

## TUTKIMUS TUTUKSI

# Tutkimuksella ulkopuolisuutta vastaan

Yksinäisyys ja ulossulkemisen kokemus varjostavat monen lapsen ja nuoren arkea, eikä korona-aika ole ainakaan parantanut tilannetta. Nyt monitieteinen tutkijakonsortio etsii keinoja turvata jokaisen lapsen ja nuoren oikeutta kuulua porukkaan – Right to Belong.

**Suomen Akatemian yhteydessä** toimiva strategisen tutkimuksen neuvosto (STN) on käynnistänyt uuden ohjelman Lapset ja nuoret – hyvinvoivat tulevaisuuden tekijät (YOUNG). Ohjelman tutkimuskonsortioissa etsitään ratkaisuja kaikkien lasten ja nuorten turvallisen kasvun ja hyvän elämän mahdollistamiseksi.

Yksi näistä konsortioista on Turun yliopiston kasvatustieteiden professori **Niina Junttilan** johtama Right to Belong: Yksinäisyyden ja ostrakismin vähentäminen lapsuudessa ja nuoruudessa (R-to-B). Konsortioon osallistuvat Turun, Helsingin, Jyväskylän ja Aalto yliopistot sekä Itä, Opetushallitus ja Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos.

Poikkitieteellisessä hankkeessa käytetään mm. aivokuvantamisen ja toimintatutkimuksen menetelmiä sekä laajoja seurantatutkimusaineistoja, rekisteritietoja ja interventoiden vaikuttavuusarviointia. Mukana on kasvatustieteilijöitä, psykologeja, sosiologeja, lastenpsykiatreja, informaatioteknologian asiantuntijoita sekä neuro- ja taloustieteilijöitä.

**M**iten lasten ja nuorten yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia voitaisiin vähentää erilaisissa ympäristöissä, kuten varhaiskasvatuksessa, kouluissa, perheissä, harrastuksissa ja sosiaalisessa mediassa? Professori **Niina Junttilan** johtaman Right to Belong (R-to-B)-hankkeen päämääränä on löytää keinoja ja rakentaa päätöksentekoon tutkimusperustainen tietäkartta ostrakismin eli ulkopuolelle jättämisen torjumiseksi.

Erotuksena sosiaaliseen hyljeksittäen ja syrjimiseen, ostrakismi voi olla myös sellaista huomiotta jäämistä, jota kukaan ei varsinaisesti aiheuta tahallaan. Syyt ovat sekä yksilöissä että yhteisöissä. Lapsi tai nuori voi olla vetäytyvä tai sosiaalisilta taidoiltaan kömpelö, ja toiset taas saattavat olla välinpitämättömiä tai avoimen torjuvia häntä kohtaan. Kotona vanhemmat ehkä keskittyvät puheimeensa silloin kun lapsella tai nuorella olisi asiaa. Rakenteellista

ostrakismia taas on esimerkiksi se, ettei lapsi tai nuori koe aitoa osallisuutta ryhmätilanteessa, vaikka hänellä olisi näennäisesti mahdollisuus olla mukana vaikuttamassa.

Ostrakismiin puuttuminen lähtee ilmiön tiedostamisesta ja tunnistamisesta. Se ei kuitenkaan ole helppoa, koska kyse ei välttämättä ole näkyvistä teoista, vaan usein pikemminkin niiden puutteesta. Lisäksi yksilöt tulkitsevat tilanteita hyvin eri tavalla: siinä missä yksi kokee herkästi, ettei häntä haluta mukaan, toinen on immuuni selvillekin vihjeille.

*”Ostrakismi on näennäisesti sivistynyt – mutta äärimmäisen satuttava – keino hallita poikkeavuutta.”*

### OSTRAKISMISTA KÄRSII KOKO RYHMÄ

Ostrakismi on näennäisesti sivistynyt – mutta äärimmäisen satuttava – keino hallita poikkeavuutta. Joskus ulossulkemisella halutaan pönkittää ryhmän sisäpiirin yhteenkuuluvuutta, mutta toisinaan ryhmä suojautuu perustellustikin yksilön ei-toivotulta käytökseltä jättämällä tämän ulkokehälle.

Jos ihminen ei syystä tai toisesta tule nähdä tai kuulla, seurauksena voi olla merkityksettömyyden, ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden tunnetta, mikä voi vaikuttaa niin itsetuntoon kuin käyttäytymiseen sosiaalisissa tilanteissa. Liian monta kertaa torjuttu ei ehkä enää edes yritä päästä mukaan, vaan suojautuu näkymättömyyteen. Erityisesti nuoret pelaavat itseään toisten reaktioista ja muovaavat niiden perusteella käsitystä itsestään suhteessa toisiin.

Kyse ei kuitenkaan ole vain ulkopuolisuutta kokevan yksilön, vaan koko yhteisön hyvinvoinnista ja turvallisuudesta. Niissäkin tapauksissa, joissa ostrakismi vaikuttaa ensin prososiaalisesti, se vaikuttaa yleensä lopulta antisosiaalisesti. Äärimmillään pitkään jatkunut eristäminen tai eristäytyminen voi johtaa radikalisoitumiseen ja väkivaltaan ja uhata näin koko yhteisön turvallisuutta. Yhdysvalloissa kouluampujien taustoja selvittäneessä tutkimuksessa paljastui, että vain kaksi viidestätoista ei ollut kokenut itseään muiden ulossulkemaksi tai kaltoinkohtelemaksi.

