

HILJAISIA ÄÄNIÄ

Nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksesta hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen

Venla Panula
Noona Kiuru
Sanni Pöysä
Niina Junttila
Matilda Sorkkila
Marja-Kristiina Lerkkänen
Eija Pakarinen



© Opetushallitus

Raportit ja selvitykset 2023:2

ISBN 978-952-13-6886-8 (pdf)

ISSN-L 1798-8918

ISSN 1798-8926 (pdf)

Taitto: Grano Oy

www.oph.fi

TIIVISTELMÄ

Suomen Akatemian yhteydessä toimivan strategisen tutkimuksen neuvoston (STN) rahoittaman Resilientti koulu ja koulutus (EduRESCUE) -hankkeen tutkijoiden kirjoittamassa raportissa tarkastellaan nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen. Erityinen huomio on niin sanottujen ”hiljaisten äänten” kuulemisessa eli sellaisten nuorten kokemuksissa, jotka usein jäävät yhteiskunnallisessa päätöksenteossa huomiotta.

Verkkopohjainen kysely laadittiin yhteistyössä eri järjestöjen kanssa. EduRESCUE-hankkeen yhteistyötahot Autismiliitto, HelsinkiMissio, Kuurojen Liitto, Lastensuojelun Keskusliitto, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, MIELI Suomen Mielenterveys ry, Suomen Punainen Risti, Suomen Vanhempainliitto ja Varsinais-Suomen Lastensuojelujärjestöt jakoivat kyselyä sosiaalisen median eri kanavissa. Kyselyyn vastasi 534 Suomessa asuvaa nuorta, jotka olivat iältään keskimäärin 18,24 vuotta (keskihajonta 3,88 vuotta ja vaihteluväli 9–28 vuotta). Tämän lisäksi nuorten ääniä kuultiin yhteistyössä heitä edustavien järjestöjen, esimerkiksi Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalojen kanssa järjestetyn nuorten digiraadin ja Autismiliiton toteuttamien nuorten haastattelujen, kautta. Raportissa hyödynnetään myös nuorten ja perheiden kanssa työskentelevien järjestöjen korona-aikana keräämää tietoa ja muita aiheeseen liittyviä selvityksiä.

Raportissa kuvataan nuorten kokemuksia hyvinvoinnin, sosiaalisten suhteiden ja yksinäisyyden, koulunkäynnin sekä oppimisen haasteista koronapandemian aikana, mutta myös pandemia-ajan tuomista myönteisistä puolista. Raportin tulosten kautta saadaan lisää tietoa siitä, miten vastaavien kriisitilanteiden aikaista resilienssiä – eli joustavuutta ja kykyä toipua vastoinkäymisistä – voitaisiin sekä yksilö- että yhteisötasolla vahvistaa. Raportin tulosten pohjalta esitetään suosituksia esimerkiksi opettajille, opetuksen järjestäjille, nuorten ja perheiden kanssa työskenteleville sekä päättäjille.

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ	3
1 JOHDANTO	5
2 KORONAPANDEMIA, NUORTEN HYVINVOINTI, SOSIAALISET SUHTEET JA OPPIMINEN	8
2.1 Koronapandemia ja nuorten kokema hyvinvointi.	8
2.2 Koronapandemia, nuorten sosiaaliset suhteet ja yksinäisyys	9
2.3 Koronapandemia, nuorten oppiminen ja koulu-uupumus.	10
2.4 Nuorten koronapandemiaan liittyvien kokemusten moninaisuus.	11
3 HILJAISIA ÄÄNIÄ: NUORTEN KOKEMUKSIA KORONAPANDEMIA-AJASTA	13
3.1 EduRESCUE-hanke.	13
3.2 Hiljaisten äänten kyselyn tausta ja toteutus.	13
3.2.1 Kyselyn teemat.	15
3.2.2 Mittarit.	16
3.2.3 Täydentävät aineistonkeruut: nuorten kokemushaastattelut ja digiraadit.	18
3.2.4 Muut järjestöiltä saadut tausta-aineistot.	18
4 TULOKSET	19
4.1 Nuorten kokemukset koronapandemian vaikutuksista hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen.	19
4.2 Alaryhmätarkastelu nuorten koronapandemian aikaisista kokemuksista	21
4.3 Alaryhmien väliset erot.	24
4.4 Korona-ajan kokemukset ja tulevaisuuden muutostoiveet nuorten omin sanoin	28
4.5 Digiraatikeskusteluiden pääviestit.	30
4.6 Autismikirjon nuorten kokemukset korona-ajasta.	30
4.7 Vammaisfoorumin raporttoimia tuloksia.	31
4.8 Viittomakielisten nuorten kokemuksia.	31
5 POHDINTA JA SUOSITUKSET	33
5.1 Koronapandemian heijastuminen nuorten kokemaan hyvinvointiin.	33
5.2 Koronapandemian heijastuminen nuorten sosiaalisiin suhteisiin ja yksinäisyyteen.	35
5.3 Koronapandemian heijastuminen nuorten oppimiseen.	37
5.4 Alaryhmätarkastelu nuorten hyvinvoinnin, yksinäisyyden kokemusten ja oppimisen osalta.	38
5.5 Lasten ja nuorten oikeus tulla kuulluksi.	39
5.6 Tutkimuksen arviointia.	39
5.7 Tulosten yhteenveto ja suositukset.	40
LÄHTEET	43

1 JOHDANTO

Kun SARS-CoV-2-viruksen aiheuttama koronapandemia alkoi vuoden 2020 alussa, asetettiin maailmanlaajuisesti voimakkaita rajoituksia terveydenhuollon kantokyvyn turvaamiseksi ja riskiryhmään kuuluvien ihmisten suojelemiseksi. Maaliskuussa 2020 myös Suomessa astuivat voimaan voimakkaat rajoitukset koskien koulujen ja oppilaitosten toimintaa sekä vapaa-ajan toimintaa, kuten harrastuksia. Hallitus yhdessä tasavallan presidentin kanssa totesi 16.3.2020 Suomen olevan poikkeusoloissa koronaviruspandemian takia. Samalla päätettiin 18.3.2020 voimaan tulleista toimenpiteistä, joilla pyrittiin hillitsemään virustartuntojen leviämistä.¹ Näiden mukaan koulujen, toisen asteen oppilaitosten, ammattikorkeakoulujen ja yliopistojen, sekä kansalaisopistojen ja muun vapaan sivistystyön tilat suljettiin, ja lähiopetus keskeytettiin. Poikkeuksena olivat varhaiskasvatus, esiopetus sekä perusopetuksen 1–3-luokkien lähiopetus niille oppilaille, joiden vanhemmat työskentelivät yhteiskunnan toiminnan kannalta kriittisillä aloilla.² Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen osalta muilla kuin yhteiskunnan toiminnan kannalta kriittisillä aloilla toimivia huoltajia kehoitettiin järjestämään lasten hoito kotona, mikäli mahdollista. Erityisen tuen päätöksen saaneiden oppilaiden osalta opetus voitiin toteuttaa lähiopetuksena sitä tarvitseville.³ Aiemmin annettua ohjeistusta tarkennettiin 20.3.2020 alkaen niin, että tarvittaessa kaikki perusopetuksen 1–3-luokkien oppilaat voivat osallistua lähiopetukseen⁴. Edelleen kuitenkin painotettiin heidänkin kohdallaan etäopetukseen osallistumista, mikäli se vain oli mahdollista. Etäopetus toteutui hyvin vaihtelevasti kevään 2020 poikkeusolojen aikana, jolloin reaaliaikaista opetusta antoi Opetusalan Ammattijärjestö OAJ:n selvityksen mukaan 61 % selvitykseen osallistuneista opettajista⁵. Yleisimmin etäopetus toteutettiin reaaliaikaisen opetuksen ja viikko- tai päivätasolla annettuihin tehtävälistöihin perustuvan oppilaiden itsenäisen työskentelyn yhdistelmänä⁶.

Maaliskuussa annetut linjaukset olivat voimassa 13.5.2020 saakka. Tämän jälkeenkin yksittäisiä oppilasryhmiä tai oppilaita voitiin siirtää lyhyeksi aikaa etäopetukseen korona-altistusten tai todennettujen koronartartuntojen takia. Myös alueellinen tautitilanne heijastui lähiopetukseen pääsyyn ja tuotti alueellisia eroja oppilaiden välillä lähi- ja etäopetuksen määrässä⁷. Lisäksi yksittäiset oppilaat saattoivat olla pitkiäkin aikoja etäopetuksessa joko siksi, että he kuuluivat itse tai joku heidän perheenjäsenistään kuului koronavirukseen sairastumisen kannalta riskiryhmään.

Perusopetuksen tavoin toisen asteen oppilaitokset olivat etäopetuksessa 18.3.–13.5.2020. Keväällä 2020 ylioppilastutkinnon kokeet toteutettiin 13.3.2020 julkaistussa tiivistetyssä aikataulussa huomioiden terveysviranomaisien antamat määräykset. Korkeakoulujen opetus toteutettiin etäopetuksena 18.3.2020 alkaen poikkeusolojen ajan, mutta erona esimerkiksi perusopetukseen etäopetusta jatkettiin pitkään kevään 2020 poikkeusolojen jälkeenkin. Vielä kevätlukukaudella 2022 korkeakoulujen opetusta toteutettiin osittain etäopetuksena tai tarjottiin hybriditoteutuksia (sekä lähi- että etäopetus samanaikaisesti). Lisäksi esimerkiksi ammatillisen koulutuksen ammattitaidon ja osaamisen osoittamisen eli näyttöjen toteuttamiseen koronapandemian takia tehtyjä joustoja jatkettiin vielä lukukaudelle 2021–2022, jotta

1 VNa 126/2020.

2 Valtioneuvosto 2020a.

3 Valtioneuvosto, 2020b; 2020c.

4 Valtioneuvosto 2020c.

5 OAJ, 2020.

6 Vuorio ym., 2021.

7 Varanka ym., 2022.

mahdollisimman monella olisi mahdollisuus valmistua suunnitellusti⁸. Koronapandemia heijastui korkeakouluopiskelijoiden opintojen järjestämiseen osittain vielä syyslukukaudella 2022.

Perusopetuksessa poikkeusoloihin liittyvien poikkeuksellisten opetusjärjestelyiden tasa-arvon haasteet korostuivat erityisesti huoltajilta saadussa tuessa ja sen suuressa vaihtelussa⁹, tarvittavien tietoteknisten välineiden saatavuudessa¹⁰ sekä oppijoiden itseohjautuvuudessa¹¹. Etäopetusjakson aikana esimerkiksi perheen tilanne ja huoltajien erilaiset resurssit lasten koulunkäynnin tukemiseen korostuivat¹². Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen (Karvi) arvion mukaan yhdenvertaisuuden toteutumisessa poikkeusaikana heikoimmassa asemassa olivat perusopetuksen oppilaiden osalta erityistä tukea tarvitsevat ja kielivähemmistöihin kuuluvat¹³. Kankaanrannan ja Kantolan¹⁴ selvityksen mukaan etäopetuksen aikana 44 % tehostettua tai erityistä tukea tarvitsevistä oppilaista jäi huoltajiensa mukaan täysin ilman tarvitsemaansa tukea. Lisäksi 18 %:lle oppilaista tehostettua tai erityistä tukea tarjottiin vähemmän kuin lähiopetuksessa¹⁵.

Koulujen ja oppilaitosten sulkemisten lisäksi myös esimerkiksi erilaiset kerho- ja harrastustilat sekä nuorisotalot olivat pitkiä aikoja suljettuina koronapandemian vuoksi. Urheilu- ja vapaa-ajanviettopaikat suljettiin rajoitustoimien vuoksi, ja nuorten elämä rajautui pitkälti neljän seinän sisälle. Kaiken kaikkiaan koronapandemian hillitsemiseksi asetetut sosiaalisen elämän rajoitukset vaikuttivat erityisen voimakkaasti nuorten ja nuorten aikuisten arkeen. Esimerkiksi moni nuoruuteen liittyvä tärkeä tapahtuma (mm. rippileirit, vanhojen tanssit, penkkarit) jäi kokematta, ja pitkittynyt sosiaalinen eristäytyneisyys heijastui elämänvaiheeseen, johon kuuluu olennaisesti kaverisuhteiden luominen ja vapaa-ajanvietto vertaisten kanssa.¹⁶

Koronapandemia on lisännyt yhteiskunnassa eriarvoisuutta, heikentänyt ihmisten hyvinvointia ja haastanut koulutuksen toimijoita maailmanlaajuisesti¹⁷. UNESCO:n¹⁸ selvityksen mukaan erilaiset alueelliset ratkaisut ja rajoitukset ovat lisänneet koulutuksen polarisaatiota eli eriytymistä. Koronapandemia on kiihdyttänyt eriarvoistumista myös suomalaisessa yhteiskunnassa¹⁹. Huolta on kannettu erityisesti lasten ja nuorten hyvinvoinnista ja oppimisesta sekä opetuksen yhdenvertaisesta laadusta²⁰. Vaikka erilaisia kyselyjä nuorten hyvinvoinnista pandemian aikana on tehty tai tietoa on saatu muiden kyselyjen yhteydessä (esim. Kouluterveyskysely), niin nuorten itsensä kuvaamia kokemuksia ja arvioita koronapandemian vaikutuksista heidän elämäänsä ei ole juurikaan kuultu.

8 Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2021.

9 Helske, Ylöstalo, & Koskinen, 2021.

10 Vuorio ym., 2021.

11 Sainio ym., 2020; Valtioneuvosto, 2021.

12 Helske, Ylöstalo, & Koskinen, 2021; Sorkkila & Aunola, 2021; Van Bakel ym., 2022.

13 Goman ym., 2021; Karvi, 2020.

14 Kankaanranta & Kantola, 2020.

15 Kankaanranta & Kantola, 2020.

16 Valtioneuvosto, 2021.

17 Helske, Ylöstalo, & Koskinen, 2021; OECD, 2021.

18 UNESCO, 2022.

19 Varanka ym., 2022.

20 Helske, Ylöstalo, & Koskinen, 2021.

Tässä raportissa tarkastellaan Suomessa asuvien nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen. Raportissa esitellään Suomen Akatemian yhteydessä toimivan strategisen tutkimuksen neuvoston (STN) rahoittamassa Resilientti koulu ja koulutus (EduRESCUE) -hankkeessa²¹ kerätyn kyselytutkimuksen tuloksia. Verkkopohjainen kysely laadittiin yhteistyössä eri järjestöjen kanssa. EduRESCUE-hankkeen yhteistyötahot Autismiliitto, HelsinkiMissio, Kuurojen Liitto, Lastensuojelun Keskusliitto, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, MIELI Suomen Mielenterveys ry, Suomen Punainen Risti, Suomen Vanhempainliitto ja Varsinais-Suomen Lastensuojelujärjestöt jakoivat kyselyä sosiaalisen median eri kanavissa. Tämän lisäksi nuorten ääniä kuultiin yhteistyössä heitä edustavien järjestöjen, esimerkiksi Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalojen kanssa järjestetyn nuorten digiraadin ja Autismiliiton toteuttamien nuorten haastattelujen kautta. Raportissa hyödynnetään myös nuorten ja perheiden kanssa työskentelevien järjestöjen korona-aikana keräämää tietoa ja muita aiheeseen liittyviä selvityksiä.

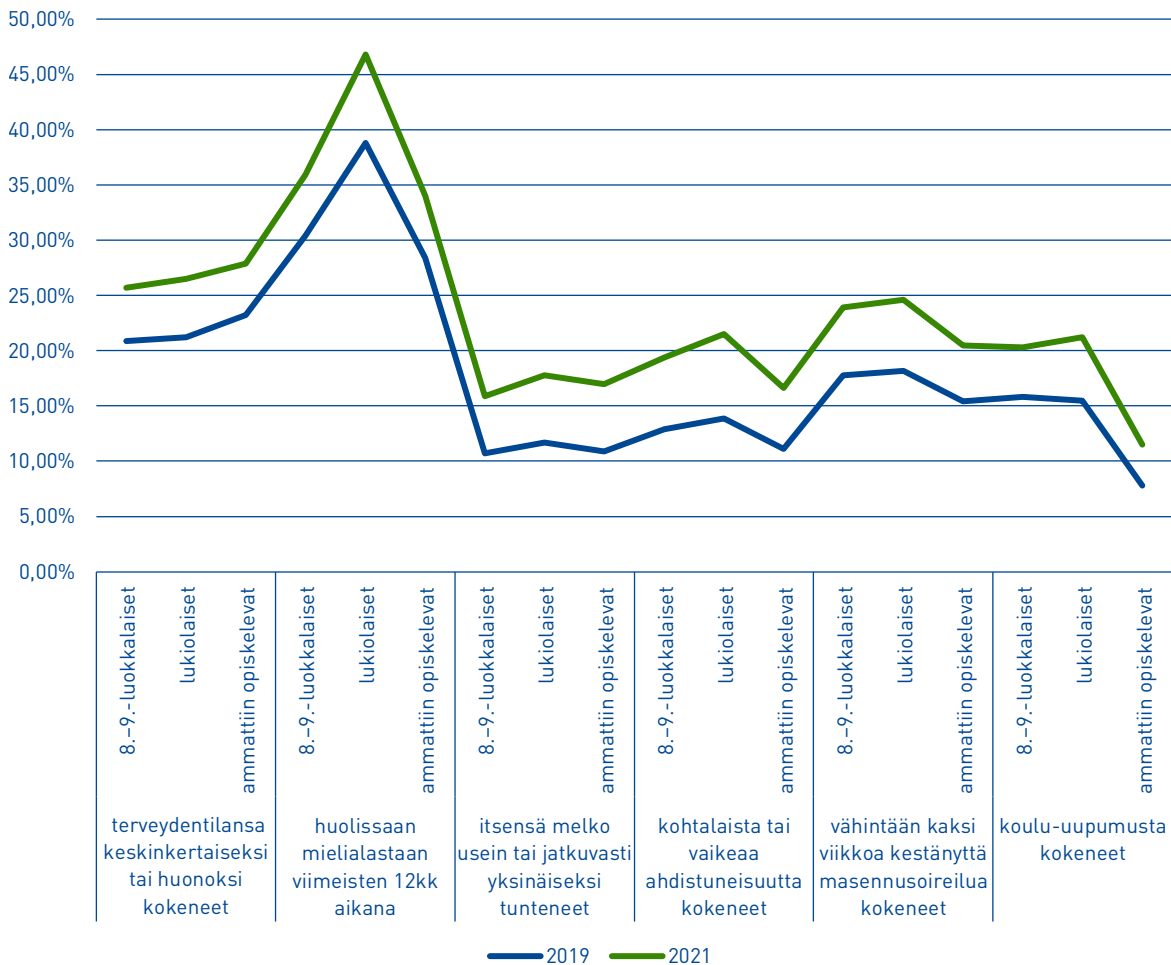
21 <https://edurescue.fi/fi>.

2 KORONAPANDEMI, NUORTEN HYVINVOINTI, SOSIAALISET SUHTEET JA OPPIMINEN

2.1 Koronapandemia ja nuorten kokema hyvinvointi

Koronapandemia vaikutti nuorten kokemaan hyvinvointiin monin tavoin. Kuviossa 1 esitellään kootusti vuosien 2019 ja 2021 Kouluterveyskyselyiden tuloksia yläkoululaisten ja toisen asteen opiskelijoiden osalta. Yläkoulun 8. ja 9. luokkalaisille ja toisen asteen opiskelijoille teetetyin Kouluterveyskyselyn tulosten mukaan terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi kokevien nuorten osuus on noussut vuodesta 2019 vuoteen 2021²². Samaan aikaan on noussut myös niiden nuorten osuus, jotka ovat olleet huolissaan mielialastaan viimeisten 12 kuukauden aikana tai kokeneet ahdistusta tai yli kaksi viikkoa kestänyttä masennusoireilua. Lasten ja nuorten lisääntyneen oireilun kanssa samanaikaisesti avun ja tuen saaminen vaikeutui ja myös sosiaali- ja terveystalveluihin pääsy korona-aikana oli vaikeaa²³.

KUVIO 1. KOULUTERVEYSKYSELYN TULOSTEN YHTEENVETOA VUOSILTA 2019 JA 2021²⁴ (THL, 2021).



22 THL, 2021.

23 Hietanen-Peltola, Vaara, Laitinen & Jahnukainen, 2020.

24 THL, 2021.

Suomalaisen Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimuksen (KOTT) tulosten mukaan sairauksien esiintyvyys on säilynyt ennallaan vuodesta 2000 vuoteen 2016, mutta samanaikaisesti diagnosoitujen masennuksen ja ahdistuneisuushäiriön osuudet ovat lähes kolminkertaistuneet²⁵. Vuoden 2021 KOTT-tutkimuksessa 13 % kaikista vastaajista ilmoitti, että heillä oli todettu masennus viimeisen vuoden aikana. Vuoden 2016 tutkimuksessa vastaava osuus oli 9 % kaikista vastaajista. Ahdistuneisuushäiriön osalta suunta on sama – vuonna 2021 ahdistuneisuushäiriö oli todettu 13 %:lla vastaajista viimeisen vuoden aikana, kun vuonna 2016 vastaava luku oli 7 %.²⁶

Kansainvälisessä meta-analyysissä on todettu, että esimerkiksi nuorten masennus- ja ahdistuneisuusoireilu on lisääntynyt huomattavasti koronapandemian aikana, erityisesti tytöillä²⁷. Kuitenkin esimerkiksi Sonesonin ja kollegoiden tutkimuksessa²⁸ noin kolmasosa tutkituista 8–18-vuotiaista raportoi henkisen hyvinvointinsa parantuneen koronapandemiasta johtuneen sulkutilan (lockdown) aikana. Nuoret, joiden henkinen hyvinvointi parani koronasulun aikana, myös raportoivat muita todennäköisemmin myönteistä kehitystä muilla kouluun, ihmissuhteisiin ja elämäntapoihin liittyvillä osa-alueilla²⁹.

2.2 Koronapandemia, nuorten sosiaaliset suhteet ja yksinäisyys

Koronapandemia vaikutti nuorten sosiaalisiin suhteisiin ja erityisesti yksinäisyyden kokemuksiin. Pandemian aiheuttamien sosiaalisen elämän rajoitusten takia nuoret kokivat itsensä useammin yksinäisiksi, vaikka itse ystävyysuhteet olisivatkin rajoituksista huolimatta säilyneet. Tämä näkyy esimerkiksi 13–17-vuotiaille suunnatun Lapsen ääni 2020 -kyseilyn tuloksissa. Tulosten mukaan nuoret kokivat itsensä yksinäisemmiksi koronapandemian aiheuttamien poikkeusolojen aikana paljon aiempaa useammin ja myös viettivät vähemmän aikaa ystäviensä kanssa³⁰. Myös Kouluterveyskyselyssä itsensä melko usein tai jatkuvasti yksinäiseksi tuntevien nuorten osuus on yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden keskuudessa noussut selvästi vuodesta 2019 vuoteen 2021³¹. Huomioitavaa kuitenkin on, että vaikka yksinäisyyttä kokeneiden määrä on lisääntynyt, niiden nuorten osuus, joilla ei ole yhtään läheistä ystävää, ei ole kasvanut³². Kouluterveyskyselyssä vuonna 2021 niiden osuus, joilla ei ollut yhtään läheistä ystävää, oli noin 9 % kaikista vastanneista³³. Viimeisimmässä 15–19-vuotiaille ruotsinkielisille nuorille suunnatussa nuorisobarometrissa 11 %:lla vastanneista ei ollut yhtään läheistä, tärkeää ystävää³⁴.

