

Sateenkaarinuoret poikkeusaikana

Satu Majlander, Jukka Lehtonen, Pauliina Luopa, Laura Sares-Jäske, Mia Teräsaho, Johanna Vihtari, Tellervo Nenonen, Anni Hyvärinen & Reija Klemetti

Johdanto

Koronaepidemian aiheuttaman poikkeusajan tiedetään heikentäneen mielen hyvinvointia sekä nuorilla että aikuisilla (Parikka 2020a & 2020b; Kestilä ym. 2021; Klemetti ym. 2021; Lahtinen ym. 2021; Wennberg ym. 2020). Poikkeusaika lisäsi nuorten stressiä (Lahtinen ym. 2021), ja nuoret kokivat yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta sekä etäopiskelun aiheuttamia oppimisvaikeuksia (Kestilä ym. 2021; Wennberg ym. 2020; Keating & Lehtonen 2022). Harrastuksiin pääsyn vaikeutuminen vaikutti kielteisesti nuorten vapaa-ajan tyytyväisyyteen (Salasuo & Lahtinen 2021) ja lisääntyneen yksinäisyyden on arveltu lisänneen netissä vietettyä aikaa, erityisesti niillä nuorilla, joilla ei juuri ollut tukiverkkoa (Tóth-Király ym. 2021).

Sukupuolivähemmistöihin, kuten transihmiset tai intersukupuoliset, ja seksuaalivähemmistöihin – kuten homot, lesbot, bi- ja pansesuaaliset – kuuluvat nuoret (jatkossa: sateenkaarinuoret) ovat monilla elämän osaluilla muita nuoria heikommassa asemassa. Jo ennen poikkeusaikaa he esimerkiksi kokivat yksinäisyyttä ja kiusaamista cis- ja heteronuoria yleisemmin (Jokela ym. 2020; Pollitt & Malloy 2021). Cis-nuorilla tarkoitetaan nuoria, joiden sukupuoli vastaa syntymässä määriteltyä. Sateenkaarinuorilla on myös havaittu olevan cis- ja heteronuoriin verrattuna enemmän mielenterveysongelmia ja suurempi itsemurhariski (Bochicchio ym. 2021; Marshal ym. 2011; Miranda-Mendizabal ym. 2017). Sateenkaarinuorten heikompaa mielen hyvinvointia on aiemmin selitetty mm. vähemmistöstressillä, jolla

tarkoitetaan sitä, että sateenkaarinuoret elävät ympäristössä, jossa he vähemmistöön kuuluvina kohtaavat toistuvasti heihin liittyvää ymmärtämättömyyttä ja kielteistä suhtautumista (Tebbe & Moradi 2016).

Sateenkaarinuorten mielen hyvinvointiin vaikuttavat esimerkiksi ystävien ja perheen tuki (McConnell ym. 2016; Bouris ym. 2010). Vanhemmat voivat suhtautumisellaan tukea seksuaalivähemmistönuoren elämää tai aiheuttaa hänelle stressiä (Bouris ym. 2010). Kouluilmapiirillä on havaittu olevan merkitystä sateenkaarinuorten masennusoireiluun ja itsemurhariskiä: vähemmistöihin myönteisesti suhtautuvassa ilmapiirissä oireilu oli merkittävästi vähäisempää (Ancheta 2021). Poikkeusaikaan liittynyt koulujen siirtyminen etäopetukseen on saattanut vaikuttaa kielteisesti niiden nuorten hyvinvointiin, jotka saavat tukea kouluympäristössä, mutta joilla on vaikeuksia kotona (Salerno ym. 2020). Toisaalta etäopetus on voinut helpottaa niitä nuoria, joille kouluympäristö ei ole turvallinen. Turun yliopiston toteuttamaan kyselyyn vastanneista 7.–9.-luokkalaisista yli kolmannes koki, että etäopetus on vähentänyt kiusaamista (Repo ym. 2020).

Liikunnan ja kulttuuriharrastusten on todettu olevan yhteydessä parempaan hyvinvointiin (Salasuo 2020). Suurin osa seksuaalivähemmistöihin kuuluvista nuorista onkin aiempien tutkimusten mukaan saanut tukea muun muassa liikunnasta tai sähköisestä yhteydenpidosta ystäviin ja verkostoihin (O'Brien ym., 2021; Pereira ym., 2021).

Sateenkaarinuorten elämässä poikkeusajan vaikutukset ovat saattaneet näkyä korostunees-

ti, koska heidän mielen hyvinvointinsa on jo lähtökohtaisesti ollut muita heikompi (Marshal ym. 2011; Miranda-Mendizabal ym. 2017; Jokela ym. 2020; Bochicchio ym. 2021; Pollitt & Mallory 2021), pääsy vertaisryhmien tapaamisiin ja terveydenhuoltoon heikentyi ja kotona vietetty aika lisääntyi voimistaen mahdollisesti perheen keskinäisiä ristiriitoja ja nuoren sateenkaari-identiteettiin liittyviä hyljeksimisen ja turvattomuuden tunteita (Ormiston & Williams 2022). Osa sateenkaarinuorista tukeutui poikkeusaikana negatiivisiin keinoihin, kuten päiheteisiin (O'Brien ym. 2021; Pereira ym., 2021). John Salernon ja kumppanien (2021) mukaan seksuaali- ja sukupuolivähemmistöryhmissä alkoholin kulutus lisääntyi poikkeusaikana jopa 32 prosenttia (Salerno ym. 2021).

Tässä artikkelissa tarkastellaan poikkeusajan vaikutuksia sateenkaarinuorten psyykkiseen hyvinvointiin, yksinäisyyteen, kouluhyvinvointiin ja vapaa-ajanviettoon. Tutkimuksessa käytetään Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Koulu-terveyskyselyä ja Helsingin yliopiston WeAll-hankkeen kyselytutkimusta. Koulu-terveyskyselyssä vertailuryhmänä olivat muut nuoret. Poikkeusajan tuloksia verrattiin vuoden 2019 kyselyn tuloksiin. Tutkimuksen tavoitteena on lisätä tietoa sateenkaarinuorten hyvinvoinnista sekä tuen ja avun saannista, jotta korjaavia toimenpiteitä osattaisiin suunnata oikein ja ehkäistä pitkäaikaisia haittoja sateenkaarinuorten hyvinvoinnille.

Aineisto ja menetelmät

Tutkimusaineistona ovat vuosien 2019 ja 2021 Koulu-terveyskyselyt, joissa vastaajina ovat 8.- ja 9.-luokkalaiset sekä lukion ja ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat. Artikkelissa käytettävästä aineistosta on poistettu epäuskottavien vastausten perusteella 2 156 vastaajaa vuonna 2019 (1,4 %) ja 2 113 vastaajaa vuonna 2021 (1,3 %) (ks. periaatteista tarkemmin Jokela ym. 2020). Vuoden 2019 Koulu-terveyskyselyn aineistoon jäi 153 143 ja

vuoden 2021 aineistoon 158 683 vastaajaa. Aineisto kattoi näinä vuosina 72–73 prosenttia 8. ja 9. luokan oppilaista, ja 65–69 prosenttia luki- on 1. ja 2. vuoden opiskelijoista. Vuonna 2019 ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden kattavuutta ei voitu arvioida luotettavasti. Vuonna 2021 se oli arviolta 33 prosenttia.

Vuonna 2019 sukupuolivähemmistöihin kuului 4 720 (3 %) ja seksuaalivähemmistöihin 12 947 (9 %) vastaajaa. Vuonna 2021 vastaavat luvut olivat 6 941 (4 %) ja 20 447 (14 %). Kumppanikin tutkimusvuonna lomakkeilla oli samat kysymykset nuorten mielenterveydestä, yksinäisyydestä, opiskelusta, kouluhyvinvoinnista ja harrastuksista. Mielialaa selvitettiin kysymällä, oliko nuori ollut huolissaan mielialastaan viimeisen vuoden aikana. Koulu-uupumusta selvitettiin kolmella School Burnout Inventory (SBI-10) -mittarin kysymyksellä. Nuorilta kysyttiin myös, tuntevatko he itsensä yksinäisiksi. Lisäksi kysyttiin kulttuurin ja taiteen harrastamisesta viikoittain. Ahdistuneisuutta mitattiin GAD-7-mittarilla (General Anxiety Disorder) ja masennusoireilua PHQ-2-mittarilla (Patient Health Questionnaire).

Vuonna 2021 kysyttiin, oliko nuori ollut koronaepidemian vuoksi etäopetuksessa lukuvuoden aikana ja oliko nuori saanut tukea oppimiseen ja koulunkäyntiin etäopetuksessa. Lisäksi kysyttiin koronaan liittyviä huolia ja kokemuksia rajoitustoimien vaikutuksista perheen kesken vietettyyn aikaan, perheen sisäisiin ristiriitoihin ja yhteydenpitoon. Tässä artikkelissa verrataan nuorten hyvinvoinnissa vuosien 2019 ja 2021 välillä tapahtuneita muutoksia. Muutosten merkitsevyyttä testattiin Pearsonin χ^2 -testillä.

