

Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnalle

Asia: O 5/2019 vp Tulevaisuusvaliokunnan selvityshankkeet 2019 – 2023

Tampereen yliopiston lapsuuden, nuoruuden ja perheen tutkimuskeskus PERLAn asiantuntijalausunto koronan vaikutuksista lasten ja nuorten hyvinvointiin.

### **COVID-19 -kriisi on haastanut lasten ja nuorten hyvinvoinnin**

COVID-19 -pandemia näkyy lasten ja nuorten hyvinvoinnin muutoksina. Erityisesti nuorten tilanteesta ja hyvinvoinnista pandemiaan liittyen on jo kyselypohjaista tietoa, sen sijaan pienempien lasten tilanteiden selvittäminen ja korona-vaikutusten tarkastelu on haastavampaa.

Koronakriisi voi lisätä perheiden sosiaalisia ongelmia (taloudelliset ongelmat, mielenterveyden ongelmat, päihdeongelmat) eri tavoin. Ruoka-avun tarve on lisääntynyt ja tutkimusten pohjalta tiedetään esimerkiksi, että taloudelliset taantumukset ja muut isot kriisit lisäävät lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa. On merkittävää kiinnittää huomiota siihen, että perheiden eristäytyessä koteihinsa, koti ei ole aina lapsille turvallinen paikka. Haavoittuvimmassa asemassa ovat ne pienet lapset, jotka ovat vanhempien hoivan varassa ja joiden tilanteista saatava tieto karttuu hitaasti ja tiukasti vanhempien sekä viranomaisten kautta. Lastensuojelu, neuvola, kotipalvelu, peruskoulut sekä poliisi ovat merkittävässä roolissa näiden lasten havaitsemiseksi ja heidän perheidensä saattamisessa avun piiriin.

Nuorten tilanteesta kertoo #MPkorona -nettikysely<sup>i</sup>, jonka mukaan seitsemän kymmenestä 13-19-vuotiaasta nuoresta kokee viruksen tuoneen elämään uusia huolia ja/tai pahentaneen entisiä. Yli puolet kertoo ahdistuksesta, yksinäisyydestä, jaksamattomuudesta, väsymyksestä, koulunkäynnin haasteista, keskittymisvaikeuksista, mielialan vaihteluista ja uniongelmistä. Kolmellatoista prosentilla on ollut itsetuhoisia ajatuksia kriisin vuoksi. Korkeakouluopiskelijoille tehdyssä Hyvinvointi 2020 -kyselyssä<sup>ii</sup> 14 prosenttia opiskelijoista tuntee itsensä usein ulkopuolelle jätetyksi ja 30 prosenttia silloin tällöin. Yksinäisyys ja tuen puute korostuvat erityisesti kansainvälisten korkeakouluopiskelijoiden vastauksissa. Verkkoympäristössä toimiminen on hankaloittanut ja haitannut opiskelua, sillä etäopiskeluun liittyvistä stressireaktioista raportoitiin paljon. Nuorilla on myös haasteita päivärytmin löytämisessä. Hyvinvointikyselyssä 40 prosenttia korkeakoulussa opiskelevista vastaajista kertoo vähentäneensä liikunnan harrastamista ja yli puolella television ja

suoratoistopalveluiden katselu on lisääntynyt. Nuorten hyvinvoinnin ja opiskelun tukemiseen sekä matalan kynnyksen palveluihin on näiden tulosten perusteella merkittävää kiinnittää huomiota. ALL-YOUTH -tutkimushankkeen tekemien haastattelujen mukaan <sup>iii</sup> kriisi vaikeuttaa erityisellä tavalla maahanmuuttaja- ja pakolaistaustaisten nuorten elämään Suomessa. Osa kärsii mielenterveysongelmista, osalla on erityishaasteita koulussa tai perheissä, osa taas on tullut Suomeen ilman vanhempia tai elää muusta syystä yksin. Jotkut ovat joutuneet koronakriisiin vuoksi työttömiksi, ja toiset ovat olleet työttömiä jo ennen sitä. Poikkeustilanteen luoma ympäristön muutos on vaikuttanut välittömästi maahanmuuttajataustaisten nuorten hyvinvointiin. Monen vuorokausirytmä on kääntynyt pälaelleen, ja jotkut nuoret kertovat tuntevansa 'kuin pää hajoaisi'. Pakolaisina Suomeen tulneiden nuorten resilienssi, eli kyky kohdata vaikea tilanne, selviytyä ja toipua kriisistä, vaihtelee. Osa suhtautuu tilanteeseen rennosti, toiset taas ovat peloissaan ja ymmärtävät rajoitukset sodankaltaiseksi poikkeustilaksi, jossa ulkona liikkuminen on kokonaan kielletty tai ainakin hyvin vaarallista.

