

# Liian moni uupuu matkalla menestykseen

*Liisa Huhta*

*Uupuneet nuoret pärjääjät*

*Bazar Kustannus, Helsinki 2022*

*Elina Nivala*

**L**ukiessani Liisa Huhdan teosta *Uupuneet nuoret pärjääjät*, ajattelin paljon omaa lukioaikaani. Kirjan sivuilla edetessäni tajusin, että omista lukiovuosistani on jo neljännesvuosisata ja vähän ylikin. Ymmärsin, etten voi omien muistojeni perusteella tietää juuri mitään nykylukioalaisten elämästä. Kohtasin kirjassa todellisuuden, jossa oli häivähdys jotain tuttua mutta joka pääasiassa tuntui kovin vieraalta. Sen tähden suosittelen tämän kirjan lukemista jokaiselle, joka ilman kosketusta nykylukioon luulee ymmärtävänsä, millaista on lukiolaisen elämä – tai jokaiselle, joka haluaa sitä ymmärtää, vaikkei mitään luulisikaan. Suosittelen sitä myös kaikille, joita kiinnostaa ylipäätään ymmärtää nyky-yhteiskuntaa, sillä kirja avaa hyvin havainnollisen näkymän yhteiskuntamme ongelmalliseen nykytilaan. Se kertoo pysäyttävästi paineista, joiden keskellä nykylukiolaiset yrittävät rakentaa elämäänsä tai edes pitää sitä kasassa. Lisäksi kirja auttaa muodostamaan käsitystä siitä, mistä nämä paineet kumpuavat – eivät nuorten päiden sisältä vaan ympäröivästä yhteiskunnasta ja maailmasta.

Nuorten uupumus on aihe, josta minulla toki ennestäänkin oli jonkinlainen käsitys julkisuudessa käydyn keskustelun ja tutkimusten seuraamisen perusteella. Nuorten lisääntyneestä yksinäisyydestä, masennuksesta, ahdistuksesta ja muista mielenterveyden ongelmista kirjoitetaan lehdissä paljon, ja koronapandemian aikana huoli ongelmien pahenemisesta on näkynyt tiedotusvälineissä useasti. Tiesin, että kilpailu lukion jälkeisistä opiskelupaikoista korkeakouluissa on kiristynyt omasta nuoruudestani ja aiheuttaa nuorille paineita entistä aikaisemmin. Yliopistonlehtorina olin nähnyt opintoihinsa uupuneita tai elämäntapahtumiensa uuvuttamia ja opinnoissa jumiin jääneitä yliopisto-opiskelijoita. Olin nähnyt myös, että opiskelijoista on omien opiskeluaikojeni jälkeen tullut opinnoissaan selvästi päämäärätietoisempia ja suorituskeskeisempiä niin, että tutkintoon ei haluta sisällyttää juuri mitään ylimääräistä. Tiesin, että järjestelmä ohjaa heitä tähän, kulkemaan putken läpi mahdollisimman tehokkaasti. Sitä en kuitenkaan ollut osannut ajatella, miten perustavanlaatuisesti koulutusjärjestelmä uuvuttaa nuoria jo lukiovaiheessa ja että yhtenä merkittävänä tekijänä tässä ovat lukioissa parina viime vuosikymmenenä toteutetut käytäntöjen ja rakenteiden uudistukset.

Lukiossa 12 vuotta opinto-ohjaajana toiminut Liisa Huhta on haastatellut kirjaa varten 35 nuorta, jotka haastatteluhetkellä joko opiskelivat lukiossa, olivat valmistuneet sieltä muutamia vuosia aikaisemmin tai olivat keskeyttäneet lukion. He kaikki olivat kärsineet eriasteisesta uupumisesta lukio-opintojensa aikana. Haastatellut olivat suuren kaupungin suuren lukion nuoria, ja voi olla, että havaitut koulun rakenteisiin liittyvät ongelmat kärjistyvät tällaisessa ympäristössä, mutta ne eivät rajoitu sinne. Huhta ei kirjoita ainoastaan haastattelujensa pohjalta, vaan yhdistää niiden näkökulmia omiin kokemuksiinsa opinto-ohjaajana sekä aiempien tutkimusten havaintoihin nuorten mielenterveysongelmista.