Koulu-terveyskyselyn aineistoa täydennettiin Helsingin yliopistossa WeAll-tutkimushankkeen sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluville suunnatulla kyselyaineistolla (N = 325) sekä vähemmistöjen oikeuksia ajavien järjestöjen edustajien haastatteluaineistolla (N = 23), joilla kerättiin tietoa koronakriisin vaikutuksista vähemmistöihin (Lehtonen 2020). HLBTI-järjestöjen (eli lesbojen, homojen ja

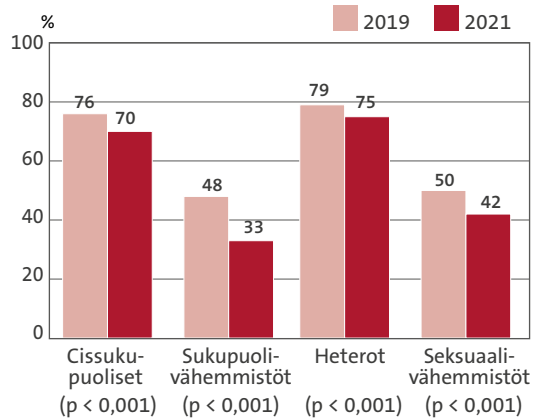
biseksuaalien sekä transsukupuolisten ja intersukupuolisten henkilöiden asioita ajavien järjestöjen) työntekijöiden ja aktivistien sähköpostihaastattelut tehtiin kesällä 2020. Syyskuussa 2020 toteutettuun HLBTI-kyselyyn vastanneista alle 30-vuotiaita oli 106 (33 %). Siihen tavoiteltiin vastaajia etenkin HLBTI-järjestöjen tiedotuskanavien kautta. Tässä artikkelissa hyödynnetään nuorten vastauksia. Ikäryhmältään se on erilainen kuin Kouluterveyskyselyssä eikä siten vertailuun sopiva. Aineisto ja sen analyysi täydentävät Kouluterveyskyselyn tuloksia ja syventävät näkemyksiä nuorten tilanteesta. Nuorista enemmistö (n = 85) oli koululaisia tai opiskelijoita. Nuorista vastaajista sukupuolivähemmistöihin kuuluvia oli 48. Vastaajissa oli enemmän naisia (n = 47) kuin miehiä (n = 31) tai muita kuin naisia tai miehiä (n = 28).

Nuorten hyvinvointi

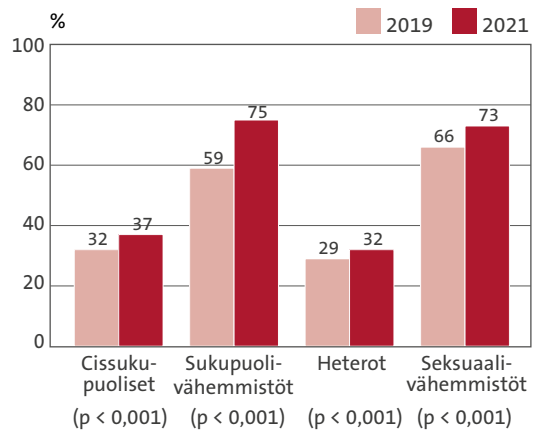
Psykinen hyvinvointi

Kouluterveyskyselyn mukaan sateenkaarinuorten tyytyväisyys elämään laski poikkeusaikana. Vuonna 2021 enää kolmasosa sukupuolivähemmistö- ja kaksi viidestä seksuaalivähemmistönuorista oli tyytyväisiä elämäänsä (kuvio 1). Tyytyväisimpiä sukupuolivähemmistönuorista olivat ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat ja seksuaalivähemmistönuorista lukioissa ja ammattioppilaitoksessa opiskelevat. Seksuaalivähemmistöihin kuuluvista nuorista pojat olivat tyttöjä tyytyväisempiä elämäänsä (taulukko 1). Myös muilla nuorilla tyytyväisyys elämään laski poikkeusaikana.

Myös sateenkaarinuorten huoli omasta mielialasta lisääntyi poikkeusaikana (kuvio 2). Vuonna 2021 kuluneen kahdentoista kuukauden aikana sukupuolivähemmistönuorista kolme neljästä ja vuonna 2019 kolme viidestä oli ollut huolissaan mielialastaan. Seksuaalivähemmistönuorista mielialastaan oli ollut huolissaan vuonna 2019 kaksi kolmesta ja vuonna 2021 kolme neljästä. Seksuaalivähemmistöihin kuuluvat tytöt olivat poikia useammin huolissaan



Kuvio 1. Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely

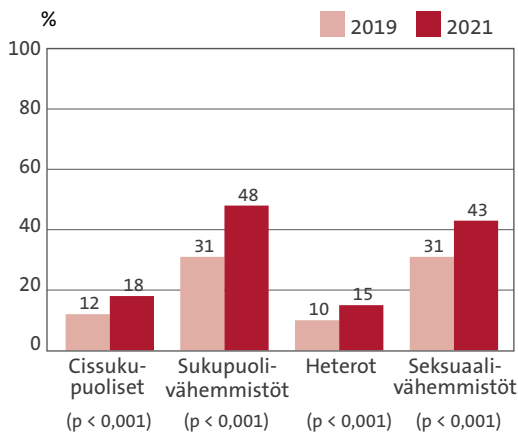


Kuvio 2. Ollut huolissaan mielialastaan kuluneen 12 kuukauden aikana. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

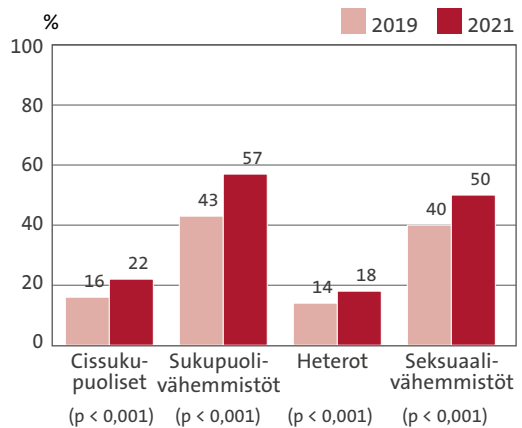
mielialastaan. (Taulukko 2.) Huolestuneimpia kaikissa ryhmissä olivat lukiolaiset. Myös muilla nuorilla huoli omasta mielialasta oli kasvanut poikkeusaikana jonkin verran.

Kokemus kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuneisuudesta yleistyi kaikilla nuorilla (kuvio 3). Sateenkaarinuorista ahdistusta koki vuonna 2019 noin kolmasosa ja vuonna 2021 lähes puolet (taulukko 3). Seksuaalivähemmistöihin kuuluvilla kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus oli pojilla tyttöjä vähäisempää. Erot kouluasteiden välillä olivat pieniä. Muilla nuorilla ahdistuneisuus oli sateenkaarinuoria harvinaisempaa, mutta selvästi yleisintä lukiolaisilla.

Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu yleistyi kaikilla nuorilla (kuvio 4). Sateenkaarinuorista masennusoireilua vuonna 2019 koki noin kaksi viidestä ja vuonna 2021 puolet. Sateenkaarinuorilla masennusoireilu oli vähäisintä ammattioppilaitoksessa opiskelevilla, mutta erot kouluasteiden välillä olivat pieniä. Muista nuorista masennusoireilua koki noin viidennes, ja näilläkin nuorilla masennusoireilu oli harvinaisinta ammattioppilaitoksessa opiskelevilla (taulukko 4). Sateenkaarinuorista korona-



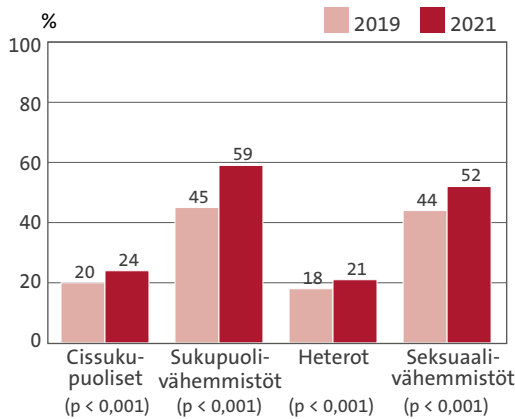
Kuvio 3. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.



Kuvio 4. Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

virustartunnan saamisesta oli ollut huolissaan alle kymmenes ja alle viidesosa koronaviruksen tartuttamisesta muihin. Lisäksi yli neljäsosa oli ollut huolissaan, että läheinen saa koronavirustartunnan. Muista nuorista noin viisi prosenttia oli ollut huolissaan koronavirustartunnan saamisesta, noin joka kymmenes siitä, että tartuttaa koronaviruksen muihin ja noin viidesosa siitä, että läheinen saa koronavirustartunnan.