Viimeisimmän ruotsinkielisen nuorisobarometrin mukaan neljäsosalla vastanneista nuorista ei ollut ketään turvallista aikuista, jolle voisi puhua asioistaan³⁵. Vuoden 2021 Kouluterveyskyselyssä noin 7 % nuorista raportoi, etteivät he pysty juuri koskaan keskustelemaan

25 Kunttu, Pesonen, & Saari, 2017.

26 Parikka ym., 2021a.

27 Racine ym., 2021.

28 Soneson ym., 2022.

29 Soneson ym., 2022.

30 Pelastakaa Lapset, 2020.

31 THL, 2021.

32 THL, 2021.

33 THL, 2021.

34 Markelin, 2022.

35 Markelin, 2022.

vanhempiensa kanssa omista asioistaan³⁶. Lapsen ääni 2020 -kyselyyn vastanneista lähes viidennes raportoiti, ettei ole poikkeusolojen aikana saanut tarvitsemaansa tukea itselleen tärkeiltä ihmisiltä³⁷. Erityisesti matalatuloisten perheiden lapset raportoivat muita vähemmän tärkeitä tukea antavia tahoja³⁸. Samalla heillä oli suurempi tarve saada enemmän tukea henkiseen hyvinvointiinsa kuin parempituloisten perheiden lapsilla³⁹. Etäkoulu tai -opiskelu vaikeutti tilannetta entisestään niillä nuorilla, joilla ei kotona tai lähipiirissään ollut turvallisia aikuisia, joiden kanssa keskustella asioistaan. Erityisesti heille olisi tärkeää, että turvalliset aikuiskontaktit säilyisivät myös etäopetus- tai -opiskelujaksojen aikana.

Korkeakouluopiskelijoita koskevassa KOTT-tutkimuksessa opiskelijoista 24 % koki itsensä melko usein tai jatkuvasti yksinäiseksi⁴⁰, ja yli puolet korkeakouluopiskelijoista koki yksinäisyyden tunteiden lisääntyneen koronaepidemian aikana. Kaikista korkeakouluopiskelijoista yksinäisyyden tunteet lisääntyivät eniten yliopistossa opiskelevilla 18–22-vuotiailla naisopiskelijoilla⁴¹.

2.3 Koronapandemia, nuorten oppiminen ja koulu-uupumus

Koulujen sulkemisen ja etäopetukseen siirtymisen on todettu lisänneen oppimisvajetta⁴², erityisesti heikoimmin suoriutuvien oppijoiden kohdalla⁴³. Tutkimusnäyttö oppimisvajeen osalta on kuitenkin toistaiseksi vähäistä ja osin ristiriitaista riippuen käytetyistä mittareista ja tutkittavasta ikävaiheesta⁴⁴. Etäopetus heijastui esimerkiksi opiskeluun käytettyyn aikaan. Joidenkin oppijoiden kohdalla opiskeluun käytetty aika vähentyi huomattavasti ja koulutehtäviin panostettiin vähemmän kuin aiemmin⁴⁵, kun taas osa oppijoista koki etäopetukseen liittyneitä tehtäviä olleen liikaa ja työmäärän lisääntyneen⁴⁶.

Lapsen ääni 2020 -kyselyyn vastanneista nuorista yli puolet koki, että opiskelu oli etäopiskelun myötä aiempaa rankempaa⁴⁷. Etäopiskelu edellytti nuorilta itsenäistä työskentelyä, itseohjautuvuutta ja ajanhallintaa eri tavalla kuin lähiopetus. Nämä vaatimukset aiheuttivat monille nuorille suuria vaikeuksia⁴⁸.

Yläkoululaisten osalta on todettu, että kevään 2020 poikkeustilan aikana opetuksen heikko jäsentäminen, vähäinen oppimisen tuki, digitaalisten laitteiden kanssa koetut ongelmat sekä vaikeammaksi koetut tehtävät olivat kaikki yhteydessä sekä lisääntyneisiin terveysvaivoihin (somaattinen oireilu, väsymys, alhainen mieliala, keskittymisvaikeudet) että koettuun yksinäisyyteen⁴⁹. Myös vuoden 2021 Kouluterveyskyselyn tuloksissa näkyy koululaisten ja opiskelijoiden lisääntynyt kuormittuminen ja uupumus koronapandemian aikana⁵⁰.

36 THL, 2021.

37 Pelastakaa Lapset, 2020.

38 Pelastakaa Lapset, 2020.

39 Pelastakaa Lapset, 2020.

40 Parikka ym., 2021a.

41 Parikka ym., 2021b.

42 Engzell ym., 2021; Kuhfeld ym., 2020; Lerkkanen ym., 2023.

43 Maldonado & DeWitte, 2021; Schult, Mahler, Fauth & Lindner, 2022.

44 Hammerstein ym., 2021.

45 Grewenig ym., 2021.

46 Vuorio ym. 2021.

47 Pelastakaa Lapset, 2020.

48 Holappa & Pajamäki, 2020; Pelastakaa Lapset, 2020.

49 Rimpelä ym., 2021; Vuorio ym., 2021.

50 THL, 2021.

Noin 70 % KOTT-tutkimukseen vuonna 2021 osallistuneista korkeakouluopiskelijoista koki opintojensa vaikeutuneen koronapandemian aikana, kun vain joka viides koki opiskelun helpottuneen⁵¹. Lähes joka toinen opiskelija kuvasi opintojen vaatiman työmäärän lisääntyneen. Lisäksi kuormitusta aiheutti se, että monilla opiskelijoilla myös taloudellinen tilanne heikentyi ainakin jonkin verran koronapandemian myötä.⁵² SPR:n Nuorten turvatalojen ja ALL-YOUTH-tutkimushankkeen keväällä 2021 toteuttamassa, yli 18-vuotiaille nuorille suunnatussa digiraatikeskustelussa nuoret korostivat kokeneensa, että korkeakouluopiskelijat oli otettu heikosti huomioon koronapandemian aikana. Pitkäksi venynyt etäopiskelujakso koettiin raskaaksi jo keväällä 2021⁵³.

Nuorten kokemat oppimiseen liittyvät vaikeudet eivät jääneet ammattilaisilta huomaamatta. Esimerkiksi aluehallintoviraston toteuttaman, perusopetuksen järjestäjille suunnatun kyselyn tuloksista käy ilmi, että jopa 85 % opetuksen järjestäjistä arvioi oppilaiden tuen tarpeen tavanomaista runsaammaksi lukuvuoden 2020–2021 aikana⁵⁴. Lisäksi yli puolet opettajista arvioi poikkeuksellisten opetusjärjestelyiden aiheuttaneen suuria vaikeuksia, kuten heikompia oppimistuloksia ja -taitoja sekä etenemisvaikeuksia, ainakin joillekin oppijoistaan⁵⁵. Opetuksen järjestäjistä joka neljäs myös arvioi lukuvuoden 2020–2021 luvattomien poissaolojen määrän tavanomaista suuremmaksi ja 16 % vastanneista ilmoitti opetukseen osallistumattomien oppilaiden määrän kasvaneen lukuvuoden 2020–2021 aikana⁵⁶.

Nuorten oppimista koronapandemian aikana haittasi myös se, että kaikki oppijat eivät saaneet koulusta tarvitsemaansa tukea tai tukipalvelut eivät olleet saatavilla⁵⁷. Esimerkiksi erityisopettajat kokivat tarvittavan tuen antamisen etäopetuksessa vaikeaksi⁵⁸. Perusopetuksen opettajista 27 % kykeni oman arvionsa mukaan seuraamaan poikkeusoloissa erityishuomiota vaativien oppilaiden tilannetta⁵⁹. OAJ:n kyselyssä jopa 80 % perusopetuksen opettajista raportoi, että oppimisen tuen järjestelyissä ja tuen riittävyudessa oli puutteita⁶⁰. Vaikuttaakin siltä, että puutteet tuen saatavuudessa olivat kyllä opetuksen järjestäjien ja opetushenkilöstön tiedossa, mutta keinot ja resurssit niiden korjaamiseen etäopetuksen aikana olivat rajalliset.

2.4 Nuorten koronapandemiaan liittyvien kokemusten moninaisuus

Koronapandemian aikana on käynyt ilmi, että erilaisten rajoitusten vaikutukset nuorten elämäään ovat polarisoituneet: osalle korona-aika rajoituksineen on ollut hyvin raskasta ja vaikeaa, kun taas toiset ovat kokeneet korona-ajan jopa myönteisenä⁶¹. Aiemmissa suomalaisnuoria koskevissa selvityksissä on käynyt ilmi, että korona-aika on heikentänyt erityisesti niiden nuorten hyvinvointia, joilla oli mielenterveysongelmia jo ennen pandemia-aikaa⁶².

51 Parikka ym., 2021b.

52 Parikka ym., 2021b.

53 SPR, 2021.

54 Kyllönen ym., 2021.

55 OAJ, 2020.

56 Kyllönen ym., 2021.

57 Kankaanranta & Kantola 2021; Vuorio ym., 2021.

58 Eutsler, Antonenko & Mitchell 2020; Sainio, Nurminen, Hämeenaho, Torppa, Poikkeus & Aro, 2020.

59 Ahtiainen ym., 2020.

60 OAJ, 2020.

61 Hämeenaho & Sainio, 2021; Sainio ym., 2020; Vuorio ym., 2021.

62 Holappa & Pajamäki, 2020.

Nuoret ovat myös raportoineet, että korona-aikana mielenterveyspalveluiden saatavuudessa on ollut suuria haasteita⁶³.

Osa nuorista on kokenut etäopetuksen tai -opiskelun myönteisenä. Kansallisten selvitysten mukaan etäopetuksen ovat usein kokeneet myönteiseksi ne nuoret, joille sosiaalisiin tilanteisiin osallistuminen on ollut haasteellista⁶⁴. Heidän on ollut helpompi osallistua opetukseen, kun sen on voinut tehdä kotoa käsin etäyhteyksin. Nämä nuoret ovat kokeneet jopa helpotusta, kun heillä ei ole ollut painetta osallistua erilaisiin tapahtumiin ja kokoontumisiin koronarajoitusten takia, ja on ollut hyväksyttävää jäädä kotiin⁶⁵. Lisäksi koulukiusatuille lapsille ja nuorille etäopetus on voinut antaa hengähdystauon kiusaamisesta⁶⁶. Myös englantilaisista 8–18-vuotiaista nuorista kolmasosa koki hyvinvointinsa parantuneen koronapandemiaan liittyvän koulusulun aikana⁶⁷. Lapset ja nuoret, jotka kokivat hyvinvointinsa kohentuneen, raportoivat muihin vastaajiin verrattuna parempia suhteita ystävien ja perheen kanssa, vähemmän yksinäisyyttä ja ulkopuolisuutta, huolellisempaa koulutehtävien hoitamista sekä enemmän unta ja liikuntaa koulusulun aikana⁶⁸.

Aiemmat selvitykset ovat tuoneet esille nuorten pandemia-aikaan liittyvien kokemusten moninaisuuden. Jotta nuorten hyvinvointia, sosiaalisia suhteita ja oppimista voitaisiin tukea nykyistä paremmin ja edistää heidän kykyään toipua vastaavista kriiseistä, tarvitaan tarkempaa tietoa esimerkiksi siitä, millaiset tekijät ovat yhteydessä kokemusten moninaisuuteen. Tämän tutkimuksen tavoitteena on kartoittaa niiden nuorten kokemuksia, jotka ovat kokeneet, etteivät ole tulleet kuulluiksi koronapandemian aikana heitä koskevassa päätöksenteossa ja erilaisissa ratkaisuissa. Nuorten kokemuksia tarkastellaan suhteessa eri taustatekijöihin ja nuorten raportoimiin oppimista ja hyvinvointia kartoittaviin kysymyksiin. Lisäksi nuorten ääntä kuullaan digiraatikeskustelujen ja haastattelujen kautta.

63 Holappa & Pajamäki, 2020; SPR, 2021.

64 SPR, 2021.

65 SPR, 2021.

66 Holappa & Pajamäki, 2020; Hämeenaho & Sainio, 2021.

67 Soneson ym., 2022.

68 Soneson ym., 2022.

3 HILJAISIA ÄÄNIÄ: NUORTEN KOKEMUKSIA KORONAPANDEMI-AJASTA

3.1 EduRESCUE-hanke

Resilientti koulu ja koulutus (EduRESCUE) -hanke on Suomen Akatemian yhteydessä toimivan strategisen tutkimuksen neuvoston (STN) rahoittama monitieteinen tutkimushanke, jossa tarkastellaan laaja-alaisesti koronapandemian vaikutuksia kouluihin, oppilaisiin, huoltajiin, opettajiin ja rehtoreihin sekä opettajankoulutukseen⁶⁹. Hankkeessa etsitään ratkaisuja siihen, miten vahvistamme suomalaisen koulutusjärjestelmän resilienssiä – eli kykyä toipua kriisistä ja vastoinkäymisistä – ja parannamme suomalaisen yhteiskunnan kykyä selviytyä kriiseistä tulevaisuudessa. Tämä tutkimus on EduRESCUE-hankkeen osahanke, jossa tarkastellaan lasten ja nuorten sekä heidän huoltajiensa moninaisia kokemuksia hyvinvoinnista, ihmissuhteista ja oppimisesta koronapandemian aikana. Tavoitteena on kuulla erityisesti niin kutsuttuja ”hiljaisia ääniä,” eli kaikkein haavoittuvimmassa ja heikoimmassa asemassa olevia lapsia, nuoria ja perheitä, jotka ovat kokeneet, etteivät ole tulleet kuulluiksi heitä koskevassa päätöksenteossa. Nuorten ja perheiden kokemuksia kuullaan tiiviissä yhteistyössä eri järjestöjen ja kentän toimijoiden kanssa.

3.2 Hiljaisten äänten kyselyn tausta ja toteutus

Hiljaisiin ääniin liittyvän tutkimuksen tavoitteena oli kerätä tietoa nuorten kokemuksista koronapandemiasta ja sen vaikutuksista heidän hyvinvointiinsa, sosiaalisiin suhteisiinsa ja oppimiseensa. Erityisesti kyselyllä toivottiin tavoitettavan nuoria, joiden kokemukset ja mielenkiinnit ovat aiemmissa selvityksissä ja tutkimuksissa sekä heitä koskevassa päätöksenteossa jääneet huomioimatta.

Kyselyn sisällöt suunniteltiin tiiviissä yhteistyössä hankkeen yhteistyöjärjestöjen Autismiliiton, HelsinkiMission, Kuurojen Liiton, Lastensuojelun Keskusliiton, Mannerheimin Lastensuojeluliiton, MIELI Suomen Mielenterveys ry:n, Suomen Punaisen Ristin, Suomen Vanhempainliiton ja Varsinais-Suomen Lastensuojelujärjestöjen kanssa. Järjestöjen kanssa käydyn keskustelun jälkeen EduRESCUE:n tutkijat laativat ensimmäisen version kyselylomakkeesta, joka lähetettiin yhteistyöjärjestöihin kommenttikierrokselle. Kyselylomaketta muokattiin ja täydennettiin järjestöiltä saadun palautteen pohjalta. Lisäksi nuorten kyselylomaketta pilotoitiin nuorilla ennen varsinaisen aineistonkeruun alkamista.

Webropol-kyselyä levitettiin sähköpostin ja sosiaalisen median kautta. Suomenkielinen kyselylinkki oli auki 16.2.–23.6.2022. Käännöstoista johtuen ruotsinkielisen, englanninkielisen sekä suomalaisen viittomakielen käännöksen sisältäneet kyselylinkit aukaistiin vasta suomenkielisen jälkeen ja ne olivat auki 11.3.–23.6.2022. Yhteistyöjärjestöt jakoivat kyselylinkkejä omille kohderyhmilleen sähköpostitse sekä sosiaalisen median kanaviensa kautta. Lisäksi kyselystä tiedotettiin EduRESCUE-hankkeen sosiaalisen median kanavissa

69 <https://edurescue.fi/fi>.

sekä hankkeessa mukana olevien yliopistojen viestinnän ja Niilo Mäki Instituutin uutiskirjeen kautta. Kyselyistä tiedottamiseen saatiin mukaan useita lasten, nuorten, opiskelijoiden ja vanhempien parissa toimivia järjestöjä. Ruotsinkielisiä nuoria tavoitimme erityisesti Åbo Akademin ylioppilaskunnan ja Finlands Svenska Lärarstuderandes förening:n avulla. Ammattiin opiskelevien nuorten tavoittamisessa avusti OSKU ry. Ammattikorkeakoulujen opiskelijoita tavoitimme mm. SAMOK ry:n sekä Centria-AMK:n kautta. Lastensuojelun piirissä olevien nuorten tavoittamisessa avustivat esimerkiksi Pesäpuu ry. ja Sinut ry. EduRES-CUE-hankkeessa työskenteli kevään 2022 ajan myös ns. someagentti, jonka tehtävänä oli pyrkiä tiedottamaan kyselystä toisille nuorille omia verkostojaan hyödyntäen ja auttaa siten aineiston keräämisessä. Lisäksi kyselyä markkinoitiin sosiaalisen median kanaviin suunnatulla kohdennetulla mainonnalla.

Webropol-kyselyyn vastattiin nimettömänä, ja vastaukset käsiteltiin täysin anonymisti. Kyselyyn vastasi yhteensä 544 nuorta. Kyselyn kohderyhmäksi ohjeistettiin yli 10-vuotiaat nuoret, koska kysymykset koettiin suhteellisen vaativiksi sitä nuoremmille. Tätä raporttia varten tutkittavien ikäryhmän valintaa ohjasi Suomen nuorisolain määritelmä, jonka mukaan nuoriksi lasketaan kaikki alle 29-vuotiaat⁷⁰. Koko aineistossa oli kymmenen vastaajaa, jotka olivat yli 28-vuotiaita, ja heidät rajattiin tämän raportin aineiston ulkopuolelle. Näin ollen lopullinen osallistujamäärä oli 534 nuorta, joiden keskimääräinen ikä oli 18,24 vuotta (osallistujien iän keskihajonta oli 3,88 vuotta ja vaihteluväli oli 9–28 vuotta).

Vastaajista 25 % oli vastaushetkellä yläkoulussa, ja toiset 25 % lukiossa. Korkeakouluopiskelijoita (ammattikorkeakoulut ja yliopistot) oli vastaajista 17 %. Vastaajien opiskelupaikkatiedot löytyvät kootusti taulukosta 1. Vaihtoehdon 'muu' valinneisiin kuuluvat muun muassa väli-vuotta viettävät, työttömät ja korkeakouluvalmennukseen osallistuvat. Kyselytutkimuksille tyypillisesti suurin osa vastaajista oli tyttöjä ja nuoria naisia. Koonti vastaajajoukon sukupuolijakaumasta on taulukossa 2.

TAULUKKO 1. VASTAAJIEN OPISKELUPAIKKA.

Opiskelupaikka	Prosenttiosuus
Alakoulu	5 %
Yläkoulu	25 %
Ammatillinen oppilaitos	11 %
Lukio	25 %
Toiselle asteelle valmentava koulutus (esim. ammatilliseen koulutukseen valmentava koulutus, lukioon valmentava koulutus)	1 %
Korkeakoulu (amk, yliopisto)	17 %
En käy koulua / opiskele juuri nyt	14 %
Muu, mikä?	2 %

70 Nuorisolaki 2016/1285, § 3.

TAULUKKO 2. VASTAAJIEN SUKUPUOLI.

Sukupuoli	Prosenttiosuus
Tyttö	71 %
Poika	14 %
Muu	5 %
En määrittele / en halua määritellä	7 %
En halua vastata	3 %

Suurin osa vastaajista ilmoitti äidinkielekseen suomen kielen (n = 492; 91 %). Äidinkieltään ruotsinkielisiä oli 7 %, joista kolme ilmoitti olevansa kaksikielisiä (äidinkielinä suomi ja ruotsi). Muun kuin suomen tai ruotsin äidinkielekseen ilmoitti 2 % vastaajista. Heistä viisi ilmoitti äidinkielekseen sekä suomen että muun kuin suomen tai ruotsin (useimmiten englannin). Muita äidinkieliä vastaajajoukossa olivat hollanti, italia, kiina, venäjä ja viro.

Suurin osa vastaajista oli syntynyt Suomessa ja ilmoitti myös molempien vanhempiensa syntyneen Suomessa. Vastaajista 3 % ilmoitti syntyneensä muualla kuin Suomessa. Niiden vastaajien osuus, joiden vanhemmista toinen tai molemmat olivat syntyneet muualla kuin Suomessa, oli 7 %. Syntymämaata koskevat tiedot puuttuivat kolmelta vastaajalta. Taulukossa 3 esitellään vastaajien prosenttiosuudet asumisjärjestelyjä koskevaan kysymykseen. Noin joka viides vastaaja ilmoitti asuvansa yksin.

TAULUKKO 3. VASTAAJIEN ASUMISJÄRJESTELYT.

Kenen kanssa asut?	Prosenttiosuus
Äidin ja isän kanssa	44 %
Pääasiassa / pelkästään äidin tai isän kanssa	12 %
Vuorotellen äidin ja isän kanssa	6 %
Sateenkaariperheessä	1 %
Sijaisperheessä tai lastensuojelulaitoksessa	2 %
Kämpäkaverin kanssa / soluasunnossa	2 %
Oppilaitoksen asuntolassa	0,20 %
Yhdessä seurustelukumppanin kanssa	10 %
Yksin	23 %
Muu	1 %

N = 513, tieto puuttui 21 vastaajalta.

3.2.1 Kyselyn teemat

Kyselyn monivalintakysymykset liittyivät nuorten kokemaan hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja yksinäisyyteen sekä oppimiseen koronapandemian aikana. Lisäksi selvitettiin, miten nuoret olivat kokeneet saaneensa muilta tukea korona-aikana. Kyselyn muita monivalintakysymysten teemoja olivat nuorten kokemukset resilienssistä, opiskelu-uupumus ja opiskeluinto.

Monivalintakysymysten lisäksi tietoa kerättiin avoimilla kysymyksillä, joihin nuoret saivat kuvata kokemuksiaan omin sanoin. Avoimissa kysymyksissä toistuivat samat teemat kuin monivalintakysymyksissä: koronapandemian vaikutukset hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja yksinäisyyteen sekä oppimiseen.

