

Koronakriisin ja etäopetuksen vaikutukset opiskelijoiden ja opetushenkilökunnan hyvinvointiin

Juuso Repo tohtorikoulutettava, Turun Yliopisto

Sanna Herkama erikoistutkija, Turun Yliopisto

Katariina Salmela-Aro professori, Helsingin Yliopisto

Christina Salmivalli professori, Turun Yliopisto

Koronapandemian hillitsemiseksi on tehty voimakkaita rajoitustoimia, joilla on ollut laajoja vaikutuksia opiskelijoihin. Päätöksenteossa on korostunut koko väestön terveysturvallisuus, eikä päätösten vaikutuksia nuoriin ole voitu ennalta arvioida. Nyt julkaistavat kattaviin ja vertailukelpoiisiin aineistoihin perustuvat tutkimustulokset tuovat uutta ja tärkeää tietoa päätöksentekijöille ja toimijoille eri hallinnonaloilla.

Huomionarvoista tuloksissa on nuorten ääni ja kokemukset. Vaikka suomalainen koulutusjärjestelmä on reagoinut poikkeusoloihin joustavasti (Karvi 2020), tulisi nuorten kokemukset ja rajoitustoimien vaikutukset huomioida nykyistä paremmin ja jatkaa systemaattista tiedonkeruuta nuorilta itseltään. Poikkeusolojen vaikutukset polarisoituvat, ja vaikutusten ymmärtäminen vaatii tietopohjaa, joka on vasta rakentumassa. Vaikutukset haavoittuvassa asemassa oleviin nuoriin tuottavat yhteiskunnallisista kustannuksista suurimman osan.

Yli 5000 toiselta asteelta valmistumassa olevaa nuorta kertoi kokemuksistaan vastaamalla Turun yliopiston kyselyyn kesällä 2020. Kyselyllä selvitettiin nuorten kokemuksia koronarajoitusten vaikutuksista tutkinnon suorittamiseen, korkea-asteelle hakeutumiseen ja työelämään siirtymiseen sekä hyvinvointiin. Tuloksia on vertailtu aiempiin valtakunnallisiin kyselyihin.

Tulosten perusteella koronakriisi on iskenyt erityisen kovaa kriittistä nivelvaihetta elävään ikäluokkaan. Monilla nuorilla ammattiin valmistuminen lykkääntyi ja oppilaitosten sulkemiset vaikeuttivat työharjoitteluja, työllistymistä, ylioppilaskirjoituksia tai jatko-opintoihin hakeutumista. Koronarajoituksista kärsineillä nuorilla usko tulevaisuuteen ja mielen hyvinvointi on selvästi heikentynyt. Tästä ikäluokasta moni on nyt joko vailla työtä ammattiin valmistuttuaan tai aloittanut jatko-opintonsa etänä ja eristyksissä. Toisen asteen jälkeinen nivelvaihe on merkityksellinen yhteiskuntaan kiinnittymisen ja hyvinvoinnin kannalta myös pitkällä aikavälillä.

Tieto poikkeusolojen ja etäopetuksen vaikutuksista nuorten hyvinvointiin ja eriarvoisuuden kasvuun on syytä huomioida päätöksenteossa nykyistä paremmin. Erityisesti nivelvaihetta elävien tilanne vaatii laaja-alaisesti toimenpiteitä eri hallinnonaloilla. Tutkimustulosten pohjalta on muotoiltu joukko toimenpide-ehdotuksia tähän dokumenttiin.

Opiskelijakyselyn lisäksi hankkeessa tehtiin kooste Helsingin yliopiston tuoreista tutkimuksista, jotka liittyvät etäopetukseen ja opetushenkilökunnan hyvinvointiin. Tulokset kertovat tilanteesta läpi koulutustasojen perusopetuksesta korkealle asteelle. Tulosten mukaan etäopetuksella on ollut huomattavia vaikutuksia myös oppimiseen ja henkilökunnan työhyvinvointiin.

Hankkeessa on julkaistu kolme erillistä raporttia, joihin on linkit dokumentin lopussa (Repo & Herkama 2020, Repo ym. 2020, ja Salmela-Aro ym. 2020). Hankkeen on rahoittanut Opetus- ja kulttuuriministeriö.

YHTEENVETO TOIMENPIDE-EHDOTUKSISTA

Nuorten työllisyys:

1. Koronakriisi vaikuttaa erityisesti juuri ammattiin valmistuviin nuoriin ja nuorisotyöttömyyteen. Valmistuvien nuorten työllisyyttä ja tulevaisuuskasvua tulee vahvistaa esimerkiksi tukemalla yrityksiä nuorten työllistämiseksi ja laajentamalla erilaisia tuetun työllistymisen ratkaisuja. Erityistoimenpiteitä tarvitaan, jotta nuorille saadaan kesätyöitä myös poikkeusolojen jatkuessa kesällä 2021.

Toinen aste:

2. Valtionhallinnon ja kuntien tulee vahvistaa opiskelijahuollon valmiutta ja resursseja vastata kasvaviin mielenterveyden ongelmiin. Erityisin toimenpitein on huomioitava juuri toiselta asteelta valmistuvat nuoret. Kuntien ja koulutuksen järjestäjien on varmistettava, että näistä nuorista tukea tarvitsevat tavoitetaan poikkeusolojen aikana.
3. Koulutuksen järjestäjien tulee vahvistaa jatko-opintoihin liittyvää ohjausta lukioissa ja ammatillisessa koulutuksessa. Järjestäjillä tulee olla systemaattiset käytännöt opiskelijoiden ohjaukseen yksilöllisille työ- tai koulutuspoluille sekä järjestää jatkoseuranta sekä tarvittaessa tuki myös valmistumisen jälkeen.
4. Yhteisöllistä hyvinvointityötä ja kiusaamisen ehkäisyä tulee vahvistaa oppilaitoksissa. Opiskelijahuollossa tulee nykyistä paremmin tunnistaa kiusaamisesta tai yksinäisyydestä aiemmin kärsineet nuoret ja tarjota heille ns. jälkihoitoa sosiaalisten suhteiden vahvistamiseksi. Tutkittujen toimenpideohjelmien käyttöä tulee edistää.
5. Oppilaitosten henkilöstön digitaitoja ja -tukea tulee vahvistaa etätyöuupumuksen ehkäisemiseksi. Henkilöstön työhyvinvointia tulee seurata ja tukea.

