

Rehtorikysely: Lasten mielenterveyshaasteet lisääntyvät kouluympäristössä – lähes puolet rehtoreista tyrmää vuoden 2025 oppimisen tuen uudistuksen vaikutukset lasten hyvinvointiin

Lastenklินิกoiden Kummien, Suomen Rehtorit ry:n sekä MTV Uutisten toteuttaman rehtorikyselyn mukaan 58 % kyselyyn vastanneista rehtoreista kokee mielenterveyshaasteiden lisääntyneen viimeisen vuoden aikana eikä 2025 voimaan tulleen oppimisen ja koulunkäynnin tuen uudistuksen nähdä edistäneen tilannetta. Mielenterveyspalveluiden kysyntä oppilaiden keskuudessa on kasvanut ja huolta aiheuttavat myös puuttuva hoitoonohjausmalli kunnassa sekä puutteelliset oppilashuollon resurssit. Touko-kesäkuussa 2026 toteutettuun kyselyyn vastasi yhteensä 84 suomalaisten peruskoulujen rehtoria eri puolilta Suomea. Nyt viidettä kertaa toteutetussa kyselyssä selvitettiin rehtorien näkemyksiä lasten mielenterveydestä sekä siihen vaikuttavista tekijöistä.

Lasten ja nuorten mielenterveyshaasteet näyttäytyvät huolestuttavalla tavalla kouluympäristössä. Tänä vuonna viidettä kertaa toteutetun aihepiiriä käsittelevän rehtorikyselyn tulokset nostavat esille lasten mielenterveyden nykytilannetta rehtorien kokemana.

Rehtorit ovat viime vuosina toistuvasti vastanneet mielenterveyden haasteiden lisääntyneen kouluissa verrattuna edelliseen vuoteen. 2026 kyselyyn vastanneista rehtoreista 58 prosenttia kokee mielenterveyden haasteiden lisääntyneen koulussaan viimeisen vuoden aikana, kun edellisessä 2025 toteutetussa vastaavassa kyselyssä luku oli 74 prosenttia. 35 prosenttia rehtoreista pitää tilanteen pysyneen ennallaan suhteessa aiempaan vuoteen, mutta yksikään vastanneista rehtoreista ei koe mielenterveyshaasteiden vähentyneen.

Mielenterveyshaasteet nähdään keskeisenä taustatekijänä myös oppimistulosten heikentymisessä, kun kyselyyn vastanneista rehtoreista peräti 81 % kokee mielenterveyshaasteiden vaikuttaneen lasten oppimiseen.

Jalkautuvan avopediatrian vastuulääkäri **Minna Aaltonen** TYKSistä yhtyy rehtorien huoleen siitä, että oppilaiden huonovointisuuden lisääntyminen ei ole tukitoimien lisäämisestä huolimatta kääntynyt laskuun: ”Huonovointisuus ei rajoitu vain kouluun, vaan näkyy oppilaiden arjessa kaikin tavoin. Kun näin suuri osa rehtoreista kokee tilanteen vaikeutuvan vuosittain, tulisi asiaan puuttua voimakkaasti, myös koulun ulkopuolella.”

Syksyllä 2025 voimaan tulleen oppimisen ja koulunkäynnin tuen uudistuksen ei koeta edistäneen lasten henkistä hyvinvointia, kun 45 % vastaajista antaa asialle kielteisen vastauksen ja ainoastaan 12 % rehtoreista havaitsee muutoksen parempaan. 43 % rehtoreista ei vielä kyennyt arvioimaan tuen uudistuksen vaikutuksia lasten henkisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Sen sijaan älypuhelimien käytön rajoittaminen nähdään

onnistuneeksi toimenpiteeksi monessa koulussa – 70 % vastaajista sanoo täyskiellon kouluympäristössä toimivan ja 25 % pitää osittaista käyttökieltoa hyvänä ratkaisuna koulussaan.

Lasten ahdistuneisuus, koulupoissaolot ja käytösongelmat suurimpia haasteita

Yleisimmäksi mielenterveyden haasteeksi kouluympäristössä rehtorit kokevat edellisvuosien tavoin oppilaiden ahdistuneisuuden, jonka nostaa esille 81 % vastaajista. 63 % rehtoreista nimeää koulupoissaolot ja 58 % käytösongelmat keskeisiksi haasteiksi oppilaiden kohdalla.