3.2.2 Mittarit

Nuorten koronapandemiaan liittyvät kokemukset

Nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista hyvinvointiin tarkasteltiin kysymyksellä *"Miten koronapandemia on vaikuttanut hyvinvointiisi?"*, johon nuoret vastasivat Likert-asteikolla (vastausvaihtoehdot -2 = *heikentänyt huomattavasti hyvinvointiani*, -1 = *heikentänyt jossain määrin hyvinvointiani*, 0 = *hyvinvointini on pysynyt ennallaan*, 1 = *lisännyt jossain määrin hyvinvointiani*, sekä 2 = *lisännyt huomattavasti hyvinvointiani*). Tämän lisäksi nuoria pyydettiin kuvailemaan hyvinvointiin liittyviä kokemuksiaan omin sanoin seuraavalla kysymyksellä: *"Millaisia hyötyjä ja haasteita koronapandemiasta on ollut hyvinvoinnillesi? Voit kertoa esimerkiksi muutoksista jaksamisessasi tai mielialassasi."*

Nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista heidän yksinäisyyteensä kartoitettiin kysymyksellä *"Miten koronapandemia on vaikuttanut yksinäisyyden kokemuksiisi? Yksinäisyyteni on koronapandemian aikana..."* (vastausvaihtoehdot -2 = *lisääntynyt huomattavasti*, -1 = *lisääntynyt jossain määrin*, 0 = *pysynyt ennallaan*, 1 = *vähentynyt jossain määrin*, sekä 2 = *vähentynyt huomattavasti*). Myös yksinäisyyteen ja ihmissuhteisiin liittyviä kokemuksia kartoitettiin monivalintakysymyksen lisäksi avokysymyksillä: *"Jos haluat kertoa lisää yksinäisyyden kokemuksistasi tai siihen liittyvistä asioista, voit kirjoittaa niistä tähän"* ja *"Kerro halutessasi lisää siitä, miten koronapandemia on vaikuttanut ihmissuhteisiisi. Voit kertoa esimerkiksi korona-ajan vaikutuksista kaveri- ja ystävyysuhteisiisi, sekä perhesuhteisiin ja seurustelusuhteisiin"*.

Nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista oppimiseen selvitettiin kysymyksellä *"Miten koronapandemia on vaikuttanut oppimiseesi? Oppiminen on tuntunut..."* (vastausvaihtoehdot -2 = *huomattavasti vaikeammalta*, -1 = *jossain määrin vaikeammalta*, 0 = *ei vaikeammalta eikä helpommalta*, 1 = *jossain määrin helpommalta* ja 2 = *huomattavasti helpommalta*). Lisäksi nuorilla oli mahdollisuus kuvailla vapaasti kokemuksiaan vastaamalla omin sanoin seuraavaan kysymykseen: *"Millaisia hyötyjä ja haasteita koronapandemiasta on ollut oppimisellesi? Voit kertoa esimerkiksi koronarajoitusten vaikutuksesta oppimiseesi ja koulunkäyntiisi, tai kokemuksistasi etäopiskelusta."*

Nuorten kokema yksinäisyys

Nuorten kokema yksinäisyyttä mitattiin kolmella UCLA-yksinäisyysmittarin väittämällä⁷¹. Vastaajia pyydettiin arvioimaan, miten usein heistä tuntuu seuraavien väittämien kaltaiselta: *"Löydän seuraa, kun sitä haluan"*; *"On ihmisiä, jotka todella ymmärtävät minua"*; *"Olen yksinäinen"*. Väittämiä arvioitiin viisiportaisella Likert-asteikolla (1 = *Ei koskaan*, 2 = *Harvoin*, 3 = *Toisinaan*, 4 = *Yleensä*, 5 = *Aina*).

Mieliala

Mielialaan liittyviä asioita kysyttiin STOP-D-kyselyn pohjalta muokatuilla monivalintakysymyksillä⁷². Niissä vastaajia pyydetään arvioimaan, missä määrin he ovat viimeisen kahden viikon aikana tunteneet seuraavia tunteita ja tuntemuksia: surullisuutta ja alakuloisuutta, ahdistuneisuutta, stressaantuneisuutta. Kysymyksiin vastattiin Likert-asteikolla (1 = *En ollenkaan*, 2 = *Vähän*, 3 = *Kohtalaisesti*, 4 = *Paljon*, 5 = *Erittäin paljon*).

71 Junttila ym., 2013; Russell, Peplau & Cutrona, 1980.

72 Young, Ignaszewski, Fofonoff, & Kaan, 2007; Young, Nguyen, Roth, Broadberry, & Mackay, 2015.

Opiskelu-uupumus ja opiskeluinto

Nuorten opiskeluun ja koulunkäyntiin liittyviä uupumuksen tunteita selvitettiin School Burnout Inventory -mittarin⁷³ pohjalta muokatuilla kolmella kysymyksellä: *”Oletko kokenut seuraavanlaisia tunteita koulutyöhösi tai opiskeluusi liittyen?”* *”Tunnen hukkuvani koulutyöhön”,* *”Tuntuu, ettei opinnoillani ole enää merkitystä”,* *”Minulla on riittämättömyyden tunteita opinnoissani”*. Kysymyksiin vastattiin neliportaisella asteikolla (1 = *En juuri koskaan*, 2 = *Muutaman kerran kuukaudessa*, 3 = *Muutamana päivänä viikossa*, 4 = *Lähes päivittäin*).

Opiskeluintoa mitattiin Schoolwork Engagement Inventory -mittarin⁷⁴ pohjalta muokatuilla kolmella kysymyksellä: *”Kuinka usein olet kokenut seuraavia koulutyöhösi tai opiskeluusi liittyviä tunteita?”* *”Kun herään aamulla, minusta tuntuu hyvältä aloittaa koulutyö”,* *”Olen innostunut koulutyöstä”,* *”Kun teen koulutehtäviä, unohdan kaiken ympäriltäni”*. Kysymyksiin vastattiin neliportaisella asteikolla (1 = *En juuri koskaan*, 2 = *Muutaman kerran kuukaudessa*, 3 = *Muutamana päivänä viikossa*, 4 = *Lähes päivittäin*).

Nuorten resilienssi

Nuorten kokemaa resilienssiä mitattiin Smithin ja kollegoiden⁷⁵ suomennetulla Brief Resilience scale-mittarin avulla. Mittarista oli valittu kaksi kysymystä: 1) *”Pääsen nopeasti yli minua kohdanneista ikävistä tapahtumista ja vastoinkäymisistä”,* 2) *”Palaudun nopeasti stressaavista tilanteista”,* joihin vastaajat vastasivat Likert-asteikolla (1 = *Täysin eri mieltä*, 2 = *Eri mieltä*, 3 = *Siltä väliltä*, 4 = *Samaa mieltä*, 5 = *Täysin samaa mieltä*).

Sosiaaliset suhteet ja saatu tuki

Toisilta ihmisiltä saatua tukea mitattiin STOP-D-kyselyyn⁷⁶ pohjautuvalla kysymyksellä *”Olen saanut muilta ihmisiltä tarvitsemaani tukea”*. Kysymykseen vastattiin Likert-asteikolla (1 = *En ollenkaan*, 2 = *Vähän*, 3 = *Kohtalaisesti*, 4 = *Paljon*, 5 = *Erittäin paljon*, 6 = *En ole tarvinnut tukea*). Erityisesti oppimiseen liittyvää tukea kysyttiin erikseen kysymyksellä *”Olen saanut tarvitsemaani tukea oppimiseeni koronapandemian aikana”*, johon vastattiin samalla Likert-asteikolla.

Koronapandemiaan liittyvät ajatukset ja kokemukset

Viimeisenä kyselyssä esitettiin avoin kysymys *”Mitä muuta haluaisit kertoa? Tässä voit kertoa vapaasti lisää ajatuksistasi ja kokemuksistasi korona-aikaan liittyen.”*. Tässä nuorilla oli mahdollisuus vielä kertoa omin sanoin koronapandemiaan liittyvistä kokemuksistaan ja ajatuksistaan.

73 Salmela-Aro ym., 2009.

74 Salmela-Aro, 2009; Salmela-Aro & Upadaya, 2012.

75 Smith ym., 2008.

76 Young, Ignaszewski, Fofonoff, & Kaan, 2007; Young, Nguyen, Roth, Broadberry, & Mackay, 2015.

3.2.3 Täydentävät aineistonkeruut: nuorten kokemushaastattelut ja digiraadit

Kyselyn lisäksi toteutimme Autismiliiton kanssa yhteistyönä neljä haastattelua autismikirjon nuorille koskien heidän kokemuksiaan korona-ajasta. Autismiliiton työntekijä toteutti haastattelut nimettömänä, ja ne keskittyivät samoihin teemoihin kuin hiljaisten äänten kyselykin. Haastatteluissa keskusteltiin haastateltavien kokemuksista koronapandemian vaikutuksista heidän hyvinvointiinsa, sosiaalisiin suhteisiinsa ja oppimiseensa.

Laajentaaksemme tietämystämme nuorten kokemuksista kriisien keskellä elämisestä toteutimme myös yhteistyössä SPR:n Nuorten turvatalojen kanssa kaksi anonymia nuorten digiraatikeskustelua otsikolla ”Kriisistä kriisiin” syksyn 2022 aikana. Toinen digiraati oli avoinna kaikille alle 29-vuotiaille nuorille ja toinen digiraati oli suunnattu erityisesti ammatillisessa koulutuksessa oleville nuorille. Näissä digiraadeissa nuoret keskustelivat koronapandemian lisäksi myös ilmastokriisistä, keväällä puhjennesta Ukrainan kriisistä sekä myös esimerkiksi syksyn aikana korostuneesta hintojen noususta. Keskustelussa nuoret pohtivat, miten nämä päällekkäiset kriisit ovat vaikuttaneet heidän turvallisuuden tunteeseensa, mikä heitä auttaa selviämään kriiseistä ja miten nuoria tulisi tukea paremmin näiden kriisien keskellä. Digiraatien julkinen loppulausuma on saatavilla osoitteessa: <https://digiraati.fi/statement/preview/15>

3.2.4 Muut järjestöiltä saadut tausta-aineistot

EduRESCUE-hankkeen yhteistyöjärjestöiltä saatiin lisäksi käyttöön heidän keräämäänsä ja tuottamaansa materiaalia koskien kohderyhmänsä hyvinvointia koronapandemian aikana. Monet järjestöt keräsivät etenkin ensimmäisen koronakevään 2020 aikana tietoa oman järjestönsä kohderyhmän hyvinvoinnista ja koronapandemian mahdollisesti tuomista muutoksista. Tulososiossa EduRESCUE-hankkeen toteuttaman Webropol-kyselyn tuloksia peilataan myös muun muassa Vammaisfoorumin ja Ihmisoikeuskeskuksen toteuttaman, vammaisten ja toimintarajoitteisten lasten oppimisen ja koulunkäynnin tukeen keskittyneen kyselyn tuloksiin⁷⁷. Erilaisten oppijoiden yhdenvertaisuutta tarkastellaan myös vammaisten ja toimintarajoitteisten sekä viittomakielisten lasten ja nuorten kokemusten kautta⁷⁸.

77 Valjakka ym. 2022.

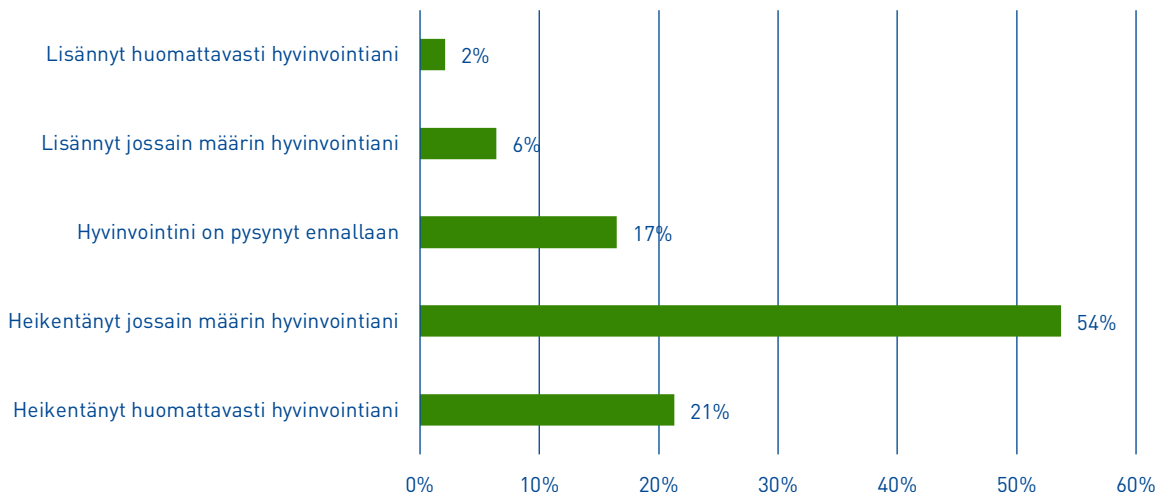
78 Valjakka ym., 2021; Selin-Grönlund, 2021a & 2021b.

4 TULOKSET

4.1 Nuorten kokemukset koronapandemian vaikutuksista hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen

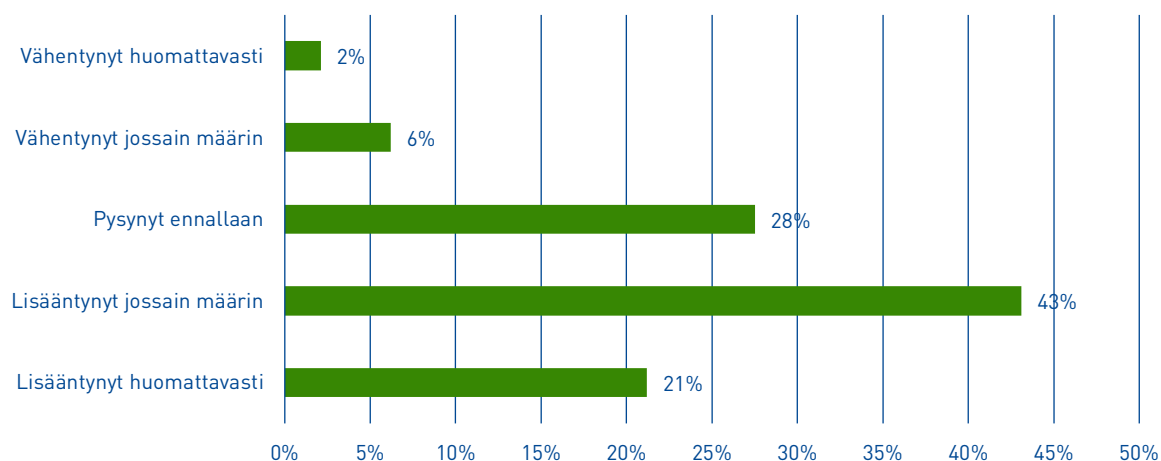
Kuviossa 2 kuvataan vastaajien kokemuksia koronapandemian vaikutuksista heidän hyvinvointiinsa. Suurin osa vastaajista (75 %) koki, että koronapandemia oli heikentänyt heidän hyvinvointiaan, 17 % nuorista koki, että heidän hyvinvointinsa oli säilynyt ennallaan ja 8 % vastaajista koki, että koronapandemia oli lisännyt heidän hyvinvointiaan. Hyvinvointi pysyi ennallaan useammin pojilla (33 %) kuin tytöillä (13 %). Sukupuoli-kysymyksessä vaihtoehdon 'muu' valinneista jopa 86 % koki hyvinvointinsa heikentyneen koronapandemian aikana. Niistä vastaajista, joiden hyvinvointia koronapandemia oli heikentänyt huomattavasti, yläkoululaisia oli 27 %, lukiolaisia 21 % ja korkeakouluopiskelijoita 25 %.

KUVIO 2. KORONAPANDEMIAN VAIKUTUKSET VASTAAJIEN HYVINVOINTIIN (N = 534).



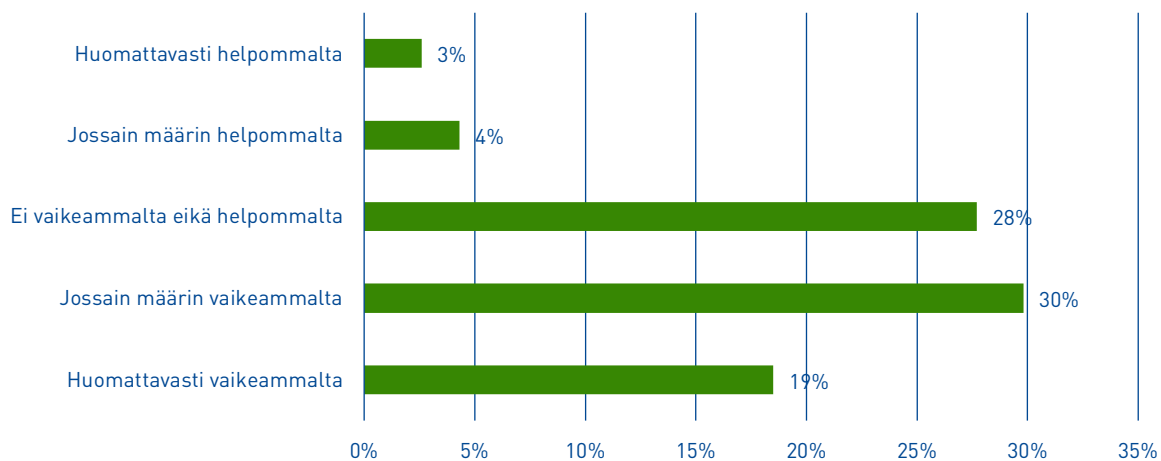
Kuviossa 3 kuvataan vastaajien kokemuksia koronapandemian vaikutuksesta heidän yksinäisyyteensä. Enemmistö vastaajista (64 %) koki, että heidän yksinäisyytensä lisääntyi koronapandemian aikana, 28 % koki, että heidän yksinäisyydessään ei tapahtunut muutoksia ja 8 % koki, että heidän yksinäisyytensä väheni koronapandemian aikana. Yksinäisyyden kokemukset lisääntyivät koronapandemian aikana hieman enemmän tytöillä (66 %) kuin pojilla (59 %). Sukupuolen mukaan katsottuna eniten yksinäisyyden kokemukset lisääntyivät muunsukupuolisilla, joista 68 % koki yksinäisyyden kokemustensa lisääntyneen jossain määrin tai huomattavasti koronapandemian aikana. Tarkasteltaessa yksinäisyyden kokemuksia ja vastaajien ikää, ne vastaajat, jotka kokivat yksinäisyytensä lisääntyneen huomattavasti koronapandemian aikana, olivat keskimääräiseltä iältään vanhimpia (iän keskiarvo 19,00 vuotta). Vastaavasti ne vastaajat, joilla yksinäisyyden kokemukset olivat vähentyneet huomattavasti koronapandemian aikana, olivat keskimäärin nuorimpia (iän keskiarvo 15,36 vuotta).

KUVIO 3. KORONAPANDEMIAN VAIKUTUKSET VASTAAJIEN YKSINÄISYYDEN KOKEMUKSIIN (N = 534).



Kuviossa 4 kuvataan vastaajien kokemuksia koronapandemian vaikutuksesta heidän oppimiseensa. Tähän kysymykseen vastaus puuttui 91 nuorelta. Lähes 50 % oppimiseen liittyvään kysymykseen vastanneista nuorista ilmoitti oppimisen tuntuneen vaikeammalta koronapandemian aikana, 28 % vastaajista koki, ettei koronapandemialla ollut vaikuttanut heidän oppimiseensa ja 7 % koki oppimisen tuntuneen helpommalta koronapandemian aikana. Kyseeseen vastanneista alakoululaisista yksikään ei raportoinut oppimisensa tuntuneen missään määrin helpommalta. Ne vastaajat, joiden oppiminen oli tuntunut huomattavasti tai jossain määrin helpommalta, olivat yleisimmin korkeakouluopiskelijoita.

KUVIO 4. KORONAPANDEMIAN VAIKUTUKSET VASTAAJIEN OPPIMISEEN (N = 443).

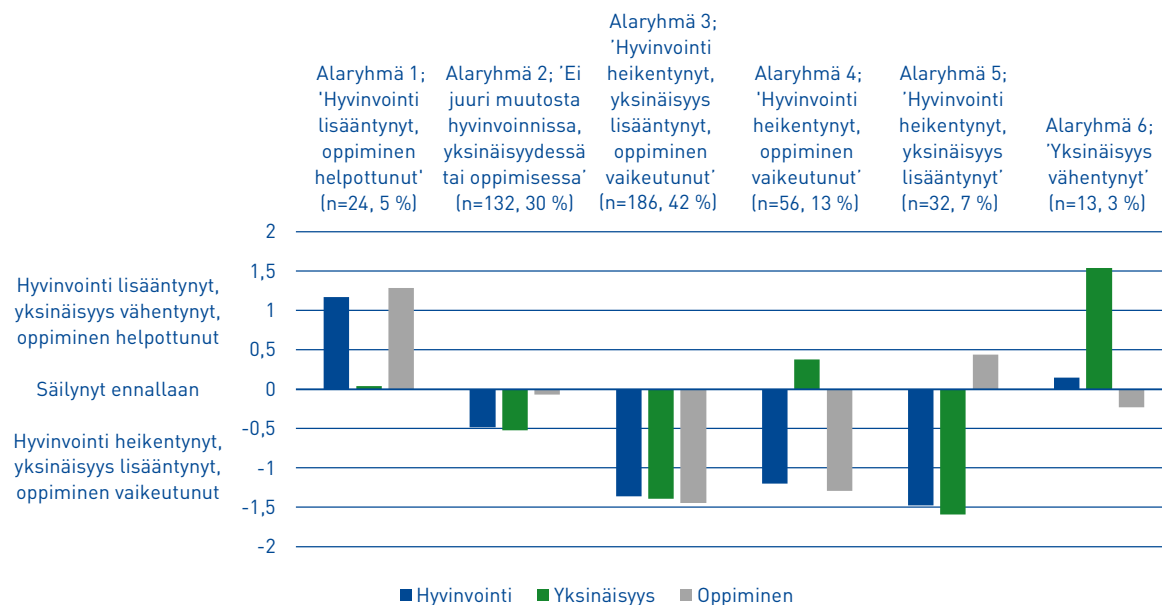


4.2 Alaryhmätarkastelu nuorten koronapandemian aikaisista kokemuksista

Jatkoanalyysija varten tutkimukseen osallistuneet nuoret jaettiin pienempiin, keskenään erilaisiin ryhmiin K-means klusterianalyysin avulla. Klusterit eli alaryhmät muodostettiin seuraavien kolmen kysymyksen avulla: 1) ”Miten koronapandemia on vaikuttanut hyvinvointiisi?” 2) ”Miten koronapandemia on vaikuttanut yksinäisyyden kokemuksiisi?” 3) ”Miten koronapandemia on vaikuttanut oppimiseesi?”. Tarkoituksena oli löytää tutkittavien joukosta erilaisia alaryhmiä, joissa koronan vaikutukset näihin eri osa-alueisiin koettiin eri tavoin. Klusterianalyysin perusajatuksena on ryhmitellä samaan ryhmään keskenään mahdollisimman samalla tavalla valittuihin muuttujiin vastanneet tutkittavat. Samanaikaisesti eri ryhmät ovat keskenään mahdollisimman erilaisia. Vastaus koronapandemian vaikutuksesta oppimiseen puuttui 91 vastaajalta, jotka jätettiin klusterianalyysin ulkopuolelle. Lopullinen otos oli siten 443 nuorta.