Kirjan alussa Huhta kuvaa haastateltujen nuorten toiveen mukaisesti, millaista nykylukiossa on. Tämä kuvaus toimii erinomaisena taustoituksena kaikelle myöhemmin tulevalle, sillä se auttaa heti alkuun ymmärtämään, että ”[l]ukio ei ole kuin ennen”, kuten Huhta on luvun nimennyt, ei todellakaan ole. Lukiosta on tullut paitsi luokaton – siitähän on puhuttu jo se neljännesvuosisata, sillä itse kuulun ikäluokkaan, joka taisi omassa lukiossani olla viimeinen ennen luokattomaan lukioon siirtymistä – myös ryhmätön, hahmoton, hajanainen ja pirstaleinen. Jokaisen nuoren pitää itse rakentaa oma opiskelusuunnitelmansa ja lukujärjestyksensä, ja vain tarkkaan koordinoimalla saattaa isossa lukiossa pystyä järjestämään ai-

kataulunsa edes joiltain osin yhteisiksi kaverin kanssa. Jos nuori tulee uuteen lukioon, josta ei tunne ketään, voi tutustuminen olla vaikeaa, koska opiskelukaverit saattavat vaihtua joka tunnille. Opettajat puolestaan vaihtuvat paitsi jokaisella oppitunnilla oppiaineiden mukaan myös mahdollisesti saman oppiaineen kohdalla eri jaksojen välillä, joten opettajiakaan ei opi tuntemaan – eivätkä he opi tuntemaan nuoria. Lukiossa opiskeltaisiin sisältöihin on neljännesvuosisadassa nähtävästi ladattu koko ajan lisää asiaa eikä mitään ole otettu pois. Ylioppilaskirjoitukset ovat paisuneet entisestään yleensä yhden kevään ja maksimissaan seitsemän kokeen – tämä oli tilanne itselläni – rutistuksesta monen lukuvuoden ajalle venyväksi ja kirjoitettavien aineiden määrän osalta miltei rajattomaksi monivaiheiseksi projektiksi. Kirjoituksissa menestymisestä on korkeakoulujen opiskelijavalintauudistuksen vuoksi tullut entistä välttämättömämpää, suorastaan kohtalokkaan tärkeää. Ja kaiken tämän lisäksi maailma lukioiden ja lukioilaisten ympärillä on muuttunut entistä raadollisemmin yksilöllistä kilpailua ja menestymistä korostavaksi.

Nuorten haastattelujen pohjalta Huhta on muodostanut viisi uupuneen nuoren tarinaa. Ne eivät ole kenenkään yksittäisen nuoren tarinoita vaan nuorten kokemusten tyypittelyn kautta rakennettuja kuvia tyypillisistä uupumuksen taustoista. Nämä tarinat ovat sekä puhuttelevia että valaisevia. ”Akateemisen suorittajan tarina” tuntuu itselleni läheisimmältä, koska se saattaisi olla minun tarinani nykylukiossa. Akateeminen suorittaja tykkää opiskelusta, haluaa oppia uutta ja haastaa itseään suoriutumaan vaikeistakin tehtävistä. Hän täyttää lukujärjestyksensä itseään kiinnostavilla ja tulevaisuuden suunnitelmiansa kannalta hyödyllisillä oppiaineilla. Hän osallistuu tunneilla, tekee läksynsä ja hoitaa tehtävänsä tunnollisesti. Hän tavoittelee hyviä arvosanoja ja myös saa niitä. Koulumenestys on osa hänen identiteettiään. Häntä ohjaa suorastaan ”velvollisuus menestyä”. Uupumus tulee akateemisen suorittajan elämään, kun vuorokaudesta loppuvat tunnit mutta tavoitteista ei voi tinkiä. Kun koko elämä rakentuu suorittamisen ja kovien tavoitteiden ympärille, tuntuisi tavoitteiden laskeminen epäonnistumiselta, tulevaisuuden mahdollisuuksien menettämiseltä ja myös läheisten ihmisten pettämiseltä, kun ei pystyntykään vastaamaan heidän odotuksiinsa. Myös uupumisen myöntäminen voi olla suorittajalle vaikeaa, sillä sekin tuntuu epäonnistumiselta. Se ei sovi omaan koulumenestyjän minäkuvaan.

