

NELJÄNNESVUOSIJULKAISU  
KVARTALSPUBLIKATION

# Kvartti

04  
2020

Kaupunkitieto • Stadsforskning och -statistik • Urban Research and Statistics

Syntyvyyden pudotus  
vei lasten määrän laskuun

**Korona leikkaa tilapäisesti  
Helsingin väestönkasvua  
– ei käännä kaupungistumisen  
suuntaa**

Minskat rusmedelsbruk bland unga,  
cannabisprovning vanligare

Helsinki  
Helsingfors

# Kvartti

04  
2020

NELJÄNNESVUOSIJULKAISU • KVARTALSPUBLIKATION

Helsingin kaupunki • kaupunkitieto  
Helsingfors stad • stadsforskning och -statistik  
City of Helsinki • Urban Research and Statistics

Päätoimittaja • Ansvarig redaktör • Editor in Chief ▶ **TIMO CANTELL**

Toimitus • Redaktör • Editor ▶ **TEEMU VASS**

Käännökset • Översättning • Translations ▶ **MAGNUS GRÄSBECK**

Kuviot • Figurer • Graphs ▶ **NORA KITINMÄKI**

Visuaalinen ilme • Formgivning • General Layout ▶ **PEKKA KAIKKONEN**

Kansikuva • Pärmbild • Cover Photo ▶ **HELSINKI MARKETING / ARTTU KOKKONEN**

Kansi • Pärm • Cover ▶ **PEKKA KAIKKONEN**

Painoyhteydet • Tryckerikontaktperson • Printing Contact ▶ **LOTTA HAGLUND**

Paino • Tryckeri • Print ▶ **LIBRIS OY, HELSINKI 2021**

Julkaisija ▶ **HELSINGIN KAUPUNKI, KAUPUNGINKANSLIA, KAUPUNKITieto**

PL 550, 00099 Helsingin kaupunki

puh. (09) 310 36377

Utgivare ▶ **HELSINGFORS STAD, STADSKANSLIET, STADSFORSKNING OCH -STATISTIK**

PB 550, 00099 Helsingfors stad

tel. (09) 310 36377

Publisher ▶ **CITY OF HELSINKI, EXECUTIVE OFFICE, URBAN RESEARCH AND STATISTICS**

P.O.BOX 550, FI - 00099 City of Helsinki, Finland

telephone +358 9 310 36377

Tilaukset, jakelu | Beställningar, distribution | Subscriptions, distribution ▶ kaupunkitieto.tilaukset@hel.fi

ISSN 0788-1576 (painettu)

ISSN 1796-7279 (verkossa)



## Kvartti

SISÄLLYS

### Pääkirjoitus:

**4** Korona verottaa Helsingin väestönkasvua mutta tuskin pysyvästi

### PEKKA VUORI

**8** Syntyvyyden pudotus käänsi lasten määrän laskuun Helsingissä

### Keskustelu:

**20** Monipaikkainen asuminen tuo lisää sävyjä kaupungistumiskeskusteluun

### VESA KESKINEN & JUUKA HIRVONEN

**30** Helsinki-barometri: Huolestuneisuus koronan vaikutuksista lisääntynyt

### NETTA MÄKI

**42** Nuorten kannabiskokeilut Helsingissä muuta maata yleisempiä – tupakointi ja alkoholinkäyttö entistä vähäisempää

### SUVI MÄÄTTÄ

**58** Säännöllinen liikkuminen edistää nuorten mielen hyvinvointia – myös perheen taloudellisen tilanteen heikoksi kokevilla

[www.kvartti.fi](http://www.kvartti.fi)

Helsinki  
Helsingfors





## Korona verottaa Helsingin väestönkasvua mutta tuskin pysyvästi

**H**elsingin kaupunki tarkkailee omaa kehitystään tilastojen, tutkimusten ja muun kaupunkitiedon avulla jatkuvasti muun muassa väestökehityksen, asukkaiden hyvinvoinnin ja kaupunkitalouden näkökulmista. Kuluneena vuonna tiiviissä seurannassa on ollut luonnollisesti myös koronaviruspandemian kehittyminen Helsingissä ja muualla, sekä sen mahdolliset vaikutukset kaupungin tilaan tulevina vuosina.

**KAUPUNGIN VÄESTÖKEHITYKSESSÄ** on havaittu korona-aikana joitakin aiemmista vuosista poikkeavia kehityskulkuja. Samat ilmiöt toistuvat myös muissa pääkaupunkiseudun kunnissa, joskin hie-man eri voimakkuudella. Nuoret, jotka yleensä muodostavat merkittävän osan Helsinkiin muuttavasta väestöstä, ovat muuttaneet Helsinkiin tavallista vähemmän. Syynä saattaa olla etäopiskelun yleistyminen pandemiaoloissa. Kun lisäksi nuoria työllistävät elinkeinot ovat olleet vaikeuksissa, myöskään työpai-kat eivät vedä nuoria Helsinkiin yhtä lail-la kuin aiemmin.

”

*Helsingin väestönkasvu vuonna 2020 on todennäköisesti melko lähellä aiempien vuosien tasoa. Ilman koronaa se olisi ollut edellistä vuotta korkeampi.*

**TOISAALTA HELSINGIN** koko vuoden väestönkasvu on koronatilanteesta huolimatta vuonna 2020 lähes edellisvuosien tasoa, ennakkotietojen mukaan jonkin verran alle 4 000 asukasta. Ulkomailta on muutettu Helsinkiin melko vilkkaasti vuonna 2020 kansainvälisen liikkumisen rajoituksista huolimatta. Syntyneiden enemmisyys eli luonnollinen väestönkasvu on ollut Helsingissä

edellisvuotta korkeampaa. Ainoastaan muualta Suomesta Helsinkiin kohdistuva muuttoliike on ollut poikkeuksellisen hiljaista. Voidaan olettaa, että ilman koronaa Helsingin väestönkasvu olisi saattanut olla vuonna 2020 noin 6 000 asukkaan suuruinen. Viralliset tilastot julkistetaan alkukeväästä.

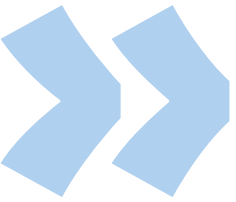
**TÄRKEÄNÄ VÄESTÖKASVUN** moottorina Helsingissä toimii kaupungin talous- ja työllisyyskehitys. Jos yritämme katsoa koronapandemian yli tuleviin vuosiin, kaupungin väestökehityksen suunta riippuu paljon siitä, miten eri elinkeinot – ja erityisesti keskeiset toimialat – pääsevät koronan jälkeen jaloilleen. Esimerkiksi matkailualalla tämä voi viedä aikansa. Jos talous alkaa vetää muualla Suomessa Helsinkiä nopeammin, vaikutukset voivat näkyä Helsingin väestönkasvun hidastumisena vielä parina seuraavana vuonna. On kuitenkin oletettavaa, että Helsingin kasvu on tulevaisuudessakin varsin vilkasta, kunhan koronapandemian välittömät vaikutukset laantuvat. ■

**Timo Cantell**









● PEKKA VUORI

**Pienten lasten määrä kasvaa Helsingissä nyt vain asuntorakentamisen uusilla alueille. Takana on lähes kymmenen vuoden jakso, jolloin lasten määrä lisääntyi myös vanhassa asuntokannassa.**

**H**elsingissä lasten määrän ennakoiti ja ennustaminen on ollut aina vaikeampaa kuin useimmissa muissa kunnissa. Helsingissä muuttoliikkeellä on ollut suurempi vaikutus väestökehitykseen kuin luonnollisella väestönkasvulla. Luonnollinen väestönkasvu on tyypillisesti ollut vakaampaa ja ennakoitavampaa kuin muuttoliike, joka erityisesti Helsingissä vaihtelee huomattavasti. Helsingin muuttoihin vaikuttaa paitsi seudun talouden ja työllisyyden kehitykseen perustuva työmarkkinaperäinen vetovoima, myös pääosin asuntomarkkinaperäinen seudullinen muuttoliike sekä vielä ulkomainen muuttoliike, joka on osittain ennakoimatonta ainakin pitemmällä aikavälillä.

**VARHAISKASVATUSIKÄISTEN LASTEN** määrä on vaihdellut Helsingissä viime vuosikymmeninä paljon. 1990-luvun lamavuosina perheet jäivät Helsinkiin sen sijaan, että olisivat hakeutuneet asumaan väljemmin seudun ulompiin osiin, ja lasten määrä kasvoi valtavasti, jopa 1 500:lla vuodessa. Laman jälkeen syntyvien määrä kuitenkin aleni ja 2000-luvulle tultaessa muutto naapurikuntiin alkoi jälleen yleistyä ns. Nurmijärvi-ilmiön aikana, ja siten lasten määrä alkoi vähentyä. Uusi kasvu käynnistyi kuitenkin taas 2007, syntyvyys alkoi jälleen kasvaa ja lapsiperheiden poismuutto väheni. Ulkomailta tullut kasvava muutto lisäsi myös lasten määrää. Tätä kasvua kesti 10 vuotta, ja sen lakattua 0–6-vuotiaiden määrä on taas vähentynyt kolmena viime vuotena.

**ARTIKKELISSA ARVIOIDAAN**, mikä merkitys syntyvyyden alenemisella ja muuttoliikkeellä on ollut viime vuosien kehitykseen, ja kuinka nykyinen lisääntynyt rakentaminen osaltaan vähentää vanhojen kaupunginosien lasten määrää.

# Syntyvyyden pudotus

**käänsi lasten määrän laskuun Helsingissä**

HELSINKI MARKETING / OLIVIA HARMON



### Lasten määrän kehitys vanhoissa ja uusissa asunnoissa alueittain

Kuten edellä todetaan, pienten lasten määrä alkoi kasvaa nopeasti vuonna 2007 Helsingissä. Kymmenessä vuodessa 0–6-vuotiaiden määrä kasvoi 9 200 lapsella eli neljänneksellä, 36 800:sta 46 000 lapseen. Vuoden 2017 huipun jälkeen lasten määrä kääntyi laskuun, ja vuoden 2020 syyskuun loppuun mennessä lasten määrä on vähentynyt huipusta yli tuhannella.

**HELSINGISSÄ RAKENNETTIIN** vuosina 2007–2017 noin 42 000 asuntoa, ja näissä uusissa asunnoissa asui 8 000 lasta vuoden 2017 lopussa. Näin ollen lasten määrän lisäys kaupungissa ei kohdistu kokonaan uuteen asuntokantaan, vaan olemassa olevissakin asunnoissa lasten määrä kasvoi tuona ajanjaksona yli 1 000 lapsella. Ero on huomattava verrattuna edelliseen 10-vuotisjaksoon, sillä vuosina 1996–2006 lasten määrä väheni 14 000:lla vanhassa asuntokannassa.

**LASTEN MÄÄRÄ** kehittyi vuosina 2007–2017 hyvin eri tavoin vanhoilla asuntoalueilla kantakaupungissa ja sen lähialueilla verrattuna kauempana keskustasta oleviin esikaupunkieihin.

**KANTAKAUPUNKI SEKÄ** sitä ympäröivät vanhimmat kerrostalovaltaiset alueet Lauttasaari, Munkkiniemi, Haaga, Maunula, Oulunkylä, Kulosaari, Länsi-Herttoniemi ja Roihuvuori muodostavat alueen, jossa asuu nyt yhteensä 19 400 lasta, lähes puolet Helsingin lapsista. Näillä alueilla lasten määrä alkoi kasvaa selväs-

ti vuoden 2007 jälkeen paitsi hiljattain rakennetuissa asunnoissa myös jo olemassa olevissa asunnoissa. Sen sijaan niillä alueilla, jotka sijaitsivat kauempana, sekä kerrostalo- että pientaloalueilla, lasten määrä pysyi samana tai väheni kyseisenä ajanjaksona vanhassa asuntokannassa.

**KANTAKAUPUNGISSA JA** sen lähialueilla 0–6-vuotiaiden määrä kasvoi 6 300 lapsella vuosina 2007–2017. Tästä kasvusta suurempi osa, 3 300 hengen kasvu tuli vanhaan asuntokantaan ja 3 000 hengen kasvu vuosina 2007–2017 rakennettuihin asuntoihin.

**SEN SIJAAN** muualla Helsingissä 0–6-vuotiaiden määrä kasvoi 2007–2017 vain 2 700 lapsella. Vaikka uusiin asuntoihin tuli muualla Helsingissä 4 800 lasta, vanhoissa asunnoissa lasten määrä väheni tänä aikana 2 100:lla.

**OHEISISSA KUVIOISSA** lasten määrä on jaettu vuosina 2002–2020<sup>1</sup> valmistuneissa ja aikaisemmin valmistuneissa rakennuksissa asuviin.

**LASTEN MÄÄRÄ** toisin sanoen kasvoi 2000-luvun puolivälin jälkeen etenkin kantakaupungissa ja sen lähialueilla. Tätä ilmiötä on selitetty kantakaupunkimaisen asumisen renessanssilla ja kantakaupungin hyvällä palvelutasolla, mihin kuuluu myös mahdollisuus autottomuuteen (Mustonen & Lindblom 2016). Toisaalta kantakaupunkimaisen asumisen suosio osuu myös vuonna 2008 alkaneen finanssikriisin jälkeiseen pitkään taantumajaksoon, jossa perheiden mahdollisuudet parantaa asumis-

1) Kuluneen vuoden osalta mukana ovat tammi–syyskuussa 2020 valmistuneissa asunnoissa asuvat.

tasoon heikkenivät työllisyysongelmien takia (mm. Niska 2017). Vertailukohtaa voi hakea 1990-luvun laman ajalta. Silloinkin kantakaupungin lapsiperheiden määrä kasvoi nopeasti, kun vallitsevissa epävarmoissa oloissa perheet eivät päässeet muuttamaan isompiin asuntoihin, joihin lapsiperheillä on usein varaa vain kantakaupunkia edullisemmillä esikaupunkialueilla.

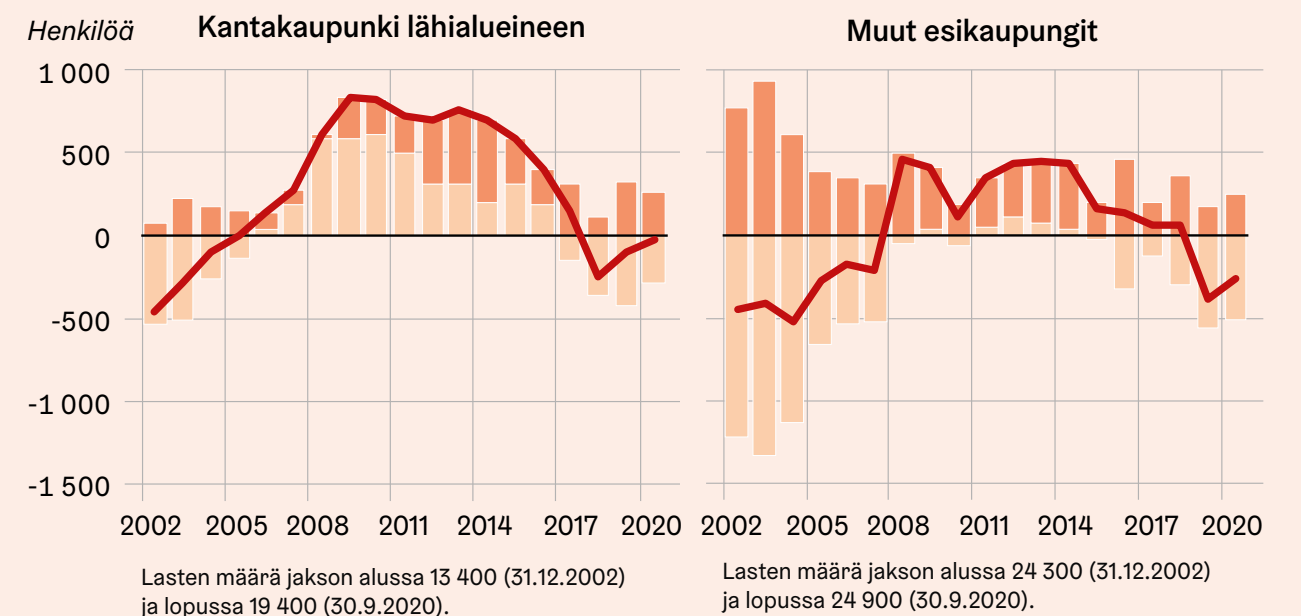
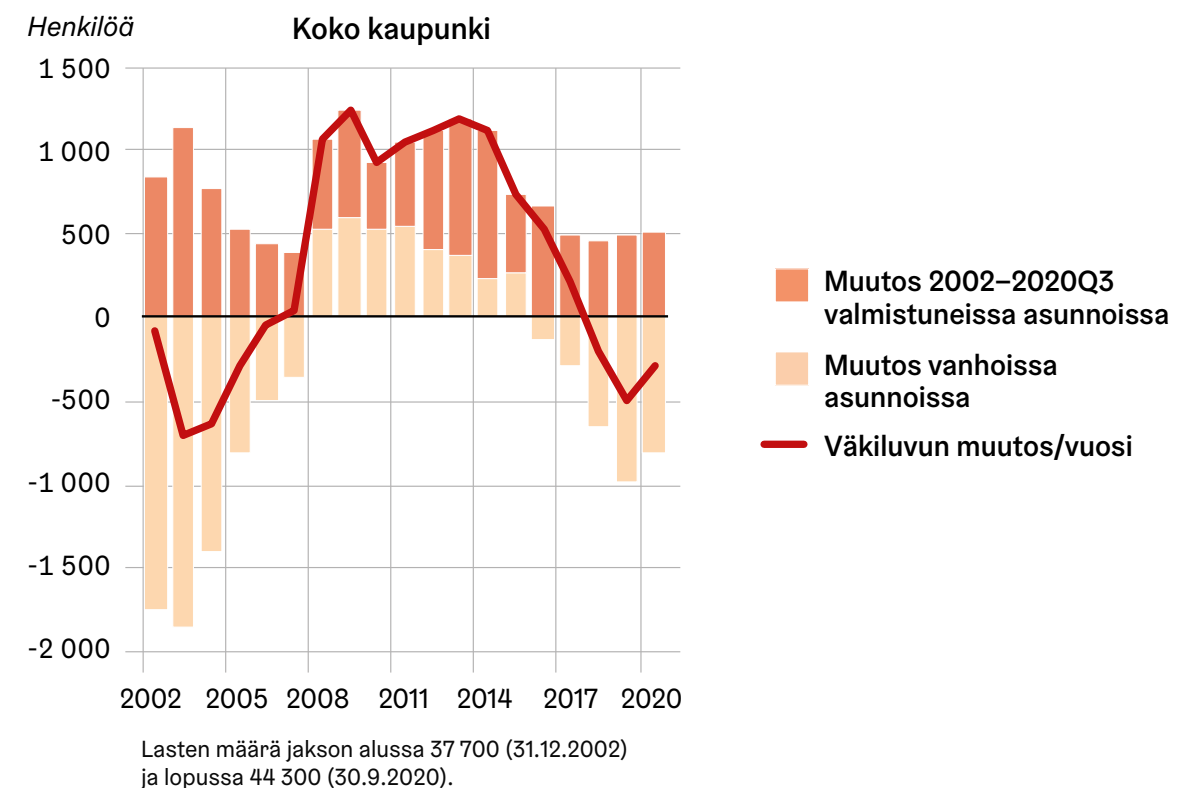
**LASTEN MÄÄRÄ** on kuitenkin alkanut vähentyä vuoden 2017 jälkeen lähes kaikilla Helsingin alueilla, joilla ei ole merkittävää uudisrakentamista – nyt myös perinteisillä kantakaupungin alueilla.

### Lasten määrän kehitys osa-alueittain

Oheiset kartat (kuviot 2 ja 3) kuvaavat 0–6-vuotiaiden määrän muutosta kahtena lähes yhtä pitkänä, neljän vuoden ajanjaksona Helsingin osa-alueilla eli muutos vuosina 2013–2016 ja 2017–2020<sup>2</sup>. Kartoissa on erotettu tärkeimmät asuntotuotantoprojektialueet omaksi luokakseen. Myös useille muille alueille on rakennettu jonkin verran uusia asuntoja, mutta suurin osa lapsista on kuitenkin asunut jo ennen tarkastelujakson alkua valmistuneissa asunnoissa.

**VIKSI** 2013–2016 lasten määrä kasvoi valtaosassa Helsingin osa-alueista ja etenkin kantakaupungissa sekä Länsi- ja Pohjois-Helsingissä. Lasten määrä väheni merkittävämmän vain Koillis- ja Itä-Helsingin esikaupunkialueilla.

