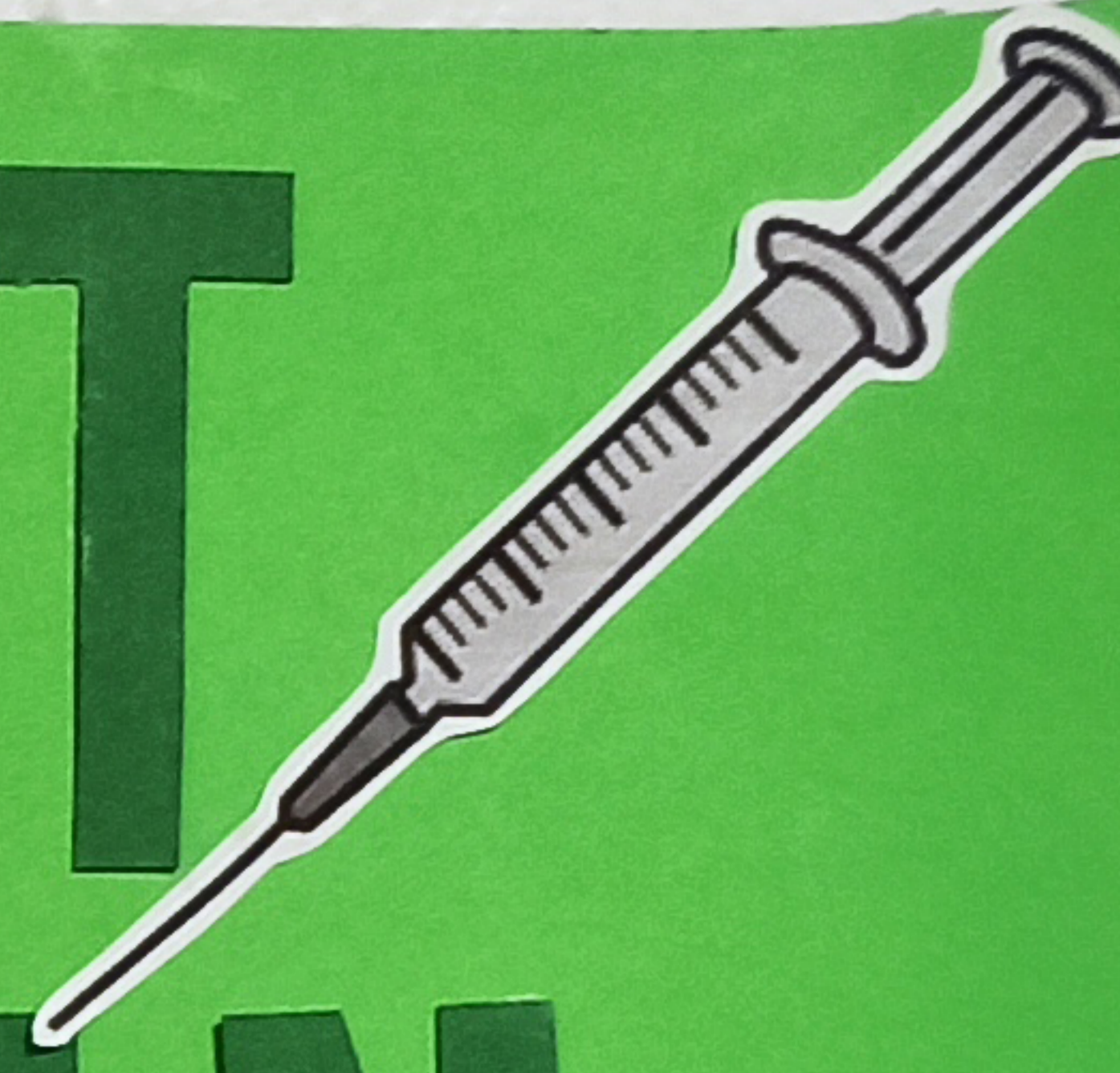