Klusterianalyysin tulokset on esitetty kuviossa 5. Klusterianalyysin tuloksena tunnistettiin kuusi nuorten alaryhmää: 1) ’Hyvinvointi lisääntynyt, oppiminen helpottunut’ (n = 24, 5 %); 2) ’Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessä’ (n = 132, 30 %); 3) ’Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt, oppiminen vaikeutunut’ (n = 186, 42 %); 4) ’Hyvinvointi heikentynyt, oppiminen vaikeutunut’ (n = 56, 13 %); 5) ’Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt’ (n = 32, 7 %); 6) ’Yksinäisyys vähentynyt’ (n = 13, 3 %). Seuraavaksi kuvaamme tarkemmin löydettyjä alaryhmiä.

KUVIO 5. KLUSTERIANALYYSIN TULOKSENA TUNNISTETUT NUORTEN (N = 443) ALARYHMÄT.



Ryhmä 1: 'Hyvinvointi lisääntynyt, oppiminen helpottunut' (n = 24, 5 %)

Alaryhmään 1 kuuluvien nuorten hyvinvointi lisääntyi ja oppiminen tuntui helpommalta koronapandemian aikana. Yksinäisyyden kokemuksissa ei heillä ollut juuri muutosta koronan aikana. Alaryhmään 1 kuuluvat nuoret kuvasivat kokemuksiaan omin sanoin seuraavasti:

"Etäkoulu nostatti hyvinvointiani niin hemmetisti. Pystyin käyttämään aikaa olemiseen ja parantumiseen mielenterveyden haasteista ja samaan aikaan käydä tunneilla." ID 190, alaryhmä 1, 14 v, yläkoululainen

"Etäopiskelu sopii minulle. Ei stressiä muista ihmisistä ja luennot voi katsoa uudestaan. Toivoisin, että tämä mahdollisuus jatkuisi myös pandemian jälkeen" ID 3, alaryhmä 1, 21 v, korkeakouluopiskelija

"Antanut paljon enemmän aikaa opiskelulle ja samalla myös vapaa-ajalle. Korona-aika on auttanut uupumukseen ja liikaan työmäärään. Ei tarvitse mennä bussilla luennoille, kun ihan saman asian voi hoitaa kotoa. Etäopiskelu on kaikkein paras!" ID 137, alaryhmä 1, 23 v, korkeakouluopiskelija

Ryhmä 2: 'Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessa' (n = 132, 30 %)

Alaryhmään 2 kuuluvilla nuorilla hyvinvointi oli säilynyt keskimäärin ennallaan koronapandemian aikana. Myöskään yksinäisyyden kokemukset eivät olleet juuri muuttuneet. Alaryhmään 2 kuuluvat nuoret eivät myöskään kokeneet oppimisen erityisesti vaikeutuneen tai helpottuneen koronapandemian aikana. Tämän ryhmän nuoret vastasivat avokysymyksiin esimerkiksi seuraavasti:

"Mitt kontaktnät har ändrat från många ytliga kontakter till att nästan bara umgås med dem som jag verkligen vill tillbringa tid med. Jag har fått mera tid att återhämta mig när saker ställs in och för att det är lättare att säga nej när man kan ha pandemin som en ursäkt." ID 75, alaryhmä 2, 24 v, korkeakouluopiskelija

"Pandemian alussa alkoi tulla pieniä masennuksen oireita, eli kaikki tuntui vain kurjalta. Nyt niitä ei enää ole." ID 208, alaryhmä 2, 15 v, yläkoululainen

"Koronapandemian aikana ihmissuhteet ovat vähentyneet, mutta taas joidenkin kanssa lähentyneet." ID 129, alaryhmä 2, 17 v, lukiolainen

Ryhmä 3: 'Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt, oppiminen vaikeutunut' (n = 186, 42 %)

Alaryhmään 3 kuului eniten nuoria. Alaryhmään kuuluvien nuorten hyvinvointi heikentyi, yksinäisyys lisääntyi ja oppiminen vaikeutui koronapandemian aikana. Tämän alaryhmän nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

"Mental health issues got worse, social relationships and skill weakened, physical well-being has gotten worse now after getting sick with covid, stress levels are very high, anxiety levels are very high. I isolate myself much more often than before and easily stay between four walls with very little social interactions with other people." ID 17, alaryhmä 3, 18 v, lukiolainen

”Korona-aika on syrjäyttänyt minua aika paljon kaikista ihmissuhteista ja olen muutenkin introvertti ja en oikein osaa/uskalla tutustua uusiin ihmisiin niin korona aika on tehnyt minusta tosi yksinäisen ja ahdistuneen ja masentuneen.” ID 463, alaryhmä 3, 15 v, yläkoululainen

”Etäopetus oli todella vaikeaa oppimisen kannalta, varsinkin sellaisissa aineissa joissa olen käynyt erityisopettajan luona. Oppimiseni ei edennyt tarpeeksi nopeasti ja minulla jäi joitain tehtäviä rästiin, ja niitä oli vaikea kiritä etäkoulun päätyttyä.” ID 480, alaryhmä 3, 16 v, ammattioppilaitoksessa opiskeleva

”Etäkoulu pelasti mut. Koulussa en pystynyt käymään kiusaamisen takia. Toisaalta se myös stressasi, sillä opettajat antoi paljon enemmän tehtäviä mitä piti tehdä. Se aika missä ajassa piti koulutyöt tehdä oli todella pieni. Stressasin sillä en saanut hirveemmin aikaseksi. Minun oppimisvaikeudet ei otettu huomioon etäkoulussa.” ID 169, alaryhmä 3, 16 v, kymppiluokkalainen

Ryhmä 4 'Hyvinvointi heikentynyt, oppiminen vaikeutunut' (n = 56, 13 %)

Alaryhmään 4 kuuluvat nuoret kokivat hyvinvointinsa heikentyneen sekä oppimisensa vaikeutuneen koronapandemian aikana. Yksinäisyydessä tätä samaa kielteistä vaikutusta ei heillä ollut havaittavissa. Tämän alaryhmän nuoret kuvasivat kokemuksiaan omin sanoin seuraavasti:

”Hyödyt: Kaveripiiri pysynyt pienenä, oppinut elämään hieman itsenäisemmin. Haitat: päihitteet tullut ahdistuksen takia osaksi elämää.” ID 106, alaryhmä 4, 15 v, yläkoululainen

”Ei ole ollut mitään hyötyjä. Ensimmäisen kerran kun vuonna 2020 tuli rajoituksia koitin itsemurhaa ja sen jälkeen on ollut aika tasaista paskaa. Lukio alkoi siinä samana vuonna eikä tietenkään opiskelusta tullut mitään siinä pandemian ohella. Nyt kaksi vuotta myöhemmin rajoitukset alkaa loppumaan, mutta kurssisuorituksia puuttuu paljon ja mieli on maassa.” ID 499, alaryhmä 4, 17 v, lukiolainen

”Opiskelusta tuli etäkoulun myötä mahdotonta. Ennen kymppejä, nykyään vitosia. Opiskelurutiinia en saanut enää takaisin etäkoulun loputtua, koska esim. matikkaan ja kemiaan oli jäänyt niin suuria aukkoja osaamiseen että myöhemmät matikan ja kemian kurssit olivat mahdottomia, sillä niissä olisi tarvinnut edellisten kurssien asioita jotka etäkoulun myötä oli jäänyt opettelematta.” ID 421, alaryhmä 4, 18 v, lukiolainen

Ryhmä 5: 'Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt' (n = 32, 7 %)

Alaryhmässä 5 nuoret kokivat hyvinvointinsa heikentyneen ja yksinäisyytensä lisääntyneen koronapandemian aikana. Sen sijaan he eivät kokeneet oppimisen erityisesti vaikeutuneen eikä helpottuneen pandemian aikana. Tämän alaryhmän nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

”Koin pitkiä yksinäisyyden jaksoja. Yksinäisyys aiheutti pelkoa tulevaisuudesta, vaikeutti välillä nukahtamista ja tuntui joskus kehollisena kipuna. Toisaalta opin pandemian aikana arvostamaan enemmän perhettäni ja ystävyttä sekä satunnaisia ihmiskontakteja; sosiaalinen turvaverkko on erittäin tärkeä asia onnellisuuden kannalta ja sen eteen kannattaa tehdä töitä. Yksinäisyys osaltaan luultavasti auttoi tämän oppimisessa.” ID 333, alaryhmä 5, 19 v, lukiolainen

”Minun on ollut vaikeampi saada apua julkisesta terveydenhoidosta ja opiskelijaterveydenhoidosta ruuhkien takia. Koronapandemia on lisännyt huomattavasti yksinäisyyttäni koska olen asunut koko ajan yksin ja lisäksi pahentanut mielenterveysongelmia luultavasti jossain määrin muun muassa ahdistuksen ja stressin takia. Toisaalta korona on lisännyt yleistä tietoisuutta mielenterveydestä ja kroonisista sairauksista mikä toisaalta on hyvä.” ID 389, alaryhmä 5, 22 v, korkeakouluopiskelija

”Kuulun niihin onnekkaisiin jotka ovat saaneet nauttia lähiopetuksesta lähes koko pandemian ajan, muutamaa kuukautta lukuun ottamatta. Olen pitänyt hyvänä että monilla kursseilla on ollut hybridivaihtoehto eli että on voinut osallistua sekä etänä että läsnä. Suhtaudun etäopiskeluun positiivisesti ja esim. ryhmäkeskustelut onnistuvat etänä paremmin kuin livenä. Opiskelun ja vapaa-ajan rajapinta tosin häilyy etäopiskellessa pahasti.” ID 504, alaryhmä 5, 27 v, korkeakouluopiskelija

Ryhmä 6: 'Yksinäisyys vähentynyt' (n = 13, 3 %)

Ryhmä 6 oli pienin alaryhmä. Siihen kuuluvien nuorten yksinäisyys oli koronapandemian aikana vähentynyt samalla, kun hyvinvoinnin ja oppimisen kokemukset säilyivät suunnilleen ennallaan. Tämän alaryhmän nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

”Koronapandemian alussa ja varsinkin etäkoulujaksojen aikana mieliala on selkeästi laskenut ja elämä on tuntunut hankalalta, mutta nytten elämä on itsellä normalisoitunut enkä edes muista koronan olemassaoloa (en sitten tiedä onko se hyvä vai huono juttu).” ID 109, alaryhmä 6, 17 v, lukiolainen

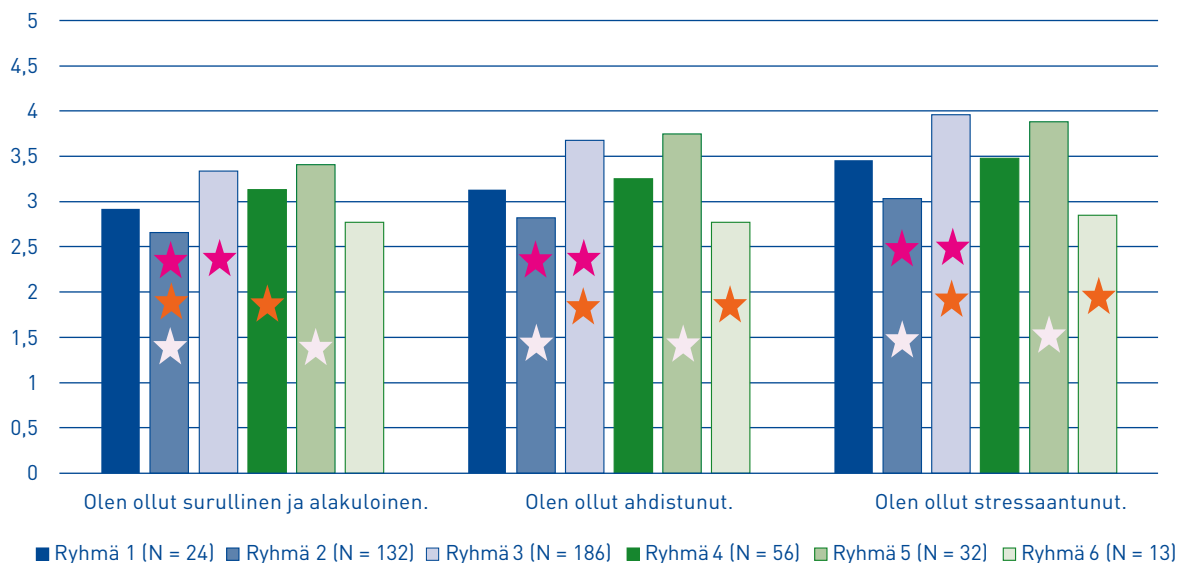
”2020 keväällä olin täysin eristäytynyt eikä minulla ollut yhtäkään ystävää. 2021 keväällä kuitenkin sain ystäviä, joka on myös koronan ansiota. Aina etäkoulussa lähettelimme toisillemme snapchat-videoita ja näimme joka viikonloppu. Nyt kun ei ole etäkoulua, ei ole oikein aikaa nähdä tätä kaveriporukkaa. Olen kuitenkin lähentynyt yhden henkilön tästä kaveriporukasta kanssa erityisesti, ja viestittelemme useita tunteja joka päivä sekä koitamme nähdä niin usein kuin mahdollista.” ID 279, alaryhmä 6, 16 v, yläkoululainen

4.3 Alaryhmien väliset erot

Liitetaulukossa 1 kuvaillaan, miten kunkin alaryhmän jäsenet olivat vastanneet asumismuotoa, opiskelupaikkaa ja sukupuolta koskeviin kysymyksiin. Klusterianalyysin jälkeen vertailimme tilastollisin testein (ANOVA, Kruskal-Wallis testi; ks. Liitetaulukko 2), erosivatko nämä alaryhmät toisistaan muiden kyselyssä käyttämiemme muuttujien suhteen.

Kuviossa 6 esitetään alaryhmien väliset erot koetussa mielialassa. Alaryhmään 2 kuuluvat nuoret, jotka eivät juuri kokeneet muutoksia hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä ja oppimisessa koronapandemian takia, raportoivat vähemmän surullisuutta ja alakuloisuutta, ahdistuneisuutta ja stressaantuneisuutta kuin nuoret alaryhmässä 3 (*Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt, oppiminen vaikeutunut*) ja alaryhmässä 5 (*Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt*).

KUVIO 6. ALARYHMIEN VÄLISET EROT KOETUSSA MIELIALASSA.



Keskenään samanväriset tähdet osoittavat tilastollisesti merkitsevää eroa alaryhmäparin välillä. Väittämien pisteytys: 1 = En ollenkaan, 2 = Vähän, 3 = Kohtalaisesti, 4 = Paljon, 5 = Erittäin paljon.

Kuviossa 7 esitetään alaryhmien vertailu väittämään ”Olen yksinäinen” vastaamisen suhteen. Alaryhmään 3 kuuluvat nuoret, joilla hyvinvointi heikentyi, yksinäisyys lisääntyi ja oppiminen vaikeutui koronapandemian aikana, raportoivat tuntevansa itsensä useammin yksinäiseksi kuin nuoret alaryhmissä 2 (*Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessa*), 4 (*Hyvinvointi heikentynyt, oppiminen vaikeutunut*) ja 6 (*Yksinäisyys vähentynyt*). Nuoret kuvasivat yksinäisyyden kokemuksiaan seuraavasti:

”Tuntuu, ettei ehkä kukaan ole minusta erityisen kiinnostunut: ikään kuin olisin hieman näkymätön ja olematon.” ID 47, 21 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

”Yksinäisyys on kaikista pahinta. Silloin tuntuu, ettei elämällä tai minulla ole mitään merkitystä. Korona-aika oli pahinta aikaa minulle yksinäisyyden kannalta, vaikka sitä ennenkin olin ollut yksinäinen.” ID 306, 24 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

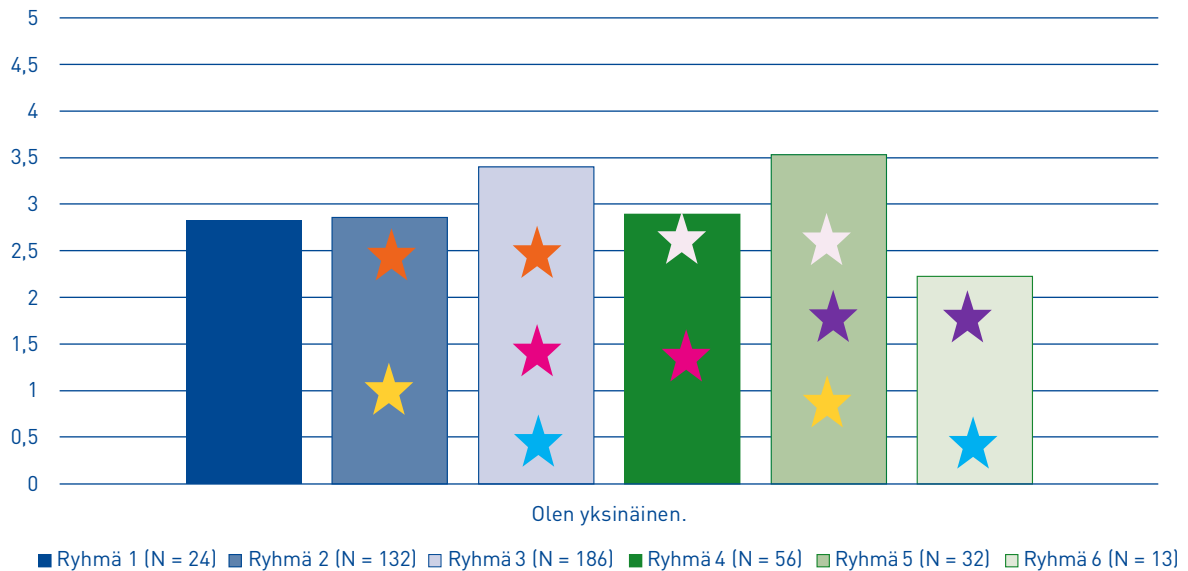
”Jag har känt mig väldigt ensam sedan jag flyttade hemifrån och inte kände eller träffade så många under de första månaderna jag bodde på den nya orten. Det var tungt att bara vara ensam så gott som hela tiden och inte träffa någon, ibland på flera dagar.” ID 181, 21 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

Myös alaryhmässä 5, johon kuuluvat nuoret kokivat sekä hyvinvointinsa heikentyneen että yksinäisyytensä lisääntyneen koronapandemian aikana, nuoret raportoivat tuntevansa itsensä yksinäiseksi useammin kuin alaryhmiin 2 (*Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessa*), 4 (*Hyvinvointi heikentynyt, oppiminen vaikeutunut*) ja 6 (*Yksinäisyys vähentynyt*) kuuluvat nuoret. Nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

”Koko ajan on jotenkin tyhjä olo. Tuntuu että maailma on rakennettu ajatukseen että kaikilla on iso ystäväpiiri, ja yksinäisyyttä pitää peitellä ja hävetä. Olen usein jättänyt menemättä paikkoihin, koska olen tiennyt että kaikilla muilla on joku kaveriporukka, ja yksin meneminen olisi aiheuttanut minulle vain yksinäisen ja surullisen olon.” ID 399, 23 v, alaryhmä 5

”Koska muutin juuri pandemian alussa uudelle paikkakunnalle opiskelemaan (2019) en ole juurikaan tutustunut opiskelutovereihin.” ID 44, 28 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 5

KUVIO 7. ALARYHMIEN VÄLISET EROT YKSIÄISYYDEN KOKEMUSTEN SUHTEEN.



Keskenään samanväriset tähdet osoittavat tilastollisesti merkitsevää eroa alaryhmäparin välillä. Väittämän pisteytys: 1 = Ei koskaan, 2 = Harvoin, 3 = Toisinaan, 4 = Yleensä, 5 = Aina.

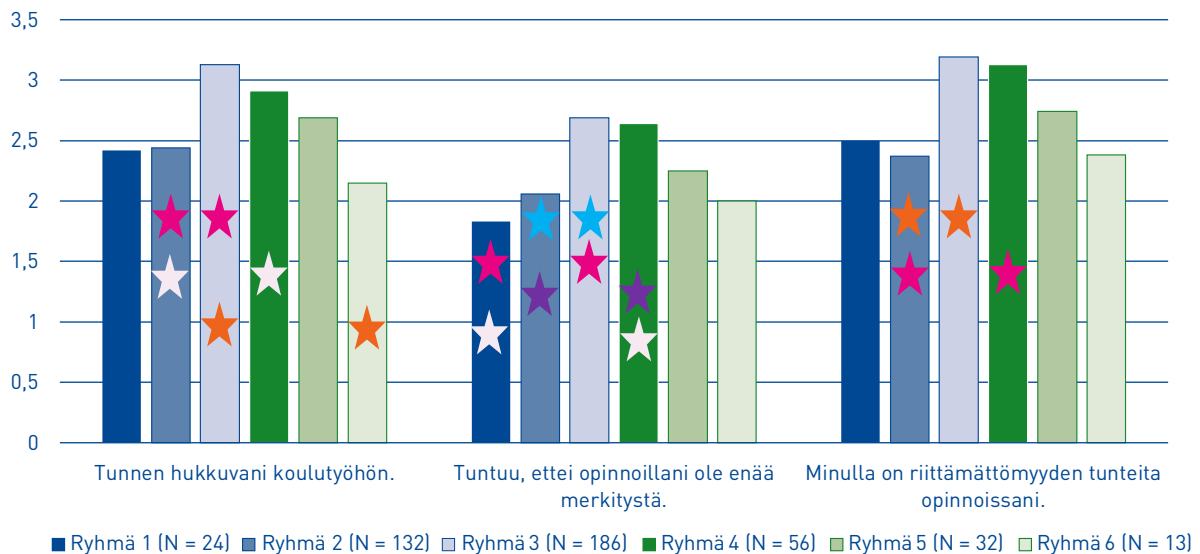
Alaryhmän 3 nuoret, joilla hyvinvointi heikentyi, yksinäisyys lisääntyi ja oppiminen vaikeutui koronapandemian aikana, kokivat myös eniten koulu-uupumukseen liittyviä tuntemuksia. He tunsivat hukkuvansa koulutyöhön tilastollisesti merkitsevästi useammin kuin nuoret alaryhmissä 2 (*Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessa*) ja 6 (*Yksinäisyys vähentynyt*). Alaryhmän 3 nuoret raportoivat myös opintojen merkityksen tunteen vähentymistä useammin kuin nuoret alaryhmissä 1 (*Hyvinvointi lisääntynyt, oppiminen helpottunut*) ja 2 (*Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessa*), sekä riittämättömyyden tunteita opinnoissa useammin kuin nuoret alaryhmässä 2 (*Ei juuri muutosta hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä tai oppimisessa*). Alaryhmien väliset erot koulu-uupumuksen suhteen on kuvattu kootusti kuviossa 8. Nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

”Jag klarar inte av att koncentrera mig på zoomföreläsningar, jag får ångest då jag ska prata för jag känner mig iakttagen och vill ha av kameran - får hjärklappning och hoppar ibland ut ur zoomrummet istället för att ha en diskussion” ID 59, 24 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

”Etäopiskelu oli haastaavaa, kuormittavaa ja loputtoman ahdistavaa alusta loppuun.” ID 167, 26 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

”En jaksaa koulua, hukun läksyissä enkä saa yhtään aikaa itelleni.” ID 360, 12 v, alakoululainen, alaryhmä 3

KUVIO 8. ALARYHMIEN VÄLISET EROT OPISKELU-UUPUMUKSEN VÄITTÄMIEN SUHTEEN.