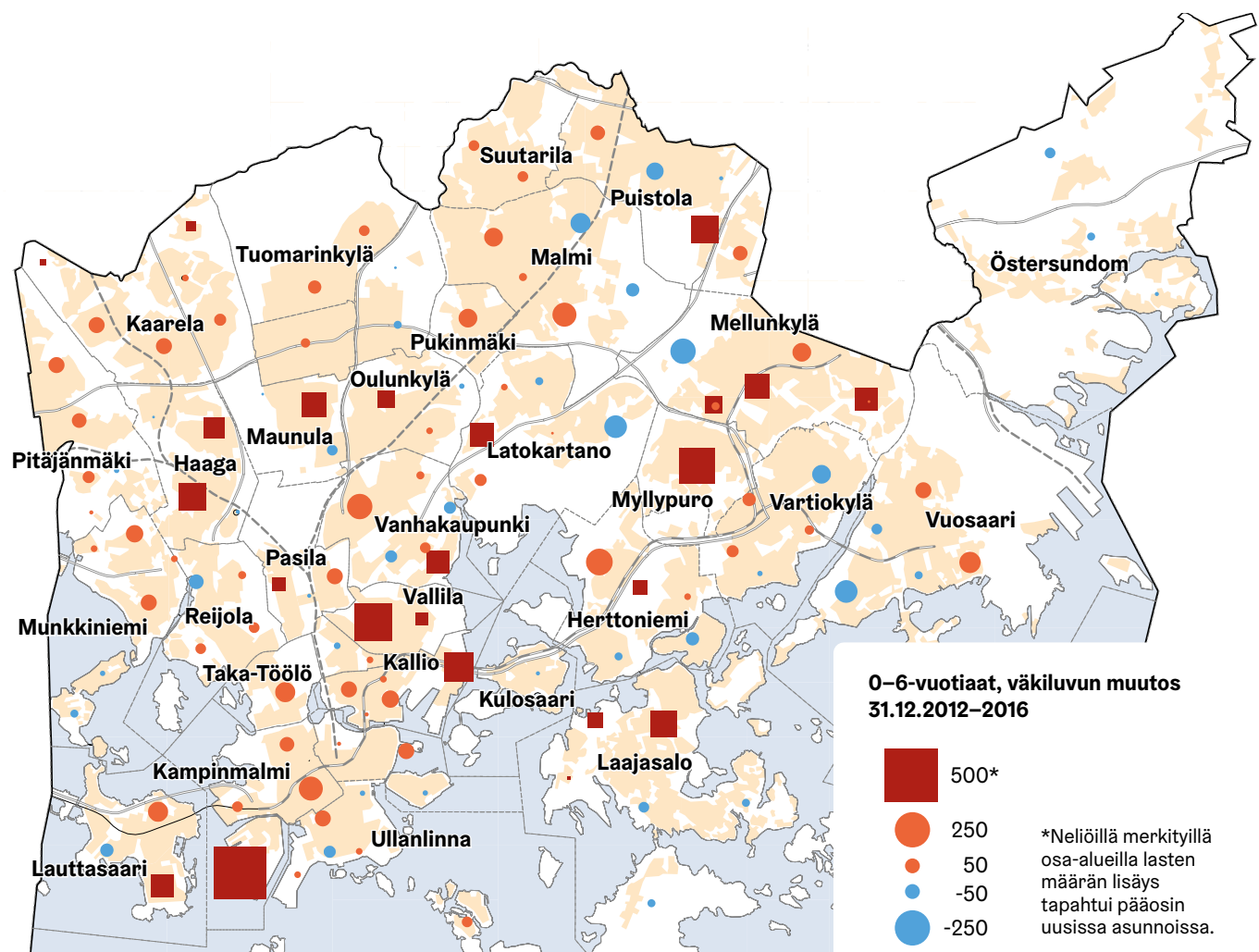
2) Tarkastelujaksot ovat 31.12.2012–2016 ja 31.12.2016–30.9.2020. Vuodelta 2020 mukana on siis kolme ensimmäistä vuosineljänestä.



#### KUVIO 1.

**Varhaiskasvatikäisten 0-6-vuotiaiden lasten määrän muutos vuosittain Helsingissä 31.12.2002–30.9.2020 eri alueilla, erikseen vuosina 2002–2020 ja sitä ennen valmistuneissa rakennuksissa.**





© Helsingin kaupunkimittausosasto, alueen kunnat ja HSY, 2019

**KUVIO 2.** 0–6-vuotiaiden lasten määrän muutos osa-alueittain 31.12.2012–2016.

**AJANJAKSOLLA 2017–30.9.2020** lähes kaikilla vanhoilla alueilla lasten määrä on vähentynyt ja kasvu on keskittynyt suurille projektialueille. Myös aikaisemmin nopeasti kasvaneella kantakaupunkialueella lasten määrä on vähentynyt, erityisesti eteläisillä alueilla. Kantakaupungissa ainoastaan Katajanokalla, Taka-Töölössä ja Alppilassa lasten määrä edelleen kasvoi, osittain myös uusien asuntojen rakentamisen takia.

**SEURAAVISSA LUVUISSA** arvioidaan, kuinka suuri merkitys tähän kehitykseen on syntyvyyden kehityksellä ja muutoilla Helsingin rajan yli sekä lisääntyneellä rakentamisella projektialueille.

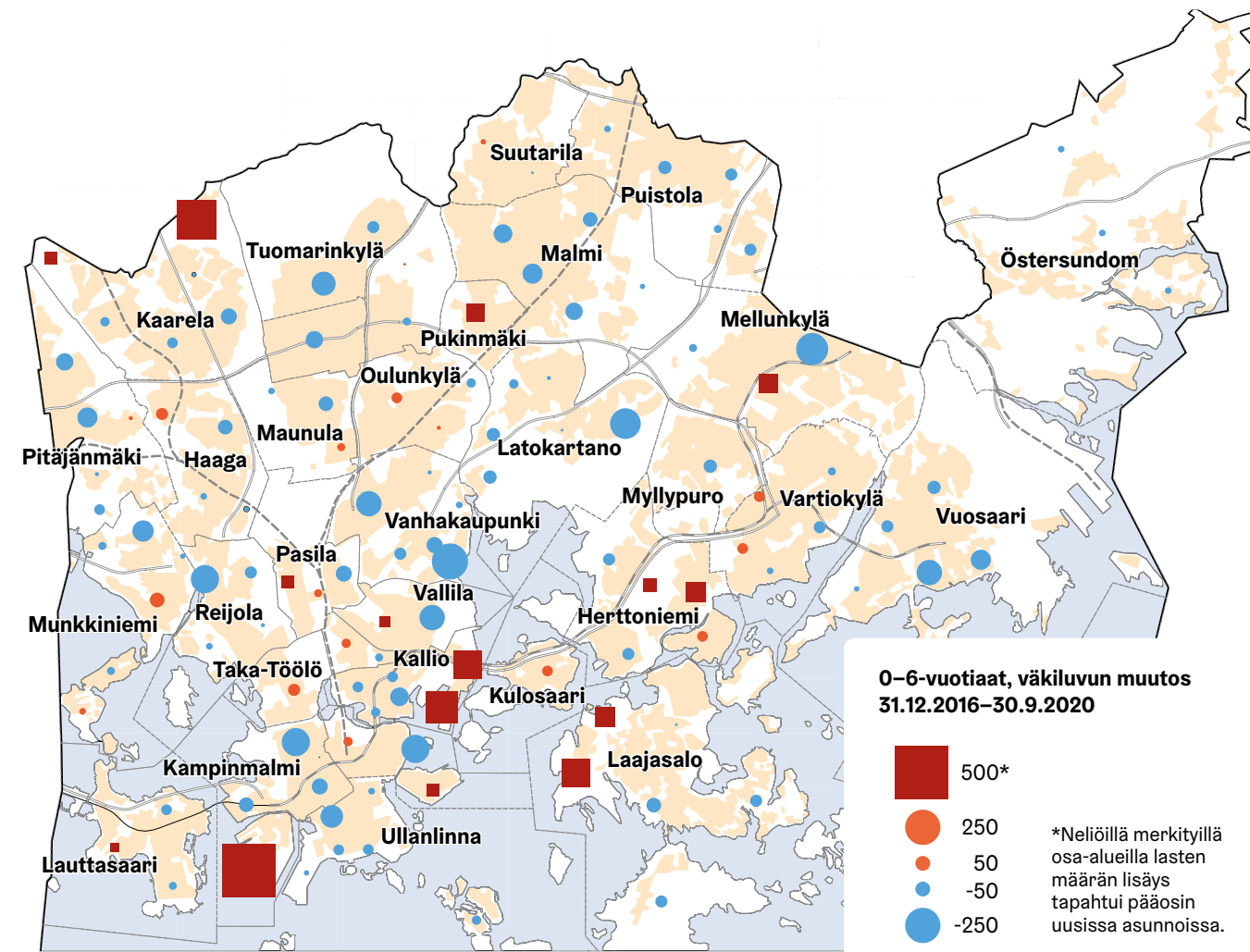
#### Syntyvyyden kehitys 2010-luvulla

Syntyneiden määrä oli Helsingissä huipussaan jo vuonna 2015, jolloin syntyi 7 016 lasta (Kuvio 4). Vuonna 2019 syntyi jo

lähes 700 lasta vähemmän, vaikka 20–44-vuotiaiden naisten määrä kasvoi tänä aikana viisi prosenttia.

**SYNTYVYYTTÄ KUVAAVA** kokonaishedelmällisyysluku kasvoi hitaasti vuoteen 2010 saakka, mutta on pienentynyt sen jälkeen erityisesti vuosikymmenen jälkipuolella (Kuvio 5). Vuonna 2015 kokonaishedelmällisyysluku oli Helsingissä 1,32 mutta vain 1,11 vuonna 2019. (Helsingin kaupunki 2020a).

**MIKÄLI HEDELMÄLLISYYS** olisi Helsingissä pysynyt esim. vuoden 2013 tasolla vuosikymmenen loppuun saakka, lapsia olisi syntynyt 3 800 toteutunutta enemmän vuosina 2014–2019. Varhaiskasvatukseen 1–6-vuotiaita olisi siten Helsingissä nyt 2 600 nykyistä enemmän vuoden 2019 lopussa, mikäli muuttujen määrä olisi pysynyt samana.



© Helsingin kaupunkimittausosasto, alueen kunnat ja HSY, 2019

**KUVIO 3.** 0–6-vuotiaiden lasten määrän muutos osa-alueittain 31.12.2016–30.9.2020.

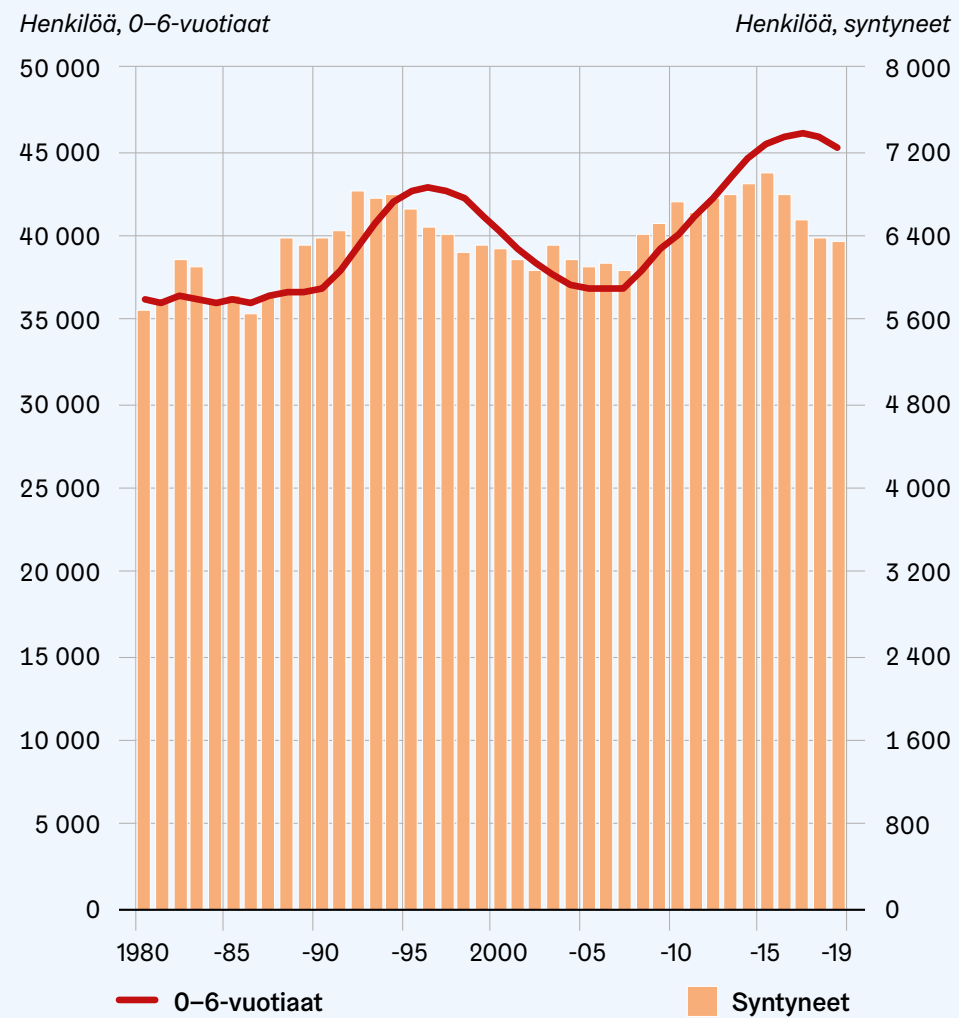
**ERO OLISI** suurin kantakaupungissa ja sen lähialueilla: varhaiskasvatukseen olisi näiden alueiden vuoden 2013 hedelmällisyydellä 1 400 (11 %) nykyistä enemmän (Kuvio 6). Muilla vanhoilla esikaupunkialueilla ero on 1 000 (5 %) ja uusilla alueilla vajaa 200 (3 %).

**KOSKA HEDELMÄLLISYYS** alkoi alentua 2010-luvulla Helsingissä myöhemmin kuin useimmissa muissa Helsingin seudun 14 kunnasta, tämä aleneminen on vähentänyt Helsingissä syntyvien lasten määrää suhteellisesti vähemmän kuin valtaosassa muita seudun kuntia. Seudulla syntyi vuosina 2011–2019 yhteensä 141 750 lasta. Jos hedelmällisyys olisi pysynyt samalla tasolla kuin 2010, lapsia olisi syntynyt 20 400 eli 14 % enemmän. Helsingissä ero olisi 11 %, muulla pääkaupunkiseudulla 16 % ja kehysalueella 17 %.



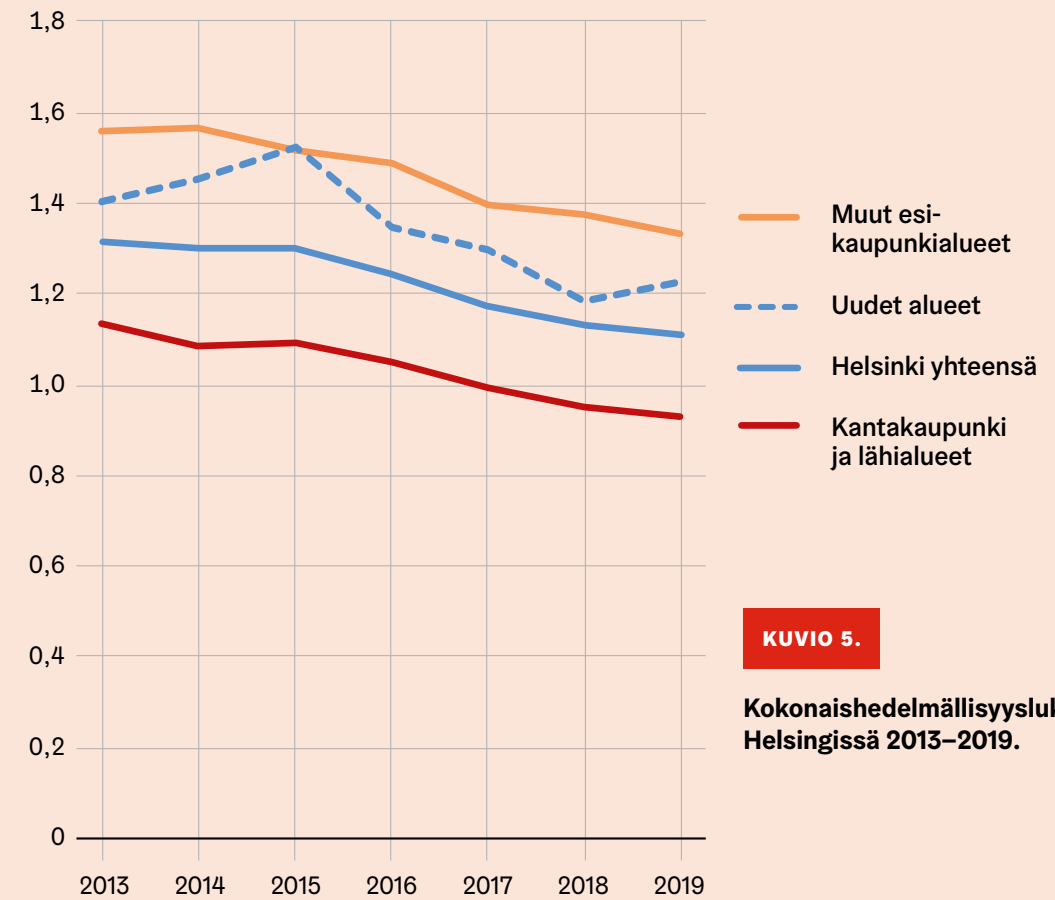
**Kokonaishedelmällisyysluku laski 1,32:sta 1,11:een vuosina 2015–2019.**





**KUVIO 4.** Helsingissä vuosina 1980–2019 syntyneet ja 0–6-vuotiaat lapset 31.12.1980–2019.

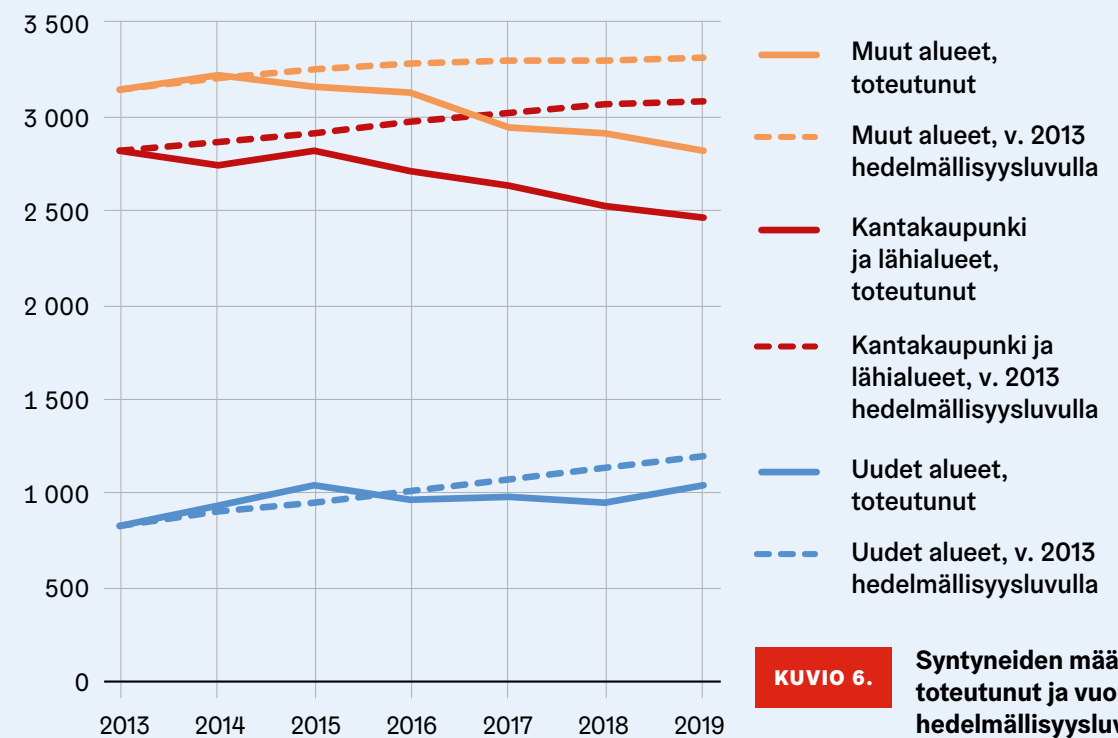
Kokonaishedelmällisyysluku



**KUVIO 5.**

Kokonaishedelmällisyysluku Helsingissä 2013–2019.