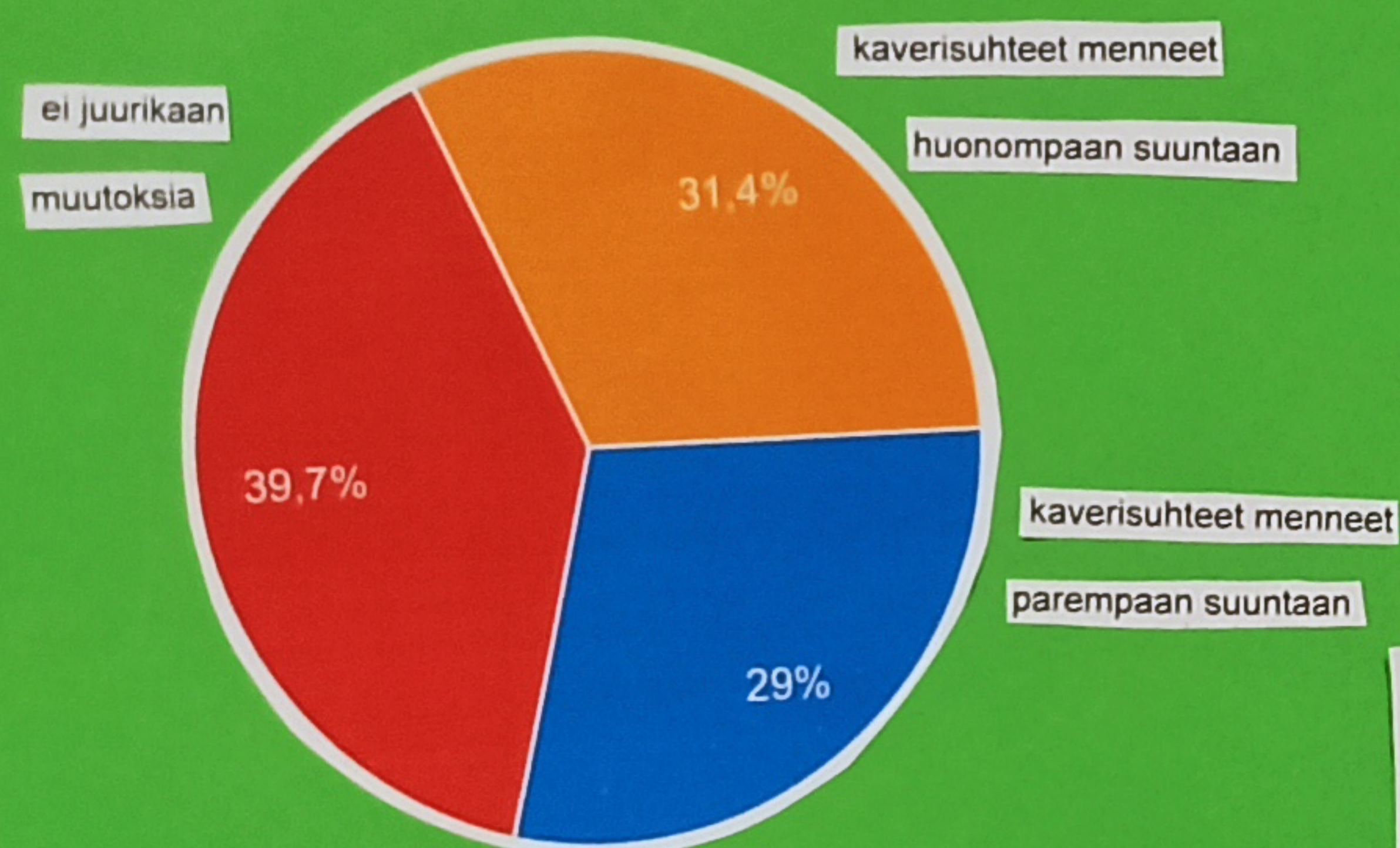