Korkeakoulutus:

6. Korkea-asteella poikkeusolojen opetusjärjestelyjä tulee arvioida uudelleen erityisesti ensimmäisen vuoden opiskelijoiden osalta. Tieto koronarajoitusten kielteisistä vaikutuksista oppimiseen ja hyvinvointiin on huomioitava terveysturvallisuuden ohella. Opetusta on pyrittävä järjestämään myös lähiopetuksena turvallisesti alasta riippumatta. Lisäksi etäopetuksessa on tuettava opiskelijoiden sosiaalisia suhteita, opintoihin kiinnittymistä ja hyvinvointia. Opiskelijoiden kokemuksia hyvinvoinnista ja etäopetuksen laadusta on selvitettävä systemaattisesti sekä huomioitava opiskelijajärjestöjen viestit tilanteesta.
7. Opiskelijavalintojen poikkeusjärjestelyistä on tiedotettava selkeästi ja hyvissä ajoin. Poikkeusjärjestelyjen suunnittelussa ja tiedottamisessa on syytä ottaa huomioon nuorten kokemukset keväältä 2020.

Nuorisotyö:

8. Kriittistä nivelvaihetta elävien nuorten kasvava tarve nuorisopalveluille on huomioitava nuorisotyön resursseissa ja tiedottamisessa. Digitaalisen nuorisotyön eri muotoja tulee laajentaa ja vahvistaa.

AINEISTOT JA MENETELMÄT

Turun yliopiston Valmistuitko koronakeväänä? -kysely toteutettiin kesällä 2020 ja siihen vastasi 5005 valmistumisvaiheessa olevaa nuorta. Vastaajia oli kattavasti kaikista Manner-Suomen maakunnista, kaikkiaan 244 eri kunnasta. Vastaajista 84 prosentilla oli tarkoitus valmistua keväällä 2020, ja analyysit tehtiin tälle joukolle (n=4190). Vastaajista noin neljännes (24%) opiskeli ammattikoulussa ja kolme neljäsosaa (74%) lukiossa. Kolme neljästä vastaajasta oli naisia (77%). Analyysit tehtiin erikseen sukupuolen ja oppilaitoksen tyypin mukaan. Kyselyyn lainattiin mittareita aiemmista valtakunnallisista kyselyistä, mutta vertailuissa on huomioitava otosten erilaisuus; aiempia kyselyjä ei ole kerätty kesäaikana eikä kolmannen vuoden opiskelijoilta, kuten tässä tutkimuksessa.

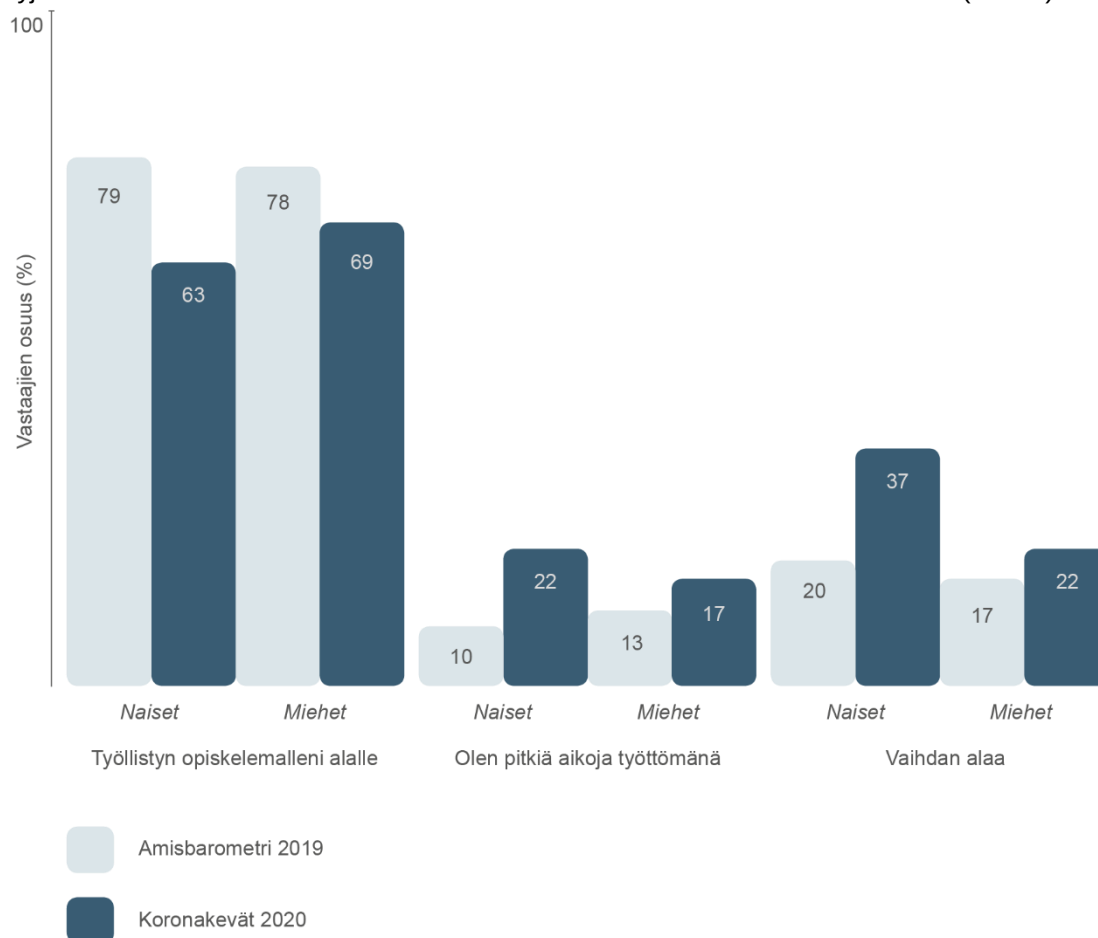
Helsingin yliopisto tuotti koosteen toteuttamistaan koronakriisiin liittyvistä tutkimuksista. Tutkimukset perustuvat useaan aineistoon: Korkeakouluopiskelijoiden kyselyyn vastasi 1370 Helsingin yliopiston opiskelijaa toukokuussa 2020. Näistä 80% oli naisia. Lukiolaisten kyselyyn vastasi 600 lukion opiskelijaa keväällä 2020. Opettajille ja rehtoreille suunnatut kyselyt koskivat opettajien etätyöhyvinvointia, etätyön voimavaroja ja vaatimuksia. Opettajien kyselyyn vastasi yhteensä 1182 opettajaa eri puolelta Suomea, joista naisia oli 83 prosenttia. Rehtorien kyselyyn vastasi yhteensä 644 rehtoria, joista naisia oli 59 prosenttia. Henkilöstön kyselyissä oli vastaajia sekä peruskouluista että lukioista.

