UNIVERSITY OF HELSINKI

https://helda.helsinki.fi

Maahanmuuttajien kouluhyvinvointi

Salmela-Aro, Katariina

Savolainen, H.; Vilkko, R.; Vähäkylä, L.

2017

http://hdl.handle.net/10138/315968

Salmela-Aro, K 2017, Maahanmuuttajien kouluhyvinvointi. julkaisussa H Savolainen, R Vilkko & L Vähäkylä (toim), Oppimisen tulevaisuus. Tutkitusti, Gaudeamus, Helsinki, Sivut 93-105.

Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository. https://helda.helsinki.fi
This is an electronic reprint of the original article.
This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.
Please cite the original version.

Maahanmuuttajien kouluhyvinvointi

Katariina Salmela-Aro

Kun maailma muuttuu, tulee koulunkin muuttua. Koska tulevaisuuden yhteiskunta on yhä monikulttuurisempi, tulevaisuuden koulun tulee luoda nuorille sopeutumiskykyä, sisukkuutta ja sosiaalisia yhteistyötaitoja, joita monikulttuurisessa yhteiskunnassa tarvitaan. Koulun tulee valaa etenkin maahanmuuttajanuoriin uskoa heidän omiin vahvuuksiinsa ja kehittymismahdollisuuksiinsa muuttuvassa monikulttuurisessa maailmassa. Onnistumisten kautta nuoret oppivat ja kehittyvät. Lannistamisen sijaan koulun tulee kannustaa maahanmuuttajanuoria ja auttaa heitä löytämään omia vahvuuksiaan ja omaa paikkaansa. Koulun pitääkin pystyä lunastamaan asemansa paikkana, jossa jokainen saa olla oma itsensä mutta jossa nuori tulee myös haastetuksi emotionaalisesti, sosiaalisesti ja tiedollisesti kehittymään sellaiseksi kuin hän haluaa.

Maahanmuuttajien määrä on kasvanut viime vuosina voimakkaasti niin Suomessa kuin muissakin Euroopan maissa. Kouluhyvinvointi ja menestyminen koulussa on maahanmuuttajanuorille tärkeää heidän sopeutumisessaan uuteen kulttuuriin. Valitettavasti OECD:n Suomi-raportti vuodelta 2016 osoittaa, että Suomessa on OECD:n Euroopan maiden suurin kuilu maahanmuuttajanuorten ja kantaväestön nuorten koulumenestymisessä. Maahanmuuttajien kouluhyvinvointia on toistaiseksi tutkittu Suomessa vähän. Suurin

osa tutkimuksista on tehty Yhdysvalloissa. Maahanmuuttajien kouluhyvinvoinnin ja koulumenestymisen tutkiminen Suomessa – maassa, jossa koulumenestyminen kansainvälisissä vertailuissa on edelleen varsin korkealla tasolla – voi luoda uusia näkökulmia aiheen tutkimukseen myös muualla.

Kouluhyvinvointi

Tässä kirjoituksessa tarkastellaan maahanmuuttajanuorten kouluhyvinvointia ja menestymistä. Kouluhyvinvointi määritellään kahden keskeisen käsitteen, kouluinnon ja koulu-uupumuksen avulla. Kouluinnossa yhdistyvät tarmokkuus, uppoutuminen ja omistautuminen koulunkäyntiin. Tarmokas oppilas on sinnikäs, näkee vaivaa ja suhtautuu kouluun myönteisesti. Uppoutumisella puolestaan tarkoitetaan opiskeluun liittyvää flow'ksikin kutsuttua virtauskokemusta. Virtauksen tilassa oppilas menettää ajantajunsa ja uppoutuu täysin opiskeluun. Omistautumiseen taas liittyvät kokemukset opiskelun merkityksellisyydestä. Myönteisten kokemusten vastapuolena on koulu-uupumus. Sitä ilmentävät uupumusasteinen väsymys, kyyninen, kielteinen suhtautuminen koulunkäyntiin ja riittämättömyyden tunne opiskelijana.