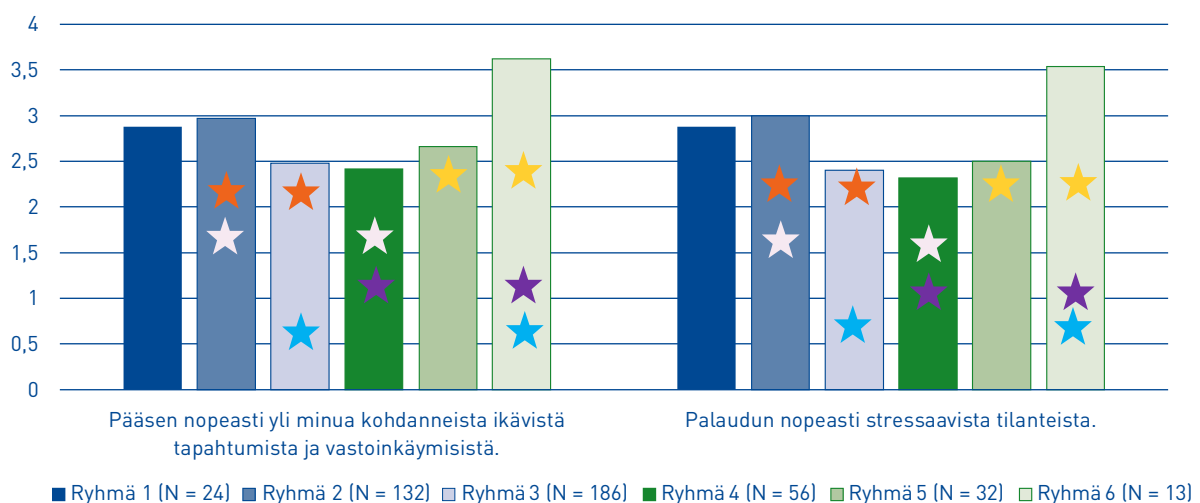


Keskenään samanväriset tähdet osoittavat tilastollisesti merkitsevää eroa alaryhmäparin välillä. Väittämien pisteytys: 1 = En juuri koskaan, 2 = Muutaman kerran kuukaudessa, 3 = Muutamana päivänä viikossa, 4 = Lähes päivittäin.

Alaryhmään 6 kuuluvilla nuorilla, joilla yksinäisyys oli koronapandemian aikana vähentynyt samalla, kun hyvinvoinnin ja oppimisen kokemukset säilyivät suunnilleen ennallaan, näytti olevan parhaat valmiudet resilienssin näkökulmasta. He raportoivat pääsevänsä nopeammin yli vastoinkäymisistä ja palautuvansa nopeammin stressaavista tilanteista kuin nuoret alaryhmissä 3 (*Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt, oppiminen vaikeutunut*), 4 (*Hyvinvointi heikentynyt, oppiminen vaikeutunut*) ja 5 (*Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt*). Kuviossa 9 on esitetty kootusti alaryhmien väliset erot koetussa resilienssissä. Nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

”Kavereilta olen saanut vertaistukea ja he ovat auttaneet jaksamaan” ID 109, 17 v, lukiolainen, alaryhmä 6

KUVIO 9. ALARYHMIEN VÄLISET EROT RESILIENSSIN VÄITTÄMIEN SUHTEEN.



Keskenään samanväriset tähdet osoittavat tilastollisesti merkitsevää eroa alaryhmäparin välillä. Väittämien pisteytys: 1 = Täysin eri mieltä, 2 = Eri mieltä, 3 = Siltä väliltä, 4 = Samaa mieltä, 5 = Täysin samaa mieltä.

4.4 Korona-ajan kokemukset ja tulevaisuuden muutostoiveet nuorten omin sanoin

Kyselyn avoimissa vastauksissaan nuoret toivat esiin monenlaisia huolia liittyen jaksamiseen. Monen vastaajan mielestä nuorten asiat olivat jääneet koronakriisin hoidossa muiden, yhteiskunnallisesti tärkeämmäksi arvoitettujen, asioiden alle. Nuoret kuvailivat kokeneensa, että heidät jätettiin oman onnensa nojaan, eikä kukaan tuntunut huolehtivan heidän hyvinvoinnistaan koronakriisin aikana. Nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

"I wish that our government and schools would consider young people's mental health better during these times. Lots of people have experienced similar things to me, or even worse. It has been extremely hard to see other people suffer too, which has also worsened my state of mind." ID 16, 18 v, lukiolainen, alaryhmä 3

"Tuntuu että kaikki rajoitukset ovat olleet täysin turhia. 2 vuotta etäkoulua ja rajoitusten jälkeen korona ei ole kadonnut minnekään. Tuntuu että nuoret ja opiskelijat ovat kärsineet kaikista eniten ja opiskelijoita on tuettu kaikista vähiten pandemian aikana. En ole kokenut korkeakouluni tehneen yhtään mitään helpottaakseen opiskelijoiden elämää. Tuntuu että opiskelijat ovat joutuneet uhraamaan ihan kaiken." ID 525, 24 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

"Det har verkligen varit hårt mot oss studerande och i diskussioner har det varit väldigt lite tal om vårt välmående, vilket visar på att vi inte har någon sorts prioritering i samhället utan faller emellan och måste ta hand om oss själva." ID 60, 25 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 5

Nuorten kuvauksissa toistui ajatus siitä, että nuorten on vaikea saada apua hyvinvoinnin pulmiinsa. Osalla korona-aika pahensi jo olemassa olleita ongelmia, mutta vastaajien mukaan nuoret kokivat paljon opiskeluihin liittyvää stressiä jo ennen koronaakin. Erityisesti vastaajia huolesti avun saamisen vaikeus ja nuorten mielenterveyspalveluiden ruuhkautuneisuus. Nuorten mukaan ei ole kohtuullista, että avun tarpeessa oleva nuori joutuu jonottamaan apua pitkään tai joutuu itse ponnistelemaan kohtuuttomasti avun saamiseksi jo valmiiksi vaikeassa tilanteessa. Nuoret kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

"Monet muut nuoret ovat kertoneet, että heidän stressaantuneisuutensa tai ahdistuksensa ei johdu koronasta ja itsekin näin koen. On huolestuttavaa kun koittaa kertoa näistä asioista, niin syyksi leimataan korona, puhelin tai some. Luulisin, että jos tehtäisiin tutkimus jossa selvitetään yleisesti yläkoululaisten ja lukiolaisten hyvinvointia, voisi tulla huolestuttavia tuloksia. Mie en enää itekkää jaksa vaikka loppusuoralla koulussa ollaankin. Esitelmiä teen nyt 3 samaan aikaan ja kolme koetta ensi viikolla +pääsy- ja soveltuvuuskokeet jatko-opintoihin, neljän oppiaineen läksyt tehtävänä vielä. Ei tässä oo enää mitään järkeä kun vapaa-aikakin menee opiskellessa, en ehdi palautua." ID 162, 15 v, yläkoululainen, alaryhmä 2

"Pandemian vaikutuksista nuoriin ja nuoriin aikuisiin puhutaan paljon. Iso ongelma on kuitenkin se, ettei käytännön apua ole saatavilla. Itsekin olen hakeutunut avun piiriin, mutta mielenterveyspalvelut ovat ruuhkautuneet. En onneksi ole ollut itsetuhoinen, mutta on huolestuttavaa, ettei nuoret saa apua, vaikka avun tarve tiedetään. Ei riitä että asioista puhutaan, vaan resursseja on lisättävä. Lisäksi apu tulisi olla helposti saatavilla."

Minua pomputeltiin YTHS:n ja kunnan palveluiden välillä. Odottelen pari kuukautta lääkäriin pääsyä, että saisin terapiahakemuksia eteenpäin. Jossain kohtaa kun vihdoinkin olen käynyt tämän vaikean prosessin joudun itse etsimään terapeutin, joista on huutava pula ja joilta saa kielteisiä vastauksia päivittäin. En tiedä miten siitä prosessista selviän, kun tällä hetkellä yritän selvitä vain kahdesta kurssista, jotta saisin opintotuet pidettyä. Huolestuttaa erityisesti niiden nuorten ja nuorten aikuisten puolesta, jotka ovat jo niin loppu, etteivät enää jaksa yrittää. Eivät jaksa itse etsiä apua. Nuorissa on yhteiskunnan tulevaisuus, joten nuoriin tulisi satsata. Ei vain puheissa vaan myös teoissa.” ID 178, 25 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

”Tarpeeksi kauan haki ja haki niin sain hankittua lääketieteellistä apua, mutta vasta yksityisen puolen antamalla läheteellä. Julkisen puolen mielenterveyshuolto on yksi iso vitsi.” ID 442, 18 v, ammattiin opiskeleva, alaryhmä 5

”Perhetilanteeni ei ollut kovin hyvä etäopiskelun aikana, eikä omani kaltaisia tilanteita otettu millään taholla huomioon etäjaksojen aikana. Omalla kohdallani tämä tarkoitti lisääntyneitä riitoja, ja vanhempieni lisääntynyttä alkoholinkäyttöä stressin takia jolloin tilanteet monesti lähtivät käsistä. Tilanteeseen ei puututtu, vaikka yritin hankkia apua.” ID 500, 16 v, lukiolainen, alaryhmä 3

”Minusta nuoret jotka aloittivat yksin uudessa oppilaitoksessa korona-aikana olivat erityisen huonossa asemassa oppimisen ja kavereiden löytämisen kannalta. Ja asialle ei ainakaan omien kokemuksieni perusteella ole tehty juuri mitään. Se on varmasti johtanut monen kohdalla opintojen hidastumiseen, sosiaaliseen syrjäytymiseen ja erilaisiin ongelmiin, joka on sääli. Lukio/amk aikana kaverisuhteet ja oman paikan maailmassa etsiminen on erityisen tärkeässä roolissa lähes kaikkien nuorten elämässä. Apua näihin ongelmiin ei myöskään tunnuta tarjoavan, ainakaan ennen kuin nuoren tilanne on ajautunut oikeasti pahaksi, tai hän osaa itse selkeästi pyytää sitä. Ja sitä ei minusta ole realistista tai edes kohtuullista vaatia kaikilta nuorilta” ID 524, 17 v, lukiolainen, alaryhmä 3

Kyselyn vastauksissa nuoret tekivät ehdotuksia siitä, millaisia muutoksia he kokemustensa pohjalta toivoisivat tehtävän esimerkiksi mielenterveyspalvelujen tarjontaan ja saatavuuteen sekä opetuksen järjestämiseen. Esimerkiksi etäopetuksen toivottiin säilyvän jatkossakin mahdollisena, sillä monet kokivat sen itselleen sopivaksi ja mukavaksi tavaksi opiskella. Myös olemassa olevien palvelujen näkyväksi tekeminen mainittiin resurssien lisäämisen ohessa tarpeelliseksi, jotta nuoret olisivat paremmin tietoisia siitä, millaisia palveluita heillä on esimerkiksi oppilaitoksessaan tarjolla. Nuoret esittivät toiveitaan muun muassa seuraavasti:

”Monet asiat, jotka ovat olleet hyödyllisiä, ovat olleet toisaalta myös haitaksi. Tämä myös varmasti vaihtelee yksilöittäin: joku toinen on hyötynyt etäopinnoista, kun taas joku toinen on ennen kaikkea kärsinyt niistä. Tämä aika on ollut haastavaa myös opettajille ja opetuksen järjestäjille, jotka eivät mitenkään voi miellyttää kaikkia ja vastata jokaisen toiveisiin. Ehkä tulevaisuudessa opetusta voitaisiin järjestää yhä useammilla eri tavoilla, jotta jokainen voisi valita juuri itselleen sopivan.” ID 47, 21 v, korkeakouluopiskelija, alaryhmä 3

”Mielestäni Sekasin-chatin kaltaisia tukipalveluja pitäisi tuoda nuorten tietoisuuteen ja palvelujen toimintaa pitäisi tukea. Nuorille tulee kertoa saatavilla olevista palveluista ja resursseista etenkin koulussa, sillä sitä kautta tavoitetaan käytännössä kaikki nuoret.

Palveluista voi kertoa esimerkiksi terveystiedon tunneilla tai vaikkapa järjestää aamunavauksia. Wilma-sovellukseen voisi tehdä osion, josta palvelut löytää helposti yhdestä paikasta. Myös oppilas- ja opiskelijahuolto pitäisi tuoda kiinteämmäksi ja tutummaksi osaksi oppilaitostensa arkea, jotta oppilaat ja opiskelijat osaisivat hyödyntää edes omasta koulurakennuksestaan löytyvää tukea. Oppilas- ja opiskelijahuollon henkilökunnan pitäisi esittäytyä kaikille esimerkiksi lukuvuoden alussa ja kertoa työstään. En itse esimerkiksi tiennyt koulupsykologimme nimeä parin ensimmäisen lukiovuoteni aikana. Koulupsykologien palkkaa tulisi nostaa, jotta alalle hakeutuisi enemmän työntekijöitä. Nykyistä koulupsykologi per oppilas -mitoitusta ollaan muistaakseni muuttamassa parempaan suuntaan, mutta luulen, että siinä tulee yhä olemaan tulevaisuudessa parantamisen varaa. Emme ole hyvässä tilanteessa, jos oman koulun koulupsykologille pääsemistä pitää jonottaa jopa kuukausia.” ID 333, 19 v, lukiolainen, alaryhmä 5

4.5 Digiraatikeskusteluiden pääviestit

Kriisistä kriisiin -digiraatikeskusteluihin syksyllä 2022 osallistuneet nuoret totesivat kaivanneensa yhteisöllisyyttä koronarajoitusten aikana. Heidän mielestään harrastuspaikkojen sulkeuduttua ja opintojen vaihduttua etäopiskeluksi nuoret jäivät yksin, eikä mikään taho vaikuttanut ottavan vastuuta nuorten yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tukemisesta. Nuoret olisivat kaivanneet, että esimerkiksi opiskelijajärjestöt tai muut tahot olisivat selkeämmin ottaneet nuorten yhteisöllisyyden tukemisen asiakseen koronarajoitusten aikana.⁷⁹

Useiden samanaikaisten kriisien keskellä elämisen helpottamiseksi digiraateihin osallistuneet nuoret mainitsivat avuksi avoimen keskustelun kriiseistä niin kotona kuin oppilaitoksissa. Keskusteluissa nousi selkeästi esiin se, että nuoret alkoivat jo väsyä jatkuviin kriiseihin ja mieluummin välillä valitsivat elävänsä uutispimennossa, jotta saivat välillä hengähtää kielta kriiseihin liittyvältä uutisoinnilta.⁸⁰

Digiraatikeskustelussa tuotiin esiin huoli nuorten tukemiseen ja auttamiseen kohdennettujen resurssien rajallisuudesta. Keskustelussa pohdittiin sitä, että nykyisellään esimerkiksi koulu- tai opintopsykologien vastaanotolle pääsemisessä on vaikeuksia. Nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi ei keskustelijoiden mielestä riitä olemassa olevista resursseista tiedottaminen, vaan todellista tukea on tarjottava enemmän ja mahdollisimman matalalla kynnyksellä.⁸¹ Sama resurssipula oli vahvasti esillä myös keväällä 2021 toteutetussa korona-aiheisessa digiraatikeskustelussa⁸².

4.6 Autismikirjon nuorten kokemukset korona-ajasta

Autismiliiton toteuttamien nuorten kokemushaastatteluiden pohjalta koronan vaikutukset neurokirjon nuorten elämään vaihtelivat suuresti. Haastateltavat kertoivat kokeneensa jonkin verran ahdistusta ja stressiä. Kolme neljästä haastateltavasta raportoi hyvinvointinsa heikentyneen ainakin jossain määrin koronapandemian takia. Kaksi haastateltavaa myös koki

79 SPR, 2022.

80 SPR, 2022.

81 SPR, 2022.

82 SPR, 2021.

yksinäisyytensä lisääntyneen koronapandemian aikana. Haastateltavista kolme raportoi saaneensa vähintään kohtalaisesti tarvitsemaansa tukea muilta ihmisiltä pandemian aikana. Yksi haastateltava, joka oli haastatteluhetkellä sijaisperheeseen sijoitettuna, raportoi, ettei ollut saanut tarvitsemaansa tukea lainkaan koronapandemian aikana ja koki, ettei yleensä-kään saa kuin vain vähän tukea muilta.

Kuten verkkopohjaiseen kyselyyn vastanneet nuoret, myös osa haastatelluista neurokirjon nuorista kertoi etäopiskelun olleen heille myönteinen kokemus. Yhden haastateltavan kohdalla etäkoulu oli positiivinen kokemus, koska se toi mukanaan sekä mahdollisuuden olla poissa koulun metelistä että tauon kiusaamisesta. Toiselle oppiminen oli ollut helpompaa etäkoulun aikana ja hän myös piti siitä, että hänellä oli vapaus päättää omista aikatauluistaan opiskelun suhteen. Toisaalta yksi haastateltava kertoi, että oppiminen oli vaikeutunut koronapandemian takia siitä syystä, että opiskelumateriaaleja oli vaikea saada.

4.7 Vammaisfoorumin raportoimia tuloksia

Vammaisfoorumin ja Ihmisoikeuskeskuksen toteuttaman selvityksen mukaan koulujen tilat ovat useille vammaisille ja toimintarajoitteisille lapsille ja nuorille haastavia⁸³. Erityisen ongelmallisia ovat isot, avoimet oppimisympäristöt, jotka ovat usein hyvin meluisia ja rauhattomia⁸⁴.

Vuoden 2021 Koulukyselyyn vastanneista vammaisten ja toimintarajoitteisten lasten ja nuorten vanhemmista 41 % raportoi, että heidän lastensa kohdalla oppimisen ja koulunkäynnin tuen toteuttamisessa lapsen tarpeiden mukaisesti oli puutteita⁸⁵. Vammaisilla ja toimintarajoitteisilla nuorilla on erilaisia tuen tarpeita, jotka ulottuvat myös oppituntien ulkopuolelle. Vanhempien mukaan tuki ei kuitenkaan useinkaan ulotu oppituntien ulkopuoliseen toimintaan, kuten esimerkiksi välitunneille⁸⁶.

4.8 Viittomakielisten nuorten kokemuksia

Viittomakielisten nuorten koulunkäyntiin ja osallisuuteen on jo ennen koronapandemiaakin liittynyt suuria haasteita⁸⁷. Käytännöt viittomakielisen opetuksen järjestämisessä, koulunkäynninohjaajien saatavuudessa sekä opiskelutulkkauksen toteuttamisessa vaihtelevat suuresti opiskelupaikasta ja -kunnasta riippuen. Koronapandemian aikaiset rajoitukset ja poikkeukselliset opetusjärjestelyt toivat mukanaan haasteita myös viittomakielisille. Monet tukitoimet katkesivat koulujen sulkeuduttua poikkeusolojen ajaksi, ja tulkkauksen toteutus etäopetuksen aikana toteutui vaihtelevasti⁸⁸. Koulujen avauduttua maskin käyttäminen teki huulilta lukemisen mahdottomaksi, mikä on epäilemättä vaikeuttanut opetuksen seuraamista ja osallistumista sekä tehnyt oppituntien ulkopuoliseen toimintaan osallistumisen hyvin vaikeaksi. Pandemian aikana etäyhteyksiä on opittu kuitenkin hyödyntämään entistä paremmin esimerkiksi etätulkkauksessa. Näiden uusien toimintatapojen käyttöä tulisi jatkaa myös pandemian jälkeen⁸⁹.

83 Valjakka ym., 2022.

84 Valjakka ym., 2021.

85 Valjakka ym., 2022.

86 Valjakka ym., 2022.

87 Selin-Grönlund, 2021b.

88 Selin-Grönlund, 2021a.

89 Selin-Grönlund, 2021a.

Kuulevien kanssa koulua käyvillä viittomakielisillä nuorilla on ilman pandemia-aikaisia rajoitustoimiakin vaikeuksia luoda ja ylläpitää kaverisuhteita, kun yhteistä kieltä koulukavereiden kanssa ei välttämättä ole⁹⁰. Viittomakielisten oppilaiden sijoittaminen omaan lähikouluun on osaltaan aiheuttanut sen, että viittomakielisillä lapsilla ja nuorilla ei välttämättä ole koulussa ketään, kenen kanssa he voisivat käyttää äidinkieltään, ja kommunikointi puhuttua kieltä käyttävien kanssa voi olla hyvinkin haastavaa. Viittomakielisten lasten ja nuorten kohdalla inklusion toteutumisessa onkin vielä suuria haasteita, sillä erityisesti oppituntien ulkopuolisen toiminnan kielellinen saavutettavuus on puutteellista⁹¹.

90 Selin-Grönlund, 2021b.

91 Selin-Grönlund, 2021b.

5 POHDINTA JA SUOSITUKSET

Koronapandemia lisäsi entisestään huolta nuorten hyvinvoinnista. Jo ennen pandemiaa osalla nuorista oli haasteita hyvinvoinnissa ja sosiaalisissa suhteissa. Lisäksi kouluun kohdistuneet rajoitustoimet ja poikkeavat opetusjärjestelyt nostivat esille huolen opetuksen laadusta ja yhdenvertaisuudesta sekä mahdollisesta oppimisvajeesta erityisesti niiden nuorten kohdalla, joilla oli haasteita oppimisessa jo ennen pandemiaa. Vaikka koronapandemian vaikutuksista nuorten hyvinvointiin on tehty monia kyselyitä ja selvityksiä, nuorten oma ääni on kuitenkin usein jäänyt kuulematta erityisesti niiden nuorten kohdalla, joita laajat kyselyt eivät useinkaan tavoita. Tämän raportin tavoitteena on tuoda esille niiden nuorten ääni, jotka kokivat, että he eivät ole tulleet kuulluiksi koronapandemian aikana heitä koskevassa päätöksenteossa ja ratkaisuisissa. Raportissa nostetaan esille nuorten koronapandemiaan liittyviä kokemuksia suhteessa hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen. Tulosten pohjalta esitetään myös joitakin suosituksia. Nuorten kokemusten moninaisuus haastaa kaikki nuorten kanssa toimivat koulutuksen, nuorisotyön sekä sosiaali- ja terveyspalvelujen toimijat pohtimaan keinoja nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi, osallisuuden vahvistamiseksi ja lisääntyneen eriarvoistumisen selättämiseksi.