Huomionarvoista on, että koronan vaikutukset nuoriin ovat polarisoituneita. Osa nuorista kokee poikkeustilanteen myös helpottaneen elämää: opiskelu tuntuu kevyemmältä, stressi on vähentynyt ja vapaa-aika lisääntynyt (#MPkorona -nettikysely). Vastaajista lähes puolet kokee koronaviruksen tuoneen jotain hyvää elämään. Positiiviset kokemukset liittyivät opiskelun keventymiseen, mielekkään vapaa-ajan lisääntymiseen ja stressin vähenemiseen. Toisaalta juuri samat asiat, eli etäopiskelu, työelämään siirtyminen ja tauolla olevat harrastukset, ovat joillekin nuorille merkittäviä stressin ja huolen aiheita. Myös Hyvinvointi 2020 -kyselyssä korkeakouluopiskelijoilta löytyy monia hyvinvointia suojaavia tekijöitä. Valtaosa kyselyyn vastaajista kokee yhteenkuuluvuutta perheeseen ja ystäväpiiriin, ja tietää saavansa heiltä tukea mahdollisessa sairastumistapauksessa. Suuri osa opiskelijoista (60 %) luottaa myös omiin kykyihinsä erilaisten ongelmien ratkaisemisen suhteen.

### **COVID-19-kriisi terävöittää tarvetta lapsille, nuorille ja perheille kohdennettaviin preventiivisiin interventioihin traumaoireilun osalta.** <sup>iv</sup>

Sekä empiiriset tiedot aiemmista massatraumatutkimuksista että teoreettiset mallit traumaoireiden hoidossa ovat korostaneet tarvetta antaa "pölyn laskeutua" traumaattisten kriisien jälkeen ennen kuin rynnätään hoitamaan traumaoireita, sillä suurin osa ihmisistä on pitkällä aikavälillä tarkasteltuna resilienttejä (Bonanno, 2004; Santiago ym., 2013). Kuitenkin, silloin kun on kyseessä suuria joukkoja koskeva kriisi, kuten COVID-19, jopa merkittävä vähemmistö traumatisoituneita

tarkoittaa, että mielenterveydelliset seuraukset ovat valtavia. Valitettavasti traumakentältä puuttuu edelleen näyttöä tehokkaista välineistä PTSD: n ja muiden stressiin liittyvien häiriöiden hoidosta. Vaikka traumojen hoidon tutkimuksessa on tapahtunut merkittävää edistystä (esim. Watkins, Sprang ja Rothbaum, 2018), monet trauma-interventiotutkimukset osoittavat vain kohtalaisia vaikutuksia ja osassa niistä keskeyttäneiden määrä on suuri. Myös tieto niiden sovellettavuudesta uusiin tilanteisiin (esim. terveyspandemia) on vielä vajavaista. Mielenterveyden tutkijoiden, lääkäreiden ja rutiinisti traumatyötä tekevien ammattilaisten on löydettävä tapoja työskennellä tiiviimmin yhdessä uusien toimenpiteiden testaamiseksi, COVID-19: ään liittyvän traumaattisen stressin ennaltaehkäisemiseksi ja vähentämiseksi. Lupaavia menetelmiä löytyy psyykkisen ensiavun ja varhaisten traumainterventioiden piiristä (esim. Farchi et al., 2018). Koska COVID-19-kriisin peritraumaattinen vaihe on todennäköisesti melko pitkä, on akuutin stressihäiriön ja alle kliinisten tason jäävien traumaoireiden hoito erityisen tärkeää (esim. Hobfoll et al., 2007).