Kouluhyvinvointia voidaan tarkastella vaatimus–resurssi-mallin mukaan. Nuorten muuttuvien resurssien ja psykologisten tarpeiden ja koulun vaatimusten välinen epäsuhta aiheuttaa koulu-uupumusta. Vaatimusten ja resurssien kohtaaminen taas johtaa myönteiseen kokemukseen, kouluintoon. Nuorille keskeisiä psykologisia tarpeita ovat itsenäisyyden, yhteenkuulumisen ja aikaansaamisen tarpeet. Jos koulu ei mahdollista näiden tarpeiden täyttämistä, eli vaatimukset ja resurssit eivät kohtaa, kasvaa nuorten – niin maahanmuuttajien kuin kaikkien muidenkin nuorten – riski uupua ja jopa syrjäytyä.

Koulu on keskeinen tekijä maahanmuuttajanuorten sopeutumisessa uuteen yhteiskuntaan. OECD:n vuoden 2012 raportin mukaan

paras tapa mitata sitä, miten maahanmuuttajat ovat sopeutuneet uuteen kulttuuriin, on tutkia, miten maahanmuuttajien lapset voivat. Maahanmuuttajat eivät tietenkään ole yksi yhtenäinen ryhmä, vaan suuria eroja syntyy muun muassa etnisen taustan, lähtömaan ja yksilöllisten tekijöiden, kuten sosiaalisten ja henkilökohtaisten resurssien vaikutuksesta. Jotkut maahanmuuttajanuoret voivat haasteista huolimatta erittäin hyvin.

Kehityksellinen näkökulma

Maahanmuuttajanuorten kouluhyvinvointia ja sopeutumista esitellään seuraavassa psykososiaalisen kehityksellisen näkökulman avulla. Maahanmuuttajanuoret, kuten muutkin nuoret, muuttuvat ja kehittyvät jatkuvasti ja kohtaavat erilaisia psykososiaalisia kehitystehtäviä. Tämän lisäksi maahanmuuttajanuoret voivat kokea maahanmuuttoon liittyviä haasteita, kuten syrjintää, joka vaikuttaa heidän kouluhyvinvointiinsa ja sopeutumiseensa. Maahanmuuttajanuorten kouluhyvinvointia ja sopeutumista tuleekin tarkastella sekä kehityksellisestä että akkulturaalisesta eli kotouttamisen näkökulmasta yhdistäen näihin sosiaalipsykologisen näkökulman. Koulu on maahanmuuttajanuorelle keskeinen sosiaalinen ympäristö. Koulu vaikuttaa sekä nuoren kehitykseen että kotouttamiseen. Koulu, joka tukee nuoren keskeisiä psykologisia tarpeita – aikaansaamisen, autonomian ja yhteenkuuluvaisuuden tarpeita – edistää nuoren sisäistä motivaatiota ja kouluintoa ja vähentää koulu-uupumusta.

Kouluun liittyvät haasteet ovat yksi nuoren tärkeimmistä kehitystehtävistä. Kehitystehtävät ovat vaatimuksia ja haasteita, jotka muuttuvat iän mukaan: jokaiselle eri ikävaiheelle kuuluu iän mukaisia kehitystehtäviä. Kehitystehtävät heijastelevat sitä, millaisia ikään liittyviä kehitysodotuksia yhteiskunta, koulu ja perheet nuorten käyttäytymiselle asettavat. Kehitystehtävissä onnistuminen on keskeinen tekijä, joka lisää hyvinvointia. Koulumenestyminen taas

ennustaa myöhempää onnistumista seuraavissa kehitystehtävissä, kuten onnistunutta siirtymää jatko-opintoihin ja edelleen työelämään.

