

## **Toimittaja Hilla Mustonen**

Suomen parhaasta ylioppilasta tuli oikeustieteen maisteri vain yksi vuodessa ja syksyn ylioppilaskirjoituksissa. Parhaille pisteille pääsi kuudella laudaturilla ja kolmella eximialla.

Siinäpä muutama esimerkki viimeaikaisista mediaotsikoista.

Opinnoissa ja työelämässä tehtyjä huippusuorituksia hehkutetaan mediassa niinku vuosi toisensa jälkeen. Mutta mitä kaikkea näiden huippusuorituksen taakse voi kätkeytyä?

Siitä keskustelemme tänään. Minä olen Hilla Mustonen ja tänään aiheina ovat kympin tytöt ja ylisuorittaminen. Vieraanani etäyhteyksien päässä on akatemiaprofessori Katariina Salmela-Aro Helsingin yliopistosta. Tervetuloa!

## **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

Kiitos paljon.

## **Toimittaja Hilla Mustonen**

Millainen opiskelija olet itse ollut koulussa?

## **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

No itse en ole ollut kympin tyttö, että mulla meni koulu ihan hyvin ja sitten siinä oli ehkä vaihtelevuutta, että niistä aineista mistä olin kauhean innostunut. Mä olin kauhean innostunut psykologiasta, biologiasta ja maantieteestä. Niin ne minulla meni oikein hyviä. Niistä tuli kympejä.

Sitten joistain aineista ehkä ei niin tullut, että mut että mulla ei ollut semmoista. Mä olin semmoisessa peruskoulussa, semmoinen kokeilukoulu silloin aikoinaan, kun mä aloitin koulun 60-luvun lopulla. Ja se oli semmoinen Suomen ensimmäisiä peruskoulukokeiluja, ja sieltä jatkettiin suoraan sitten, se oli 12-vuotinen koulu, johon siinä ehkä vähän jäi semmoinen suorittaminen vähän vähemmälle, että siinä oli tarkoituksena se, että niinku valtaosa opiskelijoista jatkoi sitten ne kaikki 12 vuotta.

Ja se oli myöskin ehkä aika turvallinen siinä, että siinä se kaveripiiri ei kauheasti muuttunut, vaan se oli aika lailla sama sen kahdentoista vuoden ajan, että siinä oli ehkä semmoisia suojaavia tekijöitä tämmöisiltä kympin tyttöydeltä. Siinä oli semmoset hyvät tukevat kaveripiirit ja innostavat opettajat.

## **Toimittaja Hilla Mustonen**

No minkälaisia opiskelijoita kympin tytöt sitten on, että miten määrittelisit kympin tytön?

## **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

No ensinnäkin ehkä täytyy ymmärtää se, että se on ehkä enemmän semmoinen käsite, joka on tullut median kautta kuin tutkimuksen kautta. Että semmoinen ilmiö voidaan toki tunnistaa tutkimuksesta, mutta tutkimuksessa harvojen puhutaan mistään kympin kympin tyttöjen tutkimuksesta. Mutta se, se miten mä ymmärtäisin sen ja miten mä lähtisin sen niinku määrittelemään tarkoittaa sitä, että opiskelijat suhtautuu opiskeluun vähän eri tavalla.

Joillekin on hirveän tärkeitä semmoinen oppiminen ja uuden asioiden löytäminen ja tunnistaminen. Ja sitten löytyy semmoinen ryhmä opiskelijoita, joille on hirveän tärkeitä se suorittaminen. Että ei niinkään se, että että tai niinku ensisijaisesti ei se, että oppii uusia asioita, vaan ensisijaisesti se, että saa hyviä arvosanoja ja menestyy hyvin ja menestyy vielä paremmin kuin muut tai se kaveripiiri

menestyä. Ja ja sitä kuvataan ehkä mun mielestä se voisi, se voisi olla tämmöinen kymppin tyttöjen profiili, että että on hirveän tärkeitä se menestyminen ja menestyminen vielä paremmin kuin muut.

### **Toimittaja Hilla Mustonen**

Voisko tää sitten tää menestyminen myös ja menestyminen ja suorittaminen levittäytyä myös niinku elämän muille osa alueille kuin vaan kouluun?

### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

No kyllä sillä tavalla, että me ollaan havaittu, että että tämmöiset esimerkiksi tämmöinen taipumus voi liittyä sitten niin, että se lähtee leviämään nimenomaan koulusta muille elämänalueille, että ei ehkä niinkään niinku muilta elämän alueilta kouluun, vaan nimenomaan, että koulu on se ensimmäinen konteksti, jossa tämmöistä suorittamista tulee. Ja sitten se lähtee laajenemaan.

Me ollaan myös havaittu semmoinen, että jos on semmoinen suorittamiseen taipuva strategia koulussa, ja esimerkiksi sitten vielä yliopistossakin, niin sitten se usein näyttäytyy myös, sitten samanlainen strategia jatkuu sitten vielä työelämässä. Eli, eli siitä voi tulla semmoinen tapa toimia ja ja sitä kautta se niinku lähtee sitä kautta ehkä sitten laajenee opiskelusta työelämään.

Mutta toki se voi tulla ihan sinne arkeen, että et sit me ollaan havaittu myöskin, että esimerkiksi me ollaan tutkittu tämmöisiä erikois- tai erityiskoulujen opiskelijoita, esimerkiksi tämmöisiä urheilulukioiden opiskelijoita, ja näyttäytyi, että siellä oli hirveän vahvana semmoinen suorittamisstrategia. Eli se näkyy siellä, että se oli siellä koulussa koulu niinku aineissa. Mut sit myöskin se alkoi laajenemaan sinne urheiluun, jossa tuli myöskin semmoinen vahva suorittaminen.

Eli se ei näyttäneykään se urheilu ja liikunta olevan se suojaava tekijä siellä vaan päinvastoin siitä tuli vielä entistä enemmän sitten haasteita näille, että tämmöisissä koulussa oli jotenkin kaikista eniten semmoista uupumuksen, uupumuksen kokemusta näillä opiskelijoilla. Että se voi just niinku sanoit niin se voi laajentua sitten ja myöskin sitten sillä tavalla että, että me ollaan havaittu, että se on usein niinku kaveripiirissä jaettua, ja siinä voi tulla kaksi tämmöistä psykologista ilmiötä. Tämmöinen valinta ja vaikutus ilmiö.

Eli toisaalta se valinta tarkoittaa sitä, että että tämmöiset, jotka on siihen suoriutumiseen taipuvaisia, niin ja helposti valitsee myös kaveripiirin vähän sen mukaan, että sitten siellä kaveripiirissä on jaettua se, että, että monet niistä on sitten suoriutumiseen taipuvaisia, on semmoista suorituspainetta. Ja sitten tapahtuu tämmöinen vaikutusefekti, eli se rupeaa sitten oikein laajenemaan siellä kaveripiirissä, että helposti. Ja siinä on havaittu sitä tyttöysetefektiä, on myöskin, että, että on havaittu, että se on nimenomaan helposti sitten tyttöjen kesken jaettua et sitä aletaan oikein sitten jotenkin märehtimään semmoisessa suorittamisessa, sit aletaan niinku lisäämään ja suorituspainetta sen kaveripiirin kesken.

Eli siinä on sitten kaveripiiristä, joka voisi olla hyvin suojaava tekijä ja turvallinen kaveriryhmä, joka lisää semmoista positiivista hyvinvointia niin silloin siinä käykin niinku päinvastoin, että silloin se kaveripiiri onkin ne se, joka lisää sitä suoriutumista ja lisää niitä paineita ja lisää semmoista kymppin tyttöjen, et, et tavallaan ei ole mikään ei riitä ja jotenkin koetaan ja jaetaan sitä sitten siinä kaveripiiristä. Ja sitten siitä voipi tulla semmoinen lisä, lisähaaste nuorelle.