Kun peilaan omia kokemuksiani akateemisen suorittajan tarinaan, huomaa kolme olennaista eroa: Pienen kaupungin pienessä lukiossa 1990-lu-

vulla ei ollut tarjolla opiskeltavia kursseja niin paljon, että niillä olisi saanut aikataulunsa täytettyä äärimmilleen – eikä tarjolla ollut myöskään suunnatonta määrää tavoitteellisen harrastamisen mahdollisuuksia, joilla menestyksensä eväitä olisi voinut vielä koulun ulkopuolellakin täydentää, kuten tämän päivän akateeminen suorittaja tekee. Minua siis suojeli mahdollisuuksien rajallisuus, kun taas akateemisen suorittajan ulottuvilla olevat loputtomat mahdollisuudet kehittää itseään vielä yhdellä alueella ja vielä vähän pidemmälle muuttuvat uhkaksi hänen mielenterveydelleen. Toinen ero on menestyksen merkitys. Lukiessani nykylukioalaisten elämästä huomasin palaavani toistuvasti kysymykseen, mistä tämä valtava menestymisen pakko on tullut osaksi nuorten maailmankuvaa. Tavoite menestymisestä näyttää hallitsevan monien nuorten elämää. Tulevaisuuden menestymisen mahdollisuuksia pitää maksimoida ainevalinnoilla ja korkeilla arvosanoilla, ja lisäksi menestystä mitataan jo tällä hetkellä saavutuksilla opinnoissa ja harrastuksissa. Menestys todentuu julkisuudessa – menestystä on olla tunnettu jostain. Ja tästä tulee kolmas havaitsemani ero: 90-luvulla ei ollut sosiaalista mediaa, mutta nykynuorilla on valtavat paineet olla esillä somessa, esittää osaamistaan, saavutuksiaan, ulkonäköään ja suosiotaan some-yleisölle, joka on koko ajan valmiina paitsi ihastumaan myös tuomitsemaan – tai pahimmillaan jättämään huomiotta.

Menestyksen tavoittelu näkyy selvästi myös ”kaikessa aktiivisen tarinassa”. Hän haluaa lukio-opinnoissaan ja moninaisissa harrastuksissaan käyttää ja kehittää lahjojaan, usein taiteellisia tai urheilullisia, ja toteuttaa intohimojaan eikä halua jättää tarjolla olevia mahdollisuuksia käyttämättä. Hän haluaa olla mukana kaikessa, ehkä myös koulun tarjoamissa erilaisissa vapaaehtois- ja vaikuttamistehtävissä. Moninainen toiminta on hänelle merkityksellistä sekä kokemuksina juuri nyt että tulevaisuuden haaveiden kannalta. Some on erityisen tärkeä kaikessa aktiiviselle, sillä hän tahtoo varmistaa, että näkyy ja kuuluu muiden lahjakkaiden joukossa. Intohimoisen nuoren taiteilijan toimintaa saattaa ohjata käsitys, että lukioikäisenä täytyy olla jo ”jotain”. Täytyy erottua joukosta, jos haluaa saavuttaa elämässään jotain merkittävää – jos haluaa menestyä. Niinpä hänen vuorokautensa ovat täynnä mielekästä ja merkityksellistä tekemistä, ja lisää tunteja löytyy vain tinkimällä kaverisuhteista, nukkumisesta ja syömisestä. Hän kuormittuu ja uupuu kunnes romahtaa – tai saa tukea ja oppii luopumaan jostain ja keskittymään tärkeimpiin.

”Tunnollisen yksinäisen tarina” on ehkä Huhdan luomista uupumisen tarinoista riipaisevin. Tunnollinen yksinäinen menestyy opinnoissaan