Maahanmuuttajanuoret kohtaavat kouluun liittyvien kehitystehtävien lisäksi myös kotouttamiseen liittyviä haasteita ja vaatimuksia. Psyykkinen hyvinvointi vaikuttaa siihen, kuinka onnistuneesti maahanmuuttajanuori sopeutuu kehitys- ja kotouttamishaasteisiin, ja toisaalta haasteissa onnistuminen vaikuttaa psyykkiseen hyvinvointiin, sekä lyhyellä tähtäimellä että ajan kuluessa. Kotouttamiseen liittyy sekä uuden kulttuurin, kielen, tapojen, sosiaalisen verkoston ja identiteetin omaksuminen ja samanaikaisesti aiemman identiteetin, kielen ja tapojen ylläpito. Tutkimukset osoittavat, että maahanmuuttajanuoren kouluhyvinvoinnin kannalta on tärkeää ylläpitää sekä omaan etniseen taustaan että uuteen kulttuuriin liittyvää identiteettiä ja kieltä. Maahanmuuttajanuorten tulee luoda ja kehittää kulttuurista kompetenssia, joka sisältää molemmat puolet, uuden ja vanhan kulttuurin. Tästä näkökulmasta kulttuurisesti pätevä ja pystyvä maahanmuuttajanuori pystyy esimerkiksi kommunikoimaan molemmilla kielillä, entisellä ja uudella, hänellä on ystäviä molemmista kulttuureista, hän tuntee molempien kulttuurien arvot ja tavat ja hän osaa rakentaa siltoja näiden kahden joskus hyvinkin erilaisen maailman välille. Tällaiselle nuorelle kehittyy myös positiivinen etninen ja kansallinen identiteetti.

Kehitystehtävät ja kotouttamiseen liittyvät tehtävät ja vaatimukset kietoutuvat kuitenkin vahvasti yhteen. Esimerkiksi uuden kielen oppiminen, joka on keskeinen kotouttamiseen liittyvä haaste, on nuoren keskeisen kehitystehtävän, koulussa menestymisen ja kouluhyvinvoinnin kannalta hyvin oleellista. Maat ja kulttuurit eroavat kuitenkin siinä, missä määrin odotetaan, että nuori sekä integroituu uuteen yhteiskuntaan että samanaikaisesti ylläpitää aiempaa kulttuurista identiteettiään, kuten kieltä ja tapoja. Usein maahanmuuttajanuorelta odotetaan assimilaatiota eli sulautumista uuteen kulttuuriin, eikä niinkään korosteta eri kulttuureista tulevien nuorten

ainutlaatuisuutta ja monimuotoisuutta, joka voisi rikastaa koulua ja yhteiskuntaa. Koulut ja koulujärjestelmä usein korostavat pikemminkin yhdenmukaisuutta.

Tutkimukset kehitystehtävien ja kotouttamisen välisestä yhteydestä ovat osoittaneet, että usein onnistunut kotouttaminen ennustaa myöhempää onnistumista kehitystehtävissä. Esimerkiksi maahanmuuttajanuoren positiivinen suhtautuminen uuteen kulttuuriin ennustaa myöhempää koulumenestystä sekä pystyvyyttä eli tunnetta siitä, että nuori voi itse vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa ja onnistuneeseen sopeutumiseen. Siinä missä kehitystehtävät ovat iänmukaisia haasteita, kotouttamistehtävät eivät useinkaan noudata nuoren psykososiaalista kehityksellistä aikataulua. Tämä voi asettaa maahanmuuttajanuoren kehitykselle suuriakin haasteita. Niinpä se, mihin vaiheeseen maahanmuutto ajoittuu, voi vaikuttaa keskeisesti maahanmuuttajanuoren tulevaan kouluhyvinvointiin. Ne maahanmuuttajanuoret, jotka ovat aloittaneet koulunsa suomalaisessa koulujärjestelmässä, ovatkin usein paremmassa asemassa kouluhyvinvoinnin suhteen kuin ne nuoret, jotka ovat aloittaneet koulunsa muualla ja muuttavat uuteen kulttuuriin keskellä nuoruuden haasteellista kehitysvaihetta. Maahanmuuttajanuoret joutuvat usein sopeutumaan monikulttuuriseen ympäristöön, joka voi olla ristiriidassa nuoren kehitystehtävien ja kehitysodotusten kanssa. Lisäksi maahanmuuttajanuorten vanhempien uskomukset, arvot ja tavat ovat muotoutuneet heidän kotimaassaan, ja he tuovat ne mukanaan uuteen kulttuuriin kasvattaessaan lapsiaan uudessa kulttuurissa. Tämä voi johtaa ristiriitoihin.