Eduskunnan sivistysvaliokunnan lausunto Suomen sisäisen turvallisuuden selontekoon vuodelta 2021 otti kantaa ostrakismiin ja tunnisti kasautuvat sosiaaliset ongelmat merkittäväksi turvallisuushaksi. Ulkopuolisuuden vähentäminen on lopulta kaikkien etu.

## TEHOKKAINNA VAIKUTTAA TULEVIEN AMMATTILAISTEN KOULUTUKSEEN

Ostrakismi yhteisöissä on viheliäinen ongelma, eikä yleispätevien ratkaisujen löytäminen sen suitsimiseksi ole helppoa. Keinot voivat liittyä niin yksilötasoiseen vuorovaikutustaitojen ja ryhmässä oleminen harjoitteluun kuin ryhmän dynamiikan ja yhteisön asenteiden muuttamiseen.

Tiedetään, että kun pienet lapset ymmärtävät, miltä ulkopuolelle jätetystä tuntuu, he haluavat toimia toisin. Eräässä yläkoulussa taas kaksivuotinen pienryhmäkokeilu näkyi sosiometrisissä mittauksissa ulkopuolistettujen selvänä vähenemisenä. Kiinteissä ja pysyvissä pienryhmissä nuoret oppivat olemaan toistensa kanssa ja ratkaisemaan vuorovaikutuksen ongelmia keskustelemalla kuraattorin avustuksella.

Moni ratkaisu auttaa tiettyä osajoukkoa, mutta toista ei. Siksi R-to-B -hankkeessa etsitään ja ryhmitellään erilaisia reagointityylejä sosiaalisiin tilanteisiin aivotutkimuksen ja biomarkkereiden, kuten stressihormoni kortisolin avulla. Turun yliopiston FinnBrain-aineistosta voidaan selvittää aina sikiöaikaan asti, löytyykö esimerkiksi herkkyydelle kokea ulkopuolisuutta yhteisiä selittäviä tekijöitä. Eri reagointityylit voidaan mahdollisesti huomioida myös ostrakismin vähentämiseen tähtäävien keinojen suunnittelussa.

## ”Ulkopuolisuuden vähentäminen on lopulta kaikkien etu.”

Aiemman tutkimuksen perusteella yksi tehokkaimmista keinoista puuttua ostrakismiin on vaikuttaa tulevaisuuden ammattilaisten koulutukseen. Laajakantainen muutos saadaan aikaan vain lisäämällä tietoisuutta siitä, että jokaisen toimijuudella on vaikutusta yhteiseen ilmapiiriin ja sitä kautta ahdistuneisuuden, masennuksen ja jopa väkivaltaisuuden ilmenemiseen.

Kaikkien kanssa ei tarvitse olla sydänystävä, mutta jokainen täytyy huomioida. Vaikka hierarkioista tuskin päästään kokonaan eroon, ryhmän yhteinen velvollisuus on huolehtia, ettei ketään jätetä ulkopuolelle.

## ULKOPUOLISUUTEEN PUREUTUVA TYÖRYHMÄ PERUSTETTU EDUSKUNTAAN

Strategisen tutkimuksen neuvoston rahoittaman tutkimuksen tulee olla yhteiskunnallisesti vaikuttavaa. R-to-B -hankkeen tuloksia on tarkoitus jalostaa sekä politiikkasuositukseksi että työkaluiksi lapsia ja nuoria kohtaavien ammattilaisten, kuten kasvattajien, opettajien, sosiaalityöntekijöiden ja terveydenhoitajien käyttöön.

Meneillään on jo ministeriöyhteistyötä ja eduskuntaan on perustettu yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisen työryhmä, jossa Junttila on asiantuntijajäsenenä.

Järjestöjäkin on kutsuttu mukaan. Lähdeverkostoon kuuluu jo yli 500 organisaatiota, jotka haluavat olla mukana vähentämässä yksinäisyyttä. Myös lapset ja nuoret saavat äänensä kuuluviin hankkeen tutkimusta validoivissa raadeissa.

## ”Muutos saadaan aikaan lisäämällä tietoisuutta siitä, että jokaisen toimijuudella on vaikutusta yhteiseen ilmapiiriin.”

Ostrakismi on syvällä ihmisessä ja yhteiskunnassa, mutta ehkä korona-ajan kärjistämä yksinäisyys, nuorten kokeman ahdistuksen lisääntyminen ja Suomessakin orastava jengiytymiskehitys on avannut silmämme sen tuhoisille vaikutuksille. R-to-B -hanketta on edeltänyt sinnikäs työ tämän tietoisuuden herättämiseksi. ●

### TIINA HUTTU

tiedeviestinnän asiantuntija, Itla

### RIGHT TO BELONG -HANKKEESTA KERTOIVAT:



Kuvaaja: Jussi Vienukea, Tammi

#### NIINA JUNTILA

kasvatustieteiden professori, Turun yliopisto  
kasvatustieteen professori, Jyväskylän yliopisto  
opetusneuvos, Opetushallitus  
johtaja, Right to Belong -konsortio



#### MIIA TUOMINEN

FT, tutkimuspäällikkö  
Sote-akatemia, Turun yliopisto  
vuorovaikutusvastaava,  
Right to Belong -konsortio



#### PETRA HEIKKINEN

projektiasiantuntija,  
Turun yliopisto  
suunnittelija, Jyväskylän yliopisto  
viestintäkoordinaattori,  
Right to Belong -konsortio