Terveystilansa keskinkertaiseksi tai huonommaksi kokevien osuus kasvoi kaikkien nuorten keskuudessa (kuvio 5). Sateenkaarinuorista näin koki vuonna 2021 noin puolet (taulukko 5). Sukupuolivähemmistönuorilla ei ollut isoja koulutusryhmien välisiä eroja, ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista useimmin terveystilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi kokivat ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat. Seksuaalivähemmistöihin kuuluvat tytöt kokivat poikia useammin terveystensä heikoksi. Muilla nuorilla muutos ei ollut yhtä suuri kuin sateenkaarinuorilla: vuonna 2021 terveystensä keskinkertaiseksi tai heikoksi koki noin viidesosa.



Kuvio 5. Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

Helsingin yliopiston HLBTI-kyselyn alle 30-vuotiaat vastaajat ilmoittivat vanhempia vastaajia useammin olleensa koronakriisin takia masentuneempia (45 %), ahdistuneempia (64 %), pelokkaampia (40 %) ja itsetuhoisempia (17 %) (ks. myös Pelastakaa Lapset 2020; Valtioneuvosto 2020). Sukupuolivähemmistöihin kuuluvat kokivat näitä oireita seksuaalivähemmistöihin kuuluvia useammin. Seksuaalivähemmistövästääjistä naiset kokivat näin miehiä useammin. Ongelmaa ovat pahentaneet hoitojonot ja nuorten vaikeutunut pääsy mielenterveyspalveluihin.

Olen taipuvainen masennukseen ja ahdistukseen, joten covidin mukanaan tuoma eristäytyminen ei ole helpottanut näistä kumpuavia yksinäisyyden tunteita.

Olen joutunut käymään terveyspalveluissa uusiutuneen masennuksen takia ja ahdistukseni on myös lisääntynyt.

Nuorista vastaajista melko suuri osa oli kokenut voivansa kriisin takia heikommin (43 %) ja vältäneensä terveyspalvelujen hyödyntämistä (48 %). Mielenterveyden kannalta merkityksel-

listä oli se, että myös mielenterveyspalvelujen käyttöä oli vältelty (19 %). Transnuorista osa oli välttänyt hakeutumista sukupuolenkorjausprosessiin (7 %).

En ole halunnut hakeutua terveys-, mielen-terveys- tai sukupuolenkorjauspalveluiden piiriin kriisin aikana, paitsi jos asia on ollut akuutti terveyskriisi. Ihmisten tapaamisen välttäminen on tuntunut tärkeämmältä kuin ei-akuutin terveysongelman hoito.

Sukupuolenkorjausprosessi transpolilla on ollut lähes vuoden jäissä aluksi yksikön rempan ja muuton takia, ja kevään jälkeen koronan takia. Se on turhauttavaa ja lisää sukupuolidysforiaa ja ahdistusta entisestään.

Myös järjestöhaastatteluissa nousivat esiin nuorten vaikeudet päästä sukupuolenkorjausprosessiin ja saada tarvitsemiaan hoitoja.

Transpoliklinikoilla on jo aikaisemmin ollut pitkät jonot diagnoosiprosessin ja hoidon aloittamiseen. Nyt näiden palveluiden piiriin pääseminen on ollut entistä vaikeampaa. Lisäksi jo diagnoosin saaneilla henkilöillä käynnissä olevat hoitotoimenpiteet ovat viivästyneet.

Järjestöpalvelujen loppuminen tai siirtyminen virtuaalisiksi vähensi mahdollisuuksia saada vertaistukea ja keskusteluapua. Järjestöhaastattelut toivat esiin, että etäpalvelut eivät saavuta kaikkia nuoria:

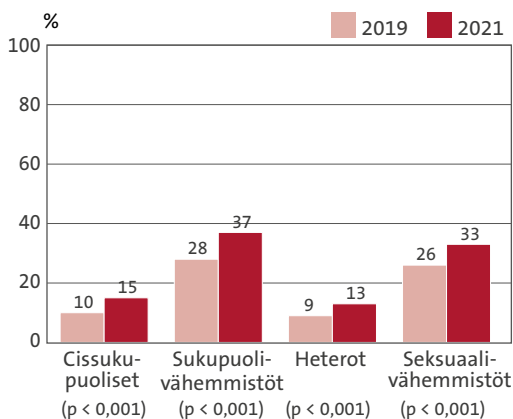
Huolta herättää toki nuoret, monesti yläkouluikäiset, jotka eivät koe etätukipalveluita luonteviksi tai joilla ei ole kotona mahdollisuutta rauhassa ja turvallisesti käyttää palveluita.

Yksinäisyyden kokemukset

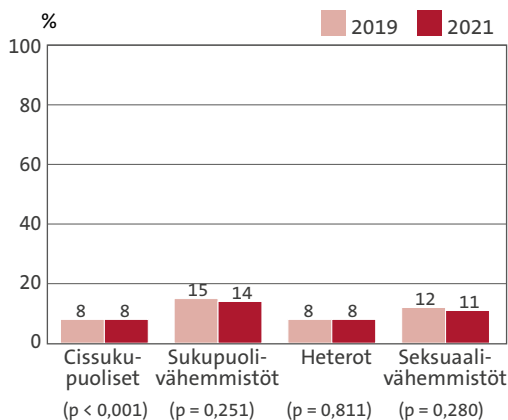
Yksinäisyyden kokemus yleistyi kaikilla nuorilla poikkeusaikana. Vuonna 2021 sukupuolivähemmistönuorista noin kaksi viidestä ja seksuaalivähemmistönuorista kolmasosa vastasi kokeneensa itsensä yksinäiseksi (kuvio 6, taulukko 6). Harvimmin yksinäisyyttä kokivat sukupuolivähemmistönuoret perusopetuksessa ja seksuaalivähemmistönuoret sekä perusopetuksessa että lukiossa. Seksuaalivähemmistöihin kuuluvilla pojilla yksinäisyyden kokemus oli harvinaisempaa kuin tytöillä. Muista nuorista yksinäisyyttä koki vuonna 2021 yli kymmenen vastanneista, harvimmin perusopetuksessa.

Sateenkaarinuorista yli kymmenesosa ja muista nuorista kahdeksan prosenttia oli vailla läheistä ystävää vuonna 2021 (kuvio 7). Tilanne ei muuttunut vuosien 2019 ja 2021 välillä (taulukko 7). Kouluasteiden väliset erot olivat pienet kaikissa ryhmissä. Poikkeusaikana yhteydenpito kavereihin väheni noin 40 prosentilla.

Helsingin yliopiston HLBTI-kyselyn mukaan alle 30-vuotiaista vastaajista 74 prosenttia



Kuvio 6. Tuntee itsensä yksinäiseksi. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.



Kuvio 7. Ei yhtään läheistä ystävää. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

koki yksinäisyyden lisääntyneen poikkeusaikana. Sukupuolivähemmistövastaajat kertoivat yksinäisyydestä seksuaalivähemmistövastaajia useammin.

Minulla ei ole juuri ystäviä, joten yksinäisyyteni tunteet ovat moninkertaistuneet, ja sen myötä itsetuhoiset ajatukset. Kuulun riskiryhmään, joten myös koronan pelko on saanut vielä varovaisemmaksi. Koen olevani todella yksin.

Yhteydenpito ystäviin oli aiempaa vähäisempää poikkeusaikana, eikä tavanomaisia sosiaalisia kontakteja koulu- ja harrastuskavereihin ollut. Osalla nuorista vastaajista ystävyysuhteet heikentyivät (34 %), mutta osalla parantuivat (25 %). Samoin suhteet vanhempiin heikentyivät osalla (19 %) ja parantuivat toisilla (16 %).

Etäopintojen takia vähäinen ihmiskontakti on muuttanut ystävyysuhteitani ja lisännyt yksinäisyyttä. Suhteeni vanhempiini heikkeni kevään aikana, sillä he olivat enemmän läsnä elämässäni yrittämättä edes ymmärtää maailmaani/näkemyksiäni siitä.

Kouluterveyskyselyn tulosten mukaan poikkeusaika lisäsi perheen kanssa vietettyä aikaa noin kolmanneksella, mutta riitoja perheessä oli lähes yhtä suurella osalla. Myös Helsingin yliopiston HLBTI-kyselyssä osa vanhempiensa kanssa asuvista koululaisista ja opiskelijoista kertoi välien kiristyneen vanhempiensa kanssa. Huoli kotona asuvien nuorten jaksamisesta ja hyvinvoinnista nousi esiin myös useissa järjestöhaastatteluissa:

Monet nuoret, joilla on homo-/transfobinen perhe, ovat kärsineet, kun ovat joutuneet olemaan karanteenissa heidän kanssaan.

Haastatteluissa tuotiin esiin myös ihmisoikeusjärjestöjen kouluissa ja oppilaitoksissa toteuttaman koulutustoiminnan vähentyneen, loppuneen tai siirtyneen etäkoulutukseksi (Valtioneuvosto 2021). Opiskelijoilla oli vähemmän mahdollisuuksia saada tukea ja koulutusta sateenkaarteemoista. Sateenkaarijärjestöjen toiminnan lakkaaminen tai siirtyminen verkkoon vähensi nuorten mahdollisuuksia tavata muita sateenkaarinuoria.