Henkilöä



**KUVIO 6.**

Syntyneiden määrä 2013–2019, toteutunut ja vuoden 2013 hedelmällisyyslukuilla.

” **Lasten muuttotappio** ei ole lähelläkään 2000-luvun alun Nurmijärvi-ilmiön tasoa.



### Muuttoliikkeen merkitys

Lasten muuttotappio – eli se, paljonko lapsia Helsingistä muuttaa pois verrattuna Helsinkiin muuttavien lasten määrään – on ollut suurimman osan 2010-luvusta poikkeuksellisen vähäistä. Vuonna 2017 Helsinki sai pienistä lapsista jopa muuttovoittoa. Vuonna 2019 kirjattiin jälleen muuttotappiota 400 lapsen verran.

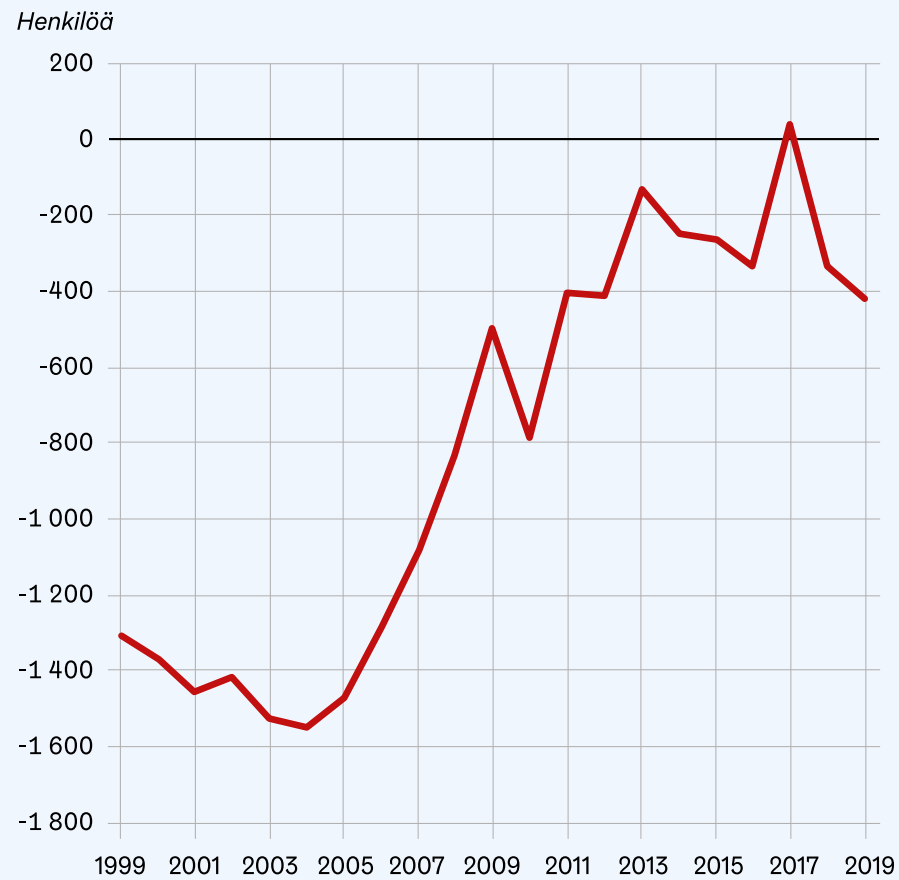
**SITEN EI** olla vielä lähelläkään 2000-luvun alun Nurmijärvi-ilmiön aikaisia määriä, jolloin Helsinki menetti muuttotappiona jopa 1 500 lasta vuodessa (Kuvio 7).

**MIKÄLI LASTEN** muuttotappion osuus olisi Helsingissä pysynyt samalla tasolla kuin 2013, varhaiskasvatuskäisten lasten määrä olisi 1 500 lasta eli 3 % toteutunutta suurempi vuoden 2019 lopussa.

**LASTEN MUUTTOLIIKKEEN** lisäksi jonkin verran vaikutusta on myös sillä, kuinka lasten vanhempien ikäluokkiin kuuluviin henkilöiden muuttojen määrät vaihtelevat. Käytössä ei ole aineistoa perheiden muutoista, mutta 25–39-vuotiaiden määrän muutoksella on vaikutusta syntyvien lasten määrään. Tähän ikäluokkaan kuuluvien naisten määrä on kasvanut varsin tasaisesti jo yli 10 vuotta, ja kasvusta yli puolet on tullut uusille asuinalueille. Siten lasten määrän vähenemiseen ei lasten vanhempien ikäluokan koon muutoksella ole ainakaan lasten määrää vähentävää vaikutusta koko Helsingin tasolla.

### Uusille asuinalueille muuttaa lähialueiden lapsia

Vanhoilla alueilla asuvien lasten määrää vähentää aina myös se, että niiltä muutetaan kaupungin uusille asuinalueille. Jenni Väliniemi-Laurson ja Faris Alshail tutkivat vuonna 2016 Helsingin uusille asuinalueille muuttaneita ja havaitsivat, että Helsingissä noin puolet uusien alueiden tulomuutoista oli lähtöisin viiden kilometrin etäisyydeltä eli käytännössä viereisistä kaupunginosista. Uusille alueille muuttaneista suurin osa kuuluu 30–39-vuotiaiden ikäryhmään ja tässä ikäryhmässä voidaan katsoa olevan perhettä perustavia



Lasten nettomuutto oli vuonna 2017 poikkeuksellisen korkea, koska silloin vuonna 2015 maahan tulleiden ja oleskeluluvan saaneiden turvapaikanhakijoiden muuttoja tuli paljon Helsinkiin.

**KUVIO 7.** Helsingiläisten 0–6-vuotiaiden lasten muuttotappio 1999–2019.

ja työelämään siirtyneitä, joiden varallisuus mahdollistaa uudelle asuinalueelle siirtymisen. (Väliniemi-Laurson & Alshail 2016).

**MYÖS UUSIMMAT** tilastoaineistot muuttaneista tuottavat saman tuloksen, sillä Kalasataman ja Jätkäsaaren vuosina 2012–2019 rakennettuihin asuntoihin muuttaneista 0–6-vuotiaista muutti 35–40 % samasta suurpiiristä, puolet kantakaupungista yhteensä ja neljäsosa Helsingin esikaupungeista. Siten vain neljäsosa lapsista muutti näille kantakaupungin isoille projektialueille kaupungin ulkopuolelta. Voidaankin karkeasti arvioida, että kantakaupungin vanhoilla alueilla on nyt 500 lasta vä-

hemmän kuin neljä vuotta sitten pelkästään siksi, että he asuvat Jätkäsaarella ja Kalasatamassa.

**VASTAAVAA KEHITYSTÄ** on tapahtunut myös kaupungin muilla vanhoilla alueilla: esimerkiksi Alppikylän, Kuninkaantammen ja Viikinmäen alueille yli puolet Helsingistä muuttaneista lapsista on muuttanut lähialueilta.

**KOSKA VIIME** vuosina on valmistunut suhteessa väestöpohjaan enemmän asuntoja kantakaupunkiin kuin muualle Helsinkiin, näyttää siltä, että kantakaupungissa on muuttanut suurempi osuus vanhojen alueiden lapsista lähialueiden uusille asuinalueille.



## Syntyvyys on alentunut viime vuosina niin huomattavasti, että se on vaikuttanut lasten määrien kehitykseen nyt poikkeuksellisesti muuttoliikettä enemmän.

### Lasten määrän ja palvelutarpeen ennakoitiin syntyvyyden ja muuttoliikkeen muutosten valossa

Helsingin lasten määrän ennustamisessa voitiin pitkään luottaa siihen, että syntyvyys on varsin vakaata ja muutokset ovat hitaita. 2010-luvulla syntyvyyden aleneminen on ollut kuitenkin niin huomattavaa, että sen merkitys lasten määrien kehitykselle on nyt ollut poikkeuksellisesti muuttoliikettä suurempaa. Mikäli syntyvyys ja muuttoliike olisivat säilyneet 2010-luvun alkuvuosien tasolla koko vuosikymmenen, 0–6-vuotiaita lapsia olisi jopa 5 000 enemmän kuin nyt, ja kaksi kolmasosaa tästä erosta selittyisi syntyvyydellä.

**SYNTYVYYDEN JA** muuttoliikkeen ennakoitua vaikeuttaa juuri nyt epävarmuus siitä, millä tavoin koronavirusepidemia tulee vaikuttamaan pitemmällä aikavälillä Helsingin kehitykseen. Kuitenkin jo tästä epävarmuudesta huolimatta erilaiset syntyvyysoletukset eri ennusteissa muodostavat nyt aikaisempaa selvästi suuremman vaihteluvälän sille, kuinka paljon esimerkiksi varhaiskasvatuskäisiä tulee olemaan lähitulevaisuudessa.

**HELSINGIN KAUPUNGINKANSLIASSA** vuonna 2019 laaditussa ennusteessa 0–6-vuotiaiden määrä oli 2 000 lasta eli 5 % suurempi vuonna 2025 kuin vuoden 2020 ennusteen perusvaihtoehdossa. Helsingin ennustemenetelmässä syntyvyysoletuksena on käytetty pääsääntöisesti kolmen edellisen vuoden hedelmällisyyslukujen keskiarvoa. Koska muuttoliikeoletuksissa ei ollut suurta eroa, jo yhden vuoden siirtymä nykyisen syntyvyyskehityksen aikana vaikuttaa merkittävästi lasten määrän ennusteeseen. (Helsingin kaupunki 2020b). Toisen ääripään muodostaa Tilastokeskukses-

sa vuonna 2019 laadittu ennuste, jossa taas käytettiin oletuksena vuoden 2019 ennakoitua syntyvyyttä. Tämä ennuste on lähes 3 000 lasta Helsingin uusinta perusennustetta matalampi vuonna 2025 (Tilastokeskus 2019). Helsingin kaupungin viimeisimmät nopean ja hitaan kasvun ennusteet ovat sen sijaan lähempänä perusvaihtoehtoa. Nopeamman väestönkasvun vaihtoehdossa lapsia on reilut 300 enemmän, ja matalampaan syntyvyysoletukseen perustuva hitaan kasvun ennuste tuottaisi 1 000 lasta perusennustetta vähemmän vuonna 2025.

**VARHAISKASVATUKSEN SUUNNITTELUSSA** joudutaan huomioimaan lasten määrän lisäksi se, että eri aikoina päiväkotihoidon osallistuu erilainen osuus lapsista. Viimeisen kolmen vuoden aikana Helsinkiin on tullut kunnallisia päiväkotitiloja merkittävästi lisää, kunnallisen päiväkotihoidon käyttö on lisääntynyt ja vastaavasti kotihoidon tuen käyttö on vähentynyt merkittävästi. Kevääseen 2020 saakka jatkunut hyvä taloustilanne on todennäköisesti tehostanut tätä kehitystä. Mikäli kunnallisissa päiväkodeissa olisi syksyllä 2020 sama osuus lapsista kuin kaksi vuotta aiemmin, päiväkodeissa olisi 1 600 lasta vähemmän. (Helsingin kaupunki 2020c)

**VIIME VUOSIKYMMENET** ovat osoittaneet, kuinka nopeasti pienten lasten määrä voi muuttua Helsingissä ja kuinka nopeasti tämä heijastuu palvelutarpeeseen. Näiden muutosten ennustaminen on aina helpompaa vakaisissa oloissa, mutta ennakoimattomia, suuriakin muutoksia syntyy väistämättä. Siksi tulisi palvelujen suunnittelussa huomioida tämä kehittämillä ja kokeilemalla erilaisia palvelumuotoja, joissa voidaan reagoida tarpeisiin joustavasti ja nopeasti. ■

**Pekka Vuori** toimii järjestelmäpäällikkönä Helsingin kaupunginkansliassa.

### Lähdeluettelo:

- Helsingin kaupunki (2020a). Helsingin väestö vuodenvaihteessa 2019/2020 ja väestönmuutokset vuonna 2019. Kaupunkitutkimus ja -tilastot.
- Helsingin kaupunki (2020b). Helsingin ja Helsingin seudun väestöennuste 2019–2060 – Ennuste alueittain 2019–2035. Kaupunkitutkimus ja -tilastot.
- Helsingin kaupunki (2020c). Kasvatuksen ja koulutuksen toimiala, Varhaiskasvatus ja esiopetus, Harju Carola, Tilasto lasten osallistumisesta varhaiskasvatukseen hoitomuodoittain syyskuussa 2018–2020. Julkaisematon tilasto 26.10.2020.
- Helsingin rakennus- ja väestörekisteri, Helsingin kaupunki
- Helsingin seudun aluesarjat -tilastotietokanta. [www.aluesarjat.fi](http://www.aluesarjat.fi). Aineisto: Tilastokeskus.
- Mustonen, Pekka & Taru Lindblom (2016). Kantakaupungissa asuu tyytyväisiä lapsiperheitä. Kvartti 1/2016.
- Niska Ari (2017). Lasten määrän kasvu keskittyy nyt kantakaupunkiin. 0–15-vuotiaiden väestömäärä ja -osuus Helsingissä 1962–2017. Kvartti 3/2017.
- Tilastokeskus (2019). Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestöennuste [verkkójulkaisu]. ISSN=1798-5137. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 11.11.2020]. Saantitapa: <http://www.stat.fi/til/vaenn/index.html>
- Väliniemi-Laurson, Jenni & Faris Alshail (2016). Uuteen kotiin läheltä. Paikallisuus asunnonvaihtoissa Helsingin uusilla asuinalueilla. Tutkimuskatsauksia 2016:10. Helsingin kaupungin tietokeskus.



”

- *Keväeseen 2020 saakka jatkunut hyvä taloustilanne todennäköisesti tehosti kehitystä, jossa yhä useampi helsinkiläinen lapsi oli päiväkotihoidossa ja kotihoidon tuen käyttö väheni.*



# Monipaikkainen asuminen

tuo lisää sävyjä  
kaupungistumis-  
keskusteluun



HAASTATTELU JA TEKSTI: KATJA VILKAMA • TEEMU VASS • TIMO CANTELL

*Mitä on monipaikkainen asuminen, ja millä tavoin ilmiö vaikuttaa Helsinkiin ja Uuteenmaahan nyt tai tulevaisuudessa? Onko koronavuosi lisäämässä kaupungeista pakoa, kuten julkisuudessa on esitetty?*

Kvartti keskusteli monipaikkaisuuteen perehtyneiden tutkijoiden kanssa, joista kauimpana työskentelevä osallistui virtuaalitapaamiseen Oulusta käsin.

**E**lämme voimakkaasti kaupungistuvassa yhteiskunnassa. On ennakoitu, että tulevaisuudessa Suomen väestö valuu harvaan asutuilta alueilta ja pienemmistä taajamista yhä enemmän suurille kaupunkiseuduille, ja niistäkin vain kaikkein vetovoimaisimpia on pidetty alueiden välisen kilpailun voittajina.

**SAMAAN AIKAAN** on käynnissä kilpailevia ilmiöitä – kakkosasuntojen buumi, citymaalaisuus, paluu juurille – jotka houkuttavat kaupunkiväestöä ainakin kausittain myös harvaan asutuille paikkakunnille. Kaupungistumiseen ja sen rinnalla etenevään digitalisaatioon kytkeytyvät entistä paremmat mahdollisuudet myös monipaikkaisen arjen elämiseen.

**KUN KORONAVIRUS** alkoi levitä erityisesti kaupunkiseuduilla, mediassakin pohdittiin, voiko seurauksena olla pako kaupungeista. Etätyökäytäntöjen kehittyessä työpaikoilla vietetty aika vähentyneekin. Miten tämä ilmiö kytkeytyy monipaikkaisen asumisen dynamiikkaan? Näkyvätkö muutokset tulevaisuudessa myös väestötilastoissa, ja mitä muuta tietoa tarvitaan kokonaiskehityksen ymmärtämiseen?





## KESKUSTELUVIERAAT:

- **Olli Lehtonen**, erikoistutkija, Luonnonvarakeskus (Luke)
- **Toivo Muilu**, johtava tutkija, Luonnonvarakeskus (Luke)
- **Ulla Ovaska**, tutkija, ryhmäpäällikkö, Luonnonvarakeskus (Luke)
- **Hilkka Vihinen**, tutkimusprofessori, Luonnonvarakeskus (Luke)
- **Pekka Vuori**, järjestelmäpäällikkö, Helsingin kaupunginkanslia

### Monipaikkaisuutta on useaa lajia

“Vaikka monipaikkaisuus tuntuu uudelta asialta ja ilmiöltä, kyseessä on kuitenkin erittäin vanha asia”, sanoo johtava tutkija **Toivo Muilu**. “Muinaiset metsästäjä–keräilijät ja paimentolaiset olivat monipaikkaisia, ja vasta maanviljely ja kaupungit sitoivat ihmiset paikkaan tuhansia vuosia sitten.”

Tavallaan palataan siis ikivanhaan kuvioon – siihen, että asutaan ja hankitaan elantoa siellä, missä se on kulloinkin arjen ja elämäntilanteen kannalta sopivinta. Digitalisaatio on mahdollistanut uusia monipaikkaisuuden muotoja.

“Joihinkin ammatteihin liikkuvuus on kuulunut ennenkin. Esimerkiksi sukulaiseni oli 1990-luvulla putkimiehenä maaseudulla ja teki töitä aina sillä paikkakunnalla, missä niitä oli”, muistelee tutkija **Ulla Ovaska**.

“Nyttemmin monipaikkaisuus on tietysti mahdollista myös tietotyöläisille, kun toimistokin voi sijaita melkein missä vain.”

Suomalaisilla on monenlaisia syitä asua kahdessa tai useammassa eri paikassa. Eräs tavallinen tapaus on kotitalous, jolla on koti kaupungissa ja kakkosasunto esimerkiksi maaseutukunnassa. Kakkosasunnolla voidaan viettää iso osa vuodesta.

Toinen koti voi tulla sijaita myös Espanjan Aurinkorannikolla tai Viron Saaremaalla, jonne esimerkiksi eläkeikäinen

pariskunta saattaa vetäytyä muutamiksi viikoiksi tai kuukausiksi vuodessa. On myös monipaikkaisia pareja, jotka eivät asu lainkaan samassa vakioasunnossa keskenään.

Lapsilla taas monipaikkainen oleminen liittyy tavallisesti tilanteeseen, jossa he asuvat vanhempien avioeron jälkeen vuorotellen kummankin huoltajan luona. Muitakin muotoja on: esimerkiksi osa työikäisistä ihmisistä viipty toisinaan pitkiäkin aikoja toisella paikkakunnalla hoivaamassa iäkkäitä vanhempia tai omaisia.

### Tilastot eivät pysy perässä

Monipaikkaisuutta määriteltäessä on toki rajattava pois ne asiat, jotka eivät kuulu käsitteen alle. Tätä on esimerkiksi pendelöinti, jossa henkilö voi tehdä päivittäin pitkiäkin työmatkat kahteen suuntaan, vaikka asuu vain yhdellä paikkakunnalla. Kun hankitaan asunto myös työskentelypaikkakunnalta, asutaan jo monipaikkaisesti.

Tutkimusprofessori **Hilkka Vihisen** mukaan monipaikkaisuuden tunnistaminen haastaa nykyisen väestötilastoinnin rakenteita.

“Henkilö voi olla kirjoilla vain yhdessä osoitteessa. Monipaikkainen asuminen ei ilmiönä tule välttämättä kaikessa laajuudessaan näkyviin virallisessa tilastossa, jotka perustuvat väestörekisterin asumistietoihin.”

Tämä on Vihisen mukaan ongelmallista esimerkiksi joidenkin maaseutupaikkakuntien kannalta, jotka näyttävät tilastojen perusteella uhkaavasti tyhjentävän. “Tieto, jota käytetään palvelutarpeen suunnittelussa, voi olla etäännyntynyt todellisesta tilanteesta. Kun viralliset mitarit näyttävät punaista, eli ‘täällä ei ole enää ketään’, syntyy itseään ruokkiva kehä, jossa paikkakunnalle ei haluta investoida, sieltä ei hankittaisi mitään, eikä infraakaan kehitettäisi.”

Vaikka trendi olisi tilaston näkökulmasta kiistaton, käytännössä tyhjenevällä paikkakunnalla voi olla paljon enemmän käyttäjiä kuin miltä päältä päin näyttää. Paikkojen käyttötavat muuttuvat.

### Koronavirus ja monipaikkainen asuminen

Koronavirusepidemian aiheuttaman kriisin aikoihin keuhkokuumeen pohdittiin julkisessa keskustelussa, voiko tauti kääntää kaupungistumisen suunnan ja houkutella helsinkiläisiäkin muuttamaan pois kaupungista. Suoranaisen maalle paluuseen eivät lehdissä haastatellut asiantuntijat uskoneet, mutta väljempään suuntautuvan muuton arveltiin kiihtyvän.