COVID-19: n kriisin aikana ja sen jälkeen traumaan liittyvää mielenterveyshuoltoa ei voida irrottaa muista hoitomuodoista. Siksi on kiireellisesti luotava erittäin joustavat koulutuksen ja resurssien jakaminen mallit, mitkä mahdollistaisi trauma-asiantuntijoiden nopean yhteistyön muiden terveydenhuollon ammattilaisten kanssa, kenties tavalla, jota terveydenhuollossamme ei ole aiemmin käytetty. On löydettävä uusia tapoja kouluttaa muita kuin mielenterveyshuollon ammattilaisia tarjoamaan traumaan liittyvää apua (esim. Matalan intensiteetin CBT; kts. Dawson & Rahman, 2018) jotta pystymme tarjoamaan apua niin suurelle määrälle lapsia ja nuoria kuin mahdollista. Kouluttamalla ammattilaisia myös mielenterveystyön ulkopuolella, meillä on ainutlaatuinen mahdollisuus lisätä avun kattavuutta, normalisoida reaktioita, vähentää leimautumista sekä lisätä lasten ja nuorten toimintakykyä. Hoidon esteitä pystytään vähentämään, kun ihmiset alkavat luottaa siihen, että myös erikoissairaanhoidon ulkopuolelta voi saada tehokasta apua traumaoireisiin.

### **Oppilaitoksilla, nuorisotyöllä ja lastensuojelulla tärkeä rooli lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemisessa**

Nuoruuden ja nuoren aikuisuuden aikana koetulla syrjään jäämisellä on merkittäviä vaikutuksia elämäntapaan. On esimerkiksi paljon tutkimusnäyttöä siitä, miten globaalit kriisit (mm. finanssikriisi 2007-2008) heikentävät merkittävästi nuorten asemaa työelämässä. Ensimmäisenä vähennysten kohteeksi joutuvat nuorten kesätyöt ja vastavalmistuneille nuorille tarjottavat työt. Jo

valmiiksi suuri osa nuorista on huolissaan siitä, pääsevätkö he työelämään ja miten he jaksavat siellä uupumatta (Nuorisobarometri 2019). Pandemian tekee nuorten siirtymistä työelämään siis entistä epävarmempia. Esimerkiksi nuorisotyöttömien määrä on noussut pandemian aikana 30 000:sta 40 000:een. Onkin tärkeää tukea erityisesti työelämään siirtyviä nuoria sekä huolehtia yhteiskuntapolitiikan keinoin siitä, ettei nuorisotyöttömyydestä tulisi tälle ikäluokalle heidän elämänsä haavoittavaa sukupolvikokemusta. Tiede- ja kulttuuriministeri Hanna Kososen (STT 21.5.2020) tuore esitys korkeakoulupaikkojen lisäämiseksi on PERLAN mielestä hyvä avaus, mutta muitakin keinoja olisi tärkeää miettiä.

Toisaalta on tärkeää myös tarjota lapsille, nuorille ja nuorille aikuisille riittävästi tukea epävarmuuden käsittelyyn. Pandemia korostaa oppilaitosten, nuorisotyön ja lastensuojelun roolia lasten ja nuorten pahoinvoinnin tunnistamisessa ja hyvinvoinnin edistämisessä. Jatkossa onkin merkittävää kiinnittää huomiota niiden lasten ja nuorten tilanteisiin, joita ei ole tavoitettu etäopiskelun aikana tai joiden osallistuminen koulunkäyntiin ja/tai opiskeluun on ollut vähäistä. Koska koulutusjärjestelmä, erityisesti peruskoulu, tavoittaa eri ikäluokat kattavasti, koulujen, sosiaalihuollon ja muiden ammattilaisten yhteistyötä on merkittävää vahvistaa ja kehittää nopeasti uusin tavoin, jotta apua tarvitsevat lapset, nuoret ja perheet saavat tarpeisiinsa vastaavaa tukea. Näin voidaan tehokkaasti puuttua lasten ja nuorten eriarvoistumiseen ja perheitä koskevaan polarisaatioon, jonka koronakriisi on tuonut näkyväksi.