### **Toimittaja Hilla Mustonen**

Sanoinkin just, että tämmöinen saattaa olla ehkä tytöille vähän tyyppillisempää kuin pojille, ja niin antaa myös media ymmärtää, että harvoinhan esimerkiksi puhutaan kymppin pojista. Ja lisäksi mä juttelin Tampereen klassisessa lukiossa ja Tampereen lyseon lukiossa opiskeluhuollon psykologina

toimivan Leena-Kaisa Saarimaan kanssa aiheesta, niin myös hän kertoi, että koulun ylisuorittaminen, niin tytöt ovat siinä niinku yliedustettuina. Niin mistä tällainen sukupuolittuneisuus sitten johtuu, että suhtaudutaanko tyttöjen ja poikien koulumenestykseen eri tavalla vai mistä ihmeessä tässä ilmiössä oikein kyse?

### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

Joo no siinä on varmasti hyvin monta tekijää. Ja tosiaan tällainen sukupuolittunut hyvinvointi tai pahoinvointi on on tosi vahvasti tullut nyt pandemian aikana. Esimerkiksi jos katsoo näitä ihan uusia kouluterveyskyselyyn tuloksia, näkyy myös meidän omista tuloksista, mutta jotenkin siellä se näkyy niinku tosi selkeästi. Ja ne julkaistiin tossa alkusyksystä, niin se näkyy hyvin vahvasti, että tytöt kokee tällä hetkellä hyvin, hyvin vahvasti erilaista niin kuin koulu-uupumusta, ahdistusta ja erilaista pahoinvointia.

Siellähän ei suoraan tällaista suoriutumista ole tutkittu tai mutta, mutta niinku vastaavanlaisia ilmiöitä. Eli sielläkin hyvin vahvasti se, että, että kaikki nuoret oli koki nyt aika voimakkaasti, mutta erityisesti näkyy, näkyy pääkaupunkiseudulla olevien tyttöjen. Kokemukset oli niinku silleen kaksinkertaisesti koki enemmän tällaista uupumusta ja ja ja ahdistusta tällä hetkellä. Ja siinä on niinku ylipäättään ehkä se, että, että jos vertaa tällaisia tyttöjen ja poikien kokemuksia, pitää olla hirvittävän varovainen, että me ei aleta niinku tekemään semmoisia stereotyyppioita ja oikein niinku vahvistaa niitä jotenkin. Et on myös hyvin paljon vaihtelua, varianssia siellä sukupuolen sisällä, että on olemassa erilaisia tyttöjä, erilaisia poikia.

Että ja täytyy olla varovainen, ettei me haluta niinku toistaa sitä stereotyyppiä, mutta tulokset näyttävät kyllä hyvin, hyvin voimakkaasti, että tytöt ottaa enemmän nää niinku sisään. Ne on heidän omia, itse kokee niinku riittämättömyyttä ja itseltä tulee niitä suorituspainetta. Kun sitten pojat näkee sen enemmän siellä ulkopuolella siinä kontekstissa sen, niinku näkee sitten et se on se koulu joka tuottaa niitä, eikä he itse. Että se on se semmoinen keskeinen ero, joka näkyy, että tytöt ottaa nää vahvasti sisään ja, ja kokee niinku itsessään sitä itse sitä suorituspainetta, ja, ja pojat tekee sen ehkä enemmän sitten siellä ulkopuolella.

Mutta toki sitten niinku mä sanoin, että ei voi, täytyy olla hieman varovainen niissä, niissä yleistämisissä. Mutta, mutta aika vahvasti näkyy myöskin tällaiset erilaiset taidot, että pojat ja tytöt näyttää Suomessa olevan aika erilaisia tällaisilta kouluun liittyviltä taidoiltaan myöskin ja, ja se on myöskin tekijä, joka vaikuttaa sitten tähän.

### **Toimittaja Hilla Mustonen**

No jos puhutaan hetki sitten vielä lisää tästä tyttöjen jaksamisesta, niin kuten sanoit, niin tässä kouluterveyskyselyssä huomattiin, että tyttöjen koulu uupumus on lisääntynyt. Ja nyt tässä tuoreimmassa oli, tuoreimmassa kouluterveyskyselyssä, tuloksena olikin, että yläaste- ja lukioikäisistä tytöistä lähes joka kolmas on koulu uupunut. Ja pojilla se vastaava luku oli semmoinen reilut 10 prosenttia, niin tuossa vähän jo avasitkin, että mistä tämä voi johtua, mutta kerro vielä lyhyesti, että miksi juuri tytöt uupuvat koulussa?

### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

Joo nyt on tosiaan niinku nää tulokset oli hyvin dramaattisen sukupuolittuneita narsinkin tän niinku tän pandemian aikana. Semmoinen tendenssi on kyllä, että se ei ole mikään uusi ilmiö, eli, eli me ollaan nähty jo semmoinen ehkä noin viisi vuotta, kun semmoinen ero on alkanut lisääntyä tyttöjen poikien välillä. Mutta nyt se oli jotenkin niinku kärjistynyt.

Ja kyllä mä sanoisin että juuri siinä tässä pandemiassa ja nyt tällä hetkellä niin tytöt kokee hyvin vahvasti semmosia paineita, jotka ne tulee näitä sisältä näitä paineita, että, että, että mikään ei jotenkin riitä ja, mutta, mutta sitten kyllä niitä tulee myös ulkopuolelta, ehkä vanhemmilta koulusta, ja tytöt ottaa ne helpommin, helpommin sitten niinku sisään ja ja ja näyttää että koulu, koulu niinku koulumenestymisen merkitys on sitten, ja tytöt ottaa sen jotenkin vielä voimakkaammin, että niillä on hirvittävän tärkeä semmoinen menestyminen siellä koulussa ja, ja sitä kautta tulee myöskin sitten niitä paineita ja otetaan niitä.

Et ehkä siinä mielessä mä jotenkin toivoisin, että tytöt voisi miettiä vähän sellaista, että miten voisi vaikka lentokoneessa ja meille sanotaan, että pankaa happinaamari ensin omille kasvoille, niin niin tytöt voisi ehkä myöskin jossain määrin niinku ottaa vielä vakavammin sen oman hyvinvoinnin, että tytölle tulee myöskin vähän sitten sitä, että alkaa huolehtia muiden hyvinvoinnista kuin näistä ryhmäilmiöistä. Niin jotenkin semmoinen niinku omasta, omasta hyvinvoinnista huolehtiminen et ymmärtää, miten tärkeätä se on. Myöskin sen kouluun menestymisen kannalta, että, että sehän tuloksethan myös osoittaa sitä, että koulu menestyminen ja hyvinvointi kulkee myös käsikädessä. Nyt sillä tavalla myöskin sen koulun menestymisen kannalta sitä hyvinvoinnista huolehtiminen olisi hyvin tärkeätä.

Mutta sitten tulee tietysti malleja myös kotoa, että semmoisia suoriutumistapaineita voi tulla vanhemmilta. Me ollaan havaittu, että esimerkiksi äitien ja tyttöjen työuupumus ja koulu-uupumus jaettua perheessä osittain. Eli eli jos vanhemmat antaa semmoista mallia siitä suorittamisesta, niin tytöt näyttää ottavan hirveän vahvasti ja helposti se mallin erityisesti äidiltään. Että siinä mielessä on tärkeätä, että vanhemmat myös huolehtivat omasta hyvinvoinnista ja yhtä lailla opettajat. Että jos opettaja, opettaja toimii vahvana mallina näin, niin voi myöskin sitten tarttua sitä kautta se malli.

Tässä on nyt erilaisia esimerkkejä, mutta mikään niinku yksi asia sitä ei selitä, vaan et se on niinku monen tekijän summa.

### **Toimittaja Hilla Mustonen**

No kymppin tytöistä puhutaan usein vaikka mediassa aika negatiiviseen, jopa vähän vähättelevään sävyyn, vaikka kymppin tyttöyteen liittyy siis myös monia hyviä ja arvostettavia piirteitä, kuten vaikka tunnollisuus, ahkeruus, kiltteys, periksiantamattomuus.

Niin mitä mieltä olet Katariina Salmela-Aro? Voidaanko kymppin tyttö että määrittää suoraviivaisesti huonoksi tai hyväksi asiaksi?

### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

No mun mielestä just että se niinku sä hyvin toit esille, niin se ei ole mikään vaan huono tai hyvä asia, että kyllähän myöskin kyllä sillä koulumenestyksellä on niinku merkitystä ja erityisesti nykyään, kun nyt on muuttunut, että osittain tässä on myöskin heijastus sitä, että meillä on aika isoja muutoksia, reformeja tällä hetkellä lukiossa menossa. Että sinne on tullut tällainen uusi opetussuunnitelma, ja tämä oppivelvollisuus on pidentynyt. Mutta erityisesti sitten se, että tällä hetkellä on vaikuttanut se, miten yliopistoon pääsysteemi on muuttunut, ja siinä nyt entisestään korostuu sitten tää lukion arvosanoja, erityisesti siis ylioppilastutkintoarvosanojen merkitys.

Eli, eli siinä mielessä se on niinku tietyllä lailla ymmärrettävä, että, että kun muutetaan tällä tavalla sitä struktuuria, niin niin sitten tytöt, jotka haluaa menestyä ja haluaa päästä sinne yliopistoon esimerkiksi, niin niin silloin tietysti sitten pyrkii saamaan niitä hyviä arvosanoja. Että, että täytyy myöskin meidän varmaan kaikkien katsoa myöskin peiliin, että kun muutetaan näitä järjestelmiä, niin niillä on sitten hintansa ja siinä mielessä kannattaisi tällaisia reformeja tehdä aika hallitusti ja

tutkia niitä vähän paremmin, että mitkä niiden reformien vaikutukset sitten on nuorten hyvinvointiin ja elämäntapaan.

#### **Toimittaja Hilla Mustonen**

No missä sinun mielestäsi kulkee se raja, että kymppin tyttöys muuttuu sitten näistä hyvistä piirteistä, niin tuota sitten tavallaan, että ne hyvät piirteet kääntyy itseään vastaan ja se muuttuu ongelmaksi? Eli mistä tavallaan tietää, että koulumenestyksen tavoittelu on mennyt niin sanotusti överiksi?

#### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

No me ollaan tutkittu semmoista ilmiötä, jota me kuvataan ehkä niinku työpöydäksi työelämässä, mutta sitä voisi myöskin tutkia tai ollaan tutkittu sitä myös kouluelämässä, että silloin jos se on semmoista niinku hyvin pakonomaista, että se, et ei pääse niinku irti irti siitä. Että, että se on tietysti lukiossa esimerkiksi on aika paljon tehtäviä myös koulupäivän jälkeen, ja se on ymmärrettävää, että niitä tekee sitten silloin illalla. Mutta että jos se päivä on jotenkin ihan täynnä vaan sitä koulutyötä ja jotenkin illalla edes pääse yhtään irrottautumaan siitä tai viikonloppuisin. Siitä tulee semmoista pakonomaista, että semmoinen tunne, että koko ajan vaan täytyy tehdä sitä ja koko ajan tulee semmoista syyllisyydentunnetta. Esimerkiksi jos ei teekään nyt kouluun liittyviä asioita ja tai tulee semmoista että on niinku pakko vaan jatkaa niitä pidempään kuin muut ja, että että siitä tulee semmoinen tietynlainen pakonomainen luonne sille. Niin silloin kannattaa kyllä viimeistään herätä siihen, että kannattaa miettiä, että, että, että onko tämä mennyt niinku sä käytit tossa nyt sanaa överiksi, mutta että onko onko se mennyt liian semmoiseksi pakonomaisen ja se se alkaakin niinku ohjaa sitä omaa elämää, ettei pystykään enää itse itse ohjaamaan sitä omaa elämää, vaan siitä onkin tullut tämmöinen pakonomainen puoli.

Niin se on musta semmoinen vahva hälytysignaali, joka johon kannattaisi ottaa se asia kyllä vakavasti ja lähtee miettimään, että voisiko mennä juttelemaan vähän asioista esimerkiksi jonkun koulupsykologin kanssa tai, tai opinto-ohjaajan kanssa ja ehkä miettimään vähän ehkä toisenlaisia malleja ja miten voisi toimia. Ja lähteä myöskin vähän miettimään sitä kaveripiiriä. Tuleeko sieltä tämmöinen vahva pakonomaisuus, et onks se jotenkin jaettua siellä kaveripiirissä tai tuleeko se kotoa tai opettajilta, ja että mistä se tulee ja, ja voisiko sit niinku vähän vähempikin riittää.