Toisinaan maahanmuuttajanuoren sopeutuminen, kouluhyvinvointi ja menestyminen koulussa on parempaa kuin odotettu ja jopa parempaa kuin niin sanotun kantaväestön nuorten kouluhyvinvointi ja menestyminen. Tämä niin kutsuttu maahanmuuttoparadoksi on kiinnostava ilmiö. On myös havaittu, että ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajanuorten sopeutuminen ja kouluhyvinvointi on usein parempaa kuin toisen sukupolven

maahanmuuttajien. Maahanmuuttoparadoksia selittävät ilmeisesti maahanmuuttajien pelko ja epävarmuus tulevaisuudesta. Heitä motivoivat ponnistelemaan henkilökohtaiset ominaisuudet, kuten itsekuri, ja sosiaalipsykologiset tekijät, kuten käsitys oman viiteryhmän vahvuuksista. Suomessa ilmiötä on tutkittu toistaiseksi melko niukasti.

Resurssit

Resursseilla on keskeinen vaikutus maahanmuuttajanuorten positiiviseen kehitykseen koulussa. Resurssit voivat liittyä maahanmuuttajanuorten henkilökohtaisiin tekijöihin, kuten sinnikkyyteen, pystyvyyteen ja akateemiseen kimmoisuuteen, ja nuoren kehitykselliseen ympäristöön, kuten kouluun, kavereihin ja perheeseen.

Maahanmuuttajanuoret voivat itse vaikuttaa kehitykseensä ja kouluhyvinvointiinsa. Keskeisiä nuoren resursseja koulussa ovat pystyvyysuskomukset ja akateeminen kimmoisuus. Pystyvyysuskomus tarkoittaa luottamusta omiin kykyihin selviytyä haastavissa opiskelutilanteissa ja selvitä vaatimuksista. Akateeminen kimmoisuus tarkoittaa joustavuutta vaikeuksia kohdatessa. Sinnikkyys ja sisukkuus tarkoittavat yrittämistä, vaikka nuori kohtaisikin vaikeuksia. Näitä tekijöitä voi pitää myös tärkeinä tulevaisuuden taitoina. Maahanmuuttajanuoret, joilla on vahvat henkilökohtaiset resurssit, sopeutuvat niin kouluun kuin yhteiskuntaankin muita paremmin, voivat muita paremmin koulussa ja saavuttavat kouluun liittyvät kehitykselliset tehtävät.

Henkilökohtaiset ja sosiaaliset resurssit myös suojaavat nuorta mahdollisilta vastoinkäymisiltä, esimerkiksi syrjinnän kokemuksilta. Mitä enemmän maahanmuuttajanuorella on pystyvyyden kokemuksia, sitä vähemmän hänen kouluhyvinvointinsa ja koulumenestyksensä heikkenee hänen kohdatessaan kielteisiä kokemuksia.

Positiivinen yhteenkuuluvuus oman etnisen ryhmän kanssa on myös keskeinen maahanmuuttajanuoren resurssi. Jos maahanmuuttajanuori kokee kuuluvansa omaan etniseen ryhmäänsä, mahdolliset kielteiset kokemukset kuten syrjintä eivät heikennä hänen kouluhyvinvointiaan ja koulumenestystään yhtä paljon kuin silloin jos maahanmuuttajanuorella ei ole tällaista tukea antavaa sosiaalista ryhmää. Hyvät kaverisuhteet ovat tärkeä tekijä nuoren positiivisen kouluhyvinvoinnin ja kotoutumisen näkökulmasta. Samankaltaisuusteorian mukaisesti näyttää siltä, että kaveripiireissä, joissa maahanmuuttajat ovat vähemmistönä, maahanmuuttajanuorista pidetään vähemmän kuin ei-maahanmuuttajanuorista ja heillä on muita vähemmän ystäviä. Jos sen sijaan maahanmuuttajanuoret ovat enemmistö luokassa, heistä pidetään enemmän ja heillä on enemmän ystäviä kuin vähemmistöllä.

