksu ei ole tullut tilille, maksut laskutetaan koulutuspäivien jälkeen, jolloin lisätään laskutuslisä 10 e/lasku. Mahdolliset peruutukset tehtävä 20.3.2020 mennessä. Tämän jälkeen tehdyistä peruutuksista laskutetaan koulutusmaksu kokonaisuudessaan. Koulutusta anotaan Helsingin yliopiston hyväksymäksi erikoistumiskoulutukseksi lasten-, nuoriso-, psykiatria- ja oikeuspsykiatria. Lisätietoja seija.m.ollikainen(-at-) gmail.com tai puh. 0442836806