Ja myöskin ehkä semmoinen, että lähtee miettimään, että, että ehkä on hyvä keskittyä joihinkin aineisiin ja niihin tosiaan sitten panostaa. Voisiko sitten joissain muissa aineissa vähän vähän sitä rimaa laskea, et miten se sit loppujen lopuksi vaikuttaa, jos kuitenkin vois jossain vähän rimaa laskea, että sinne mahtuisi sinne elämään semmoista palautumista ja vähän muutakin kuin pelkästään sitä koulunkäyntiä.

#### **Toimittaja Hilla Mustonen**

Sanoitkin tossa aiemmin, että nykyinen järjestelmä vähän puskee tämmöiseen yli suorittamiseen. Niin minkälainen sinun näkemys on, että minkä tässä nykyisessä järjestelmässä, järjestelmässä pitäisi muuttua, että tytöt eivät uupuisi koulussa?

#### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

No musta tässä on nyt tullut niin paljon muutoksia kertaheitolla tuonne lukioon erityisesti. Ja sitten se alkaa heijastua myöskin jo sinne yläkoulun loppuun. Et, et kannattaisi olla varovainen näiden reformien kanssa, että niitä muutoksia pitäisi tehdä ekä niinku yks kerrallaan ja katsoa vähän, miten se, miten se vaikuttaa. Sitten siihen päälle tuli vielä tämä pandemia näiden kaikkien muutosten päälle, niin tää, tää kaikki on nyt ollut kyllä aika, aika kovaa aikaa lukiolaisille, ja, ja samalla monet

semmoiset suojaavat tekijät, on on ollu haasteita, ja on ollut vaikea sitten semmoinen positiivinen yhteenkuuluvaisuus ja erilaiset traditiot ja siirtymäriitit on ollut vähäisiä, niin ehkä myöskin niitä onnistumisen kokemuksia on voinut olla ehkä vähemmän ja vaikutusmahdollisuuksia, että monet tämmöiset psykologiset perustarpeet, niin niiden saavuttaminen on ollut aika aika vaativaa nyt.

Että nyt mun mielestä kannattaisi vähän niinku hiljentää sitä tahtia. Näitä pitäisi kunnolla tutkia, että onko tämä, onko tämä reformi todella nyt onnistunut ja voisiko sitä jollain tavalla muokata ja ehkä siinä on ollut myöskin semmoinen haaste, että nyt on vahvasti korostunut myös tämmöistä niinku matematiikan merkitys siel lukiossa. Ja ja meidän tulokset osoittaa myöskin samalla, että matematiikka on nimenomaan se kaikista uuvuttavan ja stressaavin aine. Ja nyt, jos sitä korostetaan vahvasti, niin se sitten entisestään lisää sitä tyttöjen uupumusta ja stressiä. Eli eli kannattaisi lähteä ehkä myöskin miettimään, että reformia, että onkohan se nyt kuitenkin kaikilta osin ollut onnistunut, ja se on varmasti onnistunut osittain, mutta että siellä on tiettyjä asioita, joita mä ainakin lähtisin vielä tutkimaan ja miettimään. Että otettais vielä vahvemmin se nuoren hyvinvointi sinne mukaan tavoitteeksi, että myös se että oppii ohjaamaan sitä omaa hyvinvointia ja pitämään jotenkin sen opiskelun ja hyvinvoinnin balanssissa. Niin se on myöskin niin tärkein taito.

### **Toimittaja Hilla Mustonen**

Tänään Radio Moreenissa keskusteltiin siis kymppin tytöistä sekä ylisuorittamisesta koulumaailmassa. Minä olen Hilla Mustonen, kanssani aiheesta keskustelemassa oli Katariina Salmela-Aro Helsingin yliopistossa. Kiitos paljon haastattelussa!

### **Haastateltava Katariina Salmela-Aro**

Kiitos paljon.