5.1 Koronapandemian heijastuminen nuorten kokemaan hyvinvointiin

Raportissa esitellyn ns. hiljaisten äänten kyselyn tulokset vahvistavat näkemystä siitä, että koronapandemia-aika erilaisine rajoituksineen ja poikkeusjärjestelyineen heikensi monen nuoren hyvinvointia. Tämä on linjassa aiempien kyselyjen tulosten kanssa koskien nuorten masennus- ja ahdistuneisuusoireilun lisääntymistä, terveydentilan kokemista aikaisempaa huonommaksi sekä nuorten lisääntyntä huolta omasta mielialastaan⁹². Aikaisempiin kyselyihin verrattuna tämän kyselyn vastaajat toivat esiin enemmän koettua hyvinvoinnin heikkenemistä koronapandemian aikana. Kolme neljäsosaa kyselyymme vastanneista nuorista koki, että koronapandemian aikana heidän hyvinvointinsa oli heikentynyt. On huomattava, että muunsukupuolisista jopa 86 % koki hyvinvointinsa heikentyneen koronapandemian aikana. Kolme neljästä autismikirjon nuoresta raportoi haastatteluissa hyvinvointinsa heikentyneen ainakin jossain määrin koronapandemian vuoksi. Poikkeuksellinen tilanne lisäsi monen nuoren kokemaa ahdistuneisuutta ja stressiä. Osalla vastaajista myös erilaiset elämänhallinnan ongelmat korostuivat. Oman terveytensä ja hyvinvointinsa lisäksi nuoret ovat olleet koronapandemian aikana huolissaan läheisistään. Aiempiin kyselyihin verrattuna voimakkaampi hyvinvoinnin heikkenemisen kokeminen voi selittyä sillä, että kyselyyn toivottiin vastauksia erityisesti niiltä nuorilta, jotka kokivat, että he eivät ole tulleet kuulluiksi koronapandemian aikana. On kuitenkin tärkeää huomata, että pienellä osalla kyselyyn vastaajista (8 %) hyvinvointi oli parantunut koronapandemian aikana. Hyvinvointi säilyi ennallaan 17 %:lla vastaajista, ja sukupuolen mukaan tarkasteltuna näin oli useammin pojilla (33 %) kuin tytöillä (13 %).

Vastaavanlaisia kriisitilanteita ja niiden aiheuttamia poikkeuksellisia opetusjärjestelyjä ajatellen on kiinnitettävä erityistä huomiota siihen, miten opetusta järjestetään niin, että lasten ja nuorten hyvinvointia voidaan tukea parhaalla mahdollisella tavalla kriisin keskellä ja

92 THL, 2021; Kunttu, Pesonen & Saari, 2017; Parikka ym., 2021a.

akuutin vaiheen jälkeen. Nuorten psykologisista perustarpeista yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tukemiseen tulee jatkossa kiinnittää erityistä huomiota. Yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta on helpompi tukea lähiopetuksessa osana koulujen perusarkea kuin etäopetustilanteissa, joissa tämän toteuttaminen on vaikeampaa. Etäopetustilanteissa korostuvat myös opettajien tunne- ja vuorovaikutustaidot, joiden avulla oppijoiden yhteisöllisyyden ja opiskeluun kiinnittymisen kokemusta tuetaan. Yhteisöön kuulumiseen ja kouluun kiinnittymiseen tuleekin kiinnittää entistä vahvemmin huomiota. Yhtenä konkreettisenä keinona tähän on Opetus- ja kulttuuriministeriön koordinoima valtakunnallinen perusopetuksen sitouttavan koulu yhteistyön toimintamalli (SKY)⁹³, jonka tavoitteena on vähentää ja ennaltaehkäistä koulupoissaoloja ja vahvistaa myönteistä, kouluun kiinnittymistä tukevaa, yhteisöllistä toimintakulttuuria. Lisäksi tarvitaan näyttöön perustuvia keinoja ja resursseja hyvinvointiin liittyvien haasteiden entistä varhaisempaan tunnistamiseen ja ennakoimiseen kouluissa ja oppilaitoksissa. Erityisesti etäopetustilanteissa lasten ja nuorten hyvinvoinnin seuraaminen on haastavaa ja jää helposti yksinomaan perheiden vastuulle. Perheissä taas on hyvin vaihtelevat resurssit tukea lasten ja nuorten koulunkäyntiä varsinkin, jos myös vanhemmat itse ovat tilanteesta kuormittuneita⁹⁴. Koulujen sulkeuduttua osa nuorista joutui selviytymään esimerkiksi riitaisissa tai muuten haavoittuvissa kotioiloissa. On tärkeää varmistaa, että lapsilla ja nuorilla on ympärillään riittävästi turvallisia aikuisia, joiden kanssa keskustella mieltä painavista asioista myös mahdollisten etäopetus- tai -opiskelujaksojen aikana. Tämä vaatii koulujen toimintakulttuurilta sitä, että myös koulun henkilökunnan hyvinvoinnista pidetään huolta, ja poikkeustilanteen johtamiseen on selkeä suunnitelma ja valmiita tukikeinoja. Hyvinvoiva yhteisö kykenee parhaiten tukemaan sen jokaista jäsentä.

Nuorten avovastauksissa ja digiraatikeskusteluissa nousi esiin koettu vaikeus tuen saamisessa ja hoitoon pääsemisessä. Vastaajat kantoivat huolta erityisesti niistä nuorista, joille jo pelkkä avun hakeminen on liian iso ponnistus. Pelkistä olemassa olevista palveluista tiedottamisen sijaan nuoret kaipasivat konkreettisia toimenpiteitä ja lisää resursseja erityisesti matalan kynnyksen mielenterveyspalveluihin. Apua ja tukea tulee olla saatavilla lähellä, siellä missä nuoret ovat, sillä avun hakemiseen on jo sinänsä iso kynnys ja odotusajat saatavat olla pitkiä. Sekä nuorten avovastausten että digiraatikeskustelujen mukaan nuorten elämässä tapahtuu niin paljon isoja asioita ja suuria muutoksia, että matalan kynnyksen keskusteluapua kouluille ja oppilaitoksiin tulisi lisätä. Nuoret tarvitsevat koulu yhteisössä ympärilleen lisää aikuisia, jotka voivat itse hyvin ja ovat kiinnostuneita nuorten elämästä. Tästä syystä koko koulu yhteisön hyvinvoinnin tukeminen ja moniammatillisen yhteistyön vahvistaminen on ensiarvoisen tärkeää nuorten hyvinvoinnin turvaamiseksi. Digiraatiin osallistuneiden nuorten mukaan usein jo pelkän keskusteluavun ja aidon kohtaamisen avulla voi helpottaa nuorten oloa. Sekä digiraatikeskusteluissa että hiljaisten äänten kyselyn avovastauksissa nuoret toivat esille painokkaan viestin mielenterveyden tukemiseen liittyvien lisäresurssien tarpeesta. Riittäviin resursseihin ja lähipalveluihin tulee kiinnittää huomiota opiskelu huollon uudistuksen ja hyvinvointialue uudistuksen toteutuksen arvioinnissa. Nuorten hyvinvointia tukevista palveluista ja ennaltaehkäisevästä matalan kynnyksen tukimuodoista säästäminen ei ole pitkällä tähtäimellä kestävä ratkaisu.

93 Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2021b.

94 Sorkkila & Aunola, 2021; Van Bakel ym., 2022.

Nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi on kehitetty myös erilaisia digitaalisia sovelluksia. Digitaaliset työkalut ja verkko-ohjelmat eivät kuitenkaan korvaa keskusteluapua ja kasvokkaista kohtaamista, mutta niistä voi olla apua osalle nuorista ja niitä voidaan käyttää muun tuen ohella. Työkaluja opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämiseen on saatavilla esimerkiksi seuraavista osoitteista (verkko-osoitteet listattu maaliskuussa 2023):

- Nuorten Kompassi verkko-ohjelma:
https://www.nuortenkompassi.fi/static/files/NK_luokassa_opas.pdf
- Opintokamu:
<https://opintokamu.fi/fi>
- Lisäksi HelsinkiMission maksuttomat palvelut 12–29-vuotiaille nuorille:
<https://www.helsinkimissio.fi/tarvitsetko-apua/nuorille/>

5.2 Koronapandemian heijastuminen nuorten sosiaalisiin suhteisiin ja yksinäisyyteen

Yksi nuoruusiän kehitystehtävistä on irtautua vanhemmista ja kyetä muodostamaan mielekkäitä ihmissuhteita. Siksi yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemukset ovat erityisen kipeitä juuri nuoruudessa, jolloin kaveripiirin merkitys korostuu ja vertaissuhteet ovat tärkeässä asemassa. Koronapandemia on voinut hankaloittaa tärkeiden ihmissuhteiden solmimista ja ylläpitämistä monen nuoren kohdalla. Esimerkiksi opiskelijan muutto yksin toiselle paikkakunnalle ja opiskelujen aloittaminen ovat voineet olla henkisesti erittäin kuormittavia koronapandemian aikana, jolloin turvallista yhteisöä uudella paikkakunnalla ei välttämättä vielä ole ja oman elämän hallinnassa voi olla vaikeuksia. Enemmistö kyselyyn vastanneista nuorista toi esille, että koronapandemia oli heikentänyt heidän sosiaalisia suhteitaan ja lisännyt heidän yksinäisyyden kokemuksiaan. Sukupuolen mukaan tarkasteltuna tytöt raportoivat yksinäisyyden kokemuksia hieman poikia enemmän. Eniten yksinäisyyden kokemukset lisääntyivät kuitenkin muunsukupuolisilla, joista 68 % koki yksinäisyyden kokemustensa lisääntyneen jossain määrin tai huomattavasti koronapandemian aikana. Nuoret, jotka kokivat yksinäisyytensä lisääntyneen huomattavasti koronapandemian aikana, olivat keskimääräiseltä iältään vanhimpia, mikä voi viitata siihen, että he olivat muuttaneet pois kotoa koronapandemian aikana.

Koronapandemian aiheuttamat rajoitukset ovat voineet vaikuttaa siihen, että nuorilla on voinut olla pitkä tauko harrastuksista tai kavereiden tapaamisesta, jolloin nuoret voivat edelleen tarvita tavallista enemmän tukea opiskeluun kiinnittymiseen ja harrastusten pariin palaamisessa. Kyselyn avovastausten perusteella sosiaalinen eristäytyminen ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyvät rajoitukset ovat joidenkin nuorten kohdalla heikentäneet heidän vuorovaikutustaitojaan ja lisänneet kynnystä kasvokkaihin kohtaamisiin. Näin ollen nuoret voivat kaivata konkreettisia keinoja ja tukea myös siihen, miten olla kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja miten lähestyä ikätovereita.

Pieni osa kyselyyn vastaajista raportoiti, että koronapandemia oli vahvistanut heidän sosiaalisia suhteitaan ja jopa vähentänyt yksinäisyyden kokemuksia. Kun kaikki muutkin olivat koronapandemian aikaan etänä, osalla vastaajista ei ollut samanlaisia yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia kuin ennen pandemiaa. Lisäksi koronapandemia oli mahdollistanut

joidenkin vastaajien kohdalla ihmissuhteiden syvenemisen ja mahdollisesti haitallisten tai hyvinvointia heikentävien ihmissuhteiden katkaisemisen. Esimerkiksi erään autismikirjon nuoren haastateltavan kohdalla etäkoulu oli myönteinen kokemus, koska se toi mukanaan sekä mahdollisuuden olla poissa koulun metelistä että tauon kiusaamisesta.

Nykyisin sosiaalinen media on nuorille keskeinen ympäristö, jossa luodaan vertaissuhteita, jaetaan kokemuksia ja tunteita, sekä valitettavasti myös kielteiset ilmiöt kuten kiusaaminen ja ulkopuolelle jättäminen ovat mahdollisia. Huomiota tulee kiinnittää nuorten medialukutaitoon ja sosiaalisten suhteiden tukemiseen myös muissa yhteisöissä kuin koulussa sekä siihen, että nuorilla on vertaissuhteita muuallakin kuin sosiaalisessa mediassa. Erityisesti digiraatikeskusteluihin osallistuneet nuoret nostivat esille toiveen medialukutaitojen ja tunteitaiteiden opetuksen lisäämisestä koulussa.

Osa nuorista ei koe yksinäisyyttä ongelmana, mutta useimmille yksinäisyys on kokonaisvaltaista hyvinvointia heikentävä tekijä. Yksinäisyyttä kokeva nuori tarvitsee aitoa kiinnostusta, huomiota, kuuntelua ja rohkaisua, jota voivat tarjota vanhemmat, opettajat tai muut aikuiset. Koko koulun toimintakulttuuria kehittämällä ja myönteistä, osallisuutta tukevaa ilmapiiriä aktiivisesti tukemalla voidaan ennaltaehkäistä yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia. Yksinäisyyden vähentäminen ja joukkoon kuulumisen kokemuksen vahvistaminen on kaikkien koulu yhteisön jäsenten vastuulla. Nuoren omanarvontuntoa vahvistaa kokemus nähdä ja kuulla tulemisesta. Nuoren kokemusta yksinäisyydestä ja ulkopuolisuudesta ei tule vähätellä tai esimerkiksi syyllistää nuorta siitä, että hänellä ei ole kavereita. Kyselyn perusteella erityisesti seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien nuorten sosiaalisten suhteiden tukemiseen tulee kiinnittää huomiota.

- Esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliitto on koonnut sivuilleen tietoa nuorten yksinäisyydestä ja yksinäisyyttä kokevan nuoren tukemisesta:
<https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/nuori-on-yksinaisen/>
- Myös Opetushallituksen sivuilta löytyy koottuna vinkkejä opettajille ja nuorille kaveritaitoihin, kaverisuhteisiin, yhteisöllisyyteen ja yksinäisyyteen liittyen:
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kaverisuhteet-yhteisollisyys-ja-yksinaisyys>
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kaveritaidot-ovat-harjoiteltavia-taitoja>
- Suomen Punaisen Ristin ja MIELI ry:n Kaveritaitoja-ohjelma vahvistaa nuorten vuorovaikutus- ja sosiaalisia taitoja, lisää itsetuntemusta ja auttaa lievittämään yksinäisyyttä:
<https://www.punainenristi.fi/tyomme/opettajille/kaveritaitoja/>
- HelsinkiMission School to Belong-ohjelma yksinäisyyden ehkäisemiseen koulu yhteisön tasolla:
<https://www.helsinkimissio.fi/schooltobelong/>

Aikuinen voi auttaa yksinäisyyttä kokevaa nuorta esimerkiksi pohtimalla yhdessä, mitä kautta kavereita voisi löytää. Lapset ja nuoret voivat tarvita koronapandemian jälkeen entistä enemmän konkreettisia keinoja ja neuvoja siihen, miten lähestyä ikätovereita, miten huolehtia, että kaikki pääsevät mukaan ja miten erilaisissa tilanteissa voisi toimia. Näitä keinoja voi harjoitella yhdessä nuorten kanssa. Myös erilaiset koulussa toimivat vertaisryhmät esimerkiksi aiemmin kiusaamista tai yksinäisyyttä kokeneille voivat auttaa samanlaisia yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia kokeneiden löytämisessä. Nuoret itse toivoivat

digiraatikeskusteluissa tunnetaitojen opettamista kouluissa. Opetussuunnitelmissa tunne- ja vuorovaikutustaidot läpäisevät kaikki oppiaineet ja niiden tukemisen tulee olla luonteva osa koulupäivää ja koko luokan tai oppijayhteisön toimintakulttuuria. Samaan aikaan on tärkeää, että koko kouluyhteisö sitoutuu näiden taitojen tukemiseen. Koulun ja oppilaitoksen toimintakulttuurin tulee tukea lasten ja nuorten psykologisia perustarpeita eli autonomian, pätevyyden ja yhteenkuuluvuuden tarpeita⁹⁵, jotta oppiminen sujuu ja nuoret voivat hyvin. Autonomian tarpeeseen liittyy mahdollisuus vaikuttaa itseä koskeviin päätöksiin, olla osallinen ja tunne siitä, että on oman elämänsä ohjaksissa. Pätevyyden ja pystyvyyden kokemukset puolestaan ruokkivat kiinnostusta oppimista kohtaan ja vahvistavat myönteistä käsitystä itsestä oppijana. Yhteenkuuluvuuden tarve kuvastaa tarvetta kuulua joukkoon ja osa olla oppijoiden yhteisöä.

5.3 Koronapandemian heijastuminen nuorten oppimiseen

Puolet kyselyymme vastanneista nuorista raportoivat, että oppiminen oli koronapandemian aikana tuntunut heistä vaikeammalta. Pieni osa kyselyyn vastanneista (7 %) puolestaan koki, että heidän oppimisensa oli helpompaa koronapandemian aikana esimerkiksi etäopetuksen takia. Nuoret, joiden oppiminen oli tuntunut huomattavasti tai jossain määrin helpommalta, olivat yleisimmin korkeakouluopiskelijoita. Etäopiskelu on voinut tarjota kaivattua itsenäisyyttä, rauhaa opiskelulle sekä vapauden suunnitella omia aikataulujaan. Eräälle autismikirjon haastatellulle nuorelle oppiminen oli ollut helpompaa etäkoulun aikana ja hän myös piti siitä, että hänellä oli vapaus päättää omista aikatauluistaan opiskelun suhteen. Etäopiskelu vaatii kuitenkin huomattavasti itseohjautuvuutta ja on voinut tuntua joistakin nuorista erityisen hankalalta⁹⁶. Parhaiten etäopiskelu on todennäköisesti sujunut heiltä, joilla oli hyvät itsesäätelytaidot, jotka pystyivät aikatauluttamaan työskentelyään ja ohjaamaan omaa oppimistaan joko itsenäisesti tai esimerkiksi vanhempien tai kavereiden tuella.

Nuorten oppimisvaikeuksia tai yksilöllisiä tarpeita ei välttämättä ole kyetty huomioimaan riittävästi etäopetuksessa. Tästä syystä etäopiskelu on voinut tuntua aiempaa huomattavasti vaikeammalta. Osa nuorista on kokenut voimakasta stressiä ja kuormittuneisuutta, kun etäopiskelun myötä tehtävien määrä on lisääntynyt huomattavasti. Lisäksi avun pyytäminen etänä opiskellessa voi olla nuorille erityisen vaikeaa. Myös opettajien on vaikeampaa havaita oppimisen edistymistä ja tuen tarpeita etäopiskelussa. Esimerkiksi erityisopettajat ovat tuoneet esiin haasteita erityisopetuksen ja tuen tarjoamisessa etäopetuksessa⁹⁷. Jatkossa tulee laatia selkeä suunnitelma oppimisen tukemiseksi myös etäopetuksessa, jotta varmistetaan tuen saaminen kaikille sitä tarvitseville. Lisäksi oppijoiden kouluun ja opintoihin kiinnittymisen tukemiseen tulee kiinnittää huomiota perustaitojen oppimisen ja opiskelutaitojen tukemisen rinnalla.

Tulokset haastavat koulutuksen järjestäjiä pohtimaan jatkossa erilaisia mahdollisuuksia yksilöllisiin tapoihin käydä koulua ja opiskella sekä kehittää etäopetuskäytänteitä ja etäyhteyksiä esimerkiksi koulujen välisessä yhteistyössä. Vaikkakin suurin osa nuorista koki etäopetuksen aiheuttavan haasteita hyvinvoinnilleen ja oppimiselleen, osa nuorista oli selvästi hyötynyt etäopetuksesta. Nuoret toivat esille toiveen siitä, että etäyhteyksien hyödyntäminen opiskelussa olisi jatkossakin mahdollista sitä toivoville. Opetuskäytänteitä tulisi ylipäätään

95 Deci & Ryan, 2000.

96 Holappa & Pajamäki, 2020; Pelastakaa Lapset, 2020.

97 Sainio ym., 2020.

kehittää niin, että ne tukisivat parhaiten nuorten oppimista ja huomioisivat heidän yksilölliset tarpeensa ja tapansa opiskella ja oppia. Opetus- ja kulttuuriministeriön asettaman Oikeus oppia -ohjelman loppuraportissa ehdotetaan perusopetuslakiin lisättäväksi pysyvä säännös varautumisesta poikkeusoloihin⁹⁸. Oppimiseen liittyvän tuen saatavuuteen tulee kiinnittää erityistä huomiota, jotta nuorten oikeus oppimiseen ja oppimisen kohdennettuun tukeen ei vaarannu, koska tuetta jääminen vaarantaa nuorten oikeuden oppimiseen ja koulutukseen. Koulujen sulkeminen ja etäopetus on eriarvoistanut nuorten oppimista, koska etäopetus-käytänteet ovat vaihdelleet suuresti⁹⁹. Lisäksi perheillä on ollut vaihtelevia resursseja tukea nuorten oppimista¹⁰⁰.

5.4 Alaryhmätarkastelu nuorten hyvinvoinnin, yksinäisyyden kokemusten ja oppimisen osalta

Aiemmat selvitykset ovat tuoneet esille koronapandemiaan liittyvien kokemusten moninaisuuden ja huolen nuorten oppimistulosten ja hyvinvoinnin eriytymisestä. Tässä tutkimuksessa kyselyn pohjalta nuorten vastauksista tunnistettiin kuusi alaryhmää, jotka erosivat toisistaan vastaajien koronapandemian aikaisten hyvinvoinnin, yksinäisyyden ja oppimisen kokemusten suhteen.

Alaryhmätarkastelu korosti nuorten kokemusten yksilöllisyyttä: oppimisen, hyvinvoinnin ja sosiaalisten suhteiden haasteet näyttivät kasautuvan. Niillä nuorilla, joilla oli haasteita jollakin osa-alueella, oli tyypillisesti haasteita myös jollakin toisella tai kaikilla kolmella osa-alueella. Suurimpaan alaryhmään (42 %) kuuluivat ne nuoret, joilla hyvinvointi heikentyi, yksinäisyys lisääntyi ja oppiminen vaikeutui koronapandemian aikana. Tähän ryhmään kuuluvilla nuorilla esiintyi myös monia muita vastaajia enemmän koulu-uupumuksen tunteita. He kokivat hukkuvansa koulutyöhön useammin, raportoivat opintojen merkityksen vähentymistä useammin, sekä kokivat riittämättömyyden tunteita opinnoissa useammin kuin monet muut kyselyyn vastanneet nuoret.

On kuitenkin muistettava, että kolmasosalla nuorista koronapandemia ei ollut vaikuttanut heidän kokemaansa hyvinvointiin, yksinäisyyteen tai oppimiseen. Nuoret, jotka eivät juuri kokeneet muutoksia hyvinvoinnissaan, yksinäisyydessään ja oppimisessaan koronapandemian vuoksi, raportoivat vähemmän kielteisiä tunteita eli surullisuutta ja alakuloisuutta, ahdistuneisuutta ja stressaantuneisuutta kuin alaryhmään 3 (*Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt, oppiminen vaikeutunut*) ja alaryhmään 5 (*Hyvinvointi heikentynyt, yksinäisyys lisääntynyt*) kuuluvat nuoret.