Ammattiin valmistuneiden nuorten luottamus tulevaisuuteen heikentynyt, erityisesti naisilla

Valmistuitko koronakeväänä? -kyselyn tulosten perusteella koronarajoitusten aiheuttamat vaikeudet olivat dramaattisimpia monille ammattiin valmistuville: harjoittelujen ja näyttöjen peruuntumiset estivät valmistumisen, työpaikkaa ei löytynyt ja toimeentulo ja työllisyysnäkymät heikentyivät. Moni vastavalmistuneista oli kevään jälkeen ns. omillaan ilman oppilaitoksen tarjoamia palveluita ja tukea. Luottamus omaan tulevaisuuteen näyttää tulosten perusteella selvästi heikentyneen.

Vastaajat arvioivat omia työllisyysnäkyimiä pohtimalla, miten todennäköisinä he pitivät erilaisia omaa tulevaisuuttaan koskevia väitteitä. Tulokset ammattiin valmistuvien osalta on kuviossa 2. Sekä miehillä että naisilla luottamus työelämän näkymiin oli selvästi heikompi koronakevään 2020 jälkeen. Joka kolmas (34%) ammattiin valmistuvista ei uskonut työllistyvänsä alalleen lainkaan. Edelleen yli kolmannes (37%) juuri ammattiin valmistuvista naisista uskoi vaihtavansa alaa (miehistä 22%), mikä oli selvästi enemmän kuin Amisbarometrissä vuodelta 2019. Kun aiemmassa kyselyssä sukupuolten välillä ei ollut selvää eroa, oli tässä kyselyssä naisten luottamus työuraansa heikompi kuin miehillä jokaisen väittämän kohdalla.

Kuvio 2. Ammattiin opiskelevien työllisyysnäkömät. Vastaajien osuus (%), jotka pitävät esitettyjä asioita todennäköisinä omassa elämässään. Vertailu Amisbarometriin 2019. (n=731)



Tuoreen kansainvälisen tutkimusyhteenvedon (Henehan 2020) mukaan koronakriisi eroaa aiemmista talouskriiseistä siten, että tällä kertaa eniten ovat kärsineet alat, joille matalammilta koulutusasteilta valmistuneet – ja erityisesti naiset – tyypillisesti työllistyvät. Toisaalta myös töihin päässeiden tuntipalkan arvioidaan jäävän odotettua pienemmäksi kaikilla ryhmillä. Työttömyys työuran alkuvaiheessa on yleisesti todettu heikentävän ansiotuloja ja lisäävän työttömyysriskiä vuosienkin päästä (Kuivalainen 2020).

Toimenpide-ehdotukset työllisyyteen liittyen

Toimenpiteissä koronakriisistä palautumiseen pitäisi keskittyä erityisesti nuorten toimeentulon ja tulevaisuususkon vahvistamiseen. Koronakriisi osuu erityisesti matalamman koulutustason toimialoihin ja nuorten työllisyyteen. Jos nuoret alkavat sopeutua siihen, että työtä ei löydy eikä opiskelu kannata, kustannukset yhteiskunnalle kumuloituvat vuosien myötä erittäin korkeiksi.

- Yrityksiä tulee tukea nuorten työllistymisessä ja erilaisia tuetun työllistymisen ratkaisuja on kehitettävä ja tuettava kansallisesti.
- Työharjoittelujen tulee toteutua laadukkaasti myös poikkeusoloissa ammattiin opiskeleville. Ilman työkokemusta valmistuminen vaikeuttaa huomattavasti työelämään kiinnittymistä.
- Erityistoimenpiteitä tarvitaan, jotta nuorille saadaan kesätyöpaikkoja myös kesäksi 2021.