Pienellä paikkakunnalla muiden lesbojen tapaaminen on jo ennestään vaikeaa. Covid vei ne vähätkin tilaisuudet, joissa olisi voinut tavata uusia ihmisiä.

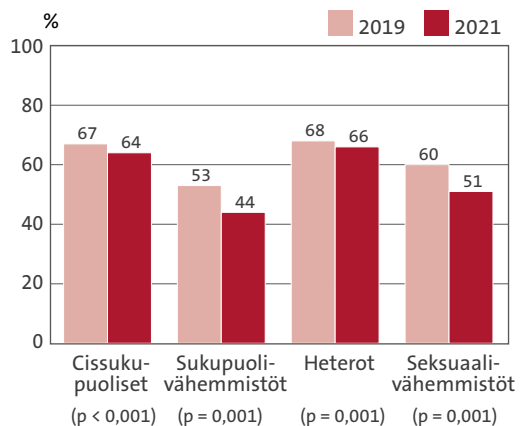
Ilman LHBT+ -tapaamisia ja tapahtumia sitä kokee itsensä erittäin yksinäiseksi ja maailman ainoaksi homoksi.

Nuorten elinympäristö

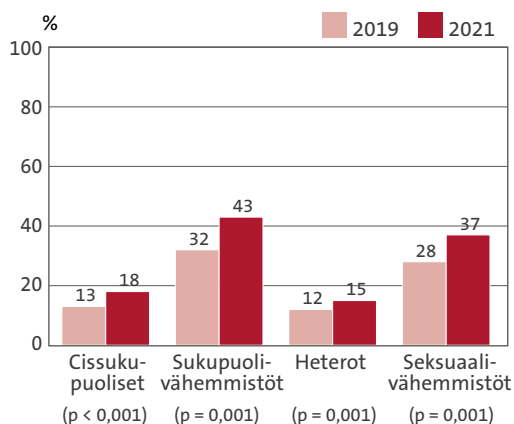
Kouluhyvinvointi

Aiempaa harvempi nuori piti koulunkäynnistä (kuvio 8). Vuonna 2021 sukupuolivähemmistönuorista noin kaksi viidestä ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista noin puolet piti koulunkäynnistä. Osuudet laskivat yhdeksän prosenttiyksikköä vuodesta 2019 (taulukko 8). Muilla nuorilla muutos ei ollut yhtä suuri; noin kaksi kolmesta ilmoitti pitävänsä koulunkäynnistä poikkeusaikanakin. Kaikista nuorista yleisimmin koulunkäynnistä pitivät ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat.

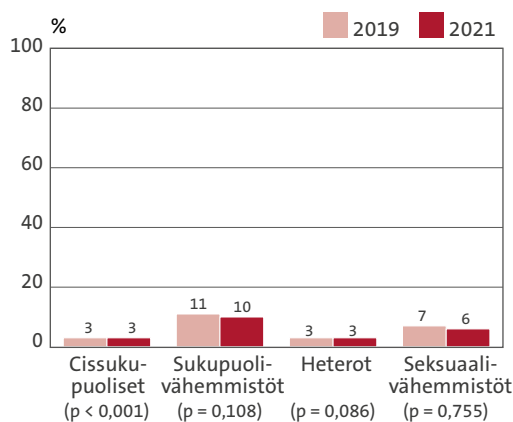
Koulu-uupumus yleistyi kaikilla nuorilla poikkeusaikana. Sateenkaarinuorilla uupumus oli kuitenkin yli kaksi kertaa muita nuoria yleisempää molempina tutkimusvuosina. (kuvio 9.) Sateenkaarinuorista noin kaksi viidestä ja muista nuorista alle viidennes koki poikkeusaikana koulu-uupumusta, molemmissa ryhmissä perusopetuksessa ja lukiossa opiskelevat ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevia yleisemmin (taulukko 9).



Kuvio 8. Pitää koulunkäynnistä. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.



Kuvio 9. Koulu-uupumus. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.



Kuvio 10. Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

Koulukiusaamiskokemukset pysyivät samalla tasolla tutkimusvuosina (kuvio 10). Sateenkaarinuoret kokivat kiusaamista muita useammin. Vuonna 2021 kaikista sukupuoli-vähemmistönuorista joka kymmenes ja seksuaalivähemmistönuorista hieman alle joka kymmenes kertoi kokeneensa kiusaamista vähintään kerran viikossa. Kiusaamiskokemuksia oli vähemmän lukiossa ja ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevilla sateenkaarinuorilla (taulukko 10). Muista nuorista koulukiusaamisesta raportoi noin kolme prosenttia. Myös heillä kiusaamiskokemuksia oli enemmän perusopetuksessa opiskelevilla.

Kaikista nuorista etäopetuksessa yli kahden kuukauden ajan oli ollut vuoden 2020 syksyllä 13 prosenttia ja vuoden 2021 keväällä 21 prosenttia. Tukea ja apua oppimiseen vuonna 2021 oli saanut noin 60 prosenttia tutkimukseen osallistuneista.

Joidenkin Helsingin yliopiston HLBTI-kyselyyn vastanneiden mukaan kiusaaminen ja epäasiallinen kohtelu oli etäopiskelun takia vähentynyt. Kolmasosan mielestä poikkeusaika oli vähentänyt riskiä tulla syrjityksi tai kohdelluksi huonosti oppilaitoksessa. Useimmilla etäopis-

kelu oli kuitenkin aiheuttanut muun muassa keskittymisvaikeuksia (65 %) ja yksinäisyyttä (59 %).

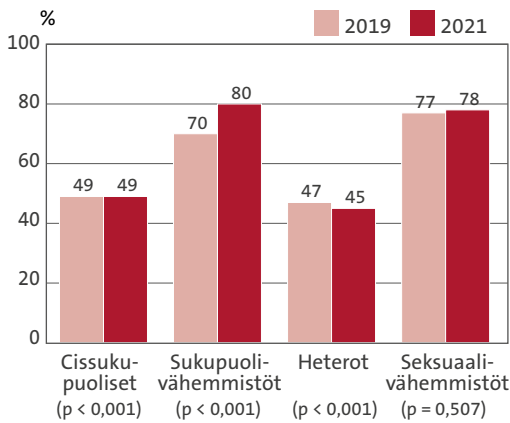
Keväällä kaikki oikeastaan pysähtyi moneksi kuukaudeksi, oli hankala keskittyä mihinkään, kun tuntui että koko maailma hajoaa ympärillä.

Olen jatkuvasti ennen koronavirusta kokenut syrjintää koulussani, mutta nyt kun olen saanut opiskella kokonaan etänä, ovat stressitasoni laskeneet ja olen saanut opiskeltua paremmin.

Langan päässä kamera kiinni opiskellessa ei tarvitse näyttää naamaa ja täten omaa erilaisuuttaan, joka pahana päivänä on ihan mukavaa (ei tule kummallisia katseita tai kommentteja).

Nuorten vapaa-aika

Sukupuolivähemmistöihin kuuluvilla nuorilla taiteen ja kulttuurin harrastaminen lisääntyi poikkeusaikana (kuvio 11). Vuonna 2021 heistä



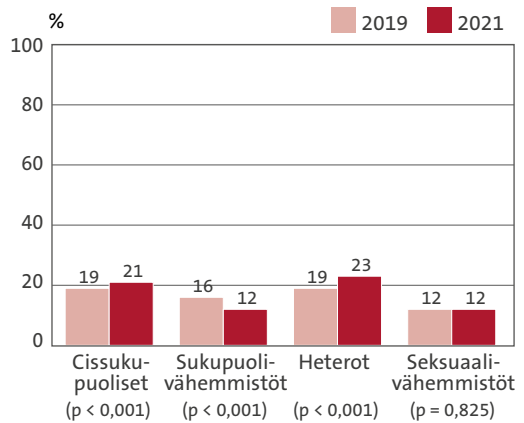
Kuvio 11. Harrastaa taidetta ja kulttuuria vähintään yhtenä päivänä viikossa. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

peräti neljä viidestä vastasi harrastavansa kulttuuria vähintään kerran viikossa. Seksuaalivähemmistöihin kuuluvista kulttuuria harrasti viikoittain molempina tutkimusvuosina yli kolme neljästä (taulukko 11). Muilla nuorilla vastaava osuus oli noin puolet.

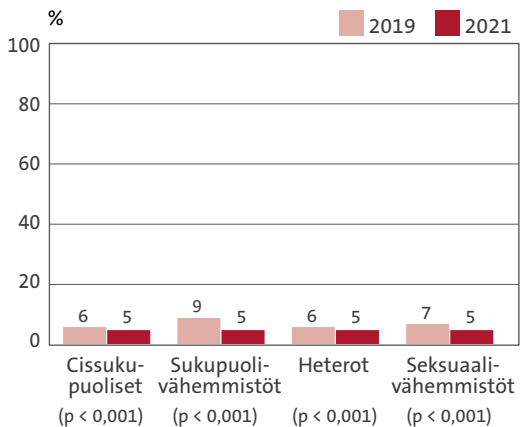
Sateenkaarinuorilla liikunnan harrastaminen säilyi ennallaan tai vähentyi hieman vuosien 2019 ja 2021 välillä. Heistä noin joka kymmenes ilmoitti harrastavansa liikuntaa vähintään tunnin päivässä vuonna 2021. (Kuvio 12; taulukko 12.) Muilla nuorilla liikuntaa päivittäin harrastavien osuus kasvoi hieman vuonna 2021.