Maahanmuuttajanuorille koulun merkitys on hyvinvoinnin kannalta keskeinen. Erityisesti opettajien tuki ja oikeudenmukaisuus ovat tärkeitä ja auttavat heitä sopeutumaan uuteen maahan, kieleen ja koulun vaatimuksiin. Demokraattinen koulu voi toimia maahanmuuttajanuoren turvasatamana ja resurssina. Demokraattinen koulu, joka tarjoaa maahanmuuttajanuorelle positiivisia yhteenkuuluvuuden kokemuksia, mahdollisuuden oppia ja kuulua ryhmään ja mahdollisuuden vaikuttaa, on maahanmuuttajanuorelle ensiarvoisen tärkeä sosiaalinen resurssi. Uutena tulevaisuuden taitona tulisikin kaikille nuorille – ei vain maahanmuuttajille – luoda vuorovaikutuksellisia taitoja selviytyä uudessa monikulttuurisessa ympäristössä.

Perhe voi toimia maahanmuuttajanuorelle keskeisenä resurssina. Lähipiiri voi tuottaa myös haasteita kouluhyvinvoinnille. Maahanmuuttajanuorilla ja heidän vanhemmillaan on usein erilaisia kokemuksia ja erilaisia tulevaisuuden odotuksia. Tämä niin sanottu kotouttamiskuilu vanhempien ja lasten välillä voi johtaa ristiriitoihin perheen sisällä. Kotouttamiskuilu voi myös uhata maahanmuuttajanuoren kouluhyvinvointia.

Maahanmuuttoparadoksi korostaa perheen arvojen merkitystä sopeutumisessa. Jos maahanmuuttajanuoren vanhemmat arvostavat koulutusta, tämä tukee maahanmuuttajanuoren kouluhyvinvointia ja positiivista kehitystä koulussa. Toisaalta maahanmuuttajaperheillä on hyvin erilaiset valmiudet tukea nuorta siten, että vanhempien pyrkimykset ja arvostukset edistävät nuoren koulumenestystä. Vanhempien kouluun liittyvät arvostukset voivat toisinaan asettaa maahanmuuttajanuorelle entistä korkeampia suorituspaineita, mikä voi näkyä esimerkiksi nuoren koulu-uupumuksena. Samoin vanhempien asenteet saattavat vaikuttaa siihen, miten paljon nuori tekee töitä koulun eteen, mutta ne eivät kuitenkaan välttämättä saa aikaan parempia arvosanoja. Maahanmuuttoparadoksiin kuuluu positiivinen käsitys omasta ryhmästä, sinnikkyys ja epävarmuuden hyödyntäminen voimavarana.

Riskit

Onko maahanmuuttajatausta riskitekijä nuoren kouluhyvinvoinnille? Maahanmuuttoparadoksin mukaan maahanmuuttajanuori saattaa sopeutua kouluun odotettua paremmin, jopa paremmin kuin kantaväestön nuoret. Samoin ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajanuorten sopeutuminen on usein parempaa kuin toisen sukupolven maahanmuuttajien. Maahanmuuttajaparadoksia tukevia tuloksia on saatu erityisesti Yhdysvalloissa. Ensimmäisen sukupolven nuorten on havaittu olevan esimerkiksi koulumyönteisempiä ja innostuneempia koulussa kuin toisen sukupolven nuorten. Toisaalta vuonna 2016 julkaistu meta-analyysi, jossa on tutkittu eurooppalaisia maahanmuuttajanuoria, puolestaan osoittaa, että maahanmuutto on keskeinen riskitekijä sekä koulumenestymisen että kouluhyvinvoinnin kannalta. Lisäksi OECD:n raportti vuodelta 2010 osoittaa, että luokkahuoneet, joissa on paljon maahanmuuttajia, voivat olla riskitekijä kaikkien nuorten koulumenestyksen kannalta. Nämä tulokset korostavat, kuinka tärkeää on kehittää