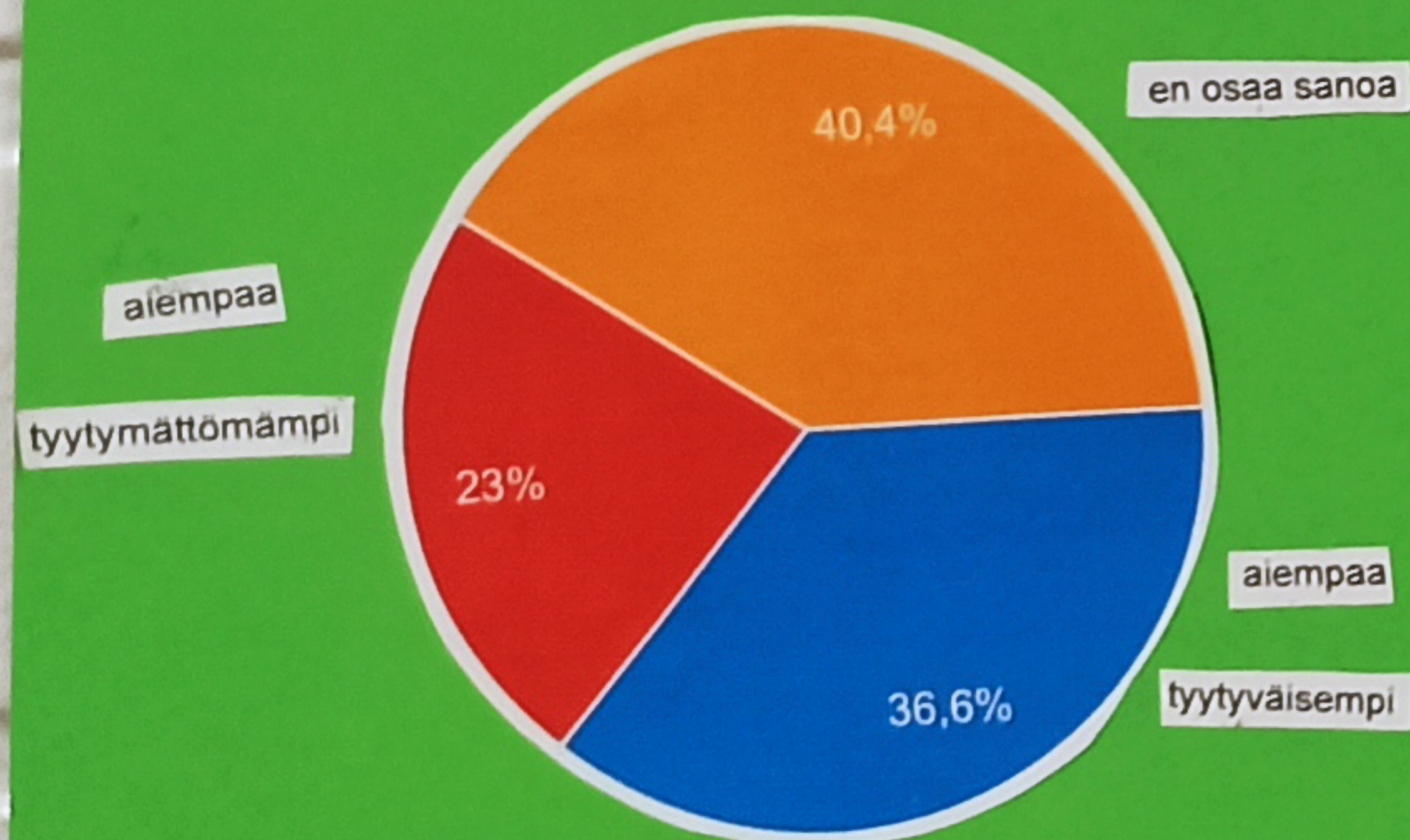
KORONAN VAIKUTUKSET NUORTEN HYVINVOINTIIN