Koronarajoitukset vaikeuttivat jatko-opintoihin hakeutumista

Ylioppilailla koronarajoitukset vaikuttivat erityisesti ylioppilaskokeisiin ja jatko-opintoihin hakeutumiseen. Kyselyyn vastanneista ylioppilaista yli kolme neljäsosaa (82%) kertoi koronarajoitusten vaikuttaneen ylioppilaskirjoitusten aikatauluun ja puolet naisista (50%) ja kolmannes miehistä (33%) koki saaneensa huonommat arvosanat tai koetulokset kuin olisi saanut normaalitilanteessa. Vastanneista kuitenkin lähes kaikki (97%) valmistuivat ylioppilaaksi.

Valintakokeisiin valmistautuneet vastaajat kertoivat sen olleen vaikeaa ja kuormittavaa, koska valintakriteerit, aikataulut ja valintakokeen toteuttamistavat muuttuivat. Myös muutoksista tiedottamisen kuvattiin olleen sekavaa. Reilu kolmannes (38%) tuoreista ylioppilaista koki koronarajoitusten vaikeuttaneen jatko-opintoihin hakeutumista, naiset (42%) selvästi useammin kuin miehet (23%).

Ylioppilaista joka toinen ja ammattiin valmistuneista joka neljäs kaipasi apua jatko-opintoihin ja ammatinvalintaan liittyen. Kyselyn avoimista vastauksista välittyy monen nuoren kohdalla kokemus siitä, että ei ole tuullut kuulluksi, kohdatuksi tai huomioiduksi poikkeustilanteessa.

Toimenpide-ehdotukset

Poikkeusoloissa korostuu tarve opinto-ohjaukselle, selkeälle tiedotukselle ja valmistumisen jälkeiselle jatkoseurannalle.

Koulutuksen järjestäjät:

- Ohjausta ja riittävän varhaista tiedotusta jatko-opinnoista ja hakumenetelystä niihin tulee vahvistaa lukioissa ja ammatillisessa koulutuksessa.
- Koulutuksen järjestäjien tulee rakentaa systemaattiset käytännöt opiskelijoiden jatko-ohjaukseen yksilöllisille koulutuspoluille sekä järjestää jatkoseuranta sekä tarvittaessa moniammatillinen tuki myös valmistumisen jälkeen.
- Opiskelijavalintojen poikkeusjärjestelyistä on tiedotettava selkeästi ja hyvissä ajoin. Poikkeusjärjestelyjen suunnitteluun ja niistä tiedottamiseen on hyvä työllistää nuoria mukaan tekijöiksi.

Nuorisotyö:

- Nivelvaihetta elävien nuorten kasvava tarve palveluille on huomioitava resursseissa ja nuorisotiedotuksessa.

Jatko-opintoihin kiinnittyminen, etäopetus ja uupumus

Koronakeväänä 2020 valmistunut sukupolvi on aloittanut jatko-opintonsa pääsääntöisesti etä-opiskeluna ja etäopiskelu näyttää jatkuvan korkeakouluissa ainakin kevään 2021 ajan. On todennäköistä, että monen kohdalla vaikeudet ovat edelleen syventyneet ja kiinnittyminen uuteen oppilaitokseen on puutteellista, kun lähiopetus ja vapaa-ajan toiminta on ollut vähäistä. Opiskelijat asuvat usein yksin ja monet ovat juuri muuttaneet paikkakunnalle, jossa eivät välttämättä tunne ketään. Yksin asuminen oli kyselytutkimuksessa yhteydessä heikentyneeseen hyvinvointiin (Repo & Herkama 2020).

Näitä havaintoja tukevat tuoreet tulokset poikkeusolojen vaikutuksista yliopisto-opiskelijoiden hyvinvointiin (Salmela-Aro ym. 2020). Tämän tutkimuksen mukaan yliopisto-opiskelijoiden uupumus on jopa kolminkertaistunut verrattuna tuloksiin aiemmilta vuosilta. Kun uupuneiden opiskelijoiden osuus oli aiempina vuosina 7–9 prosenttia, oli se koronakeväänä 21 prosenttia. Tärkeä tulos oli, että riittämättömyys oli voimakasta kaikilla opiskelijoilla, myös innostuneilla. Nyt rutiinisuuoritus on huippusuoritus. Nämä tulokset ovat siis opiskelijoilta, jotka olivat aloittaneet yliopisto-opintonsa ennen poikkeusoloja. Aiemmin uupumus voimistui opintojen kuluessa, nyt erityisesti alkuvaiheen opiskelijat uupuivat. Jos etäopetus vaikeuttaa laajasti opintoihin kiinnittymistä ja mielen hyvinvointia, tulevat koronarajoitusten vaikutukset erittäin kalliiksi sekä inhimillisesti että taloudellisesti. Nämä hälytysmerkit tulisi ottaa vakavasti sekä tukea ja seurata opintonsa aloittaneita erityisen tarkkaan.

Myös lukiolaisilla uupumus oli yleisempää etäopetuksen aikana. Edelleen Helsingin yliopiston profiilianalyysiin perustuva tutkimus osoitti, että etäopiskelun aikana innostus oli vähentynyt noin puolella ja uupumus lisääntynyt noin puolella. Kun aiemmin innostuneiden ryhmään oli kuulunut noin 44 % lukiolaisista, oli etäopetuksen aikana innostuneita vain 22 %. Myös optimaaliset oppimisen hetket olivat selvästi harvinaisempia etäopetuksen aikana kuin aiemmin. Aiemmin niitä oli noin 20%, nyt enää 5%. (Salmela-Aro ym. 2020).

Toimenpide-ehdotukset

Poikkeusolojen opetusjärjestelyissä tulee huomioida nykyistä paremmin opiskelijoiden hyvinvointi, oikeus laadukkaaseen opetukseen ja erityisesti aloittavien opiskelijoiden oppimisyhteisöön kiinnittyminen.