mutta ei löydä lukiossa itselleen omaa porukkaa. Hänellä ei ehkä ole lukioon mennessään siellä valmiiksi ketään tuttua, eivätkä lukion yksilöllisiin valintoihin ja aikatauluihin perustuvat toimintamallit ja isot opetusryhmät tue tutustumista. Tai jos joitakin kavereita onkin, voi olla, että yksilöllisissä opiskelusuunnitelmissa aikataulut erkaantuvat toisistaan niin täysin, ettei vanhoja tuttuja näe lainkaan. Rakenteet eivät tue uusien tuttavuuksien syntymistä eivätkä varsinkaan pitkäkestoisten suhteiden luomista. Yksinäisyys ja yhteisöön kiinnittymättömyys tuottavat tunnetta ulkopuolisuudesta ja kelpaamattomuudesta, häpeää omasta erilaisuudesta, ja tekevät myös opiskelusta raskaampaa. Jos opinnoissa tulee ongelmia, ei ympärillä ole muiden opiskelijoiden muodostamaa turvaverkkoa, josta voisi saada tukea. Kun ei pääse peilaamaan omia kokemuksia muiden kokemuksiin, tuntuu, että on ainut tyhmä, joka ei ymmärtänyt mitään matikanopettajan puheista, vaikka itse asiassa muutkin olisivat olleet yhtä ymmällä. Lisäksi nuorten sosiaalisen toiminnan säännöt ovat muuttuneet. Opinto-ohjaaja Huhdan mukaan ”[k]oulun käytävillä on hiljaisempaa”, sillä nuoret odottavat tuntien alkamista mieluummin puhelimaan selaten kuin yrittämällä jutella puolittujien kanssa. Sosiaalinen media vaikuttaa merkittävästi sosiaalisten suhteiden solmimiseen, sillä nuoret muodostavat käsitystä toisistaan somen perusteella, esimerkiksi tarkistavat etukäteen ”Instagramista, millaisia tyyppisiä alkavalle opintojaksolle on tulossa”. Somessa pitäisi siis osata näyttää paitsi menestyneeltä myös kiinnostavalta – ja nämä taitavat kulkea käsi kädessä. Teknologian kehittyminen on muuttanut lukiota neljännesvuosisadassa paljon – eikä ainoastaan tuomalla puhelimet kouluihin ja somen sosiaalisiin suhteisiin vaan myös muuten. Tätäkin kirjassa kuvataan hyvin.

”Sinnittelijän tarina” kertoo niistä nuorista, joille lukio-opinnot ovat vaikeita johtuen esimerkiksi puutteellisista opiskelutaidoista tai oppimisen ongelmista, vaikeista kotioloista tai omasta tai läheisen sairastumisesta. Heille nykylukion opintojen itsenäisyys voi tarjota mahdollisuuksia siirtää tai väistellä hankalia asioita. Kun opiskelijat eivät pysy missään ryhmässä pitkään ja opettajat eivät tunne opiskelijoita, kukaan ei välttämättä huomaakaan huolestua. Vaatimukset itseohjautuvuudesta ilman riittävää tukea voivat johtaa siihen, että opiskelija jää aivan yksin vaikeuksiensa kanssa. Sinnittelijä yrittää pärjätä kertomatta ongelmistaan kenellekään, mutta Huhta kertoo monista nuorista, jotka aikansa sinniteltyään ovat hakeneet ja saaneet apua. Sitäkin nykylukioissa on saatavilla, mutta Huhta toteaa osuvasti: ”Mikään määrä psykologeja tai kuraattoreita ei kuitenkaan riitä, jos koulun rakenteet eivät tue nuorten jaksamista.”

Viides ja viimeinen kirjan uupujatarinoista on ”maailmanparantajan tarina”. Luulen, ja Huhdan havainnot vahvistavat, että maailmanparantajat ovat kasvava uupujien ryhmä. He ovat tiedostavia nuoria, jotka tunnistavat epäoikeudenmukaisuuksia ympärillään ja haluavat tehdä asioille jotain. Koulussa menestyminen muuttuu heille toissijaiseksi, kun he heräävät huomaamaan epäkohtia ja ryhtyvät ottamaan niistä selvää ja etsimään keinoja vaikuttaa. He voivat olla samaan aikaan kiinnostuneita ja huolestuneita monista eri ilmiöistä, niin ihmisoikeuksista kuin ympäristökysymyksistäkin. Erityisesti ilmastonmuutoksen ja luontokadon tiedostaminen aiheuttaa ahdistusta ja sellaista toivottomuutta, joka voi johtaa lopulta uupumiseen, kun tuntuu, että mikään oma toiminta ei riitä eivätkä muut – varsinkaan valtaapitävät aikuiset – välitä. Myös maailmanparantajat tarvitsevat tukea aikuisilta. Erityisesti he tarvitsevat tunnetta siitä, että heidät otetaan tosissaan ja että myös muut ovat valmiita toimimaan. He eivät ole yksin.