tulevaisuuden taitoja kaikille nuorille. Nuorille tulisi luoda uusia vuorovaikutuksellisia taitoja selviytyä ja kokea innostusta monikulttuurisissa kouluympäristöissä.

Maahanmuuttajanuoret joutuvat usein sopeutumaan uuteen kulttuuriin, jossa he kokevat syrjintää ja ennakkoluuloja. Koettu syrjintä vaikuttaa kielteisesti nuorten kouluhyvinvointiin. Uudet tulokset Yhdysvalloista osoittavat, että syrjintää nuoruudessa kokeneet maahanmuuttajat kokivat terveytensä myöhemmin, jopa kymmenien vuosien jälkeen, heikompana kuin ne, jotka eivät olleet kokeneet syrjintää. Syrjintä menee siis niin sanotusti ihon alle: koettu syrjintä aiheuttaa masennusta ja stressiä sekä heikentää itsearvostusta, koulusuoriutumista ja kouluhyvinvointia.

Kolmasosa maahanmuuttajapojista uupuu

OECD:n vertailu osoitti, että Suomessa maahanmuuttajanuoret menestyvät koulussa selkeästi heikommin kuin kantaväestön nuoret. Maahanmuuttajanuorten kouluhyvinvointi on myös kantaväestön kouluhyvinvointia alhaisempaa.

Samansuuntaisia tuloksia on saatu suomalaisesta kouluterveyskyselystä, jossa vuonna 2015 tutkittiin ensimmäistä kertaa maahanmuuttajanuorten kouluhyvinvointia omana ryhmänään. Kouluterveyskysely on poikkileikkaustutkimus, joka antaa kokonaiskuvan tämän hetken tilanteesta. Vuoden 2015 kyselyn tulokset osoittivat, että peruskoulun lopussa ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajapoikien koulu-uupumus oli kolminkertaista kantaväestön poikiin verrattuna: siinä missä kantaväestön peruskoulupojista kymmenen prosenttia kärsi koulu-uupumuksesta, ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajapojissa uupujia oli kolmasosa. Luku on musertava. Peruskoulun tyttöjen väliset erot eivät olleet näin suuria mutta kuitenkin samansuuntaisia: koulu-uupuneita oli kantaväestön peruskoulutytöistä noin 15 prosenttia ja ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajatytöistä noin 22 prosenttia. Uudet vuoden

2017 kouluterveyskyselyn tulokset vahvistavat nämä tulokset. Kouluterveyskyselyn tulosten perusteella lukiolaisten tilanne oli hieman erilainen. Kantaväestön lukiopojista uupuneita oli kahdeksan prosenttia ja ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajapojista lukiossa joka viides oli koulu-uupunut. Lukiotytöillä ei ollut eroa kantaväestön ja maahanmuuttajien kesken uupumuksessa: molempien luku oli lähes 20 prosenttia. Sen sijaan toisen sukupolven lukiotytöistä lähes kolmannes oli uupunut.

Tuloksia tarkasteltaessa on muistettava, että toistaiseksi eri maahanmuuttajaryhmien määrät ovat sen verran pieniä, että on haasteellista verrata keskenään eri ryhmiä. Tämä on kuitenkin tulevina vuosina todella tärkeää.

Keskeinen koulu-uupumukselta suojaava tekijä on opettajien oikeudenmukainen kohtelu. Näyttää valitettavasti kuitenkin siltä, että kouluterveyskyselyn mukaan yhä useampi nuori kokee epäoikeudenmukaisuutta opettajan toiminnassa.