Sateenkaarinuorten alkoholinkäyttö vähentyi. Vuonna 2019 sateenkaarinuorista hieman alle joka kymmenes ja vuonna 2021 noin viisi prosenttia vastasi käyttävänsä alkoholia viikoittain. Vastaavasti muista nuorista alkoholia vastasi käyttävänsä viikoittain noin viisi prosenttia molempina vuosina. (Kuvio 13; taulukko 13.)

Nuorten netinkäyttö lisääntyi vuosien 2019 ja 2021 välillä (kuvio 14; taulukko 14–16). Vuonna 2021 yhteensä 35 prosenttia sateenkaarinuorista oli yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä siinä onnistumatta. Muilla nuorilla

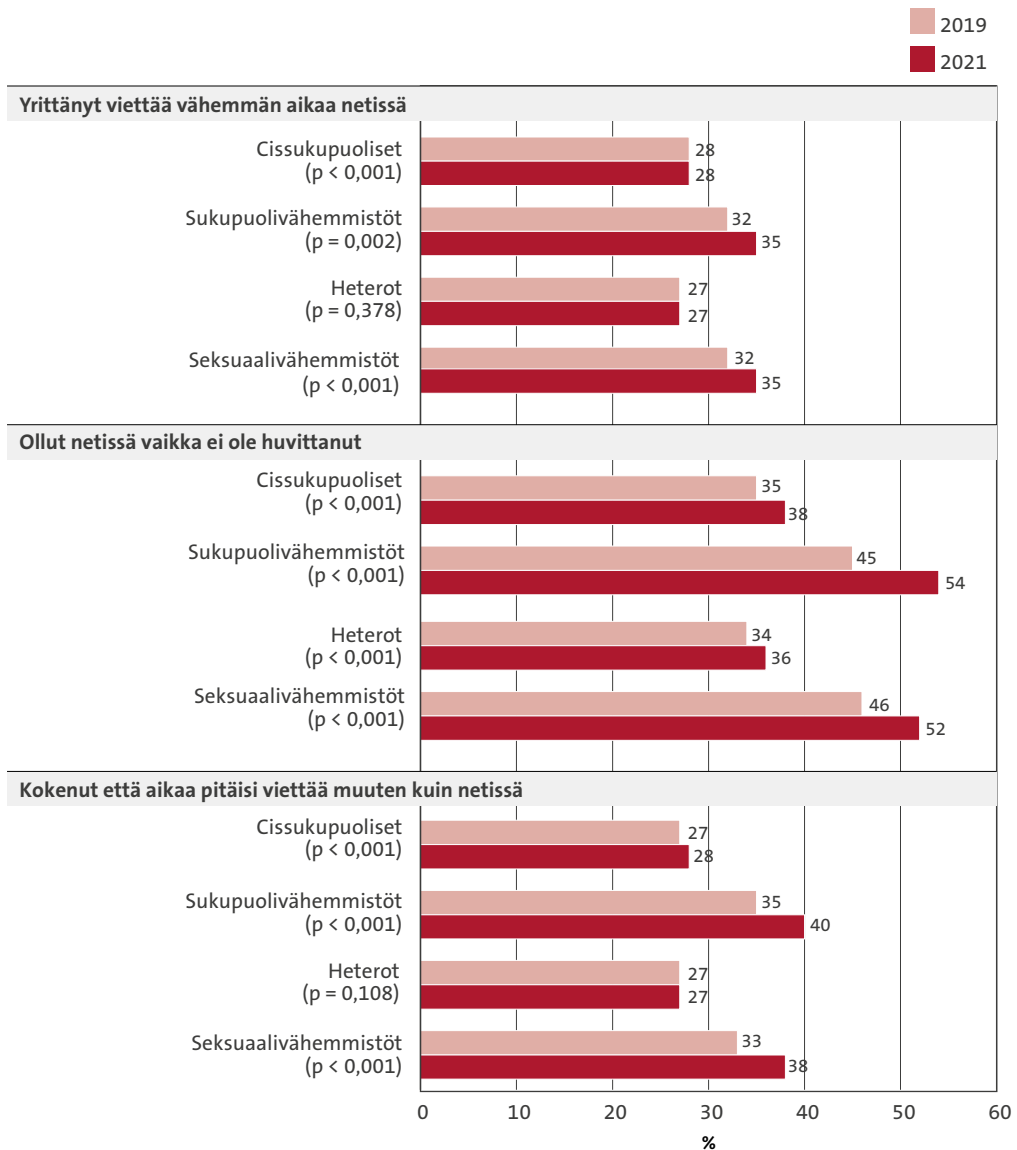


Kuvio 12. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.



Kuvio 13. Käyttää alkoholia viikoittain. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

rilla vastaava osuus oli noin neljännes. Vuonna 2019 sateenkaarinuorista noin 45 prosenttia ja vuonna 2021 yli 50 prosenttia oli ollut usein netissä, vaikkei olisi huvittanut. Muilla nuorilla



Kuvio 14. Nettiriippuvuuden osa-alueita. Prosenttiosuudet seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolen kokemuksen mukaan vuosina 2019 ja 2021. Lähde: THL Kouluterveyskysely.

vastaavat osuudet olivat noin 35 ja 40 prosenttia. Vuonna 2019 sateenkaarinuorista noin kolmasosa ja vuonna 2021 noin kaksi viidestä oli kokenut usein, että aikaa pitäisi viettää muutoin kuin netissä. Muista näin koki molempina vuosina vähän yli neljännes vastaajista.

Helsingin yliopiston HLBTI-kyselyyn vastanneista alle 30-vuotiaista yli puolet (59 %) harrasti poikkeusaikana liikuntaa aiempaa vähemmän. Toisaalta osa nuorista liikkui aiempaa enemmän (23 %). Liikunnan väheneminen aiheutti vastaajille ongelmia.

Koska koronan vuoksi kamppailulajitreenit jäivät pois, anorektinen käyttäytymiseni lisääntyi liiallisella juoksemisella ja liian vähäisellä ruokailulla.

Poikkeusajan seurauksena nuoret vastasivat osallistuneensa vähemmän harrastustoimintaan (72 %), nuorisotoimintaan (9 %) sekä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjärjestöjen toimintaan (27 %).

Minua harmittaa myös, etten ole voinut osallistua juurikaan vertaisryhmiin koska niitä ei ole järjestetty kaupungissani korona-aikana.

Myös sateenkaarijärjestöissä ongelma tunnistettiin:

Nuorten osalta olemme saaneet yhteydenottoja nuorisotyöntekijöiltä, koska kevät on ollut raskas ja kasvokkaista vertaistukea jo kaivataan, mutta emme ole voineet tarjota mitään, koska turvallisuussyistä kokoontumiset ja leirit on kesältä 2020 peruttu.

Lisäksi nuorten vierailut vähemmistöille suunnatuissa tapaamispaikoissa, kuten baareissa, vähenivät (47 %). Osa oli tämän seurauksena vähentänyt alkoholin käyttöään (20 %), mutta osa taas käytti alkoholia aiempaa useammin (13 %).

Kavereiden spontaani näkeminen baareissa isolla porukalla on vähentynyt.

Olen huomannut alkoholin kotikulutuksen nousevan ja ulkoliikunnan vähentyneen jonkin verran.

Johtopäätökset

Kouluterveyskyselyn mukaan hyvinvointi heikentyi poikkeusaikana sekä sateenkaarinuorilla että cis- ja heteronuorilla. Sateenkaarinuorilla

- ja heistä erityisesti sukupuolivähemmistöihin kuuluvilla nuorilla, oli kuitenkin hyvinvointiin liittyviä ongelmia ja huolia huomattavasti useammin kuin muilla nuorilla. Sukupuolivähemmistönuorilla oli useammin huoli omasta mielialasta ja enemmän mielenterveysongelmia kuin seksuaalivähemmistöihin kuuluvilla. Myös koulu-uupumus lisääntyi, ja koulunkäynnistä pitävien osuus laski poikkeusaikana, mutta koulukiusaamiskokemuksissa ei tapahtunut muutosta. Helsingin yliopiston HLBTI-kyselyn mukaan ongelmat lisääntyivät poikkeusaikana sateenkaarinuorilla vanhempia sateenkaarivas-taajia useammin.