Lisäksi alaryhmätarkastelussa havaittiin mielenkiintoisia, joskin kooltaan melko pieniä ryhmiä, jotka olisivat pelkästään keskiarvojen tarkastelussa jääneet huomaamatta. Esimerkiksi pienellä osalla nuorista (5 %) hyvinvointi lisääntyi ja oppiminen tuntui helpommalta koronapandemian aikana, mutta yksinäisyyden kokemuksissa ei sen sijaan ollut juuri muutosta koronan aikana. Lisäksi pienellä osalla nuorista (3 %) yksinäisyys oli koronapandemian aikana vähentynyt samalla, kun hyvinvoinnin ja oppimisen kokemukset säilyivät suunnilleen ennallaan. Nuorilla, joilla yksinäisyys oli koronapandemian aikana vähentynyt samalla, kun

98 Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2022.

99 Vuorio ym., 2021.

100 Sorkkila & Aunola, 2021.

hyvinvoinnin ja oppimisen kokemukset säilyivät suunnilleen ennallaan, näytti olevan parhaat valmiudet resilienssin näkökulmasta. He raportoivat pääsevänsä nopeammin yli vastoinkäymisistä ja palautuvansa nopeammin stressaavista tilanteista kuin monet kielteisiä seurauksia hyvinvoinnissaan, oppimisessaan ja yksinäisyyden kokemuksissaan raportoineet nuoret. Tulosten pohjalta jatkossa tulee kiinnittää huomiota siihen, miten nuorten kykyä kohdata vastoinkäymisiä ja toipua yllättävistä tapahtumista voitaisiin tukea yksilö- ja yhteisötasolla. Kaikki nuoret hyötyvät esimerkiksi resilienssiin liittyvien taitojen, kuten myönteisen ajattelun, itsemyötätunnon, ajatusten jäsentelyn ja tilanteen uudelleenarvioinnin, opettelusta. Nuoret tarvitsevat myös toivoa paremmasta tulevaisuudesta kriiseistä huolimatta.

5.5 Lasten ja nuorten oikeus tulla kuulluksi

Suomessa tehtyjen koronapandemiaan liittyvien rajoitustoimien valmistelua hoitivat aikuiset, vaikka monet rajoitukset vaikuttivat voimakkaasti myös lapsiin ja nuoriin¹⁰¹. Suomen laissa on selkeästi määritelty lapsen oikeus osallistua itseään koskevaan päätöksentekoon, mutta käytännössä lasten osallisuus ja kuuleminen toteutuvat hyvin vaihtelevasti¹⁰². Erityisen heikosti tulevat kuulluksi esimerkiksi lastensuojelun piirissä olevat lapset sekä kielitaustansa takia vähemmistöryhmään kuuluvat, esimerkiksi viittomakieliset lapset¹⁰³. Jatkossa on tärkeää tutkia entistä tarkemmin sitä, miten erilaiset rajoitukset ja päätökset näyttäytyvät nuorten oikeuksien näkökulmasta, ja miten varmistetaan nuorten osallisuus ja kuulluksi tuleminen erilaisissa päätöksissä. Erityistä huomiota tulee kiinnittää siihen, miten nuorten oikeuksien toteutuminen voidaan varmistaa kaikissa tilanteissa, myös mahdollisissa poikkeusoloissa. Esimerkiksi opettajien ja rehtoreiden koulutukseen tulisi lisätä lasten ja nuorten oikeuksia ja osallisuutta käsitteleviä sisältöjä. Yksilöllisten kokemusten ja tarpeiden huomioimisen tukeminen koulutuspoliittisessa päätöksenteossa ja opetuksen järjestämisessä on keskeistä tasa-arvoisen ja yhdenvertaisen koulutuksen näkökulmasta. Tähän liittyy keskeisesti nuorten äänen kuuleminen, joka on ollut tämän raportin lähtökohtana.

5.6 Tutkimuksen arviointia

Tämän tutkimuksen vahvuus oli nuorten äänen kuuleminen sekä avointen kysymysten että monivalintakysymysten avulla. Lisäksi alaryhmätarkastelu nuorten vastausten pohjalta mahdollisti aiempaa tarkemman nuorten kokemusten tarkastelun. Aiempiin kyselyihin verrattuna tähän kyselyyn vastanneet nuoret raportoivat enemmän haasteita hyvinvoinnissa, yksinäisyydessä ja oppimisessa. On mahdollista, että kyselyyn valikoituivat vastaamaan ne nuoret, jotka nimenomaan kokivat haasteita hyvinvoinnissa, sosiaalisissa suhteissa ja oppimisessa, ja halusivat saada äänensä kuuluviin. Toisaalta kyselyllä pyrittiin tavoittamaan juuri näitä haavoittuvassa asemassa olevia nuoria, joten tulosten valossa kyselyn tavoite on onnistunut.

Kyselyn tuloksia tulkittaessa on huomattava, että esimerkiksi lastensuojelun asiakkaat, kielivähemmistöihin kuuluvat sekä maahanmuuttajataustaiset nuoret ja heidän kokemuksensa jäivät tässä kyselyssä katveeseen. Kuten muissakin kyselytutkimuksissa, tähänkin kyselyyn vastanneista suurin osa oli tyttöjä ja nuoria naisia. Jatkossa tulisi pohtia erilaisia keinoja,

101 Pekkarinen & Miettinen, 2021.

102 Valtioneuvosto, 2021.

103 Oikeusministeriö, 2020.

miten tavoitettaisiin parhaiten erilaisia haavoittuvia ryhmiä ja mahdollistettaisiin heidän osallisuutensa ja kokemustensa kuuleminen päätöksenteossa. Erilaisten järjestöjen edustajien ja muiden nuorten kanssa läheisesti toimivien tahojen kuuleminen on myös erittäin tärkeää, sillä heillä on paras kuva nuorten hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen liittyvistä haasteista kussakin tilanteessa.

5.7 Tulosten yhteenveto ja suositukset

Koronapandemia on tietynlainen 1990-luvun lamaan verrattavissa oleva sukupolvikokemus, jonka vaikutukset heijastuvat vielä pitkään lasten ja nuorten elämään erityisesti hyvinvoinnin ja oppimisen näkökulmasta. Sen vuoksi nuorten raportoimat hyvinvoinnin, sosiaalisten suhteiden ja oppimisen haasteet tulee ottaa erityisen vakavasti, jotta turvataan tulevaisuuden yhteiskunnan toimijoiden ja vastuunkantajien hyvinvointi ja toimintakyky. On tärkeää, että jatkossa osattaisiin ottaa opiksi koronapandemian aikaisista käytänteistä, jotka toimivat hyvin. Samoin on yhtä tärkeää arvioida, mikä ei toiminut ja mitä voitaisiin tulevaisuudessa tehdä toisin. Esimerkiksi digiraatikeskusteluihin osallistuneet nuoret toivat esille, että harrastuspaikkojen sulkeuduttua ja opiskelun vaihduttua etäopiskeluksi he jäivät yksin, eikä mikään taho vaikuttanut ottavan vastuuta nuorten yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tukemisesta. Tulokset haastavat pohtimaan yhteisöjen ja yhteiskunnan yhteisvastuullisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä kaikkien mahdollisuutta osallisuuteen. Nuorten eristäminen pitkäksi aikaa kotiin ei selvästikään ollut hyvä ratkaisu ja sen seuraukset nuorten pahoinvointiin ja masennukseen ovat olleet pitkäaikaiset.

Koronapandemia on tuonut esille voimakkaan eriarvoistumisen niin oppijoiden hyvinvoinnin, oppimistulosten kuin sosiaalisten suhteiden osalta. Nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi ja eriarvoistumiskehityksen selättämiseksi on tärkeää kartoittaa erilaisia pedagogisia ratkaisuja ja interventioita, joilla pystytään vastaamaan ajankohtaisiin haasteisiin ja tasoittamaan nuorten välisiä eroja oppimisessa ja hyvinvoinnissa ja toisaalta paikkaamaan mahdollista koronapandemian aiheuttamaa nuorten oppimis- ja hyvinvointivajetta. Voimme ottaa oppia esimerkiksi niistä kouluista, joissa eriarvoistuminen ei ole ollut yhtä voimakasta.

Tulevien kriisien kohtaamiseen ja poikkeustilanteisiin valmistaudutaan jo lähiopetuksessa kiinnittämällä huomiota oppimista, hyvinvointia ja sosiaalisia suhteita vahvistavaan vuorovaikutukseen jokapäiväisissä oppimis- ja opetustilanteissa. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamisen tulee olla luonteva osa koulupäivää eikä ainoastaan erillisten hankkeiden tai ohjelmien vastuulla. Tutkimusten mukaan psykologisiin perustarpeisiin eli autonomian, pätevyyden ja yhteenkuuluvuuden tarpeisiin vastaava opetusvuorovaikutus tukee opiskeluun kiinnittymistä ja motivaatiota ja sitä kautta tuottaa parempia oppimistuloksia¹⁰⁴. Kuulluksi ja kohdatuksi tuleminen on tärkeää kaikenikäisille oppijoille. Oppijoilla on lisäksi tarve kuulua yhteisöön ja olla sen tunnistettuja jäseniä. Sopivasti mitoitettut haasteet ja tehtävät, joilla on merkitystä oppijalle itselleen, puolestaan vahvistavat nuorten omanarvontuntoa ja myönteistä käsitystä itsestä oppijana. Nämä kaikkien oppijoiden oppimista, motivaatiota ja hyvinvointia vahvistavan opetusvuorovaikutuksen periaatteet ovat erityisen tärkeitä niin sanotuille haavoittuvassa asemassa oleville oppilasryhmille ja tukevat heidän kykyään kohdata vastoin käymisiä myös tulevaisuudessa. Seuraavassa on tiivistetty tämän tutkimuksen keskeiset tulokset ja niihin perustuvat suositukset.

104 Deci & Ryan, 2000; Hamre ym., 2013.

Suurin osa kyselyyn vastanneista nuorista koki hyvinvointinsa heikentyneen koronapandemian aikana. Tästä syystä:

- Erityistä huomiota tulee kiinnittää siihen, miten opetusta järjestetään niin, että nuorten hyvinvointia voidaan tukea parhaalla mahdollisella tavalla.
- Nuorten osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta tulee tukea lähiopetuksessa.
- Vastaavien tilanteiden varalta tulee laatia selkeä suunnitelma siitä, miten huolehditaan nuorten yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tukemisesta myös etäopetuksessa ja mahdollisissa poikkeusoloissa.
- Tukea ja apua tulisi olla saatavalla matalalla kynnyksellä ja lähellä siellä, missä nuoret viettävät paljon aikaa eli kouluissa, nuorisotiloissa ja erilaisissa harrastuksissa.
- Tarvitaan lisää resursseja mielenterveystyöhön ja nuorten hyvinvoinnin tukemiseen lähi-palveluina mieluiten sijoitettuna kouluyhteisöön ja oppilaitoksiin.
- Nuorille tulee järjestää mahdollisuuksia vertaistuelliseen keskusteluun ja keskusteluun luotettavien aikuisten kanssa.
- Nuorten resilienssiä eli kykyä selviytyä vastoinkäymisistä tulee vahvistaa opintojen arjessa.
- Opettajankoulutuksessa tulee vahvistaa opettajien tunne- ja vuorovaikutustaitoja niin lähi- kuin etäopetustilanteissa, jotta he pystyvät tukemaan oppijoiden yhteisöön kuulumista.

Enemmistö kyselyyn vastanneista toi esille yksinäisyyden kokemusten lisääntymistä ja sosiaalisten suhteiden heikentymistä pandemian aikana. Osa vastaajista toi esille myös sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen heikkenemistä rajoitustoimien ja etäopetuksen myötä.

- Osa nuorista tarvitsee edelleen apua harrastuksiin ja opintoihin palaamisessa ja kasvokkaisissa kohtaamisissa.
- Tarvitaan konkreettista tukea siihen, miten ollaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja miten lähestytään ikätovereita.
- Tarvitaan lisää tutkimustietoa siitä, miten nuorten yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia voidaan vähentää eri ympäristöissä, mukaan lukien sosiaalisen median kanavat.
- Koulujen toimintakulttuurissa tulee kiinnittää huomiota tunne- ja vuorovaikutustaitojen laaja-alaiseen osaamiseen ja opetukseen luontevana osana koulupäivää.
- Opettajille tulee järjestää täydennyskoulutusta liittyen tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen, jotta heillä on osaamista tukea oppijoiden sosiaalisia sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja.

Nuoret raportoivat oppimisen tuntuneen koronapandemian aikana vaikeammalta.

- Etäopetuskäytänteitä tulee kehittää niin, että ne tukevat parhaiten erilaisia tarpeita omaavien nuorten oppimista.
- Jokaista oppijaa tulee kohdella yksilönä huomioiden henkilökohtaisen tuen tarpeet.
- Jatkossa tulee pohtia erilaisia mahdollisuuksia yksilöllisiin tapoihin käydä koulua ja opiskella. Osa nuorista toivoo mahdollisuutta opiskella ainakin osittain etäyhteyksiä hyödyntäen myös jatkossa.
- Oppimiseen liittyvän tuen saatavuuteen tulee kiinnittää jatkossa erityistä huomiota, jotta nuorten oikeus oppimiseen ja oppimisen kohdennettuun tukeen ei vaarannu myöskään mahdollisissa poikkeusoloissa.

Nuoret kaipaavat avointa keskustelua maailman tapahtumista.

- Nuoret eivät halua elää kuplassa, vaan heillä on tarve saada ajankohtaista tietoa ja käydä keskustelua maailman tapahtumista.
- Nuoret kaipaavat tietoa siitä, miten he voisivat muuttaa maailmaa parempaan suuntaan.
- Nuoret tarvitsevat aikuisilta toivon ylläpitämistä ja viestiä paremmasta tulevaisuudesta.
- Nuoret kaipaavat aikuisilta tukea ajatusten jäsentämisessä ja omien tunteiden käsitte-lyssä suhteessa kriiseihin.
- Nuoret tarvitsevat medialukutaitojen opetusta pystyäkseen tulkitsemaan uutisten luotet-tavuutta ja kasvamaan kohti aktiivista osallistuvaa kansalaisuutta.

Koronapandemia on yksi monista kriiseistä, joita tämän päivän nuoret ja nuoret aikuiset ovat kohdanneet. Ilmastokriisi on jo pitkään pohdituttanut nuoria paljon, ja Venäjän hyökkäyssota Ukrainaan päällekkäisti nuorten kriisikokemuksia. Digiraatikeskustelussa nuoret toivat esille myös hintojen noususta johtuvan taloudellisen stressin ja huolen tulevaisuudesta ja toi-meentulosta. Digiraatikeskusteluun osallistuneet nuoret toivat esille, että ei ole yhtä oikeaa tapaa käsitellä kriisejä, mutta kriisien käsittelyyn pitäisi olla saatavissa apua. Nuoria ei tule jättää yksin, vaan nuorten hyvinvoinnin tukeminen on kaikkien koulun aikuisten, yhteisöjen ja laajemmin yhteiskunnan vastuulla. Erityisesti tulee kiinnittää huomiota koulun toimintakult-tuurin kehittämiseen, koulu yhteisön toimijoiden hyvinvoinnin ja jaksamisen tukemiseen sekä koulu yhteisön johtamiseen, jotta nuorten oppimisen, osallisuuden ja hyvinvoinnin tukeminen olisi mahdollista. Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö (ITLA) ja EduRESCUE-hanke ovat yhteistyössä koonneet tukimateriaalia lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja kriisinkestävyyden vahvistamiseen nyt ja tulevaisuudessa: <https://itla.fi/tukimateriaalia-lasten-ja-nuorten-hyvinvoinnin-ja-kriisinkestavyyden-vahvistamiseen/>

LÄHTEET

Ahtiainen, R., Asikainen, M., Heikonen, L., Hienonen, N., Hotulainen, R., Lindfors, P., Lindgren, E., Lintuvuori, M., Oinas, S., Rimpelä, A., & Vainikainen, M.-P. (2020). Koulunkäynti, opetus ja hyvinvointi koulu yhteisössä koronaepidemian aikana: Ensitulokset. Centre for Educational Assessment CEA, University of Helsinki; Research on Children's and Adolescents' Health Promotion (NEDIS) and Research Group for Education, Assessment and Learning (REAL), Tampereen yliopisto.

Asetus 191/2020. Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksen sekä opetuksen ja koulutuksen järjestämisvelvollisuutta koskevista väliaikaisista rajoituksista (annettu 6.4.2020).

Deci, R. M. & Ryan, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78.

EduRESCUE-hanke <https://edurescue.fi/fi>

Engzell, P., Frey, A., & Verhagen, M. D. (2021). Learning loss due to school closures during the COVID-19 pandemic. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 118, e2022376118. <https://doi.org/10.1073/pnas.2022376118>

Eutsler, L., Antonenko, P. D., & Mitchell, C. (2021). Initial response to COVID-19: a mixed-methods analysis of media and school communications to identify pedagogical implications for remote teaching. *Interactive Technology and Smart Education*, 18(2), 227–245. <https://doi.org/10.1108/ITSE-08-2020-0159>

Goman, J., Huusko, M., Isoaho, K., Lehikko, A., Metsämuuronen, J., Rumpu, N., Seppälä, H., Venäläinen, S. & Åkerlund, C. (2021). Poikkeuksellisten opetusjärjestelyjen vaikutukset tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumiseen eri koulutusasteilla. Osa III: Kansallisen arvioinnin yhteenveto ja suositukset. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Julkaisut 8:2021.

Grewenig, E., Lergetporer, P., Werner, K., Woessmann, L., & Zierow, L. (2021). COVID-19 and educational inequality: How school closures affect low- and high-achieving students. *European Economic Review*, 140, 103920. <https://doi.org/10.1016/j.euroecorev.2021.103920>

Hammerstein, S., König, C., Dreisoerner, T., & Frey, A. (2021). Effects of COVID-19-related school closures on student achievement—a systematic review. *Frontiers in Psychology*, 12, 4020. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.746289>

Hamre, B. K., Pianta, R. C., Downer, J. T., Decoster, J., Jones, S., Brown, J., ... Hamagami, A. (2013). Teaching through interactions: Testing a developmental framework of effective teaching in over 4,000 classrooms. *The Elementary School Journal*, 113, 461–487.

Helske, S., Ylöstalo, H., & Koskinen, H. (2021). Samassa myrskyssä, mutta eri veneissä. COVID-19 ja eriarvoisuus. *Yhteiskuntapolitiikka*, 86(5–6), 585–596. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143402/YP2105-6_Helskeym.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hietanen-Peltola, M., Vaara, S., Laitinen, K., & Jahnukainen, J. (2020). Etäkoulu heikensi avun ja tuen saantia opiskeluhollosta—Myös kuraattori- ja psykologipalveluissa. THL. <https://www.julkari.fi/handle/10024/140833>

Holappa, H. & Pajamäki, T. (2020). Lasten ja nuorten puhelimen ja chatin vuosiraportti 2020. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto. https://cdn.mll.fi/prod/2021/02/16145818/mll_lnpc_raportti_2020.pdf

Hämeenaho, P., & Sainio, M. (2021). Lessons from remote school and work: New vistas for research on children's well-being. *Ethnologia Fennica*, 48, 78–89. <https://doi.org/10.23991/ef.v48i1.111065>

Junttila, N., Ahlqvist-Björkroth, S., Aromaa, M., Rautava, P., Piha, J., Vauras, M., Lagström, H., & Räihä, H. (2013). Mothers' and fathers' loneliness during pregnancy, infancy and toddlerhood. *Psychology and Education*, 50, 98–104.

Kankaanranta, M., & Kantola, K. (2020). Etäopiskelun toteutuminen erityistä tai tehostettua tukea tarvitsevien lasten ja nuorten osalta koronakeväänä 2020. Ensituloksia. Koulutuksen tutkimuslaitos, Jyväskylän yliopisto ja Neurospectrum Oy. <https://ktl.jyu.fi/fi/julkaisut/julkaisuluettelo-1/julkaisujen-sivut/2020/etaopetuskyselytulokset.pdf>

Karvi. (2020). Poikkeuksellisten opetusjärjestelyjen vaikutukset tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumiseen. Kansallisen arvioinnin tuloksia. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Tiivistelmät 18:2020. https://karvi.fi/wp-content/uploads/2020/06/KARVI_T1820.pdf

Kuhfeld, M., Soland, J., Tarasawa, B., Johnson, A., Ruzek, E., & Liu, J. (2020). Projecting the potential impacts of COVID-19 school closures on academic achievement. *Educational Researcher*, 49, 549–565. <https://doi.org/10.3102/0013189X20965918>