“Ajatus on looginen: kun epidemia leviää, ei ehkä niin mielellään oltaisi tiheässä asutuskeskittymässä, jota aikaisemmin on pidetty haluttavana elinympäristönä”, toteaa Ulla Ovaska. Ovaskan mukaan uusia muuttotoiveita ei laajemmalla mittakaavalla näkyneet esimerkiksi Maaseutubarometrissa, jonka uusin kyselyaineisto kerättiin juuri ennen koronakriisiä.

“Vakituisen asumisen suhteen ei ole odotettavissa vastausten perusteella mitään uutta muuttoaaltoa kumpaankin suuntaan. Noin 15 prosenttia vastaajista pohti muuttamista joko maalta kaupunkiin tai kaupungista maalle.” Tilastoissa koronakuukaudet näkyvät tosin tiettyjen harvaan asuttujen maaseutukuntien osalta muuttovoittoisina, vaikka kunnat eivät olleet sitä aiemmin olleet.

“Kyse voi olla siitä, että ihmiset ovat joissain tapauksissa siirtyneet kirjoille jo valmiiksi heillä olleeseen kakkosasuntoon”, sanoo erikoistutkija **Olli Lehtonen**.

Tästä ei voi kuitenkaan yleistää, että muuttovirrat olisivat muuten laajasti kääntymässä kasvukeskusten ulkopuolelle.

“Kaupungistuminen ei ole megatrendinä muuttumassa mitenkään”, Lehtonen lisää. “Isossa kuvassa maaseutukuntien mahdollinen muuttovoitto keskittyy niihin kuntiin, jotka jo muutenkin pärjäävät hyvin. Samoin kaupungeista menestyvimpiä tulevat olemaan ne, jotka jo nyt menestyvät.”

Helsingin kaupunki on seurannut koronaepidemian mahdollisia vaikutuksia muuttoliikkeeseen. Onko vuonna 2020 nähty tilastoissa tavallisesta poikkeavaa liikehdintää esimerkiksi kaupungista pois, ja mistä muuttajaryhmistä on kyse?

“Meidän ennakoarvionne oli, että nuorten ja erityisesti opiskelijoiden muuttoa jäisi nyt syksyllä toteutumatta. Opiskellaan siis etänä, eivätkä kaikki muuta kotipaikkakunnalta pääkaupunkiseudulle”, kuvailee kaupungin järjestelmäpäällikkö **Pekka Vuori**.

Tilanne on Vuoren mukaan yhä sen verran akuutti, että jopa loppuvuoden väestökehitystä on vaikea tätä kirjoitettaessa tarkemmin kuvata.



## Monipaikkaisesta asumisesta lyhyesti:

- **Monipaikkaista asumista ei ilmiönä tunneta vielä kovin hyvin.**

Sen määritelmä riippuu tarkastelukulmasta, mutta se voi sisältää esimerkiksi kausiasumista, ns. citymaalaisuutta ja lasten vuoroasumista.

- **Ihmiset ovat tilastoissa yksipaikkaisia, mutta moni viettää todellisuudessa pitkiäkin aikoja toisella paikkakunnalla.**

Tätä ei yleensä osata ottaa huomioon palvelujen suunnittelussa.

- **Koronaviruspandemia on vauhdittanut etätyön yleistymistä ja lisännyt kakkosasunnoissa vietettyä aikaa.**

Voidaan olettaa, että suomalaiset ovat siirtyneet joissain tapauksissa myös kirjoille kakkoskodin kuntaan.

- **Suomen tilastoidun väestön keskipiste on liikkunut vuosittain noin 700 metriä etelään ja sijaitsee nyt Hämeenlinnan pohjoispuolella.**

Kausiväestön keskipiste liikkuu sen sijaan hitaasti koilliseen.

- **Monipaikkaisuus ei luultavasti käänne kaupungistumisen suuntaa isommassa mittakaavassa.**

Sillä saattaa kuitenkin olla monia vaikutuksia sekä lähtö- että kohdepaikkakuntien väestöön, palveluihin ja muuhun dynamiikkaan.

Entä onko etätöiden yleistymisellä odotettavissa vaikutusta virallisiin väestönmuutoksiin esimerkiksi Helsingissä?

“Kun ihmiset ovat tottuneet etätyöhön, on toki mahdollista, että jotkut asettuvat Helsinkiä halvemmille alueille välttääkseen ikävät työmatkat ja muut. Sen suuntainen ilmiö voisi ilman muuta vähentää jonkin verran meidän väestönkasvuamme pitemmällä tähtäimellä.” Vuori kuitenkin huomauttaa, että muutovirtoihin vaikuttaa paljon muitakin tekijöitä.

“Lama saattaa koronakriisin talousvaikeuksien seurauksena runnella Suomea, ja riippuen siitä, mitkä toimialat siitä kärsivät, kehitys vaikuttaa ehkä muuttoihin. Tässäkin kokonaiskuvan saanti on juuri nyt kuitenkin vielä vaikeaa.”

Kaupunkien vetovoima perustuu paljolti keskustojen elävyyteen, palvelujen tiheään tarjontaan tai kiinnostavaan kaupunkikulttuuriin. Monet alat, jotka näistä asioista vastaavat, ovat olleet ahtaalla koronatilan takia: hotelli- ja ravintola-ala, kulttuuri, elämysteollisuus tai matkailuala. Koska nämä alat koro-rostuvat Helsingissä, esimerkiksi työttömyys kohosi täällä epidemian alussa muuta maata rajummin.

Pekka Vuori ja Hilikka Vihinen ovat samaa mieltä siitä, että kaupunkien kannalta keskeinen kysymys on, miten nämä alat pääsevät jaloilleen. Kaupungin pinnassa voi näkyä pitkään se, että vetovoimaa edistäviä asioita onkin aiempaa heikommin tarjolla.

“Esimerkiksi kansainvälisen matkailun osalta menee vuosia, ennen kuin ollaan vanhassa mallissa, ja sillä on ilman muuta vaikutuksia Helsingin seudulle”, Vuori sanoo.

### Mitä monipaikkaisuus merkitsee Helsingissä ja Uudellamaalla?

Monet kausittain kasvavat paikkakunnat ovat harvaan asuttuja maaseutukuntia kaukana kasvukeskuksista, esimerkiksi Itä- ja Pohjois-Suomessa. Niille kausivä-

estön liikkeillä ja pienilläkin pysyvän väkiluvun lisäyksillä on iso merkitys. Miltä tilanne näyttää pääkaupunkiseudulta ja ruuhka-Suomesta katsottuna?

“On totta, että monipaikkaista asumista on tarkasteltu ensin etenkin kausiväestön vastaanottajakuntien näkökulmasta”, sanoo Hilikka Vihinen. “Nyttemmin sitä on alettu miettiä myös lähtöalueiden kannalta. Minkä mittaluokan kysymys esimerkiksi Helsingille on, ettei tietty osa helsinkiläisistä ole kotikunnassaan 12 kuukautta vuodessa?” Tässä analyysissä olisi tärkeää tunnistaa tarkemmin, keitä tilapäisesti pois-osaolevat asukkaat ovat ja missä tarkoituksessa he ovat muualla. Esimerkiksi palvelujen tai infrastruktuurin tarpeeseen voi vaikuttaa, onko kyse mökkiläisistä vai vaikkapa vuoroasuvista lapsista.

“Jonkin verran esiintyy monipaikkaista asumista myös ‘toiseen suuntaan’. Tällöin henkilöt ovat kirjoilla asuinpaikkakunnallaan muualla Suomessa mutta heillä on kämppä myös Helsingissä”, huomauttaa Toivo Muilu.

Osa Uudenmaankin maaseutupaikkakuntien asukkaista on ns. citymaalaisia, jotka valitsevat elämäntavan takia monipaikkaisuuden. Kyseessä on esimerkiksi luovan luokan edustajia, jotka haluavat asua ja työskennellä pääosin luonnonrauhassa mutta pitävät pienen kaupunkiasunnon tai solun, jossa voi käydä nauttimassa urbaanista sykkeestä.

“Tähän liittyy omistamisen monipaikkaisuus”, Hilikka Vihinen lisää. “Myös esimerkiksi asuntosijoittajilla on joskus omistusta usealla paikkakunnalla. Asialla on yhteys asumisen monipaikkaisuuteen, mutta tutkimuksissa tähän ei ole vielä päästy pureutumaan.”

Kun monipaikkaista asumista katsotaan koko Uudenmaan kannalta, maakunnan sisälläkin on kuntia ja alueita, joihin ilmiö vaikuttaa eri tavoin kuin toisiin.

Uudellamaalla on jo nyt paljon kakos- ja kesäasuntoja. Esimerkiksi Länsi-Uudenmaan vakituinen väestö ja työpaikkamäärät ovat viime vuosina vähentyneet, vaikka pääkaupunkiseudulla ne jatkuvasti kasvavat. Toisaalta kesäkuukausina monissa Länsi-Uudenmaan osissa reaalin väestö kasvaa, kun se Helsingissä, Espoossa tai Vantaalla vähenee.

“Tämä trendi voi tulevaisuudessa vahvistuakin Uudellamaalla”, Vihinen arvelee.

Viime kuukausina on puhuttu lisäksi tyhjen asuntojen määrän kasvusta Suomessa. Voiko tässä nähdä monipaikkaisuuden vaikutusta, eli onko kyse esimerkiksi Helsingissä joskus siitä, että vakituiset asukkaat viettävätkin pitkiä aikoja muualla kuin kaupunkiasunnollaan?



**Etätyöhön totuttuaan**  
jotkut saattavat asettua Helsinkiä halvemmille alueille esimerkiksi välttääkseen ikävät työmatkat.



## Monipaikkaisuudesta lukuina:

- Paikasta riippumattomia työpaikkoja oli ennen koronaepidemiaa Suomessa vain 67 000, ja niiden määrä oli lisääntynyt kymmenessä vuodessa 20 000:lla. Vähintään kuukausittain etätöitä tekee kuitenkin 519 000 suomalaista eli 21 % työllisistä.
- Vakituinen väestö kasvaa Suomessa alle joka viidennessä tilastoruudussa. Sen sijaan yli 50 % tilastoruuduista on sellaisia, joissa kausiväestö on kasvanut<sup>1</sup>.
- Kaupunkien väestö on kasvanut 307 000 asukkaalla saman tarkastelujakson aikana. Maaseutualueilla kausiväestön määrä kasvoi 67 000:lla.
- Kesämökkejä on Suomessa 511 900<sup>2</sup>. Yhteensä 800 000 suomalaista kuuluu kesämökin omistavaan asuntokuntaan. Mökkejä on eniten Varsinais-Suomessa, Etelä-Savossa, Pirkanmaalla ja Uudellamaalla.
- Uudellamaalla väestö vähenee kesällä yli 30 prosentilla, kun esimerkiksi Etelä-Savossa se kasvaa 16 prosentilla<sup>3</sup>. Uudenmaan asukkaista noin 250 000 on heinäkuussa poissa maakunnasta vapaa-ajan asunnoillaan.
- Suomessa on yli 100 000 lasta, jotka asuvat kahdessa kodissa<sup>4</sup>.
- Suomalaisista 36 %:lla on kaksoisidentiteetti sikäli, että he kokevat itsensä sekä kaupunkilaisiksi että maalaisiksi. 40 % kokee itsensä vain kaupunkilaisiksi ja 24 % vain maalaisiksi<sup>5</sup>.

1) Tarkastelujakso 2005–2016, lähde: Luke.

2) Vuonna 2019, lähde: Tilastokeskus ([https://www.stat.fi/til/rakke/2019/rakke\\_2019\\_2020-05-27\\_kat\\_001.fi.html](https://www.stat.fi/til/rakke/2019/rakke_2019_2020-05-27_kat_001.fi.html)).

3) <https://www.youtube.com/watch?v=h1b7Jlj6c4k>

4) Vuonna 2018, lähde: Tilastokeskus ([https://www.stat.fi/til/perh/2018/03/perh\\_2018\\_03\\_2019-06-17\\_tie\\_001.fi.html](https://www.stat.fi/til/perh/2018/03/perh_2018_03_2019-06-17_tie_001.fi.html))

5) Maaseutubarometri 2014.

“Tyhjän ja tilapäisesti asutun asunnon eroon ei rekisteriaineistoillamme päästä kovin hyvin käsiksi”, Pekka Vuori toteaa. “Jos katsotaan asuinrakennuksia, joissa asuu yksikin ihminen, ei voida todeta Helsingissä mitään merkittävää kasvua tyhjien asuntojen määrässä. Mukana on sitä paitsi jonkin verran rekisterivirhettä; järjestelmä ei aina esimerkiksi tiedä asunnon muutoksesta toimitilaksi.”

Olli Lehtosen mukaan Helsingille tai muille vetovoimaisille alueille ei ole monipaikkaisen asumisen myötä odotettavissa uusia uhkakuvia. Ilmiö lähinnä haastaa totuttua maaseutu-kaupunkijakoa joiltakin osin.

“Ne maaseutukunnat, joissa on hyvät tietoliikenneyhteydet ja valmiuksia tarjota palveluita uusille tulijoille, voivat hyötyä ihmisten kaipuusta kaupunkien ulkopuolelle. Joillekin kunnille ilmiö voi tuoda merkittävästi uutta elinvoimaa.”

### Monipaikkaisen asumisen tulevaisuus?

Tietoliikenneyhteyksien paranemisen on jo kauan ennustettu vähentävän ihmisten riippuvuutta paikasta. Nyt uusimmat askeleet digitaalisten yhteyksien kehityksessä ovat vihdoin mahdollistaneet tehokkaan etätöiden, ja koronaepidemia on antanut lisäksi oman sysäyksensä. Mitä asioita asiantuntijat nostavat, kun pyydetään ennustamaan monipaikkaisen asumisen tulevaisuutta?

“Suuret ikäluokat ovat olleet eläkkeellä kohta kymmenen vuotta, ja monipaikkaisuus voi lisääntyä sitäkin kautta, että he jättävät aikanaan perillisilleen asuntoja muualta Suomesta”, arvelee Ulla Ovaska.

Pekka Vuori komppaa. “Joka tapauksessa valtava ihmismassa siirtyy tällä vuosikymmenellä aktiiviväestöstä ‘vanhoiksi ihmisiksi’, ja siitä seuraa iso kysymys, millaisissa ympäristöissä ja minkä palvelujen piirissä he haluavat viimeiset vuotensa viettää.”

Yksi tuntematon suure monipaikkaisen asumisen tulevaisuudessa on ulkomaalaistaustainen väestö. Tulevaisuudessa ulkomaalaistaustaiset muodostavat yhä suuremman osan Suomen ja etenkin suurten kaupunkien kuten Helsingin väestöstä.

“Emme tiedä varmaksi, kuinka paljon monipaikkaisuus perustuu nyt siihen, että kaupunkilaisilla on juuria tai jopa maanomistuskytkentöjä muualla Suomessa”, Hilka Vihinen pohtii.

Monella kantäväestöön kuuluvalla on rantasauna tai vaikka vanha maatalon päärakennus jossain. Vihinen kysyykin, kuinka taipuvaisia ulkomaalaistaustaiset ovat tulevaisuudessa monipaikkaisuuteen Suomen sisällä.

“Tällä hetkellä maahanmuuttajat ovat jakautuneet varsin vahvasti erilaisiin ryhmiin”, Pekka Vuori toteaa.

“Isommista ryhmistä etenkin Virosta ja Venäjältä tullee voi olla luontevaa siirtyä kaupungeista myös muualle Suomeen, sillä he ovat kulttuurisesti melko kotonaan mökeillä ja suomalaisissa maaseutuoloissa.”

Hilka Vihisen mukaan monipaikkaisuus saattaa hakea uutta muotoa esimerkiksi siten, että ulkomaalaistaustaiset ovat yhä enemmän monipaikkaisia suhteessa toiseen maahan.

”Kannattaa myös muistaa, että osa maahanmuuttajistakin tulee lähtömaiden maaseudulta, joten monipaikkaisuus saattaisi kiinnostaa heitä tästäkin syystä”, Toivo Muilu lisää.

Entä liittyykö monipaikkaistumiseen ongelmia? Mitä uutta tietoa aiheesta pitäisi saada, että sitä voitaisiin ottaa nykyistä enemmän huomioon suunnittelussa tai palvelutarjonnassa?

“Meillä ei ole esimerkiksi vielä kunnollisia vaikuttavuusarvioita monipaikkaisuuden merkityksestä lähtö- tai tuloalueilla, ja näitä pitäisi systemaattisesti tehdä”, Muilu mainitsee.

Muun muassa aiheen yhteyksiä kestävä kehityksen tematiikkaan ollaan Muilun mukaan ryhtymässä tutkimaan.

“Kausiasumiseen liittyy tyypillisesti vaikkapa paljon edestakaista yksityisautoilua, ja kun autokanta ei välttämättä pian sähköisty, monipaikkaisuuden lisääntyminen kasvattanee myös hiilijalanjälkeä. Tässä on siis näkyvissä haasteita kestävyuden kannalta.”

Hilka Vihinen kiteyttää, että tutkimusta tarvitaan enemmän, jotta monipaikkaisen asumisen laajuudesta ja ilmiön merkityksestä saadaan parempi kuva. Tällöin selviää myös, onko esimerkiksi koronakriisillä asiaan todellista vaikutusta vai jääkö se lyhytaikaiseksi kurioositeetiksi.

“Voi olla, että koronan myötä on pääsyt purkautumaan jonkin verran patoutuneita haluja elää kahdessa paikassa, ja esimerkiksi kakkosasunnolla vieteään entistä enemmän aikaa. Vielä ei ole selvää, onko pitempiaikaisia muutoksia tiedossa myös vakituiseen asumiseen.” ■

*Monipaikkaista asumista on tutkittu osana EU:n Horisontti 2020 -ohjelman rahoittamaa ROBUST-hanketta (Rural–Urban Outlooks – Unlocking Synergies), jonka kohteena ovat kaupunkien ja maaseudun vuorovaikutussuhteet eri näkökulmista. Helsingin kaupunki ja Luonnonvarakeskus (Luke) ovat hankkeessa mukana projektipartnereina. Monipaikkaisuutta koskevia tuloksia on koottu myös hankkeessa tuotettuun videoon: <https://www.youtube.com/watch?v=h1b7Jlj6c4k>*



”

## ***Kaupungistuminen ei ole megatrendinä muuttumassa.***

*Helsingille  
monipaikkainen asuminen ei tuo uhka-  
kuvia, mutta ilmiö haastaa totuttua  
maaseutu-kaupunki-jakoa joiltakin osin.*

”







## Helsinki-barometri: **Huolestuneisuus** **koronan vaikutuksista** **lisääntynyt**

VESA KESKINEN • JUKKA HIRVONEN

**S**yksyn Helsinki-barometrilla tutkittiin toista kertaa kaupunkilaisten tunnelmia koronavirusepidemian aiheuttamissa poikkeusoloissa sekä asukkaiden tyytyväisyyttä kaupungin toimintaan koronatilanteessa. Keväästä tilanne on muuttunut paljon. Kyselyn toteuttamisaikana (9.10.–6.11.2020) esimerkiksi etätöistä oli palattu paljolti takaisin työpaikoille, ja kasvomaskien käyttö oli muodostumassa rutiininomaiseksi. Tulosten mukaan huolestuneisuus koronatilanteesta oli jonkin verran lisääntynyt epidemian pitkittyessä, ja tulevaisuutta koskevat odotukset olivat varovaisia. Pääosin vastaajat olivat tyytyväisiä kaupungin toimintaan poikkeustilanteessa.





Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**KUVIO 1. Koronan vaikutukset ihmisten arkeen syksyllä 2020 (N=1045).**

### Helsinki-barometrissa kysyttiin jälleen koronakuulumisia

Syksyllä 2019 toteutettiin ensimmäinen Helsinki-barometri-kysely. Reilun tuhannen hengen puhelinhaastatteluissa kaupunkistrategian tavoitteita peilattiin asukkaiden kokemuksiin. Keväällä 2020 barometrilla tutkittiin kaupunkilaisten tunnelmia koronavirusepidemian aiheuttamissa poikkeusoloissa sekä asukkaiden tyytyväisyyttä kaupungin toimintaan koronatilanteessa. Uusin kysely jatkaa koronan vaikutusten selvittämistä asukkaiden arjessa.

**LISÄKSI KYSELYSSÄ** selvitetään sitä, kuinka halukkaita vastaajat ovat suosittelemaan Helsinkiä muualla asuville. Myös tätä on kysytty nyt kaikilla kolmella kyselykierroksella.