Kerroin lukiessani pohtineeni, mistä menestymisen pakko on nuorten mieliin tullut. Huhta käsittelee tätä myös – ja hyvin käsitteleekin. ”Vika ei ole nuorissa vaan maailmassa”, hän otsikoi. Nuoret kasvavat suorituskeskeisessä yhteiskunnassa, joka huutaa heille: ”Et riitä! Suorita kovempaa, enemmän, aikaisemmin, paremmin, nopeammin! Tärkeintä on menestys! Voit saavuttaa mitä vain, kunhan olet valmis tekemään töitä sen eteen! Näytä hyvältä! Ole onnellinen!” Tämä huuto kaikuu myös koulujen käytävillä ja luokissa, sillä menestyksen eetoksesta on tullut osa kasvatus- ja koulutusinstituutioiden peruslogiikkaa. Huhta käsittelee tämän menestyspuheen ilmenemismuotoja lukiolaisten todellisuudessa monipuolisesti ja oivaltavasti. Tämä pitäisi jokaisen koulutus- ja työvoimapolitiittisia päätöksiä tekevän ja myös niitä työssään toteuttavan lukea – lukea ja pysähtyä miettimään, onko tämä todella sitä, mitä haluamme.

Huhdan mukaan lähes puolet Suomen lukiolaisista on uupuneita. Heistä valtaosa on tyttöjä, mutta uupumuksesta kärsivät myös pojat, ja erityisen alttiita sille ovat sateenkaarinuoret. Lukiosta valmistuu itsensä loppuun ajaneita nuoria, jotka ovat pinnistelleet lukion läpi ajatellen, että kunhan tästä selviää, sitten voi levätä. He kuvittelevat, että lukion suorittamisella he saavuttavat jonkin lakipisteen, jonka jälkeen voi ottaa rennommin. Mutta näinhän asia ei yleensä ole. Lukiota seuraa jokin uusi koulutusinstituutio, jossa on jälleen omat vähän – tai paljon – korkeammalle asetetut tavoitteensa ja tiukaksi viritetyt aikataulunsa. Yliopistosta käsin katsottuna lukiolaisten olisi syytä osata nauttia elämästään nuori-

na, koska yliopistossa he eivät enää uskalla. Ennen uskallettiin, myös vielä minun yliopisto-opintojeni aikaan, koska meille ei toivotettu joka tuutista työelämärelevanssia ja valmistumista tavoiteajassa. Kilpailuyhteiskunnassa nuorille ei anneta tilaisuutta hengähtää ja rauhoittua eikä myöskään aikaa etsiä ja löytää itseään, vaan menestyäkseen ja täyttääkseen itseensä kohdistuvat odotukset jokaisen nuoren on suoritettava sujuvasti ja ilman katkoksia hengästyttävä opiskelu-ura, jolla he luovat itsestään kilpailukykyisiä osaajia työmarkkinoille.

Huhdan mukaan nuoret itse ajattelevat uupumisensa syiden olevan heissä itsessään. Se ei pidä paikkaansa, ja myös heidän tulisi ymmärtää se. Huhta ehdottaa, että psykologien lisäksi lukioihin pitäisi palkata sosiologeja, jotka auttaisivat keskustellen nuoria näkemään yhteiskunnan ja koulutusinstituutioiden rakenteiden vaikutukset elämäänsä. Ehdotus on hyvä, vaikka itse näkisin vielä mieluummin lukioissa sosiaalipedagogeja, sillä yhteiskunnan kriittisen ymmärryksen lisäksi meillä on myös ymmärrystä ihmisen kasvusta yhteiskunnan jäseneksi ja osaamista kasvun tukemiseen. Ja sen lisäksi näkisin kovin mielelläni sosiaalipedagogiikan ja sosiologian kuuluvan osaksi aineenopettajien koulutusta, jotta opettajillakin olisi valmiuksia tukea nuoria. Nuorten uupumuksen kohtaamiseen tarvitaan toki myös psykologeja ja terapeutteja, mutta heitä tarvittaisiin vähemmän, jos aikuisilla olisi enemmän ymmärrystä kilpailua ja menestymistä korostavan ympäristön vaikutuksesta nuorten elämään ja jos nuoriin kohdistuvista paineista käytäisiin enemmän kriittistä keskustelua. Muistaa täytyy kuitenkin, että myös koulun aikuiset ovat ylikuormittuneita. Huhta kirjoittaa hyvin opettajien pyrkimyksistä tukea nuoria parhaansa mukaan ja siitä, miten hekin uupuvat kokiessaan riittämättömyyttä kasvavien vaatimusten keskellä. Kriittistä keskustelua tarvittaisiin siis paitsi nuorten myös aikuisten jaksamisen rajoista.