Valtionhallinto:

- Kuntia ja koulutuksen järjestäjiä tulee tukea kasvavaan tietopohjaan perustuvalla informaatio-ohjauksella. Näin voidaan vähentää sellaisia poikkeus-toimien vaikutuksia, jotka liiallisesti heikentävät nuorten hyvinvointia, oppimista ja koulutukseen kiinnittymistä.

Koulutuksen järjestäjät:

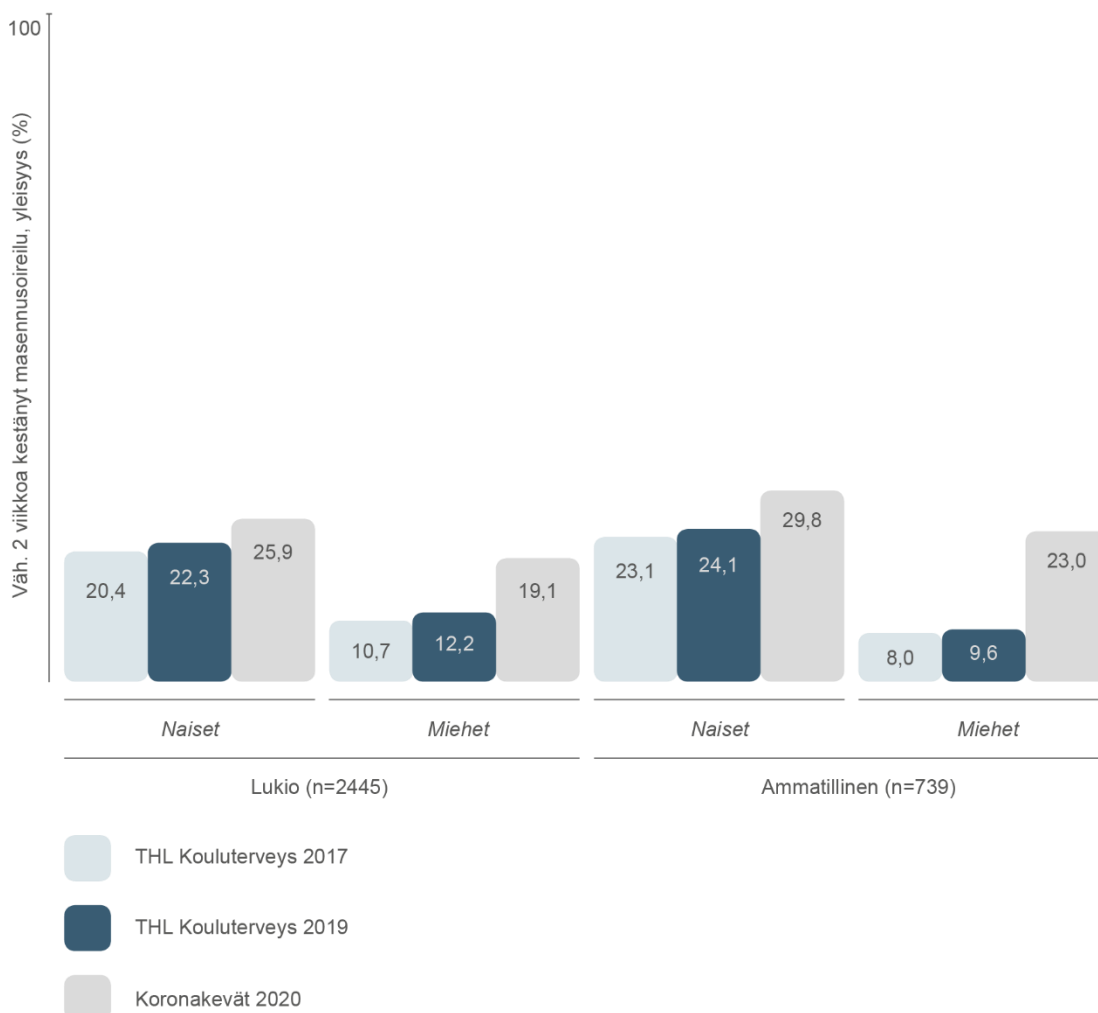
- Korkea-asteen koulutuksessa poikkeusolojen opetusjärjestelyjä tulee arvioida uudelleen erityisesti ensimmäisen vuoden opiskelijoiden osalta. Tieto koronarajoitusten kielteisistä vaikutuksista on huomioitava terveysturvallisuuden ohella. Opetusta on järjestettävä myös lähiopetuksena turvallisesti alasta riippumatta.
- Etäopetuksessa on huomioitava monipuolisen vuorovaikutuksen merkitys oppimiselle, opintoihin kiinnittymiselle ja hyvinvoinnille.
- Opiskelijoiden kokemuksia hyvinvoinnista ja etäopetuksen laadusta on selvitettävä systemaattisesti sekä huomioitava opiskelijajärjestöjen viestit.

Opiskelijoiden mielen hyvinvointi

Koronakriisin keskelle valmistuminen on ollut monelle nuorelle henkisesti hyvin kuormittavaa. Yli puolet vastaajista koki itsensä ahdistuneemmaksi (52%) ja vielä useampi yksinäisemmäksi (59%) kuin aiemmin. Moni koki myös olevansa uupuneempi (48%) tai masentuneempi (40%) kuin ennen poikkeustilannetta. Naisista jopa kaksi kolmasosaa (67%) koki itsensä ahdistuneemmaksi ja yksinäisemmäksi. (Repo & Herkama 2020).