Sateenkaarinuorten ongelmallista lähtötilannetta ja tilanteen pahenemista selittävät muita nuoria heikompi hyvinvointi, osallisuuden kokemus, koettu terveys, kouluhyvinvointi, yksinäisyys sekä syrjintä- ja väkivaltakokemukset (Jokela ym. 2020; Korpilahti ym. 2019). Lisäksi vähemmistöstressi ja ympäristön heteronormatiivisuus ovat kuormittaneet sateenkaarinuorten hyvinvointia jo ennen poikkeusaikaa (Lehtonen 2021a). Erityisesti transnuoret kokevat paljon elinympäristöstä tulevia paineita, jotka vaikuttavat sukupuolen kokemiseen ja voivat heikentää psyykkistä hyvinvointia (Turban ym. 2021). Kouluympäristössä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia voidaan ohjata tai jopa painostaa käyttäytymään perinteisten sukupuoliodotusten mukaisesti (Lehtonen 2018).

Heteronormatiivisessa ajattelutavassa nähdään ihmisten olevan joko miehiä, joilla on miehen ruumis ja jotka toimivat maskuliinisesti, tai naisia, joilla on naisen ruumis ja jotka toimivat feminiinisesti (Lehtonen 2018). Lisäksi ajattelutapaan sisältyy oletus heteroseksuaalisuudesta (Butler 1990). Heteronormatiivinen ajattelutapa on edelleen vahva myös nuorten elämässä ja koulumaailmassa, vaikka sitä pyritään purkamaan erilaisin keinoin. Lisäksi nuoret voivat itsekin aktiivisesti kyseenalaistaa opetuksen normatiivisuutta. Kuitenkin Tasa-arvobarometrin 2017 (Attila ym. 2018) tulokset osoittivat, että päätoimisesti opiskelevista miehistä puolet ja naisista jopa kolmannes kertoi, ettei opetukses-

sa juuri käsitellä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä.

Sateenkaarinuorilla ei ole useinkaan keinoja eikä välttämättä tukea suojautua pandemian mukanaan tuomilta lisäpaineilta, jolloin kuormituksen kasautuminen voi johtaa muita nuoria merkittävämpään psyykkisen terveyden heikkenemiseen. Tukea antavien palvelujen saatavuus kuten perusterveydenhuollon palvelujen ja transnuorten sukupuoli-identiteettitutkimuksiin liittyvien palvelujen saatavuus on myös vaikeutunut pandemian aikana. (Hakulinen 2020; Kestilä ym. 2021; Valtioneuvosto 2021). Lisäksi meneillään oleva translain uudistamisen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2022) prosessi on saattanut olla erityisen kuormittava transnuorille.

Vaikeudet kotona ovat voineet aiheuttaa sateenkaarinuorille muita nuoria enemmän stressiä ja mielenterveysoireilua koulujen sulkemisen aikana (Salerno ym. 2020). HLBTI-kyselyssä nousivat esille nuorten suhteet vanhempiinsa. Järjestöissä on pelätty lisääntyneen kotona vietetyn ajan heikentävän erityisesti niiden nuorten hyvinvointia, jotka jo ennen poikkeusaikaa jäivät vaille vanhempien tukea identiteetin ilmaisussaan ja elämässään. Poikkeusaika lisäsi perheen kanssa vietettyä aikaa noin kolmanneksella, mutta perheessä oli myös riitoja lähes yhtä suurella osuudella.

Poikkeusajan kielteiset vaikutukset erityisesti sateenkaarinuorten mielen hyvinvointiin on todettu myös kansainvälisesti (Gonzales ym. 2020; Perl ym. 2021). Yksinäisyyden lisääntyminen on monien tutkimusten mukaan yleinen ja jaettu korona-ajan kokemus (Parikka 2020a & 2020b; Kestilä ym. 2021; Klemetti ym. 2021). Sateenkaarinuorten yksinäisyys vuonna 2021 oli kuitenkin poikkeuksellisen yleistä.

Kouluterveyskyselyn tulosten mukaan sukupuolivähemmistönuoret olivat ainoa tarkastelluista ryhmistä, jossa liikunnan harrastaminen väheni poikkeusaikana. Toisaalta positiivista oli se, että alkoholin käyttö ei lisääntynyt. Koska sekä liikunta että sateenkaarinuorten suosimat taide- ja kulttuuriharrastukset tukevat nuorten

hyvinvointia ja positiivista mielenterveyttä, on tärkeää edistää sateenkaarinuorten liikunnallista aktiivisuutta varmistamalla kaikille turvallinen osallistuminen koululiikuntaan ja liikuntaharrastuksiin. Tätä edesauttaa sukupuoli- ja heteronormatiivisuuden purkaminen liikunnanopetuksessa ja harrastustoiminnassa sekä yhdenvertaisuuden huomioiminen liikuntatilojen suunnittelussa esimerkiksi tarjoamalla sukupuolineutraalit WC- ja peseytymistilat (Berg & Kokkonen 2021).

Kouluterveyskyselyn nettiriippuvuutta koskevat kysymykset osoittavat, että netin käyttö lisääntyi vuosien 2019 ja 2021 välillä, erityisesti sateenkaarinuorilla. Syitä tähän voi olla monia, esimerkiksi yksinäisyys ja nuorten lisääntynyt oleskelu kotona, kun koulut ja muut tapaamispaikat ovat olleet kiinni. Tähän on kiinnitettävä huomiota, sillä vaikka netin käyttö mahdollistaa esimerkiksi nuorten välisen yhteydenpidon ja vertaistuen saamisen, voi netissä vietetty aika riistäytyä käsistä ja muuttua pakonomaiseksi. Tämä voi vaikuttaa haitallisesti esimerkiksi koulunkäyntiin ja johtaa mielenterveydenongelmiin tai syventää jo olemassa olevia ongelmia (Tóth-Király ym. 2021).

Kuten Kouluterveyskyselyn tulokset osoittavat, on sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä hyvä tarkastella omina ryhminään ryhmien välillä ja sisällä esiintyvien erojen vuoksi (Newcomb ym. 2020; Batchelder ym. 2021). Jatkossa sukupuoliryhmittäinen tarkastelu on mielekästä sekä seksuaali- että sukupuolivähemmistöjen terveyttä ja hyvinvointia tutkittaessa. Lisäksi sukupuolen ja seksuaalisuuden kanssa risteävät tekijät kuten vammaisuus tai etninen tausta, on jatkossa hyvä ottaa huomioon. (Salerno ym. 2020; Lehtonen 2018.) Myös monet muut tekijät kuten sosioekonominen asema ja asuinalue vaikuttavat nuorten hyvinvointiin. Osassa tutkimuksista asuinalueen merkitys poikkeusaikana korostui sateenkaarinuorilla ja teki näkyväksi alueellisia eroja (Lehtonen 2020 & 2021b).

Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat tarpeen vahvistaa nuorille suunnattujen mielenterveyspalvelujen saatavuutta, ja varmistaa, että

palvelut ovat kaikille turvallisia ja saavutettavia. On tärkeää varmistaa, että henkilöstöllä on riittävää osaamista sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudesta. Sateenkaari-nuorten vanhemmat tarvitsevat tietoa ja ohjausta voidakseen tukea nuoria ja edistää nuorten hyvinvointia. Parantamalla sateenkaari-ihmisten oikeuksia voidaan lisätä hyvinvointia ja vähentää psykososiaalisten palveluiden tarvetta. Yhdenvertaisuuden ja sukupuolten tasa-arvon edistäminen edellyttää, että koulut, oppilaitokset, nuorisoi- ja kulttuuri- ja liikuntatoimijat huolehtivat seksuaalisuuteen ja sukupuolen moninaisuuteen liittyvän syrjinnän, väkivallan, häirinnän ja muun epäasiallisen kohtelun ennaltaehkäisystä ja nollatoleranssista.

Tämän tutkimuksen tulokset tukevat oikeusministeriön toimeksiannosta tehdyn selvityksen (Pihlajamaa 2021) suositusta seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien tilanteen selvittämisestä läpileikkaavasti väestöön kohdistetuissa kyselyissä ja barometreissa. Suosituksissa todetaan, että tiedonkeruussa ja tutkimuksissa on huomioitava moniperusteinen syrjintä ja risteävä eriarvoisuus.

Tutkittu tieto antaa vankan pohjan nuorten hyvinvointia edistävien toimien kohdentamiseen. Nuoret on erittäin tärkeä ottaa mukaan tasa-arvon edistämistyöhön ja suunnittelemaan heille kohdennettuja hyvinvointia edistäviä palveluja.