Kouluterveyskyselyn valtakunnallisia tuloksia vahvistavat pääkaupunkiseudun peruskouluissa tehdyn pitkittäistutkimuksemme tulokset. Niiden mukaan kouluinto laskee peruskoulun aikana ja koulu-uupumus lisääntyy. Tulokset kuitenkin osoittavat, että maahanmuuttajanuorilla sekä koulu-uupumuksen lisääntyminen että kouluinnon lasku ovat molemmat voimakkaampia. Tämä saattaa liittyä siihen, että maahanmuuttajanuorten tulee kehitystehtävien eli kouluun sopeutumisen ja menestymisen lisäksi selviytyä myös kotouttamiseen liittyvistä haasteista.

Pääkaupunkiseudun nuoria koskevassa pitkittäistutkimuksessa olemme havainneet koulu-uupumuksen lisääntyvän huomattavasti peruskoulun seitsemänneltä luokalta yhdeksännelle luokalle. Poikien uupumus lisääntyy viidestätoista prosentista kahteenkymmeneen ja tyttöjen kymmenestä prosentista kahteenkymmeneenviiteen prosenttiin. Koulu-uupumuksen osatekijöistä maahanmuuttajapojilla lisääntyy erityisesti negatiivinen, kyyninen suhtautuminen koulunkäyntiin. Tutkimuksemme osoittavat, että peruskoulussa

erityisesti maahanmuuttajapojat ovat kyynisiä ja heillä kyynisyys lisääntyy peruskoulun loppuvaiheessa. Tämä on huolestuttavaa erityisesti siksi, että negatiivinen kyyninen suhtautuminen koulunkäyntiin saattaa helposti laajentua myöhemmin koskemaan koulun lisäksi myös muita yhteiskunnan instituutioita. Se saattaa mahdollistaa myös radikalisoitumiskehityksen. Olemme myös osoittaneet, että kyyninen negatiivinen suhtautuminen koulunkäyntiin lisää nelinkertaisesti riskiä keskeyttää opinnot ja syrjäytyä. Tämä tulos tulee ottaa vakavasti.

Voimakkainta uupumuksen lisääntyminen yläkoulussa oli maahanmuuttajapojilla ja erityisesti niillä, jotka olivat muuttaneet Suomeen hiljattain. Koulutuksellisten vaatimusten lisäksi näillä nuorilla on edessään muitakin haasteita: maahanmuuttajanuorten on tärkeää pitää yllä omaa etnistä identiteettiään sekä kotoutua ja sopeutua uuteen kulttuuriin. Tutkimustulosten valossa näyttää siltä, että suomalainen koulujärjestelmä ei vastaa kovin hyvin näiden nuorten tarpeisiin. Maahanmuuttajanuorten kouluhyvinvoinnin haasteet tuleekin ottaa Suomessa vakavasti. Stressi ja haasteet kuuluvat elämään ja oppimiseen, mutta ne eivät saisi olla epäsuhdassa nuoren voimavarojen kanssa. Jos koulun vaatimukset ovat maahanmuuttajanuoren resursseille ja voimavaroille ylivoimaisia, ne saavat nuoren suhtautumaan kouluun tai myös itseensä kielteisesti.

Koulu-uupumus saattaa myöhemmin läikkyä myös muille elämänalueille. Uupumus ennustaa masentuneisuutta. Toisaalta kouluinto ja onnistumisen kokemukset voivat kasautua ja johtaa edelleen maahanmuuttajanuoren hyvinvoinnin lisääntymiseen ja kasvumahdollisuuksiin. Tällöin voi muodostua innostuksen kierre, joka synnyttää maahanmuuttajanuorille myönteisiä oppimisen ilon kokemuksia ja uusia mahdollisuuksia. Kouluinnostus voi johtaa myöhemmin innostukseen työelämässä. Oppimisen ilon sytyttäminen maahanmuuttajanuorille saattaa siis kantaa pitkälle työelämään. Innostuksen kannalta on tärkeää, että koulu vastaa maahanmuuttajanuorten tarpeisiin. Maahanmuuttajanuorten pitää voida

kokea itsensä osaksi yhteisöä, ja heillä pitää olla mahdollisuus vaikuttaa asioihin, tehdä omia valintoja ja edetä omien tavoitteidensa saavuttamisessa.