**BAROMETRIN UUSINTA** kyselyä varten on tehty 1 051 puhelinhaastattelua. Kevään 2020 kierroksella haastatteluja tehtiin 1 039 ja edellisen vuoden syksynä 1 040. Vastaajat edustavat iän, sukupuolen ja asuinpaikan (suurpiiri) mukaan Helsingin 18–79-vuotiasta väestöä.

**VASTAAJISTA 37 %** oli töissä työpaikalla ja 20 % pääosin etätöissä. Etätöy oli vähentynyt keväästä (tuolloin 25 %) ja työskentely työpaikalla puolestaan lisääntynyt (keväällä 27 %). Työpaikalla työskentelyn lisääntymistä selittää se, että osa työntekijöistä on palannut etätöistä ja lisäksi joillakin koronan aiheuttama lomautus oli päättynyt. Koronaepidemian vuoksi lomautettuna oli nyt 2 %, kun taas keväällä osuus oli 8 %. Viidennes vastaajista oli eläkkeellä ja joka kymmenes opiskelijana.

### Koronan vaikutuksia – karanteenit koetaan rasittavina

Vastaajilta kysyttiin kymmenen asian kautta, miten koronaepidemia on vaikuttanut heidän elämäänsä. Kysytyistä asioista puolet olivat samoja kuin keväällä 2020. Uutena asiana kysyttiin muun muassa kasvomaskien käyttöä, mikä osoittautuikin yleiseksi: 85 prosenttia kaikista vastaajista (79 % miehistä ja jopa 90 % naisista) sanoi käyttävänsä maskia joukkoliikenteessä ja muissa ruuhkapaikoissa.

**MUISTA KYSYTYISTÄ** asioista vapaaehtoisella karanteenilla on ollut yleisimmin vaikutusta vastaajien elämään. Reilu neljäsosa (28 %) vastaajista kertoi vapaaehtoisen karanteenin vaikeuttaneen heidän elämäänsä. Lähes yhtä moni oli vähentänyt alkoholin käyttöään tai oli liikkunut aiempaa enemmän. Vajaa neljännes koki, että kunto oli heikentynyt. Joka viidennen taloudessa oli ollut työttömyyttä tai lomautuksia sekä oli koettu taloudellisia ongelmia.

**NAISET OLIVAT** kokeneet itsensä miehiä yleisemmin yksinäiseksi (Kuvio 1). Sen sijaan alkoholin käytön vähentäminen koski useammin miehiä kuin naisia. Alle 30-vuotiaista miehistä yli puolet (52 prosenttia) ilmoitti vähentäneensä alkoholin käyttöään koronan aikana. Opiskelijoista 45 prosenttia oli vähentänyt alkoholin käyttöä, oletettavasti liittyen opiskelijarientojen ja muun sosiaalisen elämän rajoittumiseen. Helsinki-barometrin syksyn 2020 aineistosta on tehty erillinen blogikirjoitus koskien alkoholin käyttöä (Mäki 2020).

**ERILAISIA KOTITALOUKSIA** korona oli kohdellut jossain määrin eri tavalla. Yksin asuvat olivat kokeneet muita enemmän yksinäisyyttä (29 prosenttia). Myös lomautetut ja työttömät sekä opiskelijat kärsivät muita enemmän yksinäisyydestä.

**YKSIHUOLTAJAPERHEISSÄ KARANTEENIN** joutuminen on luonnollisesti muita suurempi ongelma. Karanteenirajoitukset olivat hankaloittaneet useampaa kuin

	Kevät 2020 prosenttia	Syksy 2020 prosenttia
Työttömyys tai lomautus	31,4	21,6
Ollut taloushuolia	23,2	19,0
Yksinäisyyttä	17,8	17,8
Liikkunut enemmän	41,2	27,5
Kunto on heikentynyt	26,9	24,1
N	1037	1048

Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**TAULUKKO 1. Koronan vaikutukset elämään keväällä ja syksyllä 2020.**

joka kolmatta (37 %) yksinhuoltajaa. Lähes yhtä moni yksinhuoltaja koki myös kuntonsa heikentyneen koronan aikana.

**TALOUSHUOLET KOSKIVAT** etenkin lomautettuja mutta myös opiskelijoita ja kotona hoitovapaalla olevia.

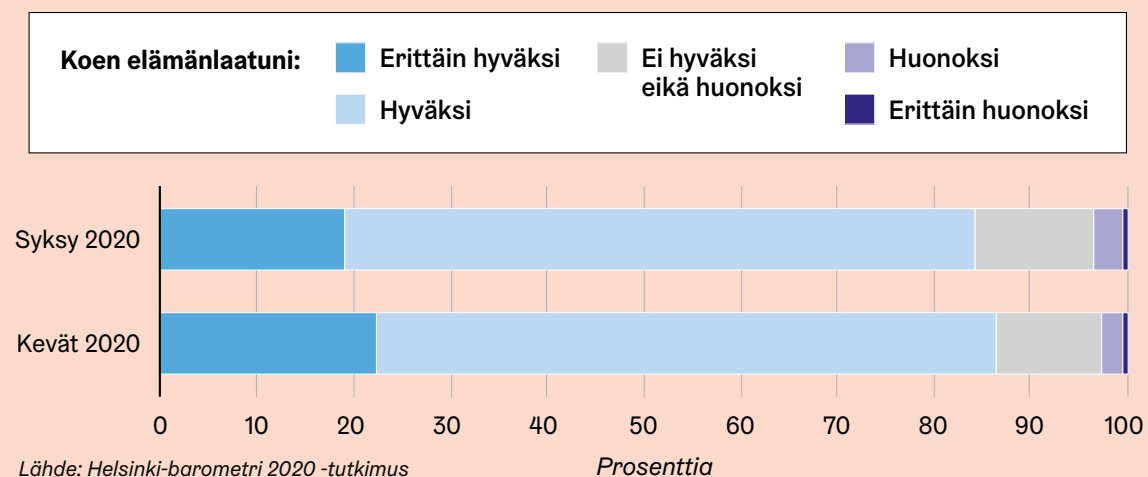
**KORONAN AIHEUTTAMIE**n vaikutusten yleisyydestä voidaan tehdä vertailua kevään ja syksyn välillä niiden kysymysten osalta, jotka olivat mukana molemmilla kyselykerroilla (Taulukko 1). Jotkin koronan aiheuttamat ongelmat, kuten työttömyyteen, lomautukseen tai taloushuoliin liittyvät kokemukset, ovat vähentyneet keväästä. Yksinäisyys ja kunnan heikentyminen rassaavat kuitenkin yhä yhtä useaa kuin puoli vuotta sitten.

**HUOLIMATTA KORONAEPIDEMIESTA** suuri enemmistö vastaajista arvioi elämänlaatunsa hyväksi (Kuvio 2). Vastaukset eivät olleet merkittävästi muuttuneet keväästä. Kysytyistä koronan vaikutuksista kaksi asiaa vaikutti eniten vastaajien elämänlaatuun. Nämä olivat yksinäisyys ja oman kunnan heikentyminen. Yksinäisyyttä kokeneista piti elämänlaatuun erittäin hyvänä tai hyvänä 65 prosenttia, ei kokeneista 89 prosenttia. Vastava luku kuntonsa heikentyneeksi kokeneilla oli 72 prosenttia ja muilla 88 prosenttia.

**” Karanteenirajoitukset ovat haitanneet elämää yksinhuoltajilla useammin kuin muilla.**

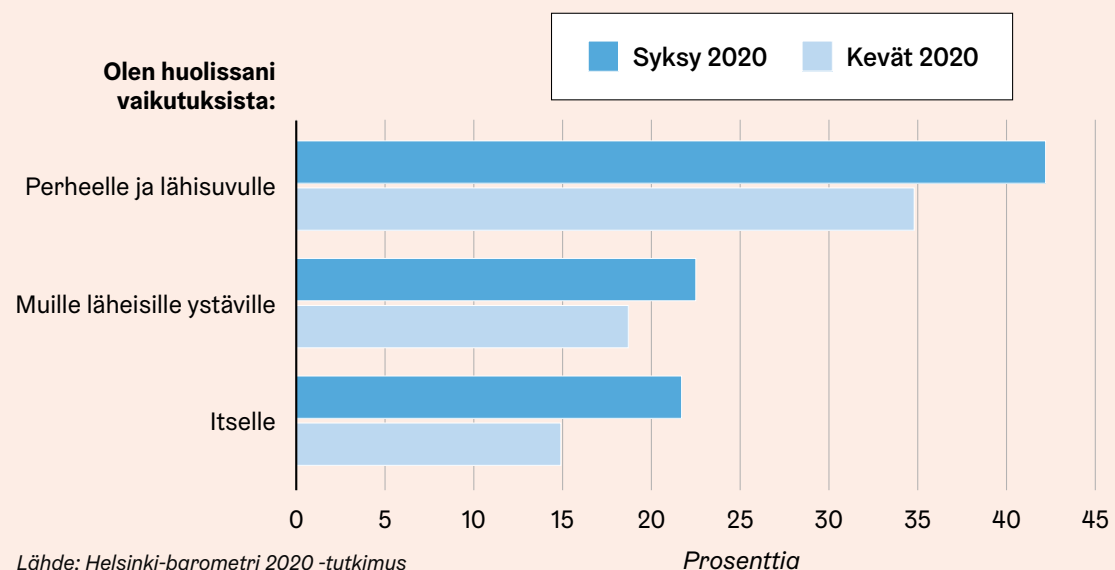


**KUVIO 2.** Vastaajien arvio elämänsä laadusta kyselyhetkellä keväällä ja syksyllä 2020, %



Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**KUVIO 3.** Koronaepidemian vaikutuksista vähintään ”melko paljon” huolissaan olevien osuus keväällä ja syksyllä 2020.



Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**Huolestuneisuus koronan vaikutuksista lisääntynyt**

Koronatilanteen pitkittyessä ihmisten huolestuneisuus taudista ja sen vaikutuksista on lisääntynyt. Eniten oltiin huolestuneita perheen ja lähisuvun puolesta ja vähiten omasta puolesta. Nämä asiat huolestuttivat eniten myös keväällä 2020.

**VASTAAJIA PYYDETTIIN** jälleen arvioimaan myös tulevaisuuden näkymiään. He arvioivat tulevaisuuttaan syksyllä 2020 varovaisemmin kuin keväällä. Yhä useampi valitsi vaihtoehdon, jossa tulevaisuus näyttää samalta kuin nyt. Kenties koronaviruksen oletetaan olevan keskuudessamme vielä puolen vuoden kuluttuakin.

**MIHET JA** naiset olivat tulevaisuutta koskevissa arvioissaan hyvin yhteneviä. Positiivisimpia olivat 30–39-vuotiaat. Koronan takia lomautetuista 61 prosenttia arvioi tulevaisuutensa olevan puolen vuoden kuluttua parempi kuin kyselyhetkellä. Toisaalta moni (22 %) heistä arvioi tilanteensa olevan tulevaisuudessa vieläkin huonompi.

**Poikkeusajan palveluihin ollaan edelleen tyytyväisiä**

Vastaajilta kysyttiin tyytyväisyyttä erilaisiin Helsingin kaupungin poikkeusajan palveluihin. Niihin otettiin vaihtelevassa määrin kantaa, koska monet palvelut koskettavat vain vähemmistöä väestöstä. Yleisesti ottaen vastaajat olivat varsin tyytyväisiä (Kuvio 4). Kaikkein tyytyväisimpiä oltiin päiväkotien toimintaan ja yli 70-vuotiaille puhelimitse annettuun apuun. Myös koronaterveysasemat, testien ohjeistus ja toteutus saivat myönteisen arvion – näissä kaikissa tyytyväisiä oli noin 85 prosenttia. Tyytyväisten osuus oli samaa tasoa myös koulujen opetusjärjestelyjen ja viestinnän kohdalla.

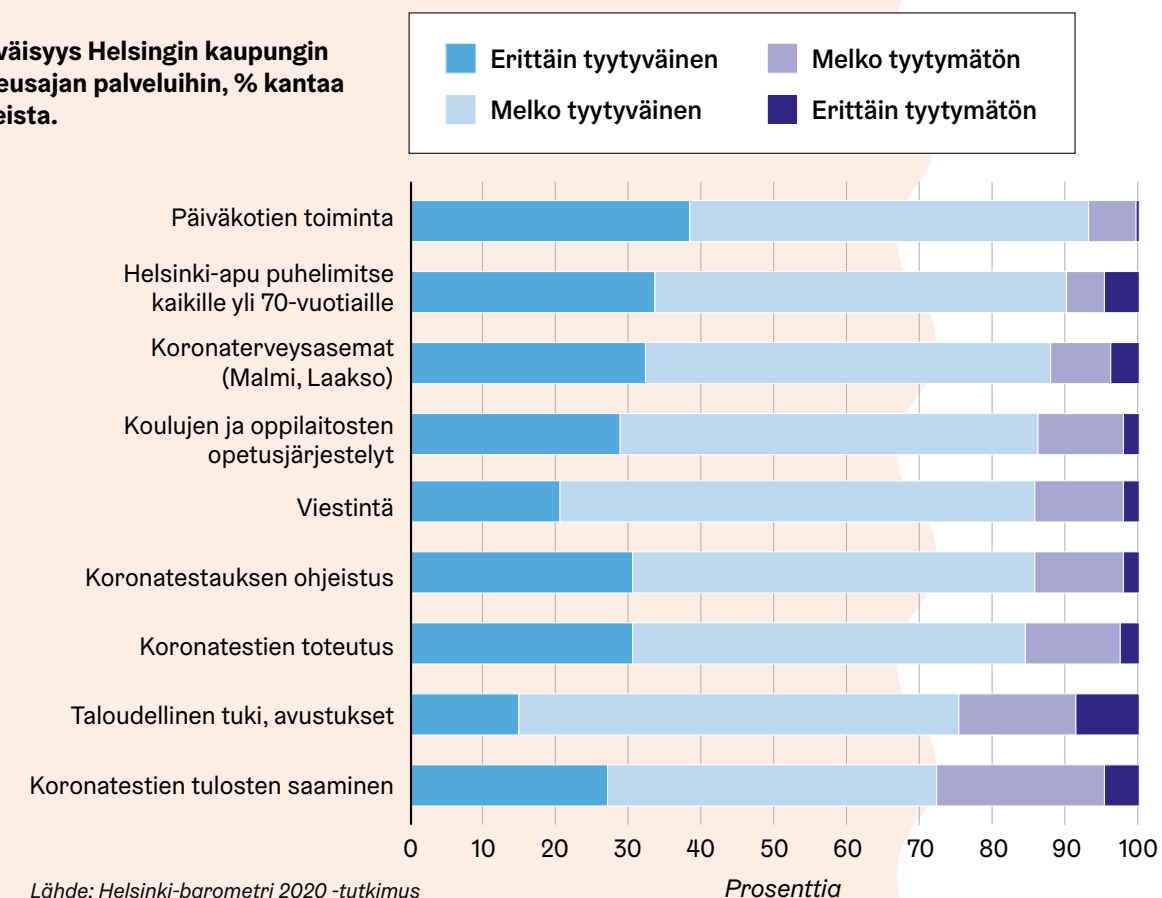
**TAULUKKO 2.** Tulevaisuuden näkymät puolen vuoden kuluttua keväällä ja syksyllä 2020.

Tulevaisuuden näkymät 6 kk kuluttua	Kevät 2020 prosenttia	Syksy 2020 prosenttia
Paremmalta kuin nyt	39,6	31,4
Samalta kuin nyt	47,0	56,5
Huonommalta kuin nyt	5,0	5,3
En osaa sanoa	9,0	6,8
Yhteensä, %	100	100
N	1034	1051

Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

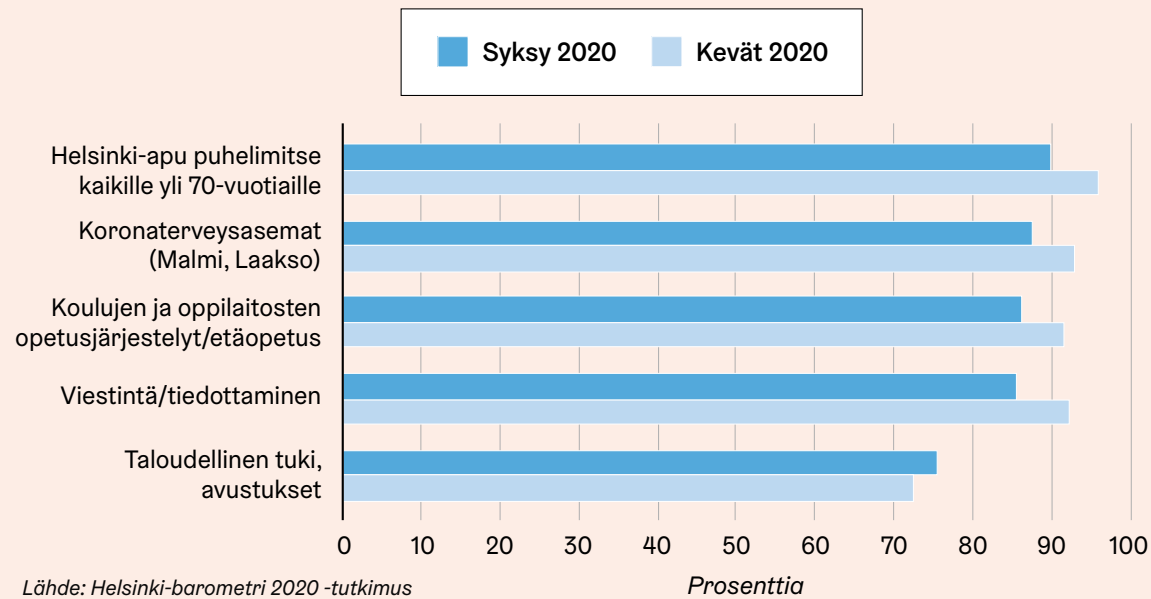
**KYSYTYISTÄ PALVELUISTA** kriittisimpiä oltiin koronatestien tulosten saamiseen (tyytymättömiä 28 %) ja taloudelliseen tukeen (tyytymättömiä 25 %).

**KUVIO 4.** Tyytyväisyys Helsingin kaupungin poikkeusajan palveluihin, % kantaa ottaneista.



Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus





Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

Prosenttia

**KUVIO 5.** Kaupungin poikkeusajan palveluihin melko/erittäin tyytyväisten osuus keväällä ja syksyllä 2020, %

**JOISSAKIN PALVELUISSA** voitiin syksyn vastauksia verrata kevääseen (Kuvio 5). Vaikka tyytyväisyys koulujen opetusjärjestelyihin, koronaterveysasemiin, viestintään ja ikääntyneiden Helsinki-apuun oli edelleen hyvin yleistä, tyytyväisten osuus oli kuitenkin laskenut keväästä 5–6 prosenttiyksikköä. Tyytyväisyydessä taloudelliseen tukeen ei ollut merkittävää muutosta.

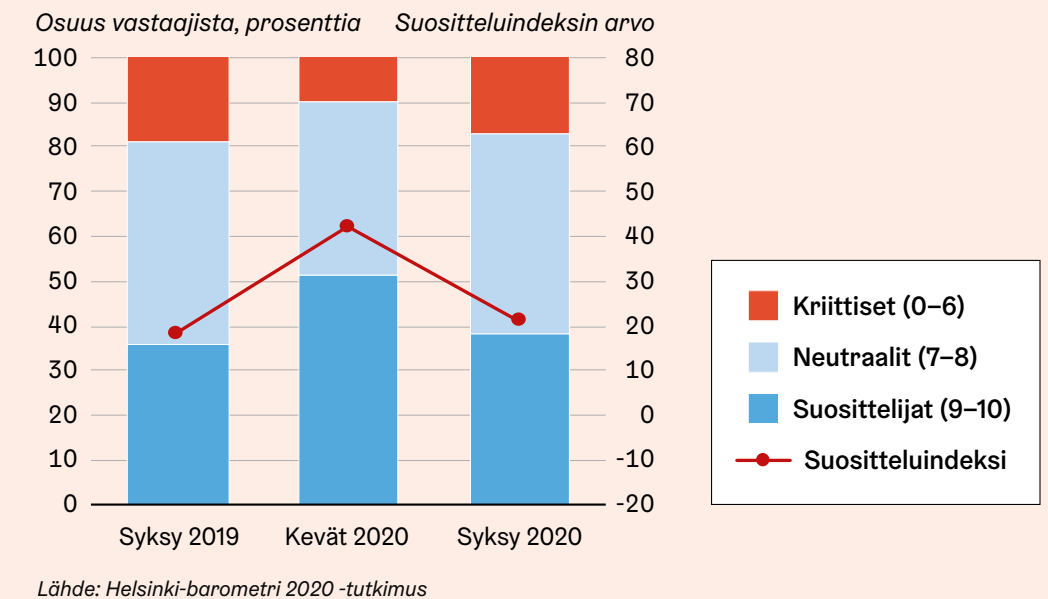
#### Koronan vaikutus muuttosuunnitelmiin pieni

Noin joka viides vastaaja (18 %) oli suunnittelemasa muuttamista Helsingistä. Miesten keskuudessa muuttosuunnitelmia oli useammalla kuin naisten. Koronatilanne ei kuitenkaan pääosin ole synynä muuttoaikeisiin, vaan muuttoa harkitsi nimenomaan koronan takia hyvin harva (Taulukko 3). Eniten muuttoajatuk- sia ylipäättään oli koronan takia lomautetuilla (28 %), opiskelijoilla (24 %) ja työttömällä (21 %).