Lähteet

- Ancheta, April & Bruzzese, Jean-Marie & Hughes, Tonda (2021). The Impact of Positive School Climate on Suicidality and Mental Health Among LGBTQ Adolescents: A Systematic Review. *The Journal of School Nursing* 37(2): 75–86. doi: 10.1177/1059840520970847.
- Attila, Henna & Pietiläinen, Marjut & Keski-Petäjä, Minna & Hokka, Päivi & Nieminen, Markku (2018). Tasa-arvobarometri 2017. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 8/2018. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Batchelder, Abigail & Stanton, Amelia & Kirakosian, Norik & King, Dana & Grasso, Chris & Potter, Jennifer & Mayer, Kenneth & O’Cleirigh, Conall (2021). Mental Health and Substance Use Diagnoses and Treatment Disparities by Sexual Orientation and Gender in a Community Health Center Sample. *LGBT Health* 8(4): 290–299. doi: 10.1089/lgbt.2020.0293.
- Berg, Päivi & Kokkonen, Marja (2021). Heteronormativity meets queering in physical education: the views of PE teachers and LGBTIQ+ students. *Physical Education and Sport Pedagogy*, DOI: 10.1080/17408989.2021.1891213
- Bishop, Anna & Overcash, Francine & McGuire, Jennifer & Reicks, Marla (2020). Diet and Physical Activity Behaviors Among Adolescent Transgender Students: School Survey Results. *Journal of Adolescent Health* 66(4): 484–490. doi: 10.1016/j.jadohealth.2019.10.026.
- Bochicchio, Lauren & Reeder, Kelsey & Aronson, Lauren & McTavish, Charles & Stefancic, Ana (2021). Understanding Factors Associated with Suicidality Among Transgender and Gender-Diverse Identified Youth. *LGBT Health* 8(4): 245–253. doi: 10.1089/lgbt.2019.0338.
- Bouris, Alida & Guilamo-Ramos, Vincent & Pickard, Angela & Shiu, Chengshi & Loosier, Penny & Dittus, Patricia & Gloppen, Kari & Waldmiller, Michael (2010). A systematic review of parental influences on the health and well-being of lesbian, gay, and bisexual youth: time for a new public health research and practice agenda. *The Journal of Primary Prevention* 31(5-6): 273–309. doi: 10.1007/s10935-010-0229-1.
- Butler, Judith (1990). *Gender Trouble*. London & New York: Routledge.
- Gonzales, Gilbert & Loret de Mola, Emilio & Gavallic, Kyle & McKay, Tara & Purcell, Christopher (2020). Mental Health Needs Among Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender College Students During the COVID-19 Pandemic. *The Journal of Adolescent Health* 67(5): 645–648. doi: 10.1016/j.jadohealth.2020.08.006.
- Hakulinen, Tuovi & Hietanen-Peltola, Marke & Hasturp, Arja & Vaara, Sarianna & Jahnukainen, Johanna & Varonen, Päivi (2021). ”Pahin syksy ikinä” Lasten, nuorten ja perheiden peruspalvelut koronasyksynä 2020. Työpaperi 37/2020. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL). <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-579-7> (luettu 16.6.2022.)
- Jokela, Satu & Luopa, Pauliina & Hyvärinen, Anni & Ruuska, Tupu & Martelin, Tuija & Klemetti, Reija (2020). *Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien nuorten hyvinvointi: Koulu- ja terveysministeriön tuloksia 2019*. Työpaperi 38/2020. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL). <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-580-3> (luettu 26.1.2022.)

- Keating, Axel & Lehtonen, Jukka (2022) Intersex traits and variations of sex characteristics in education: a Finnish context. Project Report. Intersex: New Innovative Approaches (INIA). Dublin: Dublin City University. <https://doras.dcu.ie/26683/> (luettu 21.2.2022.)
- Kestilä, Laura & Jokela, Merita & Härmä, Vuokko & Rissanen, Pekka (2021). Covid19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, kevät 2021. Raportti 03/2021. Helsinki: Terveystyön ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-649-7> (luettu 26.1.2022.)
- Kestilä, Laura & Karvonen, Sakari (toim.) (2019) Suomalaisten hyvinvointi 2018. Helsinki: Terveystyön ja hyvinvoinnin laitos.
- Kjaran, Jón Ingvar & Lehtonen, Jukka (2017). Windows of opportunities: Nordic perspectives on sexual diversity in education. *International Journal of Inclusive Education* 22(10): 1035–1047. doi: 10.1080/13603116.2017.1414319.
- Klemetti, Reija & Vuorenmaa, Maaret & Ervasti, Eetu & Helakorpi Satu & Lammi-Taskula, Johanna (2021). Vauvaperheiden vanhempien kokemat huolet ja muutokset sosiaalisissa suhteissa ja jaksamisessa koronaepidemian aikana. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti* 58(3): 284–303.
- Korpilahti, Ulla & Kettunen, Hanna & Nuotio, Erika & Jokela, Satu, Nummi, Vuokko Maria & Lillsunde, Pirjo (toim.) (2019). Väkivallaton lapsuus: toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025. Sosiaali- ja terveystieteiden julkaisuja 2019:27.
- Lahtinen, Jenni & Laine, Riku & Pitkänen, Tuuli (2021). Koronaan liittyvät kokemukset stressaavat nuoria. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakokulma78> (luettu 26.1.2022.)
- Lehtonen, Jukka (2018). Ei-heteroseksuaalisten poikien ja transnuorten kokemukset ja valinnat koulutuksessa. Teoksessa Kivijärvi, Antri & Huuki, Tuija & Lunabba, Harry (toim.). *Poikatuutkimus*. Tampere: Vastapaino. 121–145.
- Lehtonen, Jukka (2020). Yhdenvertainen virus? HLB-TI-ihmiset koronakriisissä. <https://politiikasta.fi/yhdenvertainen-virus-hlbt-ihmiset-koronakriisissa/> (luettu 26.1.2022.)
- Lehtonen, Jukka (2021a). Heteronormative violence in schools: Focus on homophobia, transphobia and the experiences of trans and non-heterosexual youth in Finland. Teoksessa Odenbring, Ylva & Johansson, Thomas (toim.). *Violence, Victimization and Young People*. Cham: Springer. 155–172.
- Lehtonen, Jukka (2021b). Pääkaupunkiseudun sateenkaariväki koronakriisissä. <https://www.kvartti.fi/fi/artikkelit/paakaupunkiseudun-sateenkaarivaki-koronakriisissa> (luettu 26.1.2022.)
- Marshal, Michael & Dietz, Laura & Friedman, Mark & Stall, Ron & Smith, Helen & McGinley, James & Thoma, Brian & Murray, Pamela & D’Augelli, Anthony & Brent, David (2011). Suicidality and depression disparities between sexual minority and heterosexual youth: a meta-analytic review. *The Journal of Adolescent Health* 49(2): 115–23. doi: 10.1016/j.jadohealth.2011.02.005.
- McConnell, Elizabeth & Birkett, Michelle & Mustanski, Brian (2016). Families Matter: Social Support and Mental Health Trajectories Among Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Youth. *The Journal of Adolescent Health* 59(6): 674–680. doi: 10.1016/j.jadohealth.2016.07.026.
- Miranda-Mendizábal, Andrea & Castellví, Pere & Parés-Badell, Oleguer & Almenara, J & Alonso, I & Blasco, Maria & Cebrià, A & Gabilondo, A & Gili, Margalida & Lagares, Carolina & Piqueras, Jose & Roca, Miquel & Rodríguez-Marín, J & Rodríguez-Jiménez, Tiscar & Soto-Sanz, Victoria & Vilagut, Gemma & Alonso, Jordi (2017). Sexual orientation and suicidal behaviour in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry* 211(2): 77–87. doi: 10.1192/bjp.bp.116.196345.
- Newcomb, Michael & Hill, Ricky & Buehler, Kathleen & Ryan, Daniel & Whitton, Sarah & Mustanski, Brian (2020). High Burden of Mental Health Problems, Substance Use, Violence, and Related Psychosocial Factors in Transgender, Non-Binary, and Gender Diverse Youth and Young Adults. *Archives of Sexual Behavior* 49(2): 645–659. doi: 10.1007/s10508-019-01533-9.
- O’Brien, Rory & Parra, Luis & Cederbaum, Julie (2021). “Trying My Best”: Sexual Minority Adolescents’ Self-Care During the COVID-19 Pandemic. *The Journal of Adolescent Health* 68(6): 1053–1058. doi: 10.1016/j.jadohealth.2021.03.013.
- Ormiston, Cameron K & Williams, Faustine (2022). LGBTQ youth mental health during COVID-19: unmet needs in public health and policy. *Lancet* 399(10324): 501–503. doi: 10.1016/S0140-6736(21)02872-5.
- Parikka, Suvi & Ikonen, Jonna & Koskela, Timo & Hedman, Lilli & Kilpeläinen, Katri & Aalto, Anna-Mari & Sainio, Päivi & Ilmarinen, Katja & Holm, Marja & Lundqvist, Annamari (2020a). Koronan vaikutukset vaihtelevat alueittain – eroja myös ikäänntyneillä sekä toimintarajoitteilla verrattuna muuhun väestöön. Kansallisen FinSote-tutkimuksen ennakkotuloksia syksyllä 2020. Verkkotutkimus: thl.fi/finnote (luettu 27.1.2022.)