Masennusoireilua kartoitettiin THL:n Kouluterveyskyselyssä käytetyllä indikaattorilla. Kouluterveyskyselyyn tehdyn vertailun perusteella masennusoireilu näyttää selvästi yleistyneen (kuvio 1). Tulokset olivat samansuuntaiset myös ahdistuneisuuden suhteen. Vaikka osa erosta aiempaan voi johtua valmistumisvuoden kuormittavuudesta sinänsä, huomattavan moni vastaaja raportoi juuri poikkeusolojen vaikuttaneen omaan tilanteeseen ja mielialaan. Lisäksi juuri koronarajoituksista käytännön vaikeuksia kokeneilla vastaajilla myös hyvinvointi oli heikompaa johdonmukaisesti eri indikaattoreilla mitattuna. (Repo & Herkama 2020).

Kuvio 1. Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu, yleisyys (%) oppilaitoksen tyypin ja sukupuolen mukaan. Vertailu Kouluterveyskyselyihin 2017 ja 2019.



Koronakevään 2020 aikana opiskelijahuollon ja muiden julkisten palvelujen saatavuus heikkeni, samalla kun palvelujen tarve kasvoi (ks. esim. Kestilä ym. 2020). Myös yhteydenotot valtakunnallisiin digitaalisiin auttaviin palveluihin ovat olleet kasvussa (Mieli ry. 2020). Nämä asiat heijastuivat myös kyselyvastauksissa, joissa huomattavan iso osa nuorista kertoi jääneensä vaille kaipaamaansa apua liittyen mielen hyvinvointiin. Masennusoireita kokeneista jopa puolet jäi ilman kaipaamaansa apua oppilaitoksesta (47%) tai muista palveluista (48%).

Toimenpide-ehdotukset

Yleisesti on varauduttava siihen, että nuorten mielenterveyden ongelmat ovat kasvussa. On todennäköistä, että tässä tutkimuksessa näkyvä nuorten pahoinvointi on voimistunut edelleen poikkeustilanteen jatkuessa. Tarkkaa tilannekuvaa on vaikea saada, koska hoitoon hakeutuminen tapahtuu yleensä viiveellä.

Valtionhallinto

- Nuorten mielenterveyden tilaa on seurattava systemaattisesti ja resursoitava ehkäiseviä ja korjaavia toimenpiteitä.

Koulutuksen järjestäjät ja kuntapäätäjät:

- Opiskelijahuollon valmiutta ja resursseja vastata kasvaviin mielenterveyden vaikeuksiin tulee vahvistaa.
- Erityisin toimenpitein on huomioitava toiselta asteelta vuonna 2020 ja 2021 valmistuvat nuoret ja varmistettava, että heistä tukea tarvitsevat tavoitetaan sekä etänä että kasvokkain.
- Etäopetuksen toteuttamista on arvioitava erityisesti ensimmäisen vuosikurssin opiskelijoiden ja haavoittuvassa asemassa olevien nuorten mielenterveyden näkökulmasta.
- Opiskelijoille tulee tarjota aktiivisesti ehkäisevää ja varhaista tukea mielen hyvinvointiin, myös etäpalveluiden ja digitaalisten interventioiden avulla.

Valtakunnalliset nuorisopalvelut:

- Valtakunnallisia digitaalisia auttavia palveluja on tarpeen laajentaa siten, että ne tavoittavat enemmän nuoria ja pystyvät vastaamaan olemassa olevaan kysyntään sekä ohjaamaan tukea tarvitsevia nuoria julkisten palveluiden ja kasvokkaisen tuen piiriin.

Vaikeudet kasaantuvat haavoittuvassa asemassa oleville nuorille

Poikkeusolojen aiheuttamat vaikeudet näyttävät kasaantuvan vain osalle nuorista. Esimerkiksi opiskelijat, joilla oli vaikeuksia valmistumisen, jatko-opintoihin hakeutumisen tai työllistymisen suhteen poikkeusolojen aikana, kokivat myös psykososiaalisen hyvinvointinsa muita heikommaksi. Myös erilaiset oppimiseen liittyvät asiat (esim. heikko koulumenestys, oppimisvaikeudet, heikko yhteys opettajaan) sekä kouluaikeiset kiusaamisen tai yksinäisyyden kokemukset olivat yhteydessä heikentyneeseen hyvinvointiin. Avovastauksissa moni kertoi aiempien mielenterveyden ongelmien syventyneen poikkeusolojen aikana. (Repo & Herkama 2020).

Nuorista, jotka kaipasivat tukea tai apua mielialaansa liittyen, joka kolmas (34%) kertoi jääneensä sitä ilman. Ilman apua tai tukea jäivät muita useammin nuoret, joilla oli oppimisvaikeuksia, aiempia kokemuksia kiusaamisesta tai yksinäisyydestä koulussa tai jotka kokivat yhteydenottamisen opettajaan vaikeaksi. Näiden nuorien joukossa oli myös enemmän niitä, jotka olivat ilman opiskelu- tai työpaikkaa koronakevään jälkeen.

Aiempien kiusaamiskokemusten merkitys on todettu myös Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen tuoreessa arvioinnissa, joka koski siirtymää peruskoulusta toisella asteelle (Goman ym. 2020). Harvinaisessa haastattelututkimuksessa ns. NEET-nuorista lähes kaikki työn ja koulutuksen ulkopuolelle jääneet nuoret (n=35) kertoivat koulukiusaamisesta ja moni heistä kertoi sen vaikuttavan edelleen kielteisesti elämässään (Gretschel & Myllyniemi 2020). Laajemmin kyse on sosiaalisten suhteiden merkityksestä nivelvaiheen siirtymissä. Myös tämän hankkeen tutkimuskoosteen mukaan sosioemotionaaliset taidot suojasivat lukiolaisia uupumukselta vaikean koronakevään aikana (Salmela-Aro ym. 2020). Nivelvaiheessa elävät nuoret elävät psykologisesti erityisherkkää elämän vaihetta, jossa siirtymään liittyvillä sosiaalisilla vaikeuksilla on merkittäviä vaikutuksia pitkälle aikuisikään.