**TAULUKKO 3.** Vastaajien muuttosuunnitelmat

Suunnitellut muuttoa Helsingistä	Kaikki prosenttia	Mies prosenttia	Nainen prosenttia
Koronan takia	3,6	3,9	1,8
Muuten	14,0	15,5	12,9
Ei	84,5	82,6	86,1
N	1048	489	522

Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus



Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**KUVIO 6.** Helsingin suositteluindeksi asuinpaikkana kolmessa barometrissa.

**TOINEN TUTKIMUS**, jossa on säännöllisesti kysytty vastaajien muuttosuunnitelmia, on kaupunki- ja kuntapalvelututkimus. Vuoden 2016 kaupunki- ja kuntapalvelututkimuksen mukaan Helsingin vastaajista 28 prosenttia suunnitteli muuttoa, ja heistä 17 prosenttia Helsingin rajojen ulkopuolelle (Keskinen 2020). Osuus on lähes sama kuin Helsinki-barometrin syksyn kyselykierröksellä.

#### Helsingin suositteluindeksi laskenut keväästä

Vastaajilta tiedusteltiin edellisten kyselykierrosten tavoin, kuinka todennäköisesti he suosittelisivat Helsinkiä muualla asuville asuinpaikkana.

**TÄMÄ KYSYMYS** on toistunut sellaisenaan kaikissa kolmessa Helsinki-barometrissa, ja asteikkona on 0–10 (0=eikä todennäköistä, 10=erittäin todennäköistä). Vastaukset luokitellaan kolmeen ryhmään: arvot 0–6 = ”kriittiset”, arvot 7 ja 8 = ”neutraalit” sekä arvot 9 ja 10 = ”suositelijat”. Kun suositelijoiden prosenttiosuudesta vähennetään kriittisten prosenttiosuus, saadaan suositteluindeksi. Se on yksi Helsingin strategiamittareista ja sillä mitataan asukastyytyväisyyttä. Suositeluindeksin arvo voi teoriassa vaihdella välillä -100–+100. Suositeluindeksin tulkintaohje on seuraava:

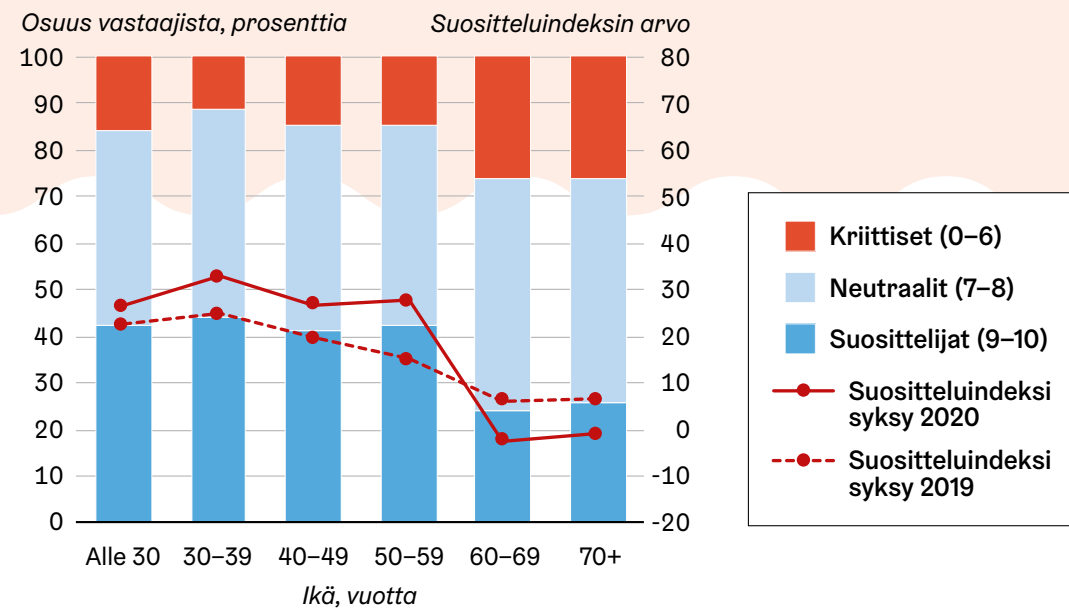
- Arvot 40+ erinomainen
- 20–39 hyvä
- 0–19 tyydyttävä
- alle 0 heikko

**HELSINKIÄ SUOSITELTIIN** asuinpaikkaksi nyt selvästi vähemmän kuin viime keväänä ja suunnilleen yhtä paljon kuin vuoden 2019 syksyllä (Kuvio 6). Suositeluindeksin arvo oli nyt 21, kun keväällä arvo oli 42 ja vuoden 2019 syksyllä 18. Indeksien tuoreimman arvon voi siis tulkitella olevan ”hyvä”. Mahdollinen selitys indeksin vaihtelulle on vuodenaika: alkukesällä Helsinki voi olla enemmän edukseen kuin syksyllä.

**SUOSITTELUINDEKSIÄ KÄYTETÄÄN** paljon kaupallisella puolella sekä erilaisten yksityisten tai julkisten palvelujen arvioinneissa. Se, missä määrin koko kaupungin vetoimaa voi mitata tällaisella mittarilla, on pohdinnan arvoinen asia. Asukkaiden saattaa olla vaikeampi arvioida koko kaupungin suosittelemista kuin esimerkiksi yksittäisen palvelun.

**IKÄ SELITTI** jonkin verran halukkuutta Helsingin suositteluun (Kuvio 7). Noin 60 ikävuotta oli tämänkertaisen barometrin vastauksissa taitekohta: Helsinkiä suosittelisivat enemmän alle 60-vuotiaat ja vähemmän yli 60-vuotiaat. Vuosi sitten vallitsi samansuuntainen mutta lievempi ja vähittäisempi ikäriippuvuus. Naiset suosittelivat Helsinkiä hieman yleisemmin kuin miehet. Indeksien arvo naisilla oli 28 ja miehillä 14.





Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**KUVIO 7.** Helsingin suosittelu asuinpaikkana, vastaukset iän mukaan.

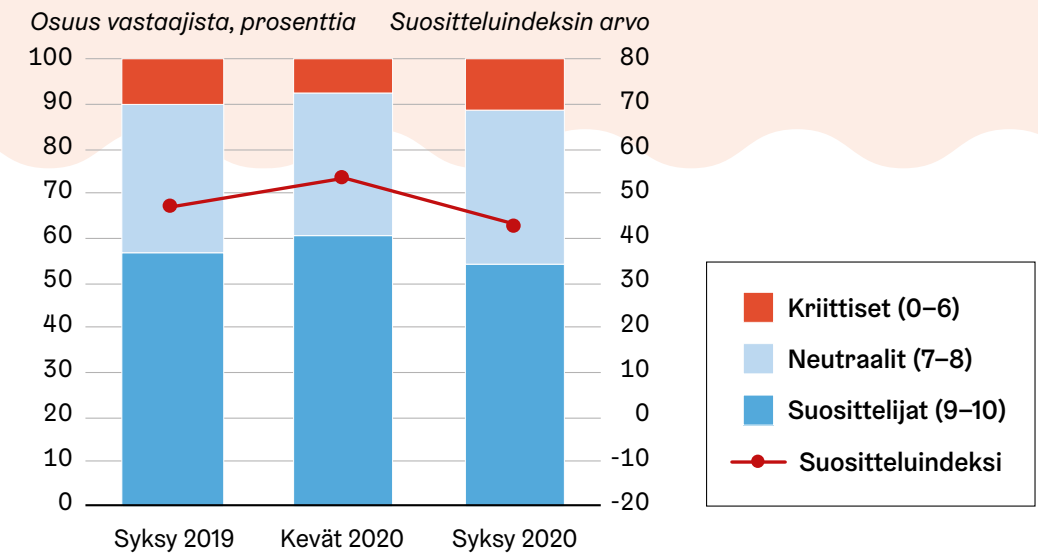
**MYÖS OMASTA** asuinalueesta oli vastaava suositelukysymys. Sen vastaukset eivät muuttuneet kovin paljon aiemmista barometreista (Kuvio 8). Oman asuinalueen suositteluindeksin arvo oli nyt 42. Se heikkeni jonkin verran edellisestä, kevään 2020 mittauksesta (tuolloin 53) ja jäi vähän myös syksyn 2019 arvon (47) alle. Vaihtelu jäi kuitenkin selvästi pienemmäksi kuin koko Helsingin suosittelemisessa. Kenties vuodenaika selittää myös asuinalueen suosittelushalukkuutta.

**IKÄRYHMISTÄ 30-59-VUOTIAAT** suosittelivat asuinalueitaan useammin kuin heitä vanhemmat tai nuoremmat. Nuorimmissa ja vanhimmissa ikäryhmissä alueen suosittelu oli hieman vähentynyt ja 50-59-vuotiailla taas vähän lisääntynyt. Naiset suosittelivat myös asuinalueitaan hieman useammin kuin miehet: suosittelijoita oli naisista 57 prosenttia ja miehistä 50 prosenttia.

### Helsinki-barometri seuraavan kerran keväällä

Syksyn Helsinki-barometrilla tutkittiin toista kertaa kaupunkilaisten tunnetta koronavirusepidemian aiheuttamissa poikkeusoloissa sekä asukkaiden tyytyväisyyttä kaupungin toimintaan koronatilanteessa. Keväästä yleinen tilanne oli muuttunut syksyn kyselyajankohdan mennessä paljon. Kasvomaskin käyttö on tullut rutiiniksi, ja etätöistä on palattu osin takaisin työpaikoille. Syksyn kyselyn jälkeen tautitilanne on taas kääntynyt selvästi huonompaan suuntaan.

**ENITEN VASTAAJIEN** elämää on hankaloittanut koronan aiheuttama vapaaehtoinen karanteni. Yksinäisyys ja kunnon heikentyminen raskaavat yhä yhtä useaa kuin puoli vuotta sitten. Alkoholien käyttö on pääosin vähentynyt, varsinkin nuorten keskuudessa, mutta juominen on muuttunut osalla vastaajista myös päinvastaiseen suuntaan (ks. Mäki 2020). Tulevaisuuden



Lähde: Helsinki-barometri 2020 -tutkimus

**KUVIO 8.** Oman asuinalueen suosittelu asuinpaikkana kolmessa barometrissa.

suhteen oltiin odottavalla kannalla. Koronatilanteen pitkittyessä ihmisten huolestuneisuus asiasta on lisääntynyt.

**LISÄKSI SELVITETTIIN** edellisen barometrikyselyn tavoitin helsinkiläisten tyytyväisyyttä kaupungin poikkeusajan palveluihin sekä halukkuutta suositella kotikaupunkiaan asuinpaikkana. Poikkeusolojen palveluista tyytyväisimpiä oltiin päiväkotien toimintaan ja yli 70-vuotiaiden apuun puhelimitse. Kriittisimpiä oltiin koronatestien tulosten saamiseen ja taloudelliseen tukeen. Halukkuus suositella Helsinkiä asuinpaikkana oli vähentynyt kevästä ja palannut lähelle vuoden takaista arvoa. ■

*Helsinki-barometri-kysely tehdään seuraavan kerran nykyisen valtuustokauden päätteeksi keväällä 2021.*

**Vesa Keskinen ja Jukka Hirvonen** toimivat tutkijoina Helsingin kaupunginkansliassa.

### Lähteet:

- Keskinen, Vesa (2020). Erillistulostus vuoden 2016 kuntapalvelututkimuksen Helsinki aineistosta 11.11.2020.
- Keskinen, Vesa & Hirvonen, Jukka (2020). Helsinki-barometri: Huolta koronatilanteesta mutta myös tulevaisuudenuskoa. Kvartti-nettiartikkeli 25.06.2020. <https://www.kvartti.fi/fi/artikkelit/helsinki-barometri-huolta-koronatilanteesta-mutta-myos-tulevaisuudenuskoa>
- Keskinen, Vesa - Väliniemi-Laurson, Jenni - Hirvonen, Jukka (2020). Helsinki-barometri: Asukkaat kokevat kaupungin hyvin toimivaksi. Kvartti-nettiartikkeli 03.02.2020. <https://www.kvartti.fi/fi/artikkelit/helsinki-barometri-asukkaat-kokevat-kaupungin-hyvin-toimivaksi>
- Mäki, Netta (2020). Helsinkiläisten alkoholinkäytön muutos polarisoitunut korona-aikana. Kvartti-blogi 13.11.2020. <https://www.kvartti.fi/fi/blogit/helsinkilaisten-alkoholinkayton-muutos-polarisoitunut-korona-aikana>







# **Nuorten kannabis- kokeilut Helsingissä muuta maata yleisempiä**

**– tupakointi ja alkoholinkäyttö  
entistä vähäisempää**

● **NETTA MÄKI**

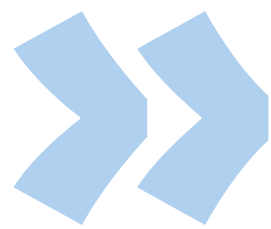
Artikkelissa tarkastellaan nuorten päihteidenkäytön muutoksia Helsingissä tuoreimman Kouluterveyskyselyn aineiston valossa.



## **KESKEISIMMÄT TULOKSET**

- Vuonna 2019 niiden helsinkiläisnuorten osuus, jotka käyttivät päivittäin jotain nikotiinia sisältävää tupakkatuotetta, oli yläkoulun 8.- ja 9.-luokkalaisilla alle viisi prosenttia ja lukiolaisilla selvästi alle 10 prosenttia. Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista sen sijaan yli viidennes käytti tupakkatuotteita päivittäin.
- Pojista suurempi osa kuin tytöistä käyttää tupakkatuotteita ylipäätään, ja etenkin nuuskaus on pojilla yleisempää. Ainoastaan ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevat tytöt polttavat savukkeita päivittäin saman koulutustason poikia yleisemmin.
- Helsinkiläispojilla tupakkatuotteita ylipäätään käyttävien osuus on pienentynyt vuosien 2017 ja 2019 välillä. Helsinkiläistyöillä sen sijaan ei muutosta viime vuosina ole ollut.
- Pidemmältä ajalta on tietoa yksittäisten tupakkatuotteiden käytön muutoksesta. Savukkeiden poltto on vähentynyt koko 2010-luvun selvästi. Nuuskaaminen puolestaan on yleistynyt lukuun ottamatta viime vuosia. Sähkösavukkeiden käyttö on etenkin helsinkiläisnuorilla melko vähäistä, ja lisäksi se on hieman vähentynyt vuodesta 2017.
- Alkoholista viikoittain käyttävien ja humalahakuisesti juovien osuus on vähentynyt, mutta etenkin yläkoululaisilla väheneminen on hidastunut viime vuosina. Ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla väheneminen on ollut tasaisempaa, mutta toisaalta alkoholia käyttävien osuus on aiemmin ollut erittäin suuri.
- Kannabista ainakin kerran kokeilleita on Helsingissä huomattavasti koko maata enemmän. Tämä osuus on 2000-luvun aikana kasvanut, mutta ei etenkään viime vuosina mitenkään johdonmukaisesti. Sen sijaan edeltävien 30 päivän aikana kannabista käyttäneiden osuus on pääsääntöisesti kasvanut.
- Kannabiksen ja alkoholin käyttö kasautuvat samoille nuorille, joten kannabiksen ei voida nähdä olevan vaihtoehto alkoholille.
- Kaikkien päihteiden käyttö on ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla yleisempää. Tupakkatuotteiden kohdalla ero on kaikkein suurin, ja ainoastaan kannabista kokeilleiden osalta ero on melko pieni. Tupakkatuotteita ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevat käyttivät lähes kahdeksan kertaa todennäköisemmin kuin lukiolaiset.





## JOHDANTO

Nuorten päihteidenkäyttö on osin muuttunut viime aikoina. Savukkeiden poltto on vähentynyt todella paljon ja myös alkoholikäyttö on harvinaistunut. Osin tilalle on kuitenkin tullut uusia päihteitä, kuten erilaisia nikotiinia sisältäviä tuotteita sekä muun muassa kannabista. Tässä artikkelissa katsotaan tarkemmin tuoreimman helsinkiläisnuoria kuvaavan Kouluterveyskysely-aineiston valossa, minkälaisia muutokset päihteidenkäytössä ovat olleet etenkin vuosien 2017 ja 2019 välillä. Osin tarkastellaan myös pidemmän ajan muutoksia.

**KOULUTERVEYSKYSELY TOTEUTETAAN** joka toinen vuosi Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) toimesta. Kysely tuottaa monipuolista kuntakohtaista seuran-

tietoa muun muassa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä ja elintavoista.

**VUONNA 2019** Helsingissä 221 koulua ja oppilaitosta osallistui Kouluterveyskyselyyn. Kyselyyn vastasivat perusopetuksen 4.- ja 5.-luokan ja 8.- ja 9.-luokan oppilaat sekä lukion ja ammatillisen koulutuksen alle 21-vuotiaat 1. ja 2. vuoden opiskelijat. Tarkat vastausmäärät oppiasteittain on esitetty kaupunginkanslian tilasto-julkaisussa (Määttä 2020).

**AMMATILLISTEN OPPILAITOKSIEN** vastausmäärä jäi Helsingissä huomattavasti alhaisemmaksi kuin edeltävinä vuosina, ja tämä saattaa osin vaikeuttaa tulosten vertailtavuutta aiempiin vuosiin ja muihin oppiasteisiin. Lisäksi vertailussa tulee ottaa huomioon, että vuonna 2017 kyselyyn vastasi osin myös sellai-

sia ammatillisen koulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoita, jotka olivat täyttäneet 21 vuotta.

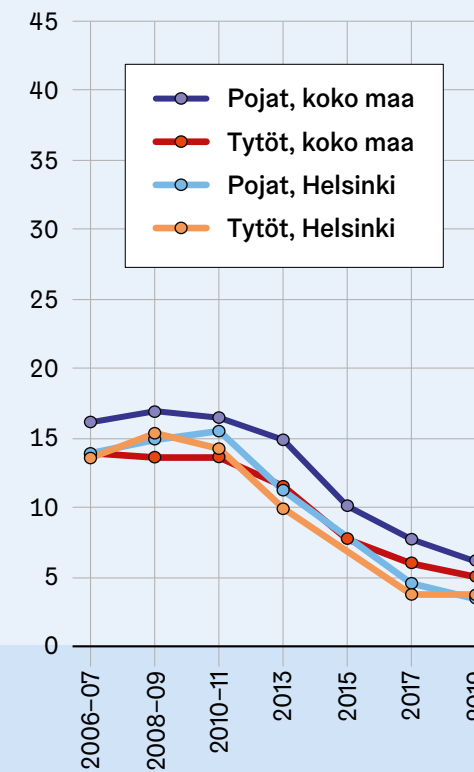
## TUPAKOINTI

### Tupakkatuotteiden käyttö ylipäättään

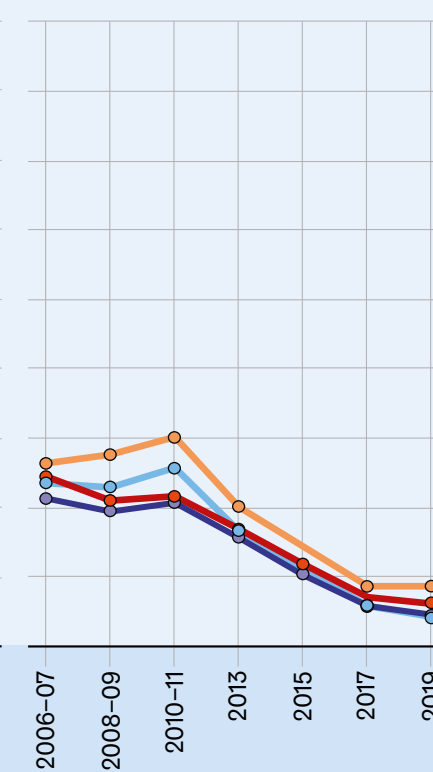
Vuonna 2019 yläkoulun 8. ja 9. luokalla olevista helsinkiläisnuorista neljä prosenttia käytti jotain nikotiinipitoista tupakkatuotetta, ja osuus oli lähes yhtä suuri pojilla ja tytöillä. Lukiolaispojilla osuus oli kahdeksan ja -tytöillä viisi prosenttia. Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista huomattavasti suurempi osa käytti tupakkatuotteita, sillä osuus oli pojilla 23 ja tytöillä 21 prosenttia. (Kuvio 1.)