- Parikka, Suvi & Koskela, Timo & Ikonen, Janna & Kilpeläinen, Katri & Hedman, Lilli & Koskinen, Seppo & Lounamaa, Anne (2020b). Kansallisen terveysterveys-, hyvinvointi ja palvelututkimus FinSoten perustulokset 2020. Verkkojulkaisu: thl.fi/finnote (luettu 27.1.2022.)
- Pelastakaa Lapset (2020). Lapsen ääni 2020: Lasten näkemyksiä koronakeväästä. https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/pelastakaalapsset/main/2020/05/22105112/Lapsen_aani_2020_FI_web.pdf (luettu 27.1.2022.)
- Pereira, Henrique & Pedro, Jéssica & Mendes, Cindy & Duarte, Mariana & Silva, Patricia G (2021). Psychosocial Impacts of COVID-19 Pandemic on Lesbian, Gay, and Bisexual People Living in Portugal and Brazil – A Qualitative Study. *Journal of Psychosexual Health* 3(2): 46–159. doi: 10.1177/263183182111017466.
- Perl, Liat & Oren, Asaf & Klein, Zohar & Shechner, Tomer (2021). Effects of the COVID19 Pandemic on Transgender and Gender Non-Conforming Adolescents' Mental Health. *Psychiatry Research* 302: 114042. doi: 10.1016/j.psychres.2021.114042.
- Pihlajamaa, Matti (toim.) (2021). Kohti sateenkaariystävällisempää Suomea: Tilannearvio seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen perus- ja ihmisoikeuksien toteutumisesta Suomessa 2021. Oikeusministeriön julkaisuja, Selvityksiä ja ohjeita 2021:26. Helsinki: Oikeusministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-259-939-1> (luettu 27.1.2022.)
- Pollitt, Amanda & Mallory, Allen (2021). Mental and Sexual Health Disparities Among Bisexual and Unsure Latino/a and Black Sexual Minority Youth. *LGBT Health* 8(4): 254–262. doi: 10.1089/lgbt.2020.0374.
- Repo, Juuso & Poskiparta, Elisa & Herkama, Sanna & Salmivalli Christina (2020) Koululaisten koronakevät -tutkimuksen tulokset (Power BI -tiedosto). Turun yliopisto 2020. <https://bit.ly/koronakevat> (luettu 6.6.2022.)
- Salasuo, Mikko (toim.) (2020). Harrastamisen äärelä – Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2020. Valtion nuorisoneuvoston julkaisuja 68. Helsinki: Valtion nuorisoneuvoston & Nuorisotutkimusseura & opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Salasuo, Mikko & Lahtinen, Jenni (2021). ”Edelleen harmittava”- Nuorten kokemus harrastamisen keskeytyksestä korona-aikana ja sen yhteys vapaa-ajan tyytyväisyyteen. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakokulma79> (luettu 27.1.2022.)
- Salerno, John & Devadas, Jackson & Pease, M & Nketia, Bryanna & Fish, Jessica (2020). Sexual and Gender Minority Stress Amid the COVID-19 Pandemic: Implications for LGBTQ Young Persons' Mental Health and Well-Being. *Public Health Reports* 135(6): 721–727. doi: 10.1177/0033354920954511.
- Salerno, John & Shrader, Cho-Hee & Algarin, Angel & Lee, Ji-Young & Fish, Jessica (2021). Changes in alcohol use since the onset of COVID-19 are associated with psychological distress among sexual and gender minority university students in the U.S. *Drug and Alcohol Dependence* 221:108594. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2021.108594.
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö (2022). Hallituksen esitys laiksi sukupuolen vahvistamisesta sekä siihen liittyvien lakien muuttamisesta. Luettavissa: <https://stm.fi/hanke?tunnus=STM009:00/2021> (luettu 13.6.2022.)
- Tebbe, Elliot & Moradi, Bonnie (2016). Suicide risk in trans populations: An application of minority stress theory. *Journal of Counseling Psychology*, 63(5), 520–533.
- Turban, Jack & Loo, Stephanie & Almazan, Anthony & Keuroghlian, Alex (2021). Factors Leading to “Detransition” Among Transgender and Gender Diverse People in the United States: A Mixed-Methods Analysis. *LGBT Health* 8(4): 273–280. doi: 10.1089/lgbt.2020.0437.
- Tóth-Király, István & Morin, Alexandre J.S. & Hietajärvi, Lauri & Salmela-Aro, Katriina (2021). Longitudinal Trajectories, Social and Individual Antecedents, and Outcomes of Problematic Internet Use Among Late Adolescents. *Child Dev*, 92: e653–e673. <https://doi.org/10.1111/cdev.13525>
- Valtioneuvosto (2020). Lasten ja nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoidossa. Lapsistrategian koronaryhmän raportti lapsen oikeuksien toteutumisesta. Valtioneuvoston julkaisuja 2020:21. Helsinki: Valtioneuvosto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-883-0> (luettu 27.1.2022.)
- Valtioneuvosto (2021). Lapset, nuoret ja koronakriisi. Lapsistrategian koronaryhmän arvio ja esitykset lapsen oikeuksien toteuttamiseksi. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:2. Helsinki: Valtioneuvosto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-674-7> (luettu 28.1.2022.)
- Wennberg, Mikko & Luukkonen, Tuomas & Haila, Katri (2020). Sosiaalihuollon ja lastensuojelun kantokyky koronakriisin aikana. Haastavat tekijät ja uudet ratkaisukeinot kriisistä selviämiseksi. Itlan raportit ja selvitykset 2020:1. Helsinki: Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö sr. <https://itla.fi/selvitys-sosiaalihuollon-ja-lastensuojelun-kantokyky-koronakriisin-aikana-haastavat-tekijat-ja-uudet-ratkaisukeinot-kriisista-selviamiseksi> (luettu 27.1.2022.)

TAULUKKOLIITE

Taulukko 1. Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	76	70
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	48	33
Heterot ($p < 0,001$)	79	75
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	50	42

Taulukko 2. Ollut huolissaan mielialastaan kuluneen 12 kuukauden aikana

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	32	37
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	59	75
Heterot ($p < 0,001$)	29	32
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	66	73

Taulukko 3. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus.

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	12	18
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	31	48
Heterot ($p < 0,001$)	10	15
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	31	43

Taulukko 4. Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	16	22
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	43	57
Heterot ($p < 0,001$)	14	18
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	40	50

Taulukko 5. Kokee terveydentilansa keskinertaiseksi tai huonoksi

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	20	24
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	45	59
Heterot ($p < 0,001$)	18	21
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	44	52

Taulukko 6. Tuntee itsensä yksinäiseksi

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	10	15
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	28	37
Heterot ($p < 0,001$)	9	13
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	26	33

Taulukko 7. Ei yhtään läheistä ystävää

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	8	8
Sukupuolivähemmistöt ($p = 0,251$)	15	14
Heterot ($p = 0,811$)	8	8
Seksuaalivähemmistöt ($p = 0,280$)	12	11

Taulukko 8. Pitää koulunkäynnistä

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	67	64
Sukupuolivähemmistöt ($p = 0,001$)	53	44
Heterot ($p = 0,001$)	68	66
Seksuaalivähemmistöt ($p = 0,001$)	60	51

Taulukko 9. Koulu-uupumus

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	13	18
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	32	43
Heterot ($p < 0,001$)	12	15
Seksuaalivähemmistöt ($p < 0,001$)	28	37

Taulukko 10. Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	3	3
Sukupuolivähemmistöt ($p = 0,108$)	11	10
Heterot ($p = 0,086$)	3	3
Seksuaalivähemmistöt ($p = 0,755$)	7	6

Taulukko 11. Harrastaa taidetta ja kulttuuria vähintään yhtenä päivänä viikossa

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	49	49
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	70	80
Heterot ($p < 0,001$)	47	45
Seksuaalivähemmistöt ($p = 0,507$)	77	78

Taulukko 12. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset ($p < 0,001$)	19	21
Sukupuolivähemmistöt ($p < 0,001$)	16	12
Heterot ($p < 0,001$)	19	23
Seksuaalivähemmistöt ($p = 0,825$)	12	12

Taulukko 13. Käyttää alkoholia viikoittain

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset (p < 0,001)	6	5
Sukupuolivähemmistöt (p < 0,001)	9	5
Heterot (p < 0,001)	6	5
Seksuaalivähemmistöt (p < 0,001)	7	5

Taulukko 16. Kokenut usein, että pitäisi viettää aikaa muutoin kuin netissä

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset (p < 0,001)	27	28
Sukupuolivähemmistöt (p < 0,001)	35	40
Heterot (p = 0,108)	27	27
Seksuaalivähemmistöt (p < 0,001)	33	38

Taulukko 14. Nettiriippuvuuden osa-alueita

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset (p < 0,001)	28	28
Sukupuolivähemmistöt (p = 0,002)	32	35
Heterot (p = 0,378)	27	27
Seksuaalivähemmistöt (p < 0,001)	32	35

Taulukko 15. Huomannut usein olevansa netissä, vaikka ei ole huvittanut

	2019 %	2021 %
Cissukupuoliset (p < 0,001)	35	38
Sukupuolivähemmistöt (p < 0,001)	45	54
Heterot (p < 0,001)	34	36
Seksuaalivähemmistöt (p < 0,001)	46	52