Toimenpide-ehdotukset

Poikkeusolojen päätöksenteossa tulee tunnistaa kielteisen vaikutusten polarisoituminen, huomioida haavoittuvassa asemassa olevat nuoret ja arvioida päätösten vaikutuksia eri asemissa oleviin nuoriin.

Koulutuksen järjestäjät:

- Poikkeusolojen jatkuessa tulee erityisesti kiinnittää huomiota niihin, jotka eivät osallistu etäopetukseen ja joita on vaikea tavoittaa.
- Yhteisöllistä hyvinvointityötä ja kiusaamisen ehkäisyä tulee vahvistaa oppilaitoksissa. Tutkittujen toimenpideohjelmien käyttöä tulee vahvistaa ja ottaa käyttöön myös digitaalisia interventioita nuorten tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamiseksi. Opiskelijahuollossa tulisi nykyistä paremmin tunnistaa kiusaamisesta tai yksinäisyydestä aiemmin kärsineet nuoret ja tarjota heille ns. jälkihoitoa sosiaalisten suhteiden vahvistamiseksi.

Nuorisotyö:

- Etsivää nuorisotyötä ja moniammatillista yhteistyötä tulee vahvistaa, jotta nuoret saavat opintojensa aikana riittävän aikaisen tuen.
- Nuorisopalveluissa kuten työpaja- ja ohjaamotoiminnassa on vahvistettava digitaalisia palveluja kuten etänä toteutettavia valmennuksia samalla, kun mahdollistetaan turvalliset kasvokkaiset palvelut.

Oppilaitoksen henkilöstön hyvinvointi

Suomalaisten opettajien ja rehtorien etätyöuupumusta¹ tutkittiin henkilösuuntautuneella tutkimusotteella, jossa vastaajia ryhmitellään työnnon ja uupumuskokemusten mukaan mahdollisimman homogeenisiin alaryhmiin eli profiileihin.

Opettajista 42% sijoittui todennäköisimmin innostuneiden profiiliin. Loput 58% kuuluivat erilaisiin työuupumusryhmiin. 11% työholismi profiiliin, jota erotti erityisesti vähäinen energisyys ja korkea uupumusasteinen väsymys; 37% uupumusriskissä olevien profiiliin, ja 10% erittäin voimakkaasti uupuneiden profiiliin. Uupuneiden ryhmään kuulumisen todennäköisyyttä kasvatti mm. Covid-19 stressi ja opettajien heikommat digitaidot.

Rehtoreista 34% sijoittui innostuneiden profiiliin, 48% uupumisriskissä oleviin, ja 18% uupuneisiin, joita luonnehti keskimäärin kohtalainen uupumus. Uupumisriskissä olevien ryhmään kuulumisen todennäköisyyttä kasvatti kevään eteneminen, Covid-19 stressi ja heikommat digitaidot. Suurin osa rehtoreista koki, että opettajien jaksaminen oli viety äärimmilleen ja se huolestutti heitä. Positiivinen tulos oli, että rehtoreiden työn merkitys ja arvostus oli lisääntynyt.

Poikkeusolojen jatkuessa myös henkilökunnan kuormitus jatkuu. Kuormitusta kasvattaa etä- ja lähiopetuksen yhdistäminen, laadukkaan oppimisen ja sen tuen turvaaminen, terveysturvallisuudesta huolehtiminen, sekä kasvava opiskelijoiden pahoinvointi. Jos henkilökunta uupuu, kärsii luonnollisesti myös opetuksen laatu ja opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtiminen.

Toimenpide-ehdotukset

Koulutuksen järjestäjät:

- Oppilaitosten henkilöstön digitaitoja tulee vahvistaa. Näin voidaan jatkossa ennalta ehkäistä etätyöuupumuksen kehittyminen ja toisaalta vahvistaa koulujen kykyä reagoida nopeasti muuttuviin tilanteisiin.
- Koulujen digitukihenkilöverkoston kehittäminen on tärkeää. Tukihenkilöstön osuutta kouluissa ja kunnissa tulee vahvistaa. Digitukihenkilö on yksi keino jatkossa suojautua etätyön stressiä lisääviltä vaikutuksilta.
- Koulutuksen järjestäjien tulee seurata henkilökunnan hyvinvointia, vahvistaa kollegiaalista tukea ja keventää opetushenkilökunnan velvoitteita siten, että opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtimiselle riittää myös poikkeusoloissa voimavaroja ja aikaa.

¹ Etätyöuupumusta mitattiin Bergen Burnout Inventoryn (Näätänen ym., 2003) avulla uudella etätyöuupumusmenetelmällä (Salmela-Aro & Hietajärvi, 2020). Kysely koostui 15 kysymyksestä, jotka koskivat (1) uupumusasteista väsymystä etätyössä ('Tunnen hukkuvani etätyöhön') ($\alpha=.81$); (2) kyynistä asennetta etätyötä kohtaan ('Kyselen alituisen, onko etätyölläni arvoa') ($\alpha=.84$); ja riittämättömyyden tunnetta etätyössä ('Minulla on usein riittämättömyyden tunteita') ($\alpha=.83$). Opettajat vastasivat kysymyksiin 6-portaisella asteikolla (1 = täysin eri mieltä; 6 = täysin samaa mieltä). Jokaiselle uupumuksen ulottuvuudelle muodostettiin erikseen summamuuttuja.