”Valitettavan paljon nykyään puhutaan ahdistuneisuudesta, vaikka kyseessä ei olisikaan terveydenhuollon keinoin hoidettava asia. Sama ilmiö näkyy koulupoissaoloissa ja jopa kouluakäymättömyydessä. Koulupoissaolo ei ole vain koulusta ja oppimisesta poissaolemista, vaan se vaikuttaa myös oppilaan sosiaaliseen kehitykseen. Vuosien työkokemuksen perusteella täytyy surullisena todeta, että yhä enenevästi lasten ja nuorten kyky ponnistella, kestää pettymyksiä ja auktoriteettien laatimia rajoja on radikaalista heikentynyt. Tämä saattaa osaltaan lisätä ahdistuneisuuden tunnetta, koska aikaisempaa kokemusta hankalien asioiden ratkaisemiseen ei ole kotona tai vapaa-ajalla harjoiteltu. Meidän vanhempien ja lasten tai nuorten arjessa olevien aikuisten tehtävä on opettaa lapset ja nuoret sietämään jännitystä sekä epämiellyttävää tunnetta eikä sitä tule turhaan välttää erimielisyyksien pelossa”, Minna Aaltonen toteaa.

Kouluakäymättömyyttä vähintään kohtalaisena ongelmana koulussaan pitää 70 % vastanneista rehtoreista, ja yleisimmäksi taustavaikuttajaksi sen kohdalla rehtorit arvioivat mielenterveyden haasteet (89 %). 32 % rehtoreista kokee oppilaiden koulukäymättömyyden lisääntyneen kevätkauden 2026 aikana ja 58 % arvioi tilanteen pysyneen ennallaan.

Lasten käyttäytymiseen liittyvät ongelmat ovat olleet julkisessa keskustelussa reilusti esillä ja häiriökäyttäytyminen sekä väkivaltainen käyttäytyminen olivat niin ikään kyselyssä selvitettyjä osa-alueita. Häiriökäyttäytymistä vähintään kohtalaisena ongelmana koulussaan piti 67 % rehtoreista ja väkivaltaista käyttäytymistä 55 %.

Mielenterveysosaamiselle sekä viranomaisyhteistyölle tarvetta

59 % rehtoreista kokee, että koulun henkilökunnan pitäisi saada enemmän koulutusta erilaisten mielenterveyden haasteiden kohtaamiseen. Rehtorit nostavat vastauksissaan esille oppilaiden moninaiset haasteet sekä niihin liittyvät tarpeet niin opettajien osaamisen kuin hoitoketjujen tarpeen osalta. Moniammatillisen avun mahdollistaminen olisi tärkeää, jotta opettajat voisivat keskittyä ennen kaikkea opettamiseen. Tällä hetkellä yksilöllisessä kohtaamisessa ja erilaisten haasteiden tunnistamisessa opetushenkilöstö ei saa aina tarvittavaa tukea. Kun merkittävämpiä haasteita ilmenee, niin hoitoketjujen muodostuminen sekä esimerkiksi viranomaisten välinen yhteistyö koetaan puutteelliseksi.

Kasvanut mielenterveyspalveluiden kysyntä (65 %) sekä puuttuvat tai puutteelliset oppilashuollon resurssit (35 %) koetaan rehtorien osalta merkittäviksi oppilaiden

mielenterveyteen liittyviksi haasteiksi rehtorikyselyn vastauksissa. Kuntatasolta puuttuvan hoitoonohjausmallin nostaa haasteena esille 40 % vastaajista.

Avoimissa vastauksissaan rehtorit käsittelevät oppilashuollon merkitystä ja osalla kouluista on myönteisiä kokemuksia esimerkiksi kouluvalmentajista, jotka ovat voineet tukea lasta kouluarkeen liittyvissä haasteissa. Koulun ja kodin välinen yhteistyö nousee rehtorien vastauksissa niin ikään esille. Rehtorit kokevat, että liian suuri vastuu lasten kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista lankeaa usein kouluihin ja opetushenkilökunnalle.