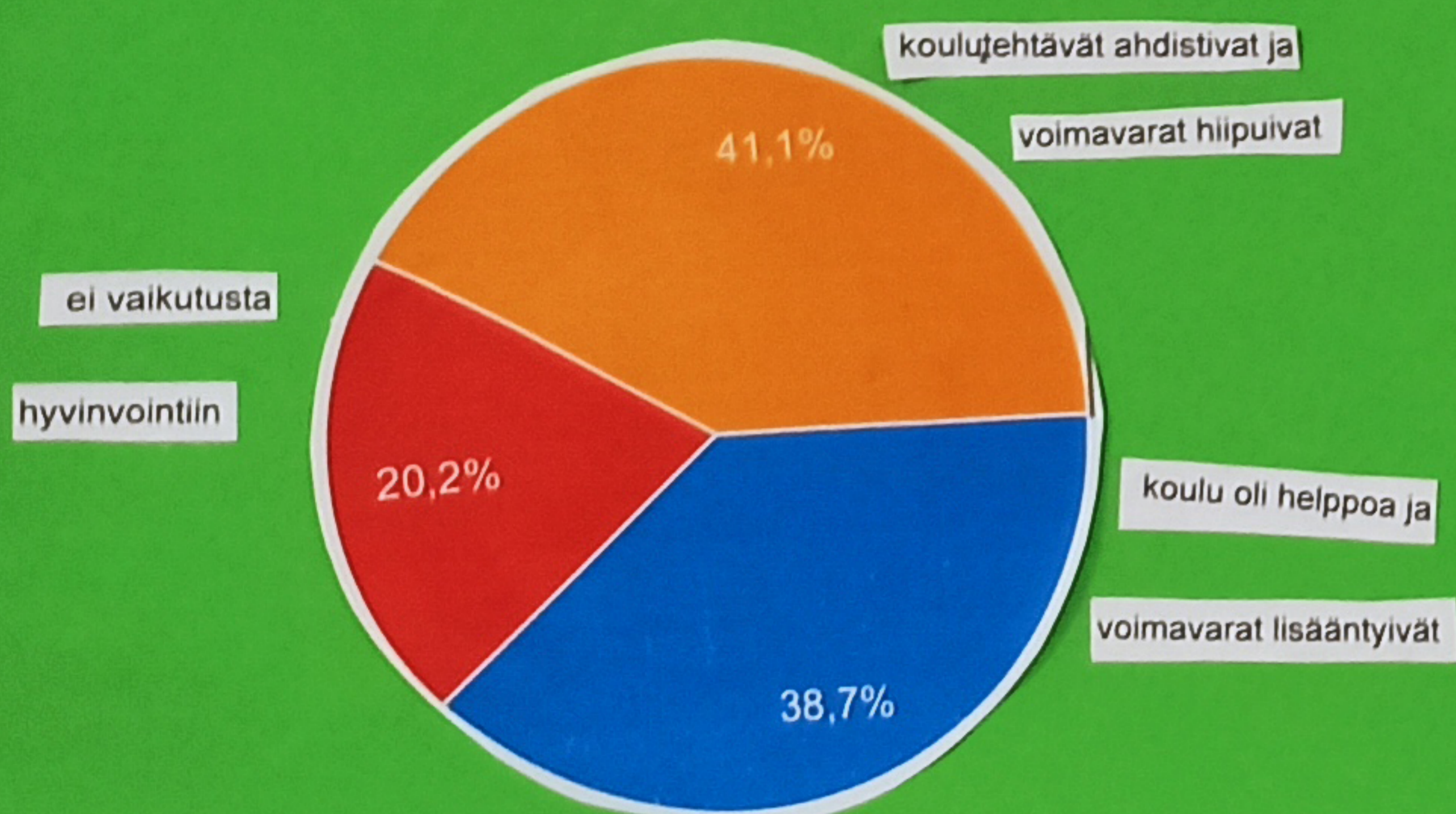
Ihmissuhteiden muutokset



Tyytyväisyys tämän hetkiseen elämään



Etäkoulun vaikutukset hyvinvointiin



Taustatietoa

Nuorten hyvinvointi ja mielenterveys on tällä hetkellä kriisissä. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen mukaan vuonna 2021 kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta koki 30 prosenttia tytöistä, kun vuonna 2013-2019 vastaava luku oli 13-20 prosenttia. Pojilla luku oli 8 prosenttia. Nuorisopsykiatrian professori Tommi Tolmuseen mukaan nuorten parantumispotentiaali on merkittävän korkea, mutta resurssit parantumiseen ovat aivan liian pienet.

Johdanto

Vuonna 2020 tavallinen elämämmme muuttui, kun maailmalla alkoi levitä COVID-19-niminen hengitystieinfektiovirus. Koska olemme itse koronan aikana eläviä nuoria joihin pandemia on luultavasti eniten vaikuttanut, halusimme ottaa selvää, millä tavalla pandemia on vaikuttanut muihin nuoriin ja heidän hyvinvointiinsa. Ajattelimme, että työ saattaisi tuoda joitain epäkohtia esille ja pidimme siitä merkityksellisenä.

Päätimme tehdä kyselyn, jossa pyysimme nuorilta vastauksia pohjautuen heidän omiin kokemuksiinsa. Jaoimme kyselyä koulussamme ja sosiaalisessa mediassa.

Hypoteesi

Oman kokemuksemme pohjalta vaikutukset ovat olleet melko negatiivisävytteisiä, ja uskomme myös muiden nuorten ajattelevan samoin. Sekä harrastamisen että hyvinvoinnin saralla on melko varmasti menty takapakkia.