**HELSINKILÄISPOJILLA NIIDEN** osuus, jotka käyttävät päivittäin jotain nikotiinia sisäl-

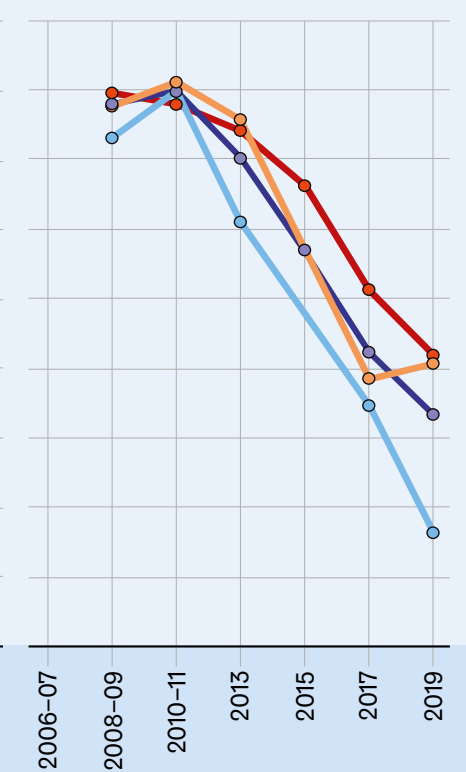
Prosenttia Perusopetus 8. ja 9. lk



Lukio 1. ja 2. vuosi



Ammatillinen oppilaitos



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

## KUVIO 2.

### Savukkeita polttavien osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.

tävää tupakkatuotetta tai sähkösavuketta, on vähentynyt hieman vuosien 2017 ja 2019 välillä. Suhteellisesti eniten tupakkatuotteiden käyttö on vähentynyt lukiolaispojilla, mutta muutosta on myös yläasteikäisillä ja ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla. Helsinkiläistyöillä sen sijaan muutosta ei ole.

### Savukkeiden poltto

Yksittäisten tupakkatuotteiden käytön muutoksesta on saatavilla tietoa pidemmältä ajanjaksolta. Vuonna 2019 helsinkiläisistä yläkoululaisista ja lukiolaisista noin neljä prosenttia poltti savukkeita päivittäin. Osuus on lähes sama tytöillä ja pojilla. Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista päivittäin tupakoi huomattavasti useampi: lähes joka kymmenes helsinkiläispojista, mutta peräti viidesosa helsinkiläistyöistä. Tupakointien

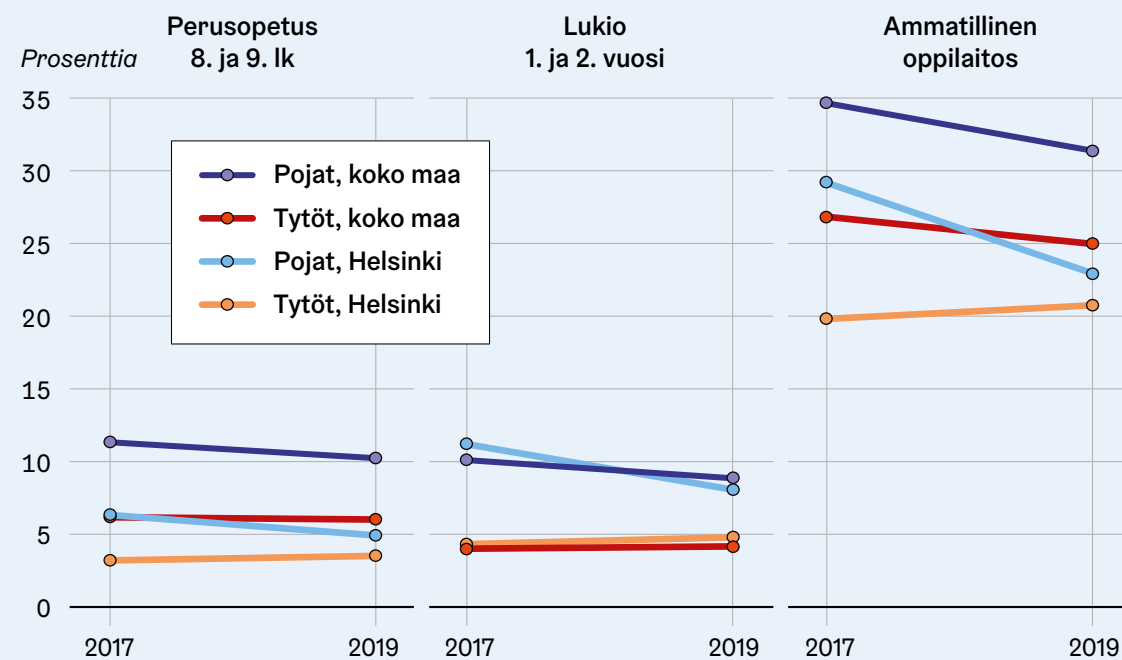
poikien osuus on selvästi pienempi kuin koko maassa, mutta tytöillä osuus on sama Helsingissä ja koko maassa. (Kuvio 2.)

**SEKÄ TYTÖILLÄ** että pojilla savukkeiden polton yleisyys on vähentynyt selvästi 2010-luvun aikana. Näin on tapahtunut kaikkien oppilaitostyyppien opiskelijoilla ja niin Helsingissä kuin koko maassa.

### Nuuskan käyttö

Pojat nuuskaavat huomattavasti tyttöjä yleisemmin, ja vuonna 2019 yläkoulussa ja lukiossa opiskelevista helsinkiläispojista 6–7 prosenttia nuuskasi, kun tytöillä vastaava osuus oli alle kaksi prosenttia. Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevista pojista peräti joka viides käytti nuuskaa, mutta tytöistä vain neljä prosenttia. (Kuvio 3.)

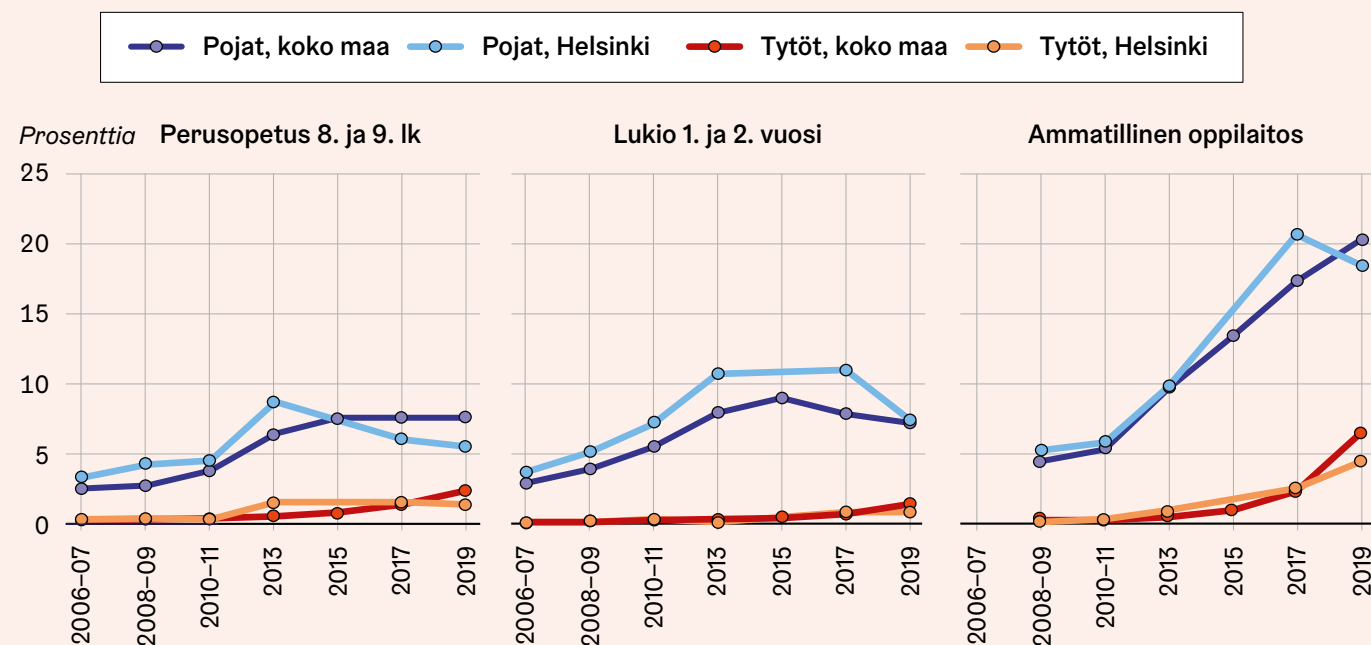
**KUVIO 1.** Tupakkatuotteita käyttävien osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

KUVIO 3.

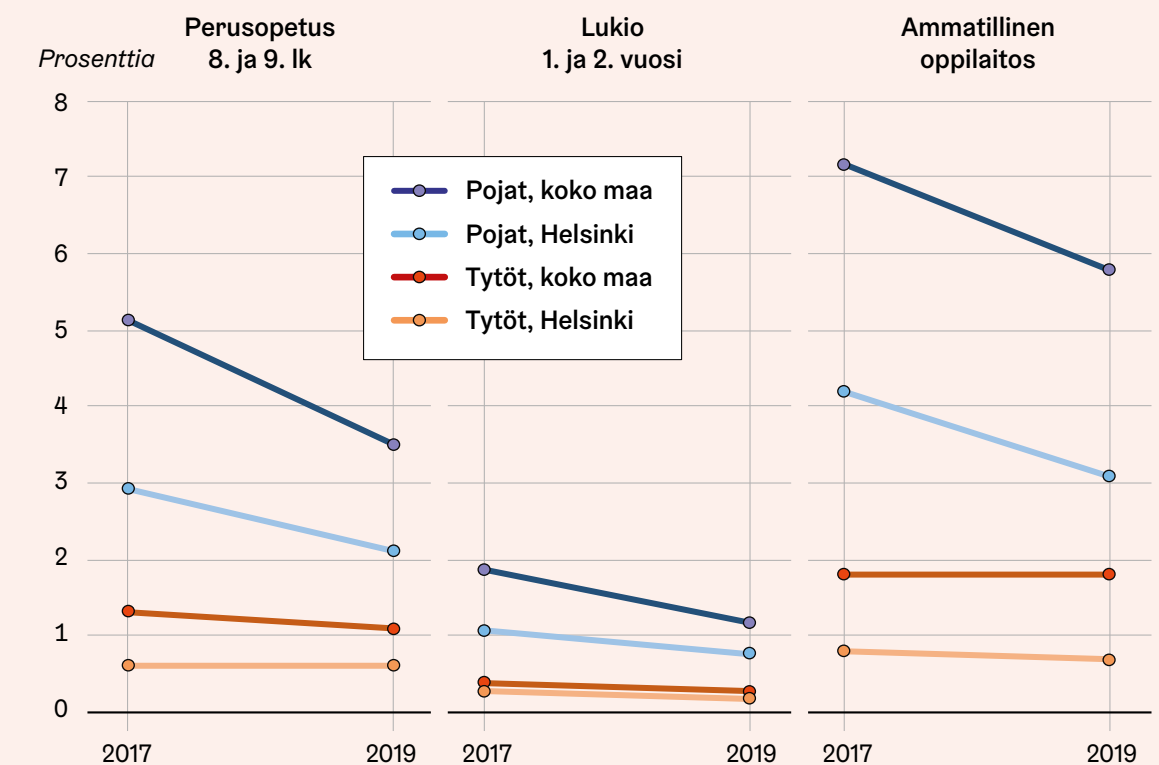
Nuuskaa käyttävien osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

KUVIO 4.

Sähkösavukkeita käyttävien osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**POIKIEN NOPEASTI** vähentynyt savukkeiden poltto on todennäköisesti osin korvautunut nuuskan käytöllä. Nuuskaaminen yleistyi helsinkiläisten yläkoululaisten ja lukiolaisten osalta vuoteen 2013 saakka, mutta sen jälkeen nuuskaamisen yleisyys on pikemminkin vähentynyt. Ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla nuuskaaminen yleistyi Helsingissä aina vuoteen 2017 asti, mutta ei ole sen jälkeen enää yleistynyt.

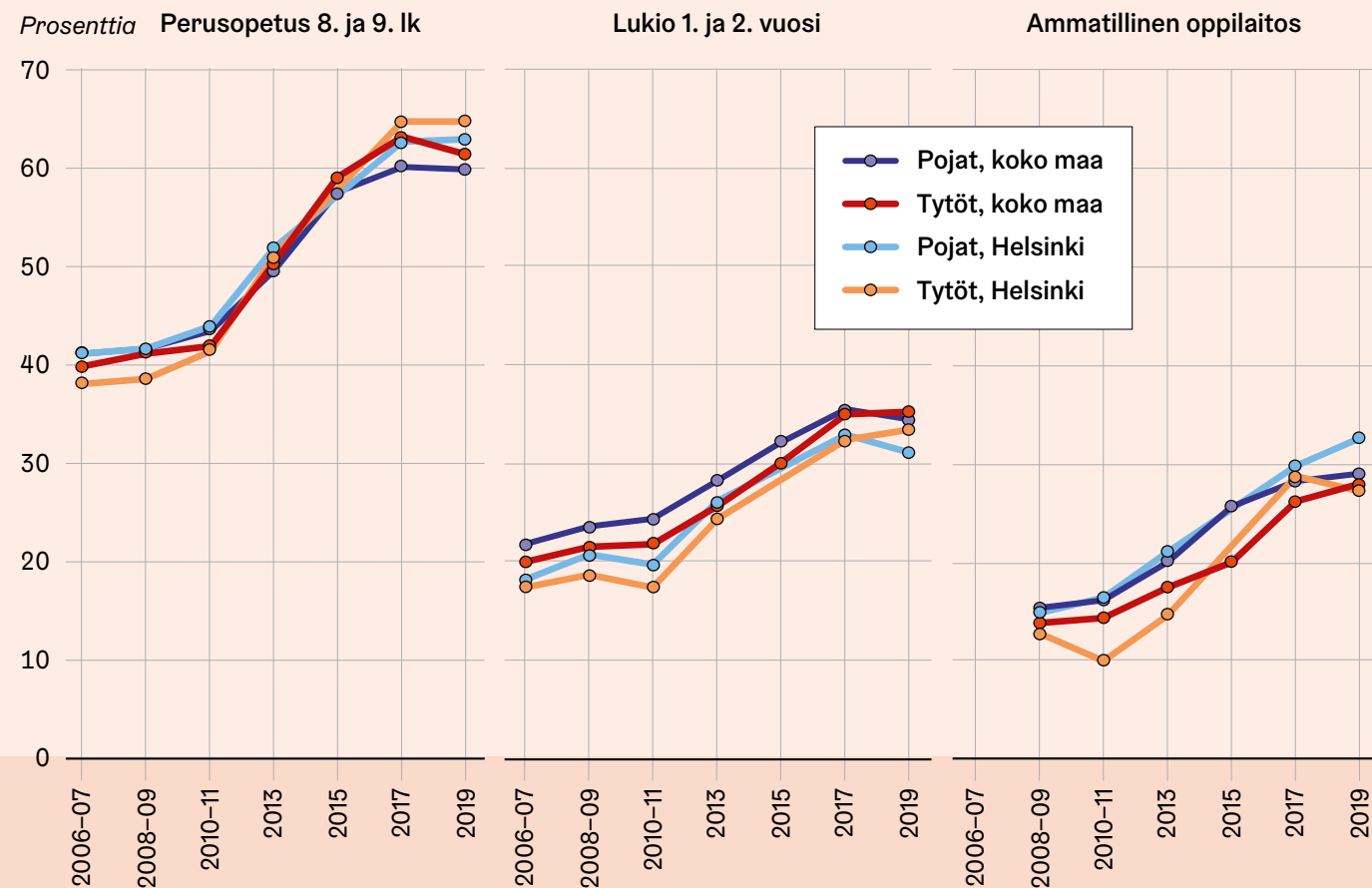
**Sähkösavukkeet**

Sähkösavukkeiden käyttö on tämän ikäisillä melko harvinaista. Vuonna 2019 helsinkiläisnuorista ammatillisen oppilaitoksen pojista sähkösavukkeita käytti päivittäin kolme prosenttia, ja tytöillä sekä muilla oppiasteilla käyttö oli vielä harvinaisempaa. Pääkaupungissa sähkösavukkeita käytetään hieman koko maan keskiarvoa vähemmän. Lisäksi sähkösavukkeiden käyttö näyttäisi vähentyneen kahden mitauskerran välillä. (Kuvio 4.)



**Poikien nopeasti vähentynyt savukkeiden poltto on todennäköisesti osin korvautunut nuuskan käytöllä.**





Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**KUVIO 5. Raittiiden osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.**

● **ALKOHOLINKÄYTTÖ**

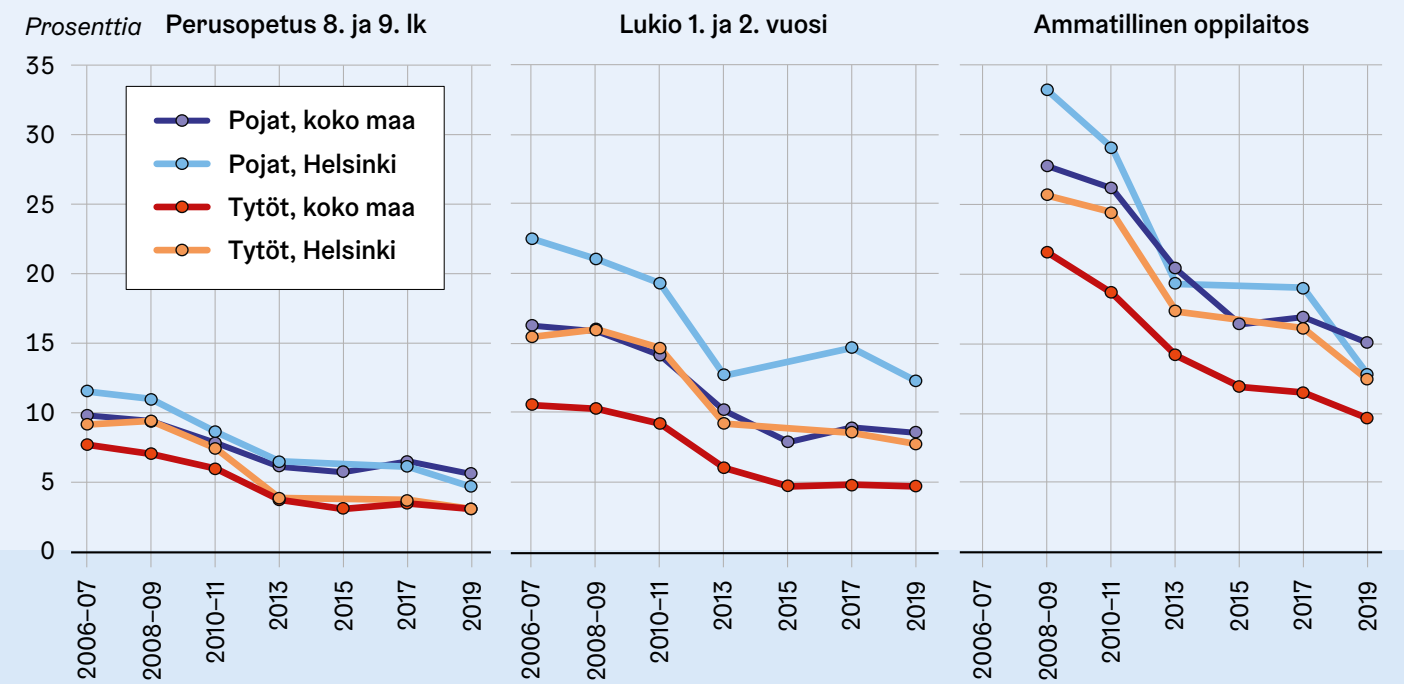
**Raittiiden nuorten osuus**

Raittiiden osuus on kasvanut kaikilla oppiasteilla. Yläkouluikäisistä helsinkiläisistä yli 60 prosenttia oli raittiita vuonna 2019. Lukiolaisilla osuus oli hieman yli 30 prosenttia ja ammatillisessa oppilaitoksessa noin 30 prosenttia. (Kuvio 5.)

