

Psykologiliitto



Akavan
opiskelijat

Kannanotto

15.4.2016

Epävarmuus toimeentulosta on uhka opiskelijan mielenterveydelle

Hallitus kertoi huhtikuun alussa kehysriihessä päätetyistä opintotukileikkauksista. Hallitus leikkaa opintotukimenoista 70 miljoonaa vuoteen 2019 mennessä ja pitkällä aikavälillä yhteensä 122 miljoonaa. Opintorahaa lasketaan lähes 100 eurolla 250 euroon kuukaudessa, ja opiskelijoiden sosiaaliturvasta tehdään lainapainotteinen sosiaalietuus. Hallitus myös alkaa valmistella opiskelijoiden siirtämistä yleisen asumistuen piiriin.

Opintotukilakia on 2000-luvulla muutettu keskimäärin joka toinen vuosi. Tämä on johtanut tilanteeseen, jossa korkeakouluopiskelijoiden epävarmuus toimeentulostaan on lisääntynyt ja mielenterveyden ongelmat vastaavasti kasvaneet. Muutoksista huolimatta – tai pikemminkin niistä johtuen – opiskelijat ovat pysyneet tukevasti köyhyysrajan alapuolella.

Tutkimusten mukaan opiskelijan epävarmuus toimeentulostaan on suoraan yhteydessä heikompaan opintomenestykseen, sosiaaliseen toimintakykyyn ja fyysiseen terveyteen (1) ja se on erittäin merkittävä mielenterveyden riskitekijä (1,2). Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön YTHS:n selvityksen (3) mukaan mielenterveysongelmat ovat opiskelijoiden yleisimpiä terveysongelmia. Opiskelijoista 30 prosenttia kokee oman arvionsa mukaan runsaasti stressiä, ja psyykkisiä vaikeuksia on 28 prosentilla opiskelijoista. Jatkuvaa ylirasitusta kokee noin 43 prosenttia opiskelijoista. Nämä luvut ovat synkentyneet koko 2000-luvun ajan.

Maamme hallitus esittää opintotuen lainapainotteisuuden lisäämistä. Opintolaina on tutkitusti yhteydessä opiskelijoiden heikompaan psyykkiseen toimintakykyyn (4) ja voi näin ollen jopa hidastaa opintojen etenemistä. Lainapainotteisuuden lisääminen samaan aikaan työmarkkinatilanteen epävarmuuden kanssa voi ajaa opiskelijat valitsemaan yhä useammin työt lainan sijaan. Opintojen ohella tehtävät pitkät työpäivät ovat yhteydessä heikompaan mielenterveyteen (1), sillä palautumiselle ei enää jää aikaa.

Korkeakouluopinnot ovat nykyiselläänkin haastavia ja edellyttävät toimivaa itsensäätelykykyä sekä toiminnanohjausta. Huolena on, että kiristyvät suoritusvaatimukset sekä stressi toimeentulosta kuluttavat entisestään erityisesti niitä opiskelijoita, jotka tarvitsevat enemmän aikaa opintojen suorittamiseen ja oppimiseen. Pahimmillaan käsissä on joka opiskelijoiden mielenterveyden aikapommi. Opiskelijoiden pahoinvointi tulee yhteiskunnalle kalliiksi sekä taloudellisesti että inhimillisesti.

Opintoihin liittyvien haasteiden lisäksi nuori kohtaa opiskeluaikanaan suuria kehitystehtäviä (2), kuten vanhemmista itsenäistyminen ja omilleen muutto. Nämä kehitystehtävät aiheuttavat haasteita nuoren jaksamiselle ja mielenterveydelle jo ilman toimeentuloon liittyvää epävarmuutta. Jos psyyke kuormittuu liikaa, luonnollisia kehitystehtäviä ei saavuteta ja mieli alkaa oirehtia.

>>

Suomen Psykologiliitto ja Akavan opiskelijat vetoavat maamme hallitukseen ja pyytävät, että se harkitsisi uudelleen opintotukeen kaavailtuja heikennyksiä. Heikennyksillä vaarannetaan nykyisten

opiskelijoiden ja tulevien työntekijöiden mielenterveys niin voimakkaasti, että terveysvaikutusten kustannukset voivat nousta jopa tavoiteltuja säästöjä suuremmiksi. Opiskelijoille tulee taata riittävä toimeentulo ja ennen kaikkea mahdollisuus sen ennakoitavuuteen. Jatkuva opintotukilain avaaminen aiheuttaa suurta epävarmuutta ja stressiä maamme nuorissa osaajissa. Vakaan ja riittävän toimeentulon pohjalle rakentuva opintorauha suojaa mielenterveyttä, kun taas epävarmuus ja niukkuus hidastavat opintoja sekä lisäävät pahoinvointia.

Helsingissä 14.4.2016

Annarilla Ahtola
Puheenjohtaja
Suomen Psykologiliitto ry
040 687 7677

Henna Hirvonen
Puheenjohtaja
Akavan opiskelijat
040 768 1365

Lähteet

1. Roberts, R., Golding, J., Towell, T., Reid, S., Woodford, S., Vetere, A., & Weinreb, I. (2000). Mental and physical health in students: the role of economic circumstances. *British Journal of Health Psychology*, 5(3), 289-297.
2. Storrie, K., Ahern, K., & Tuckett, A. (2010). A systematic review: Students with mental health problems—A growing problem. *International Journal of Nursing Practice*, 16(1), 1–6.
3. Kunttu, K. & Pesonen, T. (2013). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2012. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia, 47.
4. Walsemann, K. M., Gee, G. C., & Gentile, D. (2015). Sick of our loans: Student borrowing and the mental health of young adults in the united states. *Social Science & Medicine*, 124, 85–93.