Kysely

Päätimme tehdä kyselyn, jossa pyysimme nuorilta vastauksia pohjautuen heidän omiin kokemuksiinsa. Jaoimme kyselyä koulussamme ja sosiaalisessa mediassa. Luulimme, että tavoittaisimme kyselyllä sadasta kahteen sataan ihmistä, mutta kyselyn jakaminen sosiaaliseen mediaan räjäytti pankin. Saimme yhteensä yli 1000 vastausta 13-18-vuotiailta nuorilta, joista suurin osa eli noin 80% asuu Pohjois-Suomessa.

Kyselyn tulokset

Kyselyyn vastasi 1011 noin 13-18-vuotiasta nuorta Pohjois-Suomesta. Merkillepantavaa oli, että lähes 80% vastaajista oli tyttöjä. Myös itse vastaukset olivat hälyttäviä.

Halusimme tiedustella myös nuorten syömishäiriökäyttäytymistä, sillä muistamme sosiaalisessa mediassa pyörineen etäkoulun aikana laihdutusta ja syömishäiriöitä ihannoivia videoita ja haasteita. Myös tämä luku oli hälyttävä, lähes kolmasosa vastaajista oli kärsinyt ongelmista syömisen kanssa.

Lopussa oli vapaa kommenttikenttä, johon sai laittaa vapaasti kommentteja. Palaute tuli etenkin aiheen tärkeydestä ja omista kokemuksista. Usean vastaajan mukaan opettajat ovat laiminlyöneet oppilaiden hyvinvointia.

Harmiksemme vastaukset olivat melko sukupuolittuneita, sillä kyselyyn vastanneista vain noin 20 prosenttia oli poikia. Tämä kertoo siitä, ettei aihe välttämättä kiinnosta poikia yhtä paljon kuin tyttöjä. Pojat eivät luultavasti myöskään ole yhtä avoimia asian suhteen. Sekin on epäkohta, johon toivoisimme puuttuttavan.

Nuorten elämää maailman onnellisimmassa maassa

Kesken projektimme etenemistä valittiin Suomi viidettä kertaa putkeen maailman onnellisimmaksi maaksi. Valinta herättää meissä paljon ristiriitaisia tunteita, sillä vaikka ammatillaiset tekevätkin tutkimusta tämän aiheen tiimoilta, olemme huolissamme nuorten aidosta hyvinvoinnista ja siitä, kuinka paljon ongelmia jäävuoren huipun alta löytyy.

Kyselymme tulokset ovat sukupuolierojen suhteen samassa linjassa tutkijoiden kanssa, sillä esimerkiksi pelkkiä tyttöjen vastauksia oli kolminkertainen määrä poikiin verrattuna.

Viranomaisilta toivoisimme huomion kiinnittämistä projektimme aiheeseen. Koemme, ettei koronan rinnakkaisvaikutuksista olla puhuttu tarpeeksi paljon ja niiden eteen tehtävä korjaustyö tulee varmasti vaatimaan merkittävän paljon yhteiskunnan resursseja.

Luotettavuus

Kyselymme luotettavuutta vähentää selvästi se, että se tavoitti suurimmilta osin meidän oman lähipiirimme. Lisäksi kyselyn sukupuolijakaumassa on varsin selvä epätasapaino. Kyselyn tulokset eivät siis välttämättä kerro absoluuttista totuutta nykytilanteesta, vaikka antavatkin joka tapauksessa siitä osviittaa.