- Kunttu, K., Pesonen, T. & Saari, J. (2017). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. https://www.yths.fi/app/uploads/2020/01/KOTT_2016-1.pdf
- Kyllönen, M., Soukainen, U., Tahnavainen, R. & Karlsson, O. (2021). Perusopetus lukuvuotena 2020–21. Aluehallintovirasto. <https://avi.fi/documents/25266232/52069681/Raportti-perusopetus-vk22-23-FI.pdf/4d514fd1-8d39-b4bd-dbaa-a0eed137ed8e/Raportti-perusopetus-vk22-23-FI.pdf?t=1625817080832>
- Lerkkanen, M.-K., Pakarinen, E., Salminen, J., & Torppa, M. (2023). Reading and math skills development among Finnish primary school children before and after COVID-19 school closure. *Reading and Writing*, 36(2), 263–288. <https://doi.org/10.1007/s11145-022-10358-3>
- Maldonado, J. E., & De Witte, K. (2021). The effect of school closures on standardized student test outcomes. *British Educational Research Journal*, 48, 49–94. <https://doi.org/10.1002/berj.3754>
- Markelin, L. (2022). Den svenskspråkiga ungdomsbarometern 2022. Tankesmedjan Magma. https://magma.fi/wp-content/uploads/2022/11/magma-ungdomsbarometer2022-digiupplaga_slutlig-1.pdf
- Nuorisolaki 2016/1285. Annettu Helsingissä 21.12.2016. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>.
- OECD. (2021). The state of school education: One year into the COVID pandemic, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/201d8e84-en>.
- Oikeusministeriö. (2020). "Kuullaan, mutta ei kuunnella", Lasten osallistumisoikeudet Suomessa. Arviointiraportti. Oikeusministeriön julkaisuja 2020:10. Helsinki: Oikeusministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-259-802-8>
- Opetusalan ammattijärjestö OAJ. (2020). OAJ:n kysely koskien opetuksen poikkeusjärjestelyjä keväällä 2020. Tiivistelmä. <https://www.slideshare.net/oajry/opetus-koronan-aikaan-tiivistelm-oajn-kyselyntuloksista-232473138>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2022). Kohti laadukasta ja tasa-arvoista lähipalvelua ja lähikoulua. Oikeus oppia -ohjelman Koulutuksellisen tasa-arvon ja positiivisen erityiskohtelun edistämistoimia varhaiskasvatuksessa, esi- ja perusopetuksessa valmistelevalle työryhmän loppuraportti 2022. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2022:30. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-792-5>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2021a). Perusopetuksen, ammatillisen koulutuksen ja korkeakoulutuksen koronavirusepidemiaan liittyvien poikkeussäännösten voimassaoloa jatketaan lukuvuoden 2021–2022 ajaksi. Tiedote 20.5.2021. <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/perusopetuksen-ammattillisen-koulutuksen-ja-korkeakoulutuksen-koronavirusepidemiaan-liittyvien-poikkeussäännösten-voimassaoloa-jatketaan-lukuvuoden-2021-2022-ajaksi>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2021b). Sitouttava koulu yhteistyö (SKY). Kansallisen toimintamallin kehittäminen perusopetukseen 2021–2023. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163091/Sitouttava%20koulu yhteistyö%20C3%B6ty%C3%B6.pdf>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2020). Pienimpien koululaisten lähiopetuksen järjestäminen poikkeusoloissa tarkentuu. Tiedote 20.3.2020. <https://okm.fi/-/pienimpien-koululaisten-lahiovetuksen-jarjestaminen-poikkeusoloissa-tarkentuu>
- Parikka, S., Holm, N., Ikonen, J., Koskela, T., Kilpeläinen, H. & Lundqvist, A. (2021a). KOTT 2021 -tutkimuksen perustulokset 2021. Verkkajulkaisu: www.terveytemme.fi/kott
- Parikka, S., Ikonen, J., Koskela, T., Marjeta, N., Kilpeläinen, H., Pietilä, A., Härkänen, T. & Lundqvist, A. (2021b). Koronaepidemian ja sen rajaamistoimien vaikutukset korkeakouluopiskelijoiden arkielämään ja opintoihin. KOTT-tutkimuksen ennakkotuloksia kesällä 2021. Verkkajulkaisu: <http://www.thl.fi/kott>
- Pekkarinen, E. & Miettinen, K. (2021). Pandemian varjossa kohti maapallon tulevaisuutta. Lapsiasiavaltuutetun vuosikertomus 2020. Lapsiasiavaltuutetun toimiston julkaisuja 2021:1. Helsinki: Lapsiasiavaltuutetun toimisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-259-908-7>
- Pelastakaa lapset (2020). Stressi, huoli ja yksinäisyys – koronapandemian vaikutukset lasten ja nuorten elämään. Lapsen ääni 2020: lasten näkemyksiä koronakeväästä. <https://pelastakaa lapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2016/02/23113619/Lapsen-Aani-2020.pdf>
- Racine, N., McArthur, B.A., Cooke, J.E., Eirich, R., Zhu, J. & Madigan, S. (2021). Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 175(11): 1142–1150. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.2482>
- Rimpelä, A., Lindfors, P., Kinnunen, J.M., Myöhänen, A., Hotulainen, R., Koivuhovi, S. & Vainikainen, M.-P. (2021). The way of distance teaching is related to adolescent students' health and loneliness during the school closure in Finland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23): 12377. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312377>

- Russell, D., Peplau, L. A. & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality & Social Psychology*, 39, 472–480.
- Sainio, M., Nurminen, T., Hämeenaho, P., Torppa, M., Poikkeus, A.-M., & Aro, T. (2020). Koulujen henkilökunnan kokemukset oppilaiden hyvinvoinnista COVID-19 etäkouluaikana: 'Osa puhkesi kukkaan. Muutamat pitivät rimaa alhaalla.' *Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti: NMI Bulletin*, 30(3), 12–32.
- Salmela-Aro, K. (2009). BBI-9 Korkeakouluopiskelijoiden uupumusmittari ja Opintomittari. Helsinki: YTHS.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J.-E. (2009). School Burnout Inventory (SBI). Reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48–57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Salmela-Aro, K. & Upadaya, K. (2012). The Schoolwork Engagement Inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 28, 60–67. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000091>.
- Schult, J., Mahler, N., Fauth, B., & Lindner, M. A. (2022). Long-term consequences of repeated school closures during the COVID-19 pandemic for reading and mathematics competencies. *Frontiers in Education*, 13, 867316. <https://doi.org/10.3389/educ.2022.867316>
- Selin-Grönlund, P. (2021a). Viittomakieliset lapset, nuoret ja vanhemmat. Julkaisussa *Lapset, nuoret ja koronakriisi – Lapsistrategian koronatyöryhmän arvio ja esitykset lapsen oikeuksien toteuttamiseksi*. Valtioneuvoston julkaisu 2021:2. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162647/VN_2021_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Selin-Grönlund, P. (2021b). Viittomakielisten oppilaiden kokemuksia koulumaailmasta. Julkaisussa Pekkarinen, E. & Schalin, A. (toim.) *Vammaisuus ja lapsen oikeudet – Lapsen elämää vamman kanssa*. Lapsiasiavaltuutetun toimiston julkaisu 2021:4. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163568/Vammaisuus%20ja%20lapsen%20oikeudet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Soneson, E., Puntis, S., Chapman, N., Mansfield, K., Jones, P., & Fazel, M. (2022). Happier during lockdown: A descriptive analysis of self-reported wellbeing in 17,000 UK school students during Covid-19 lockdown. *European Child and Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01934-z>
- Sorkkila, M., & Aunola, K. (2021). Resilience and parental burnout among Finnish parents during the COVID-19 pandemic: Variable and person-oriented approaches. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 30, 139–147. <https://doi.org/10.1177/10664807211027307>
- Suomen Punainen Risti SPR. (2022). Turvallisuus: Kriisistä kriisiin. Loppulausuma. Punaisen Ristin Nuorten turvatalot. <https://digiraati.fi/statement/preview/15>
- Suomen Punainen Risti SPR. (2021). Digiraatikeskustelu yli 18-vuotiaiden nuorten korona-ajan kokemuksista. Loppulausuma. Punaisen Ristin Nuorten turvatalot ja ALL-YOUTH -tutkimushanke.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus THL. (2021). Kouluterveyskysely 2006–2021. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset> Tulokset aikasarjoittain: https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_trendi2
- UNESCO. (2022). Education: From disruption to recovery. <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>
- Valjakka, S., Krokfors, Y., Marttinen, J., Meriläinen, J., Tyynysniemi, A. & Vesala, H.T. (2022). "Paperilla lapsi saa tukea, käytännössä ei" – Vammaisten ja toimintarajoitteisten lasten vanhempien kokemuksia oppimisen ja koulunkäynnin tuen toteutumisesta. *Vammaisfoorumi ja Ihmisoikeuskeskus*. <https://vammaisfoorumi.fi/wp-content/uploads/2022/10/Vammaisfoorumn-koulukyselyn-raportti.pdf>
- Valjakka, S., Krokfors, Y., Meriläinen, J. & Vesala, H. T. (2021). Toteutuuko vammaisten lasten yhdenvertainen oikeus oppimiseen? Teoksessa: *Vammaisuus ja lapsen oikeudet: Lapsen elämää vamman kanssa* (toim. Elina Pekkarinen & Anton Schalin). Lapsiasiainvaltuutetun toimisto.
- Valtioneuvosto. (2021). *Lapset, nuoret ja koronakriisi Lapsistrategian koronatyöryhmän arvio ja esitykset lapsen oikeuksien toteuttamiseksi*. Valtioneuvoston julkaisu 2021:2. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-674-7>
- Valtioneuvosto. (2020a). Hallitus on todennut yhteistoiminnassa tasavallan presidentin kanssa Suomen olevan poikkeusoloissa koronavirustilanteen vuoksi. Tiedote 140/2020. 16.3.2020. <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/hallitus-totesi-suomen-olevan-poikkeusoloissa-koronavirustilanteen-vuoksi>
- Valtioneuvosto. (2020b). Valtioneuvoston suositukset yliopistoille, ammattikorkeakouluille, lukiokoulutuksen ja ammatillisen koulutuksen, vapaan sivistystyön, taiteen perusopetuksen, perusopetuksen, esiopetuksen sekä varhaiskasvatuksen järjestäjille koronaviruspandemian aikana. Tiedote 16.3.2020. <https://minedu.fi/documents/1410845/4449678/Suosituks+16.3.2020/cc750ec2-9603-c2fd-79a7-ebc56c71a4b7?t=1584368318000>

- Valtioneuvosto. (2020c). Yhteiskunnan toiminnan kannalta kriittisten alojen henkilöstö. Tiedote 145/2020. 17.3.2020. <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/yhteiskunnan-toiminnan-kannalta-kriittisten-alojen-henkilosto>
- Valtioneuvoston COVID19-tiedepaneelin raportti 1.6.2020. https://valtioneuvosto.fi/documents/10616/21411573/VNK_Tiedepaneelin_raportti_200601.pdf/b3c837ba-02a1-693b-ccf5-fbdada481c01/VNK_Tiedepaneelin_raportti_200601.pdf
- Van Bakel, H., Bastiaansen, C., Hall, R., Schwabe, I., Verspeek, E., Gross, J. J., Brandt, J. A., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Aunola, K., Bajgarová, Z., Beyers, W., Bílková, Z., Boujut, E., Chen, B.-B., Dorard, G., Escobar, M. J., Furutani, K., Roskam, I. (2022). Parental burnout across the globe during the COVID-19 pandemic. *International Perspectives in Psychology*, 11(3), 141–152. <https://doi.org/10.1027/2157-3891/a000050>
- Varanka, J., Packalen, P., Voipio-Pulkki, L.-M., Määttä, S., Pohjola, P., Salminen, M., Railavo, J., Berghäll, J., Rikama, S., Nederström, H., Hiitola, J., Julkunen, I., Salo, A., Helske, S., Koskinen, H., Ylöstalo, H., Pöyry, E., Reinikainen, H., Vataja, K., ... Heinonen, V. (2022). COVID-19 -kriisin yhteiskunnalliset vaikutukset Suomessa. Keskipitkän aikavälin arvioita. Valtioneuvoston julkaisuja 2022:14. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163983/VN_2022_14.pdf
- VNa 126/2020. Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksen sekä opetuksen ja koulutuksen järjestämisvelvollisuutta koskevista väliaikaisista rajoituksista (annettu 17.3.2020).
- Vuorio, J., Ranta, M., Koskinen, K., Nevalainen-Sumkin, T., Helminen, J. & Miettunen, A. (2021). Etäopetuksen tilannekuva koronapandemiassa vuonna 2020. Opetushallitus. Raportit ja selvitykset 2021:4. <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/etaopetuksen-tilannekuva-koronapandemiassa-vuonna-2020>
- YK:n Lapsen oikeuksien komitea (The Committee on the Rights of the Child (CRC)). (2020). The Committee on the Rights of the Child warns of the grave physical, emotional and psychological effect of the COVID-19 pandemic on children and calls on States to protect the rights of children. Tiedote 8.4.2020. https://tbinternet.ohchr.org/_layouts/15/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=INT/CRC/STA/9095&
- Young, Q.-R., Ignaszewski, A., Fofonoff, D. & Kaan, A. (2007). Brief screen to identify 5 of the most common forms of psychosocial distress in cardiac patients: validation of the screening tool for psychological distress. *Journal of Cardiovascular Nursing* 22(6), 525–534. <https://doi.org/10.1097/01.JCN.0000297383.29250.14>
- Young, Q.-R., Nguyen, M., Roth, S., Broadberry, A., & Mackay, M. H. (2015). Single-item measures for depression and anxiety: Validation of the Screening Tool for Psychological Distress in an inpatient cardiology setting. *European Journal of Cardiovascular Nursing* 14(6), 544–551. <https://doi.org/10.1177/1474515114548649>

LIITETAULUKKO 1. VASTAAJIEN ASUMISMUOTO, OPISKELUPAIKKA JA SUKUPUOLI ALARYHMITTÄIN.

	Alaryhmä 1					
	(N = 24)	2 (N = 132)	3 (N = 186)	4 (N = 56)	5 (N = 32)	6 (N = 13)
Asumismuoto						
Äidin ja isän kanssa	54,50 %	54,00 %	45,00 %	43,40 %	32,30 %	63,60 %
Pääasiassa / pelkästään äidin tai isän kanssa	13,60 %	11,90 %	10,00 %	13,20 %	19,40 %	9,10 %
Vuorotellen äidin ja isän kanssa	0,00 %	6,30 %	4,40 %	17,00 %	0,00 %	18,20 %
Sateenkaariperheessä	0,00 %	1,60 %	0,60 %	0,00 %	0,00 %	0,00 %
Sijaisperheessä tai lastensuojelulaitoksessa	0,00 %	4,00 %	3,90 %	0,00 %	0,00 %	0,00 %
Kämpäkaverin kanssa / soluasunnossa	0,00 %	2,40 %	2,80 %	1,90 %	0,00 %	0,00 %
Oppilaitoksen asuntolassa	0,00 %	0,00 %	0,60 %	0,00 %	0,00 %	0,00 %
Yhdessä seurustelukumppanin kanssa	18,20 %	4,80 %	8,90 %	7,50 %	12,90 %	0,00 %
Yksin	13,60 %	14,30 %	23,30 %	15,10 %	32,30 %	9,10 %
Muu	0,00 %	0,80 %	0,60 %	1,90 %	3,20 %	0,00 %
<i>Yhteensä</i>	<i>100 % (N = 22)</i>	<i>100 % (N = 126)</i>	<i>100 % (N = 180)</i>	<i>100 % (N = 53)</i>	<i>100 % (N = 31)</i>	<i>100 % (N = 11)</i>
Opiskelupaikka						
Alakoulu	0,00 %	8,30 %	5,90 %	5,40 %	0,00 %	7,70 %
Yläkoulu	25,00 %	26,50 %	23,70 %	41,10 %	34,40 %	61,50 %
Ammatillinen oppilaitos	16,70 %	11,40 %	15,10 %	7,10 %	15,60 %	7,70 %
Lukio	20,80 %	31,80 %	30,60 %	23,20 %	12,50 %	15,40 %
Toiselle asteelle valmentava koulutus (esim. ammatilliseen koulutukseen valmentava koulutus, lukioon valmentava koulutus)	0,00 %	0,00 %	0,50 %	5,40 %	0,00 %	0,00 %
En käy koulua / opiskele juuri nyt	0,00 %	1,50 %	1,10 %	3,60 %	9,40 %	0,00 %
Korkeakoulu (amk, yliopisto)	37,50 %	17,40 %	19,90 %	14,30 %	28,10 %	0,00 %
Muu, mikä?	0,00 %	3,00 %	3,20 %	0,00 %	0,00 %	7,70 %
<i>Yhteensä</i>	<i>100 % (N = 24)</i>	<i>100 % (N = 132)</i>	<i>100 % (N = 186)</i>	<i>100 % (N = 56)</i>	<i>100 % (N = 32)</i>	<i>100 % (N = 13)</i>
Sukupuoli						
Poika	12,50 %	16,70 %	10,80 %	14,30 %	9,40 %	38,50 %
Tyttö	66,70 %	70,50 %	76,90 %	66,10 %	65,60 %	46,20 %
Muu	0 %	6,10 %	4,80 %	5,40 %	9,40 %	7,70 %
En määrittele / en halua määritellä	12,50 %	5,30 %	5,90 %	10,70 %	9,40 %	0 %
En halua vastata	8,30 %	1,50 %	1,60 %	3,60 %	6,30 %	7,70 %
<i>Yhteensä</i>	<i>100 % (N = 24)</i>	<i>100 % (N = 132)</i>	<i>100 % (N = 186)</i>	<i>100 % (N = 56)</i>	<i>100 % (N = 32)</i>	<i>100 % (N = 13)</i>

LIITETAULUKKO 2. ALARYHMIEN VÄLISET EROT MUIDEN KYSELYSSÄ KÄYTETTYJEN MUUTTUJIEN SUHTEEN.

Muuttuja	Skaala	Alaryhmä						Ryhmiä väliset erot
		1 (N = 24)	2 (N = 132)	3 (N = 186)	4 (N = 56)	5 (N = 32)	6 (N = 13)	
Ikä	9–28	18,79 (3,67)	17,11 (3,54)	17,97 (3,52)	17,70 (4,21)	19,19 (4,67)	14,85 (2,23)	H (5) = 18,309; p = 0,003 [6-3, 6-5, 6-1].
Olen ollut surullinen ja alakuloinen.	1–5	2,92 (1,06)	2,66 (0,97)	3,34 (1,00)	3,13 (1,06)	3,41 (0,98)	2,77 (0,83)	F (5, 437) = 8,419; p < 0,001 [2-3, 2-4, 2-5]. H (5) = 38,831; p < 0,001 [2-3, 2-5].
Olen ollut ahdistunut.	1–5	3,13 (1,26)	2,82 (1,18)	3,68 (0,95)	3,25 (1,13)	3,75 (0,95)	2,77 (1,17)	F (5, 437) = 11,941; p < 0,001 [2-3, 2-5, 3-6].
Olen ollut stressaantunut.	1–5	3,46 (1,28)	3,03 (1,02)	3,96 (0,88)	3,48 (1,13)	3,88 (0,87)	2,85 (1,14)	H (5) = 66,645; p < 0,001 [2-5, 2-3, 3-6]. ¹
Olen saanut muilta ihmisiltä tarvitsemaani tukea koronapandemian aikana.	1–6	4,58 (1,53)	3,74 (1,56)	2,83 (1,18)	3,36 (1,21)	2,69 (0,97)	3,08 (1,50)	H (5) = 49,486; p < 0,001 [1-3, 1-5, 2-3, 2-5]. ¹
Löydän seuraa, kun sitä haluan.	1–5	3,29 (1,20)	3,36 (0,91)	3,01 (0,97)	3,36 (0,92)	3,06 (1,19)	3,85 (1,07)	F (5, 437) = 3,732; p = 0,003 [2-3, 3-6].
On ihmisiä, jotka todella ymmärtävät minua.	1–5	3,08 (1,18)	3,40 (1,06)	3,09 (1,06)	3,50 (1,10)	3,16 (1,19)	3,77 (1,30)	F (5, 437) = 2,638; p = 0,023 [ns.].
Olen yksinäinen.	1–5	2,83 (1,13)	2,86 (0,95)	3,40 (0,90)	2,89 (1,00)	3,53 (1,08)	2,23 (0,93)	F (5, 437) = 9,546; p < 0,001 [2-3, 2-5, 3-4, 3-6, 4-5, 5-6].
Pääsen nopeasti yli minua kohdanneista ikävistä tapahtumista ja vastoinkäymisistä.	1–5	2,88 (1,15)	2,97 (1,01)	2,48 (0,87)	2,42 (0,93)	2,66 (0,70)	3,62 (0,96)	F (5, 437) = 7,894; p < 0,001 [2-3, 2-4, 3-6, 4-6, 5-6].
Palaudun nopeasti stressaavista tilanteista.	1–5	2,88 (1,23)	3,00 (1,01)	2,40 (1,00)	2,32 (0,96)	2,50 (1,02)	3,54 (1,05)	F (5, 437) = 8,987; p < 0,001 [2-3, 2-4, 3-6, 4-6, 5-6].
Tunnen hukkuvani koulutyöhön.	1–4	2,42 (1,32)	2,44 (0,90)	3,13 (0,91)	2,91 (0,98)	2,69 (1,03)	2,15 (0,99)	H (5) = 46,330; p < 0,001 [2-3, 2-4, 3-6]. ¹
Tuntuu, ettei opinnoillani ole enää merkitystä.	1–4	1,83 (1,05)	2,06 (1,11)	2,69 (1,06)	2,64 (1,08)	2,25 (1,08)	2,00 (1,08)	F (5, 432) = 7,642; p < 0,001 [1-3, 1-4, 2-3, 2-4].
Minulla on riittämättömyyden tunteita opinnoissani.	1–4	2,50 (1,14)	2,37 (1,10)	3,19 (0,93)	3,13 (0,98)	2,74 (1,03)	2,38 (1,19)	H (5) = 50,228; p < 0,001 [2-3, 2-4]. ¹
Kun herään aamulla, minusta tuntuu hyvältä aloittaa koulutyö.	1–4	2,33 (1,13)	2,27 (1,05)	1,90 (0,93)	1,96 (1,01)	2,28 (0,99)	2,46 (1,33)	H (5) = 14,322; p = 0,014 [2-3]. ¹
Olen innostunut koulutyöstä.	1–4	2,58 (1,02)	2,43 (1,02)	2,15 (0,94)	2,11 (0,97)	2,59 (0,95)	2,69 (1,25)	F (5, 433) = 3,169; p = 0,008 [ns.].
Kun teen koulutehtäviä, unohdan kaiken ympäriltäni.	1–4	2,50 (1,06)	2,09 (0,99)	1,89 (0,99)	1,73 (1,00)	2,22 (1,21)	2,00 (0,85)	F (5, 432) = 2,911; p = 0,013 [1-4].

F = ANOVA testisuure, parivertailuissa Tukey HSD. H = Kruskal-Wallis testisuure, parivertailuissa tulkittu adjusted p-arvoa.

¹ Epäparametrinen Kruskal-Wallis testiä käytetty niissä kohdissa, joissa Levenen testi < 0,05 eli joissa ryhmien varianssit erisuuret.

Verkkójulkaisu
ISBN 978-952-13-6886-8
ISSN 1798-8926

Tässä Suomen Akatemian yhteydessä toimivan strategisen tutkimuksen neuvoston (STN) rahoittaman Resilientti koulu ja koulutus (EduRESCUE) -hankkeen tutkijoiden kirjoittamassa raportissa tarkastellaan nuorten omia kokemuksia koronapandemian vaikutuksista hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen. Raportin tavoitteena on niin sanottujen ”hiljaisten äänten” kuuleminen eli sellaisten nuorten kokemusten tarkastelu, jotka usein jäävät yhteiskunnallisessa päätöksenteossa huomiotta.

Verkkopohjainen kysely laadittiin yhteistyössä eri järjestöjen kanssa. EduRESCUE-hankkeen yhteistyötahot Autismiliitto, HelsinkiMissio, Kuurojen Liitto, Lastensuojelun Keskusliitto, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, MIELI Suomen Mielen-terveys ry, Suomen Punainen Risti, Suomen Vanhempainliitto ja Varsinais-Suomen Lastensuojelujärjestöt jakoivat kyselyä sosiaalisen median eri kanavissa. Kyselyyn vastasi 534 Suomessa asuvaa nuorta, jotka olivat iältään keskimäärin 18,24 vuotta. Tämän lisäksi nuorten ääniä kuultiin esimerkiksi Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalojen kanssa järjestetyn nuorten digiraadin ja Autismiliiton toteuttamien nuorten haastattelujen kautta.

Raportissa kuvataan nuorten kokemuksia hyvinvoinnin, sosiaalisten suhteiden ja yksinäisyyden, koulunkäynnin sekä oppimisen haasteista koronapandemian aikana, mutta myös pandemia-ajan tuomista myönteisistä puolista. Raportin kautta saadaan tietoa siitä, miten vastaavien kriisitilanteiden aikaista resilienssiä – eli joustavuutta ja kykyä toipua vastoinkäymisistä – voitaisiin sekä yksilö- että yhteisötasolla vahvistaa. Tulosten pohjalta esitetään suosituksia esimerkiksi opettajille, opetuksen järjestäjille, nuorten ja perheiden kanssa työskenteleville sekä päättäjille.