Lasten perusasioiden huomiointi on Minna Aaltosen mukaan erityisen tärkeää tässä tilanteessa: ”On tärkeää tunnistaa, että kaikki lasten ja nuorten oireilu ei ole ensisijaisesti terveydenhuollon ratkaistavissa. Ennen kaikkea on huolehdittava arjen perusasioista: riittävästä unesta, säännöllisestä ruokailusta, kohtuullisesta ruutuajasta ja päivittäisestä liikkumisesta. Jos nämä perustekijät eivät toteudu, terveydenhuollon keinot yksin eivät riitä tukemaan lapsen hyvinvointia. Keväällä julkaistut digimedian ikäryhmäkohtaiset rajoitukset tulee ottaa myös kotona käyttöön. Kouluissa on kännykättömyyteen jo hienosti panostettu. Vanhemmilla on vastuu arjen pyörittämisestä, mutta mm. oppilashuollon ammattilaiset ovat varmasti heidän tukena perusasioiden kuntoon saamisessa ja varsinkin, jos sen jälkeen tarvitaan oppilaan yksilöllisiä hoidollisia toimenpiteitä. Vain muutama prosentti lapsista tai nuorista todellisuudessa on erikoissairaanhoidon tarpeessa, mutta suurimmalla osalla heistä on arjen tukipilareissa selkeää heikkoutta.”

”Apu lapselle yhdeltä luukulta” -koulutushanke tuo apua eri puolilla Suomea

Lastenklินิกoiden Kummit tukee lasten ja nuorten mielenterveyttä mahdollistamalla tehokkaiden hoitomenetelmien levitystä Suomessa yhteistyössä asiantuntijoiden kanssa. Yhtenä osa-alueen kärkihankkeistaan Kummit jatkaa ”Apu lapselle yhdeltä luukulta” -koulutusmallin levittämistä. Hankkeen taustalla on lasten psyykkisen pahoinvoinnin ja monimuotoisten oireiden (esim. ahdistuneisuus, neuropsykiatriset häiriöt, päänsärky, vatsakipu) kasvu, joka kuormittaa yhä enenevästi lapsiperheitä, koulua sekä varhaiskasvatusta. Oikea-aikaisen ja -tasaisen palvelun saaminen on ollut haasteellista, joka ilmenee myös rehtorikyselyn vastauksissa.

Jalkautuva avopediatri tuo lapsen ja perheen haasteiden ratkaisuun erikoissairaanhoidon osaamisen ilman, että lasta tarvitsee lähettää erikoissairaanhoidon. Tukitoimet ja hoito voidaan tehdä lähellä lapsen ja perheen omaa arkea. Avopediatri koordinoi työtä eri toimijoiden (sivistys-, sosiaali- ja terveystoimi) välillä ja auttaa palvelujärjestelmien joustamattomuudesta syntyviä välinputoajia.

Monark (monialainen konsultaatiotiimi) -toimintamallin käyttö on Kummit ry:n rahoittamana koulutettu kaikkiin yo-sairaalapiireihin. Malli toimii tällä hetkellä jo kolmen yo-sairaalapiirin alueella ja lopuilla kahdella se alkaa syksyn aikana. ”Mikäli ammattilaiset eivät kommunikoi keskenään, joutuu perhe kulkemaan luukulta toiselle etsimässä hankalissa tilanteissa apua itselleen. Sen takia olemme nyt ottaneet nykyiset resurssit käyttöön tehokkaammin ja moniviranomaistoiminnalla on saavutettu hienoja tuloksia perheiden eduksi. Apu viedään sinne, missä lapsen arki tapahtuu, eikä lapsen tarvitse lähteä hakemaan tukea erikoissairaanhoidosta. Sekä perheet että ammattilaiset ovat kokeneet toimintamallin

erittäin toimivaksi. Jokainen lapsi, joka pystyy palaamaan takaisin omaan arkeensa, on osoitus työn vaikuttavuudesta”, Minna Aaltonen päättää.

Lastenklินิกoiden Kummien, Suomen Rehtorit ry:n sekä MTV Uutisten yhteistyössä toteuttamaan valtakunnalliseen lasten ja nuorten mielenterveyskyselyyn osallistui 84 ala-, ylä- ja yhtenäiskoulun rehtoria ympäri Suomen. Kysely toteutettiin touko-kesäkuussa 2026.

Lisätietoja:

www.kummit.fi

Matti Valli, Kummit, p. 050 356 3336, matti@kummit.fi

Toni Lehtinen, Suomen Rehtorit ry, p. 050 300 6780, toni.lehtinen@suomenrehtorit.fi