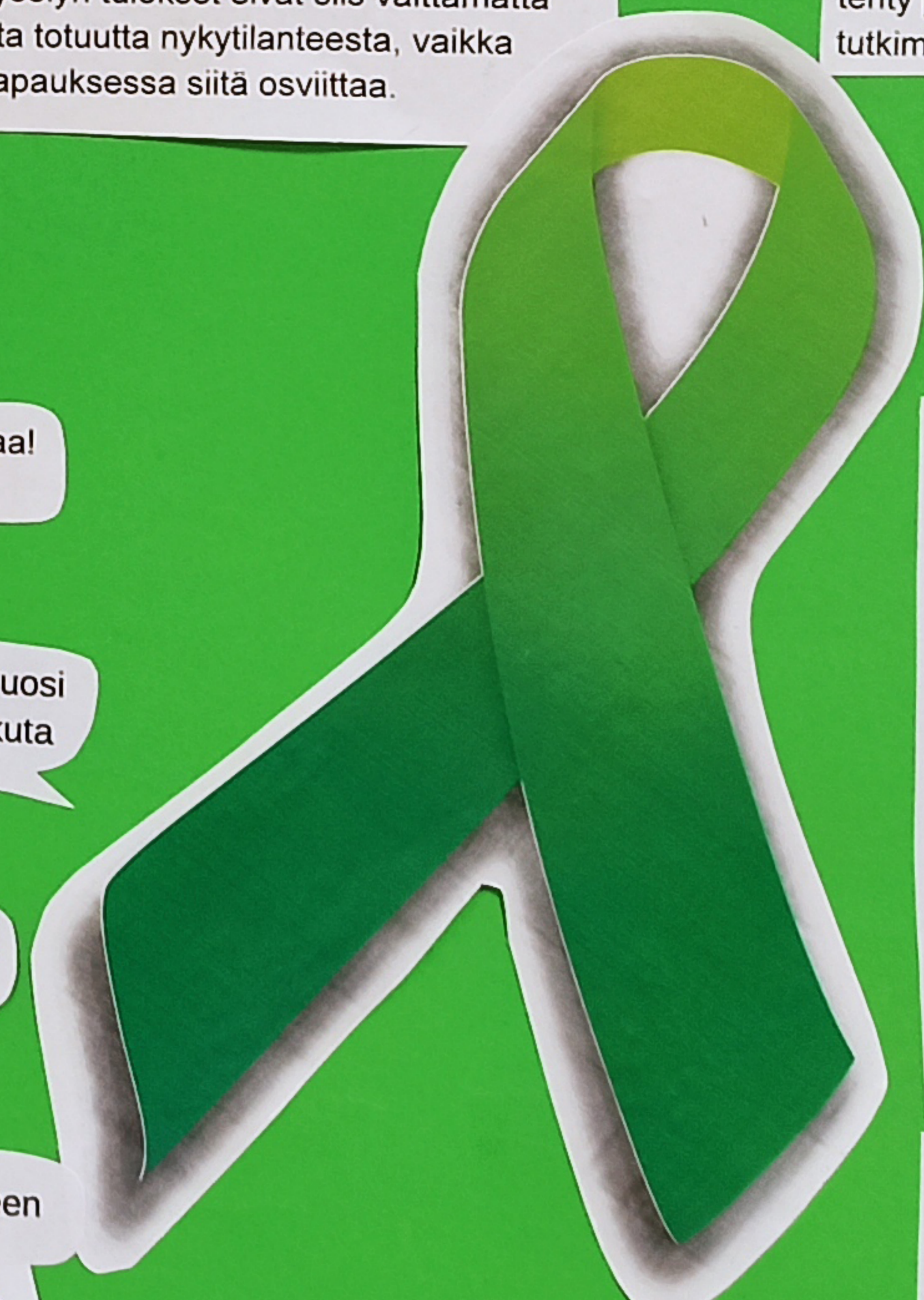
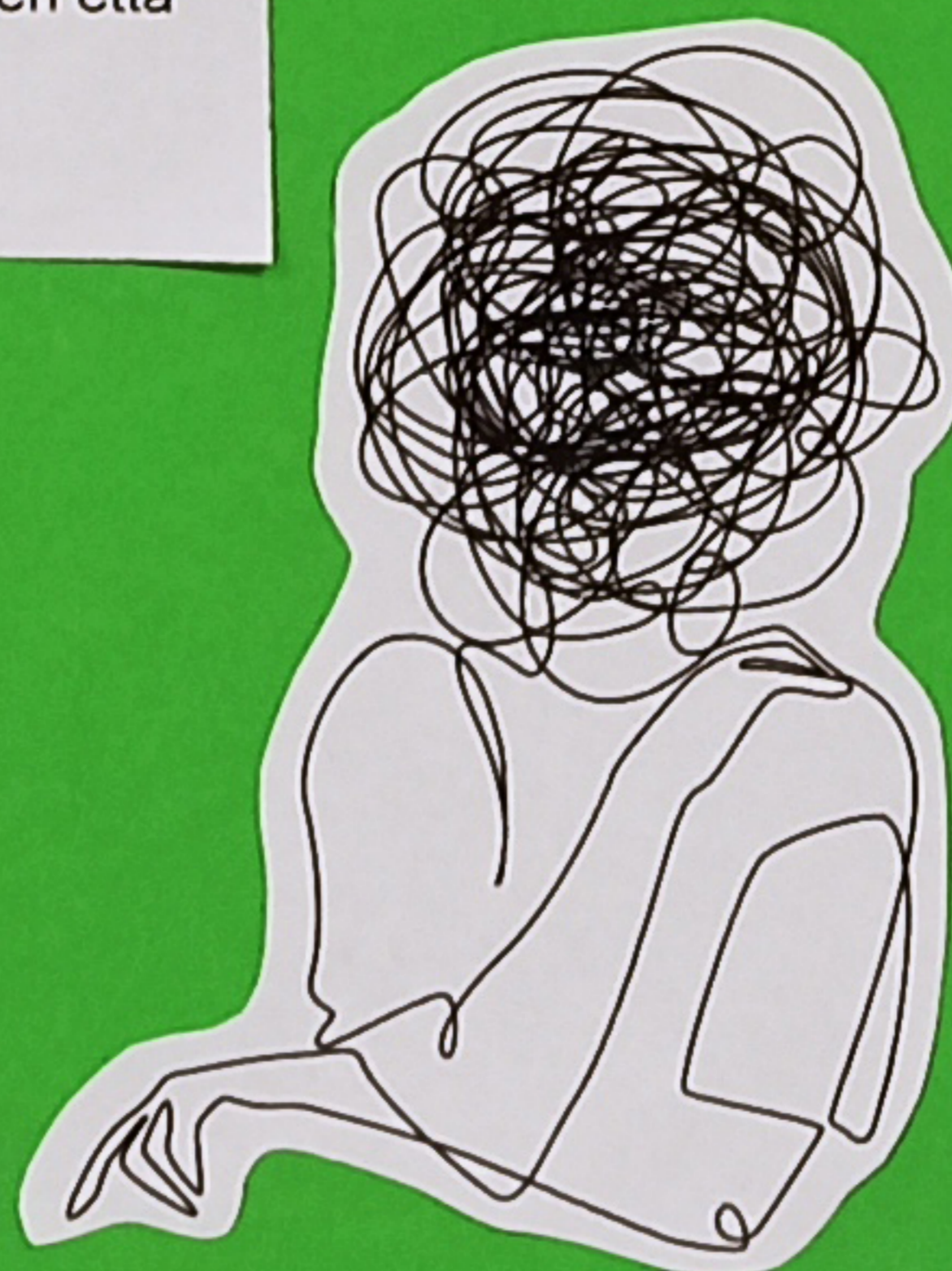
Vastauksia kyselyn vapaaseen kommenttikenttään