Lukiossa akateemiset vaatimukset kovenevat, kilpailu ja arvosanojen merkitys kasvavat, yhteisöllisyys heikentyy ja emotionaalisen tuen määrä opettajilta vähenee. Tämän lisäksi lukiossa nuorten muuttuvat tarpeet ja koulujen käytännöt eivät kohtaa parhaalla mahdollisella tavalla, mikä heijastuu nuorten motivaatioon ja hyvinvointiin. Kokemukset autonomiasta, yhteenkuulumisesta ja aikaansaamisesta ovat nuorten tärkeimpiä psykologisia tarpeita. Autonomialla tarkoitetaan, että nuori voi itse vaikuttaa opiskeluunsa sekä kykenee säätelemään opiskeluunsa liittyviä tunteita ja omaa niin sanottua akateemista kimmoisuuttaan, joka suojaa mahdollisilta haasteilta. Yhteenkuuluvuus taas syntyy siitä, että nuori toimii ja innostuu yhdessä muiden kanssa ja hänellä on myös kompetensseja toimia monikulttuurisessa sosiaalisessa kouluympäristössä. Aikaansaaminen on sekä tavoitteiden saavuttamista että sisukkuutta vaikeuksien kohdatessa. Jos koulu ei tue maahanmuuttajanuorten kehityksellisiä tavoitteita tai pysty vastaamaan heidän psykologisiin tarpeisiinsa, se ei luo sosiaalista ympäristöä, joka motivoisi ja innostaisi nuorta ja auttaisi häntä sopeutumisessa uuteen kulttuuriin.

Suomalainen koulu tulisikin päivittää nykyaikaan. Maahanmuuttajanuorten uupumus on mahdollista kääntää innostukseksi tukemalla heitä tärkeissä päätöksissä, valmistamalla heitä mahdollisiin vastoinkäymisiin niin kotoutumisessa kuin kehitystehtävienkin saavuttamisessa ja vahvistamalla heidän itsetuntoaan. Jos taas ongelmat niin kotoutumisessa, koulussa pärjäämisessä kuin hyvinvoinnissakin kasautuvat, syntyy kielteinen kierre, jota on vaikea keskeyttää. Meillä ei ole varaa hukata näitä nuoria. Tulee varmistaa, että nuoret kokevat opiskelunsa merkitykselliseksi ja tuntevat oppimisen intoa, joka kantaa heitä tulevaisuuteen. Koulutuksen on tietojen ja taitojen lisäksi kehitettävä tulevaisuuden oppimistaitoja

ja sytytettävä kaikissa opiskelijoissa oppimisen ilo. Maahanmuuttajanuori innostuu, kun haasteita on sopivasti suhteessa hänen kykyihinsä. Nuorten on kyettävä suuntautumaan ja suunnistamaan tulevaisuuden yhä epävarmemmassa, monikulttuurisessa ja globaalissa työelämässä.

Kannustaminen ja positiivinen palaute auttavat maahanmuuttajanuorta luomaan myönteisen minäkuvan, mikä suojaa uupumukselta. Hänen on saatava kokea, että hän on hyväksytty ja saa tukea ja että hän saa vaikuttaa itseensä, ympäristöönsä ja yhteiskuntaan. Tällaiset nuoret voivat hyvin. Koulussa tulee opetella entistä selvemmin toisten kunnioittamista, yhdessä toimimista ja vastuun ottamista muista. Raja-aitoja erilaisista taustoista tulevien välillä tulee kaataa: koulussa tulee olla me.