Huhta kertoo kirjassa paljon esimerkkejä uupuneiden nuorten tukemisesta ja yksilöllisten ratkaisujen etsimisestä liian suureen kuormitukseen esimerkiksi opintosuunnitelmia väljentämällä. Hän kertoo myös erilaisista koko koulua koskevista toimintamalleista ja rakenteellisista uudistuksista, joilla nuorten kokemaa ahdistusta voidaan lievittää, esimerkiksi miten yksinäisyyttä on hänen koulussaan voitu vähentää ja yhteisöllisyyttä vahvistaa. Rakenteellisia muutoksia ovat muun muassa pienemmät ja pysyvämmät opetusryhmät, hyväksi koettuja toimintamalleja puolestaan hyvinvointikahvilat ja harrastuskerhot. Lisäksi tarvitaan kuitenkin, Huhdan sanoin, ”koko kasvatuskulttuurin uudelleenajattelua”.

Liisa Huhdan teos on kokonaisuudessaan tärkeä puheenvuoro nuorten ymmärtämisen ja tukemisen puolesta. Se kertoo lukiolaisista mutta sen tärkeimmät ajatukset ja monet havainnot ovat totta myös ammatillisen koulutuspolun valinneiden kohdalla. Toki on hyvä muistaa, että kirja ei ole nykylukion koko kuva vaan tarkastelee sitä nimenomaan uupuneiden näkökulmasta. Myös hyvinvoivia ja lukioajastaan nauttavia nuoria on, ja toisaalta jossain kohtaa uupumuksesta kärsineet kertovat monesti saaneensa lukiosta paljon hyvääkin elämäänsä. Kaiken kaikkiaan uupuneiden nuorten tarinat ovat taitavasti rakennettuja. Kirjassa on hieno tutkimuksellinen ote, mutta se on kuitenkin kirjoitettu helposti luettavaksi populaariksi tietokirjaksi. Olen jo maininnut monia, joiden kannattaisi kirja lukea. Yhteenvetona totean, että kirja on tarpeellista luettavaa kaikille nuorten kanssa toimiville, nuoriin ja koulutukseen liittyviä päätöksiä tekeville, nykyisten lukiolaisten vanhemmille ja myös minun kaltaisilleni mahdollisten tulevien lukiolaisten vanhemmille. Juuri vanhemmille ja muille lukiolaisten läheisille kirjassa annetaan paljon konkreettisia neuvoja siitä, miten nuoria tulisi tukea. Nämä ohjeet olivat kirjassa ainut itseäni hiukan häirinnyt osa, koska niihin tuntui sisältyvän varsin paljon yksinkertaistuksia ja yleistyksiä: tätä kaikki nuoret tarvitsevat. Se tosin taitaa kuulua kasvatuseritysten perusuonteeseen, ja yksinkertaistaminen on välillä välttämätöntä, jotta sanoma menee tehokkaammin perille.

Itselleni kirjan tärkein sanoma liittyy menestyksen ylikorostumiseen ja tarpeeseen vastustaa sitä yhteiskunnassamme. Meidän on vahvistettava vastaviestiä, joka kertoo nuorille ja meille muillekin, että hyvään elämään ei tarvita yksilöllistä menestystä. Hyvän elämän rakentamisen aineksia voi sen sijaan etsiä Huhdan psykologisina perustarpeina käsittelemien inhimillisen ja sosiaalisen kasvun osa-alueiden kautta: hyvän elämän rakentumiseksi tarvitaan oman itsen etsimistä, löytämistä ja hyväksymistä, sopivassa määrin mahdollisuuksia mielekkääseen ja merkitykselliseen toimintaan sekä yhteyttä toisiin ihmisiin. ”Nuoren täytyy saada tulla nähdyksi, kuulluksi ja kohdatuksi, toisten huomaamaksi. Kun hän kokee elämällään olevan merkitystä muille, on helpompi nähdä myös oman elämän arvo.” Ja tämä tarkoittaa jotain ihan muuta kuin yksilöllistä menestystä ja some-suosiota.