Hankkeen julkaisut

Repo, J. & Herkama, S. (2020). Valmistuitko koronaväänä? Kyselytutkimus toisen asteen opinnoista valmistumassa olleille nuorille. Turun yliopiston psykologian laitoksen tutkimuksesta käytäntöön -julkaisusarja 6/2020. Turun Yliopisto. <https://invest.utu.fi/wp-content/uploads/2020/11/Valmistuitko-koronakeva%CC%88a%CC%88na%CC%88-2020-ra-portti.pdf>

Repo, J., Herkama, S., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. (2020). Valmistuitko koronaväänä? -kyselyn tulokset. Vuorovaikutteinen tulostyökalu. Turun yliopisto. <http://bit.ly/korona2aste>

Salmela-Aro, K., Upadyaya, K., & Hietajärvi, L. (2020). Koronakevään opiskelu- ja työhyvinvointi Suomessa. Helsingin Yliopisto. <https://invest.utu.fi/wp-content/uploads/2020/11/Koronakev%C3%A4nC3%A4n-opiskelu-ja-ty%C3%B6hyvinvointi-Suomessa.pdf>

Viitteet

Goman J. ym. (2020). Vaihtoehtoja, valintoja ja uusia alkua. Arviointi nuorten opintopolusta ja ohjauksesta perusopetuksen ja toisen asteen nivelvaiheessa. Julkaisut 6:2020. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. https://karvi.fi/app/uploads/2020/02/KARVI_0620.pdf

Gretschel A. & Myllyniemi, S. (2020). Kuulummeko yhteiskuntaan? Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten käsityksiä tulevaisuudesta, demokratiasta ja julkisista palveluista. Julkaisematon käsikirjoitus. Kunnallisanalan kehittämissäätiö.

Henehan, K. (2020). Class of 2020: Education leavers in the current crisis. Resolution Foundation.

Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (2020). Poikkeuksellisten opetusjärjestelyjen vaikutukset tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumiseen. Kansallisen arvioinnin tuloksia, 17.6.2020. [https://karvi.fi/app/uploads/2020/06/Poikkeuksellisten opetusjarjestelyjen vaikutukset ensimmaiset tulokset.pdf](https://karvi.fi/app/uploads/2020/06/Poikkeuksellisten_opetusjarjestelyjen_vaikutukset_ensimmaiset_tulokset.pdf)

Kestilä, L., Härmä, V. & Rissanen, P. (toim.) (2020). Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, syksy 2020. Raportti 14/2020. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-578-0>

Kiuru, N., Wang, M-T., Salmela-Aro, K., Kannas, L., Ahonen, T., & Hirvonen, R. (2020). Associations between adolescents' interpersonal relationships, school well-being, and academic achievement during educational transitions. Journal of Youth and Adolescence, 49(5), 1057–1072. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01184-y>

Kuivalainen, Susan (2020). Emmehän tällä kertaa uhraa nuoria talouskriisille? Helsinki: Eläketurvakeskus. <https://www.etk.fi/blogit/emmehan-talla-kertaa-uhraa-nuoria-talouskriisille/>

Mieli ry. (2020). Sekasin -chatissa ennätysmäärä keskusteluita – poikkeusolojen vaikutus nuorten elämään kuuluu vahvasti yhteydenotoissa. Verkko uutinen 1.9.2020. <https://mieli.fi/fi/sekasin-chatissa-enn%C3%A4tysm%C3%A4nC3%A4nC3%A4r%C3%A4-keskusteluita-%E2%80%93-poikkeusolojen-vaikutus-nuorten-el%C3%A4nC3%A4nC3%A4n-kuuluu-vahvasti>

Turun yliopiston ylioppilaskunta (2020). TYY ja järjestöt vetoavat: "Linjaus kevään opetusjärjestelyistä ei tarkoita pelkkää etäopetusta". Kannanotto 12.11.2020. <https://www.tyy.fi/fi/medialle/ajankohtaista/tyy-ja-jarjestot-vetoavat-linjaus-kevaan-opetusjarjestelyista-ei-tarkoita>

Lisätietoja:

Tohtorikoulutettava VTM Juuso Repo, INVEST Psykologia, Turun yliopisto. Repo valmistee väitöskirjaa koronakriisin ja etäopetuksen vaikutuksista lapsiin ja nuoriin.
Puh. 041 318 6166, juuso.repo@utu.fi

Erikoistutkija FT Sanna Herkama, INVEST Psykologia, Turun yliopisto. Herkaman tutkimusaiheisiin kuuluvat lasten ja nuorten hyvinvointi, erityisesti koulukiusaaminen sekä koulu-pohjaisten toimenpideohjelmien kehittäminen ja niiden implementoinnin tutkiminen.
Puh. 040 562 1586, sanna.herkama@utu.fi

Kasvatustieteen professori Katariina Salmela-Aro, psykologia, Helsingin yliopisto.
Puh. 050-415 5283, katariina.salmela-aro@helsinki.fi

Eriarvoistumisen, interventioiden ja hyvinvointiyhteiskunnan tutkimuksen hanke INVEST keskittyy yhteiskunnallisen eriarvoisuuden vähentämiseen ja hyvinvointivaltion uudistamiseen. Lasten, nuorten ja nuorten aikuisten hyvinvointia parannetaan uusia interventioita kehittämällä. Tavoitteena on tarjota Suomelle ja muille yhteiskunnille nykyistä tasa-arvoisempi sekä taloudellisesti, väestöllisesti ja sosiaalisesti kestävämpi hyvinvointivaltiomalli. Tavoitteisiin päästään etsimällä lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja osaamisen kehittymistä rajoittavat tekijät, tunnistamalla näihin liittyvät aukkokohtat hyvinvointivaltion olemassa olevissa tuissa ja palveluissa sekä kehittämällä tieteelliseen näyttöön perustuvia interventioita aukkokohtien paikkaamiseksi. INVEST on Suomen Akatemian lippulaivahanke.