"Suomen mielenterveyspalveluita on pakko parantaa! Apua on liian haastava saada."

"Alku oli vaikea, mutta 2021 vuosi ja alkanut 2022 vuosi ovat olleet elämäni parhaimpia. Korona ei enää vaikuta mielialaani tai elämänlaatuuni juurikaan."

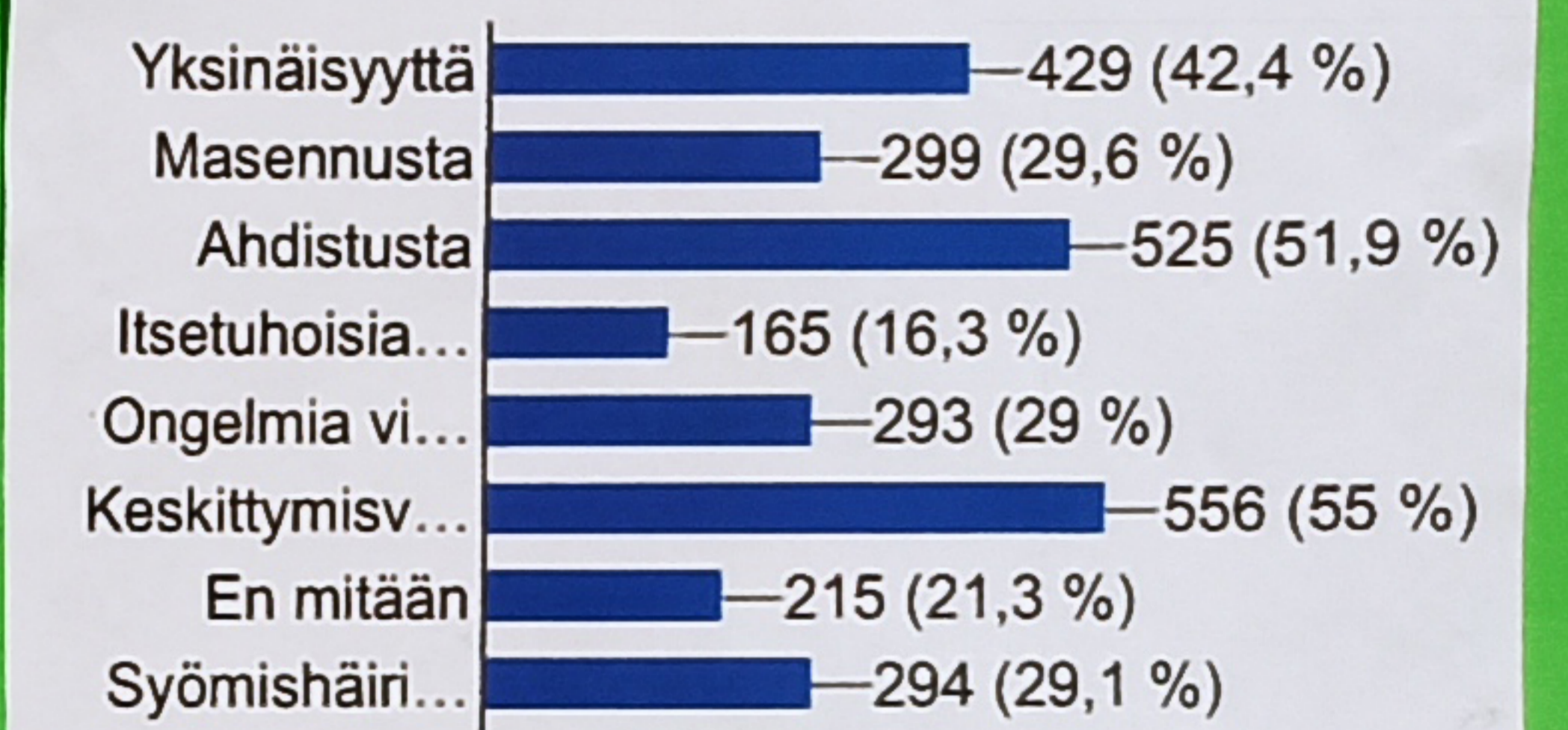
"Korona vei monelta nuorelta harrastuksien kisat pois jatkuvasti ja se harmitti kaikkia."

"Ois kiva jos koulus tarjottais apuu näihin asioihin silleen avoimemmin."



Mitä seuraavista olet koronan myötä kokenut?

1 011 vastausta



Johtopäätökset

Kyselyn perusteella koronan terveysvaikutukset ovat siis laajempia kuin pelkkä hengitystieinfektio. Tulokset olivat pahemmat, mitä odotimme. Kuitenkaan suoraviivaisia johtopäätöksiä projektistamme ei voi vetää, sillä tämä on tehty pienen otosryhmän perusteella. Virallisia tutkimuksia aiheeseen liittyen pitäisi tehdä lisää.

Lähdeluettelo

- <https://thl.fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot> luettu 5.3.2022
- <https://www.medi uutiset.fi/uutiset/nuorten-mielenterveysongelmat-kasvaneet-rajahdysmaisesti-hoitoon-paasy-liian-hankalaa/22fe08a2-da8b-4314-9006-16d6946a84a1> luettu 9.3.2022
- <https://stat.fi/keruu/toti/> luettu 9.3.2022
- <https://www.mll.fi/vanhemmille/> luettu 28.3.2022
- <https://www.unicef.fi/tiedotus/uutisarkisto/2021/unicef-koronan-vaikutukset-lasten-ja-nuorten-mielenterveysongelmiin-ovat-vain-jaavuoren-huippu/> luettu 14.4.2022
- <https://www.iltalehti.fi/kotimaa/a/5713f63d-ba40-4147-bd-a9-559708a52458> luettu 30.3.2022
- <https://www.iltalehti.fi/kotimaa/a/1b54916e-008e-4b61-8813-5d03c2d5d581> luettu 30.3.2022
- <https://yle.fi/uutiset/3-12135777> luettu 13.5.2022
- https://fi.wikipedia.org/wiki/Vihre%C3%A4_nauha#/media:Tiedosto:Green_ribbon.svg (kuvalähde) katsottu 5.5.2022