Lastensuojelulla on tärkeä rooli poikkeusolojen tuottamien ongelmien hoidossa, sillä näyttää siltä, että koronakriisi kohdistuu voimakkaimmin jo valmiiksi haavoittuvissa asemassa oleviin lapsiin ja perheisiin. Lastensuojelun asiakkaina olevat perheet ovat kuitenkin esimerkiksi peruneet tapaamisia koronan varjolla, mikä voi osaltaan hankaloittaa lasten tilanteita perheissä, joissa on sosiaalisia ongelmia. Jatkossa tuleekin kiinnittää huomiota viranomaistoiminnan mahdollisuuksiin näiden perheiden tunnistamiseksi ja auttamiseksi. Yksi merkittävä huomionarvoinen lapsen oikeuksiin kiinnittyvä seikka on niiden lasten ja vanhempien välinen yhteydenpito, jotka asuvat toisistaan erillään esimerkiksi lapsen huostaanoton tai vanhemman vankeuden vuoksi. Nämä lasten ja vanhempien väliset suhteet ovat sellaisia, joihin viranomaiset ovat puuttuneet jo ennen kriisiä, mutta kriisi on tuonut uudenlaisia haasteita ja jopa esteitä lasten ja vanhempien oikeuksien toteutumiseen. Uudenlaisia terveyden pohjalta perusteltuja sääntöjä ja linjauksia on asetettu. Esimerkiksi vankilassa tapaamiset vankien ja heidän lastensa välillä on pitkälti peruttu tai niihin on tehty monenlaisia rajoituksia. Tällaisilla linjauksilla voi olla isoja merkityksiä: ne voivat rikkoa lapsen

oikeuksia ja ne voivat jäädä lasten ja vanhempien mieliin elämään vahvoina yhteiskunnallisen epäoikeudenmukaisuuden kokemuksina, joilla on merkitystä yhteiskuntaan kiinnittymisen osalta.

Nuorisotyön tarve ei myöskään vähene poikkeusolojen myötä – päin vastoin. #MPkorona - nettikyselyn mukaan osa nuorista ilmoitti saaneensa ammattilaisten, kuten oman terapeutin tai nuorisotyöntekijän, tukea poikkeusoloista huolimatta, mutta kertoivat tapaamisten loppuneen ja heidän tilanteensa tämän myötä huonontuneen. Nuorten kanssa työtä tekevien ammattilaisten mahdolliset lomautukset ovatkin erittäin haitallisia nuorten hyvinvoinnille poikkeustilanteissa.

Tampere 22.5.2020

PERLAn johtoryhmän puolesta

Katja Repo

Tutkimusjohtaja

---

<sup>i</sup> [http://www.allyouthstn.fi/koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana/?utm\\_source=rss&utm\\_medium=rss&utm\\_campaign=koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana](http://www.allyouthstn.fi/koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana/?utm_source=rss&utm_medium=rss&utm_campaign=koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana)  
<https://www.alli.fi/uutiset/nuoret-kokevat-ahdistusta-ja-saavat-voimaa-sosiaalisista-kontakteista-koronatilanteessa-0>

<sup>ii</sup> Hyvinvointikysely 2020 – Työskentely koronaepidemian aikana -kyselystä, jonka toteuttajia olivat Tampereen yliopisto, Tampereen ammattikorkeakoulu, Tampereen ylioppilaskunta (TREY) ja Tampereen ammattikorkeakoulun opiskelijakunta (Tamko). Hyvinvointikysely 2020 -tutkimuksen tieteellisenä johtajana toimii dosentti Anne Mäkikangas. Kysely lähetettiin henkilöstölle ja opiskelijoille 6.4.2020 ja vastausaikaa oli 19.4. asti.

<sup>iii</sup> [http://www.allyouthstn.fi/koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana/?utm\\_source=rss&utm\\_medium=rss&utm\\_campaign=koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana](http://www.allyouthstn.fi/koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana/?utm_source=rss&utm_medium=rss&utm_campaign=koronakriisi-uhkaa-nuorten-hyvinvointia-nuorisotyo-valppaana)

<sup>iv</sup> © 2020, American Psychological Association. This paper is not the copy of record and may not exactly replicate the final, authoritative version of the article. Please do not copy or cite without authors' permission. The final article will be available, upon publication, via its DOI:

10.1037/tra0000592

Traumatic Stress in the Age of COVID-19:

A Call to Close Critical Gaps and Adapt to New Realities

Danny Horesh<sup>1,2\*</sup>

Adam D. Brown<sup>2,3\*</sup>

\*Shared first authorship

<sup>1</sup>Department of Psychology, Bar-Ilan University, Israel

---

2Department of Psychiatry, New York University School of Medicine, U.S.A.

3Department of Psychology, New School for Social Research, U.S.A.

For correspondence:

Danny Horesh, PhD

Department of Psychology

Bar-Ilan University

Ramat Gan 52900

Israel

Email: [danny.horesh@biu.ac.il](mailto:danny.horesh@biu.ac.il)