**Alkoholia viikoittain käyttävien osuus**

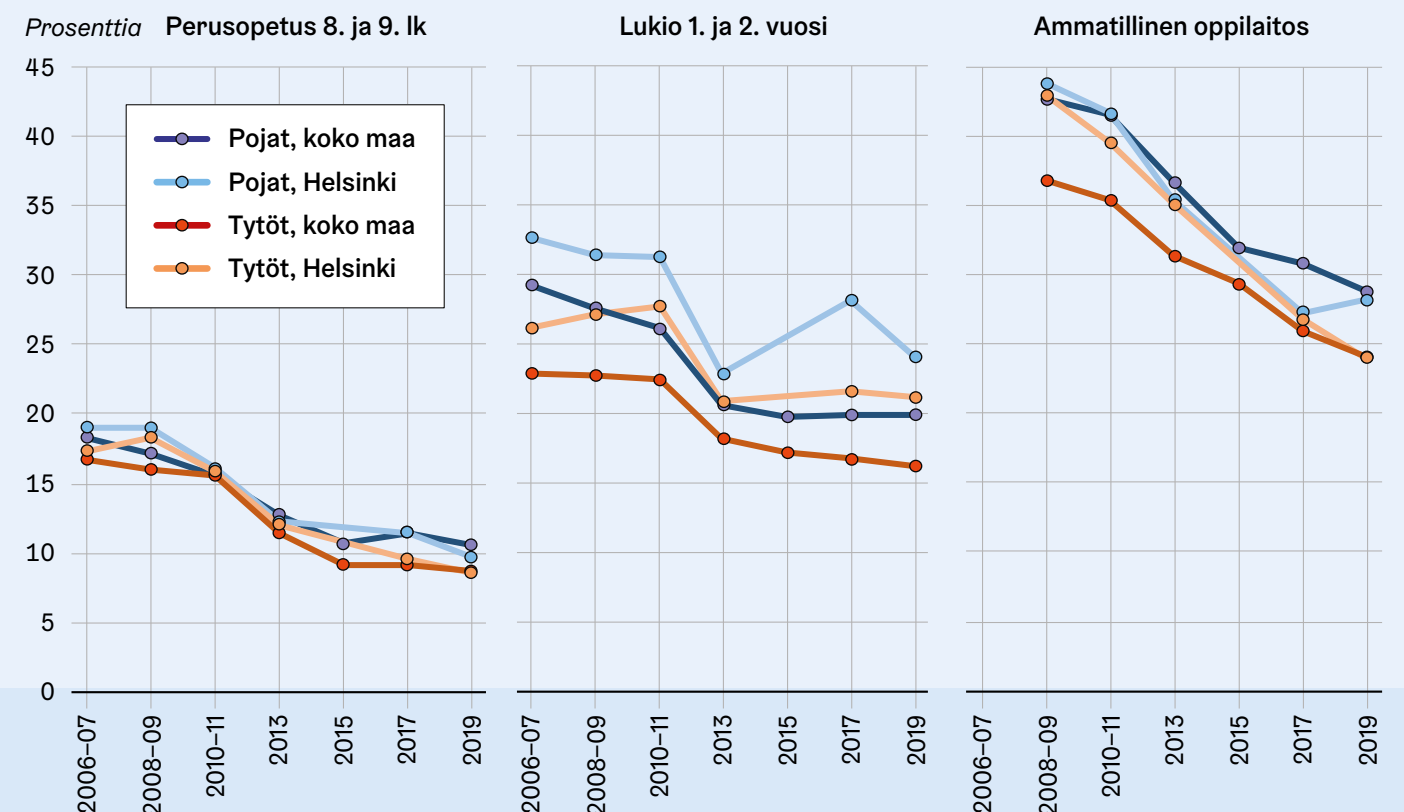
Myös alkoholin viikoittainen käyttö on yhteydessä ikään. Erot oppiasteiden välillä ovat kuitenkin pienentyneet ajassa selvästi, sillä ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoilla viikoittainen alkoholin käyttö on vähentynyt eniten. Kun vuosina 2008–2009 joka kolmas ammatillisen oppilaitoksen miespuolinen opiskelija ilmoitti juovansa viikoittain, oli vastaava osuus kymmenen vuotta myöhemmin 13 prosenttia. Toisaalta suhteellinen muutos on ollut lähes yhtä suuri yläkoulussa ja lukiossa opiskelevilla. (Kuvio 6.)

**VUONNA 2019** helsinkiläisistä yläkoulun pojista 6 prosenttia ja tytöistä 4 prosenttia ilmoitti käyttävänsä alkoholia viikoittain. Lukiossa opiskelevilla vastaavat osuudet olivat 15 (pojat) ja 9 (tytöt) prosenttia. Ammatillisessa oppilaitoksessa sen sijaan ei eroa poikien ja tyttöjen välillä ollut, vaan vajaa 13 prosenttia opiskelijoista kertoi käyttävänsä alkoholia viikoittain.



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

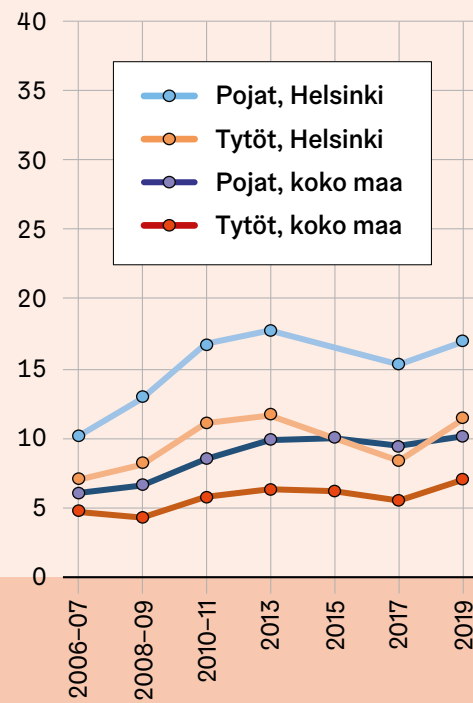
**KUVIO 6. Alkoholia viikoittain käyttävien osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.**



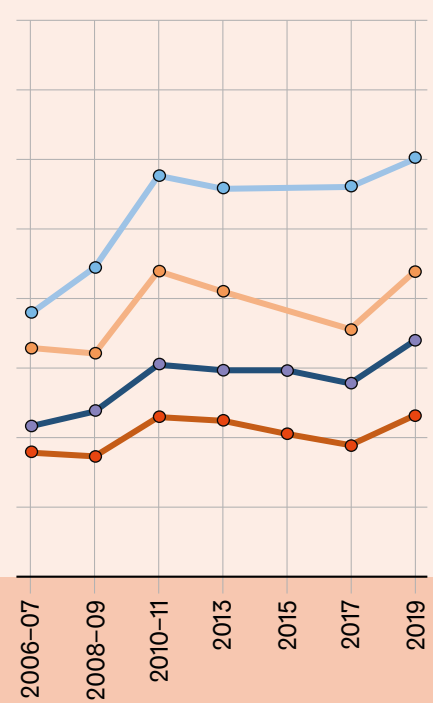
Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**KUVIO 7. Humalahakuisesti juovien osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.**

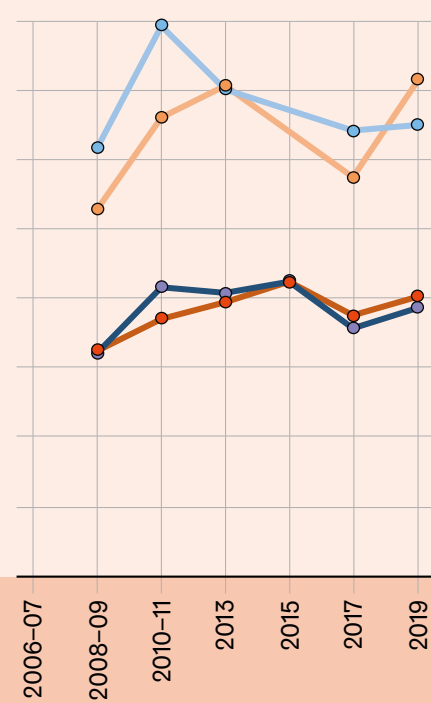
Prosenttia Perusopetus 8. ja 9. lk



Lukio 1. ja 2. vuosi



Ammatillinen oppilaitos



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**KUVIO 8.** Kannabista kokeilleiden osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.

**Humalahakuisesti juovien osuus**

Myös humalahakuisesti juominen – niin että on vahvasti päihtyneenä, ”tosi humalassa”, vähintään kerran kuukaudessa – on hyvin ikäsidonnaista, mutta sekin on vähentynyt kaikilla oppiasteilla. Ajanjaksolla 2008–2009 ammatillisen oppilaitoksen helsinkiläisopiskelijoista yli 40 prosenttia ilmoitti juovansa humalahakuisesti, mutta vuonna 2019 tämä osuus oli 26 prosenttia. Suhteellinen muutos on ollut suurin yläkoululaisilla, sillä heillä osuus on pienentynyt puoleen. (Kuvio 7.)

**VUONNA 2019** hieman alle 10 prosenttia helsinkiläisistä yläkoululaisista kertoi juovansa humalahakuisesti. Lukiossa puolestaan viidennes tytöistä ja lähes neljännes pojista kertoi olevansa tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa. Ammatillisessa oppilaitoksessa näin teki 28 prosenttia pojista ja 24 prosenttia tytöistä.

**EROT KOKO** Suomen keskiarvoon ovat etenkin yläkoululaisilla ja ammatillisen oppilaitoksen oppilailla pienet. Lukion

osalta näyttäisi, että Helsingissä hieman suurempi osa oppilaista juo humalahakuisesti.

**● KANNABIKSENKÄYTTÖ**

**Kannabista kokeilleiden osuus**

Kannabiksen kokeilu ja käyttö ovat selvästi yleisempiä Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin. Pitkällä aikavälillä kokeilu on lisääntynyt, mutta aivan viime vuosien osalta muutos ei ole ollut systemaattinen. Vuonna 2019 ollaankin kannabista kokeilleiden osuuden osalta pitkälti samalla tasolla kuin ajanjaksolla 2010–2011. (Kuvio 8.)

**VUONNA 2019** yläkouluikäisistä helsinkiläispojista kannabista oli kokeillut ainakin kerran 17 prosenttia, kun osuus on tytöillä 11 prosenttia. Lukiossa ja ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevista pojista suunnilleen saman verran eli hieman yli 30 prosenttia oli kokeillut. Tyttöillä sen sijaan on eroa oppiasteiden välillä, sillä kun lukiolaistyttöistä noin viidennes on kokeillut kannabista aina-

kin kerran, on vastaava osuus ammatillisen oppilaitoksen tytöistä peräti 36 prosenttia.

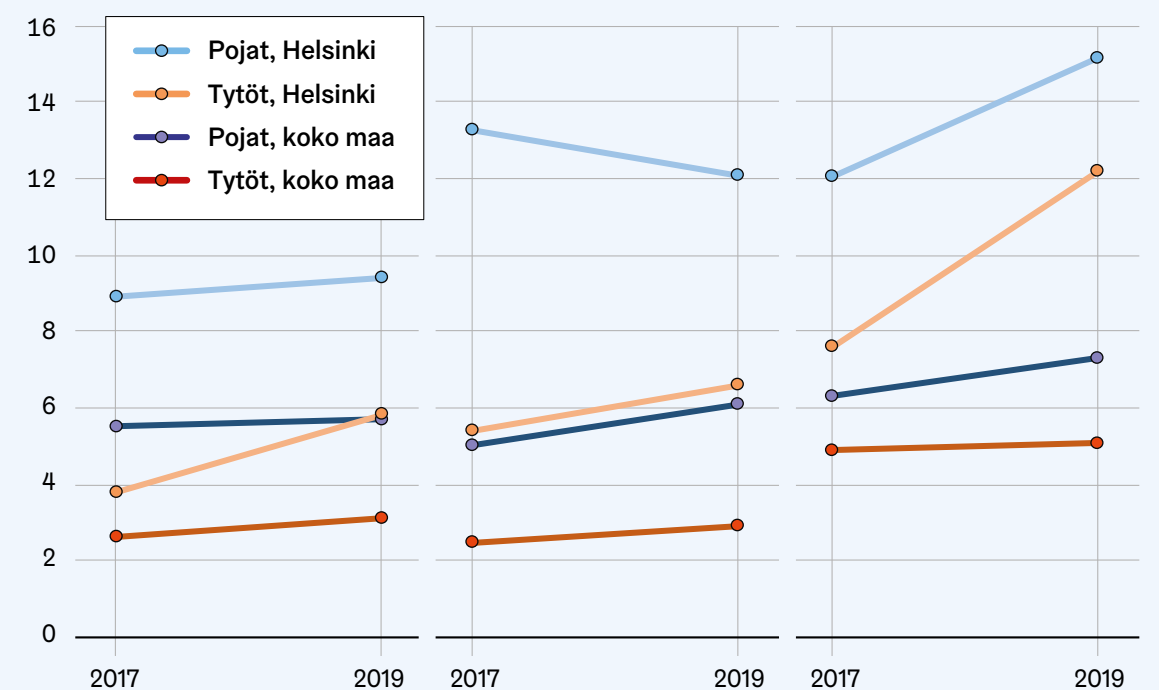
**Kannabista kyselyhetkeä edeltävien 30 päivän aikana käyttäneiden osuus**

Kannabista edeltävien 30 päivän aikana käyttäneiden osuus kuvaa säännöllisempää käyttöä kuin kokeilu, ja osuudet ovat tietenkin pienemmät. Verrattuna vuoteen 2017 nämä osuudet ovat pääosin kasvaneet. (Kuvio 9.)

**Alkoholia käyttävät ovat myös kokeilleet kannabista yleisemmin**

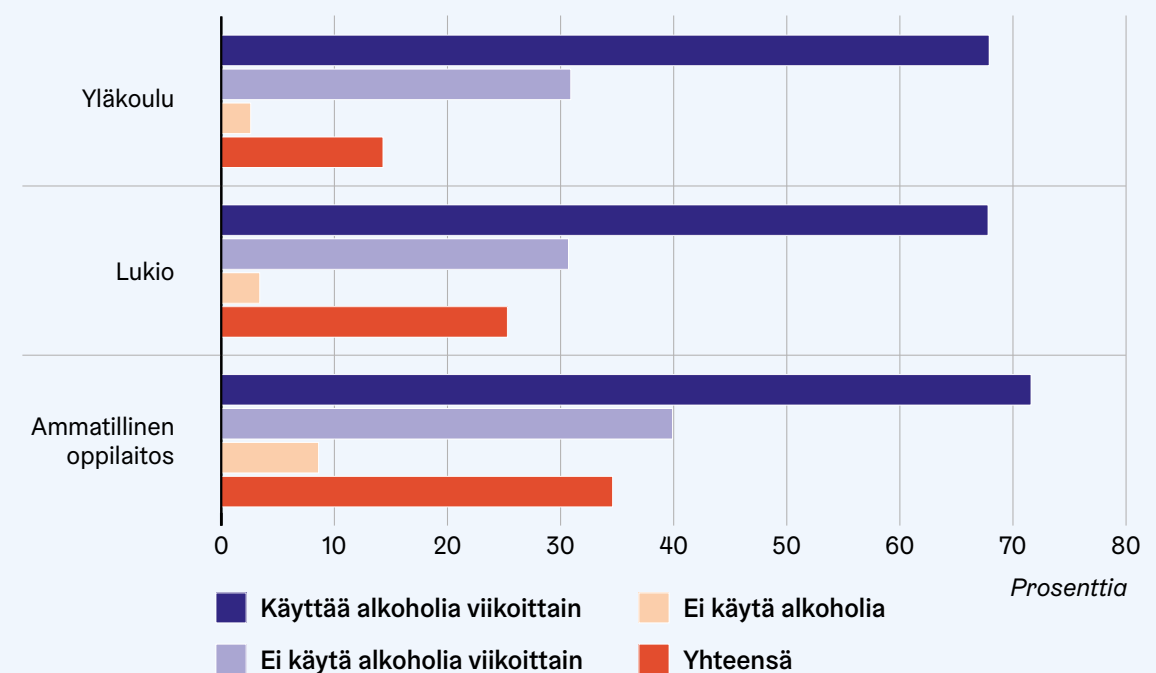
Kannabiskokeilut ovat paljon yleisempiä niillä nuoriilla, jotka juovat alkoholia säännöllisesti (Kuvio 10). Etenkin yläkoululaisilla, joilla sekä alkoholin käyttö että kannabiskokeilut ovat harvinaisempia kuin vanhemmilla vastaajilla, yhteys on hyvin voimakas. Niistä yläkoululaisista, jotka käyttävät alkoholia viikoittain, 68 prosenttia oli kokeillut kannabista, kun nuoriilla, jotka eivät käyttäneet alkoholia näin usein, osuus oli 12 prosenttia.

Prosenttia Perusopetus 8. ja 9. lk Lukio 1. ja 2. vuosi Ammatillinen oppilaitos



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

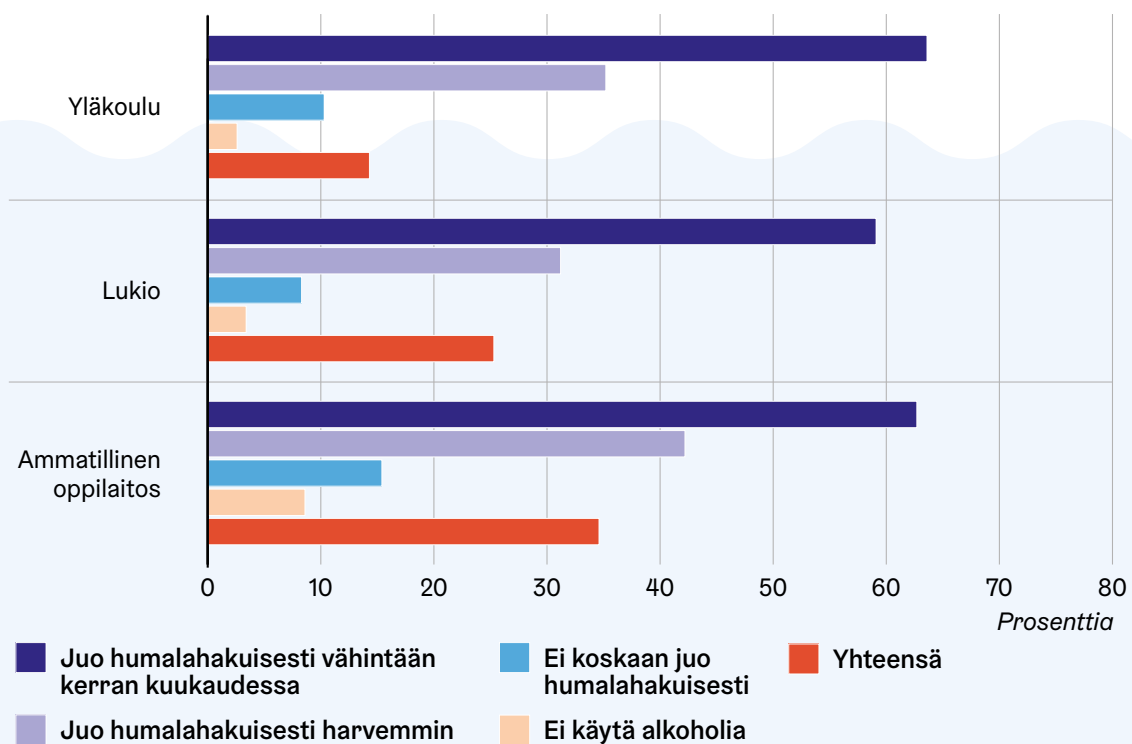
**KUVIO 9.** Kannabista edeltävien 30 päivän aikana käyttäneiden osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan, Helsinki ja koko maa.



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**KUVIO 10.** Niiden helsinkiläisnuorten osuus (%), jotka ovat kokeilleet kannabista vähintään kerran kouluasteen ja sen mukaan, käyttävätkö alkoholia viikoittain vuonna 2019.





Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**KUVIO 11.** Niiden helsinkiläisnuorten osuus (%), jotka ovat kokeilleet kannabista vähintään kerran kouluasteen ja sen mukaan, juoko humalahakuisesti vuonna 2019.

**NIIN IKÄÄN** kaikilla kouluasteilla ne nuoret, jotka juovat humalahakuisesti, ovat huomattavasti useammin kokeilleet kannabista (Kuvio 11). Cannabis ei siis näytäkään olevan vaihtoehto alkoholille, kuten välillä oletetaan, vaan molempien käyttö kasautuu samoille nuorille.

### Eröt ammatillisessa oppilaitoksessa ja lukiossa suuret

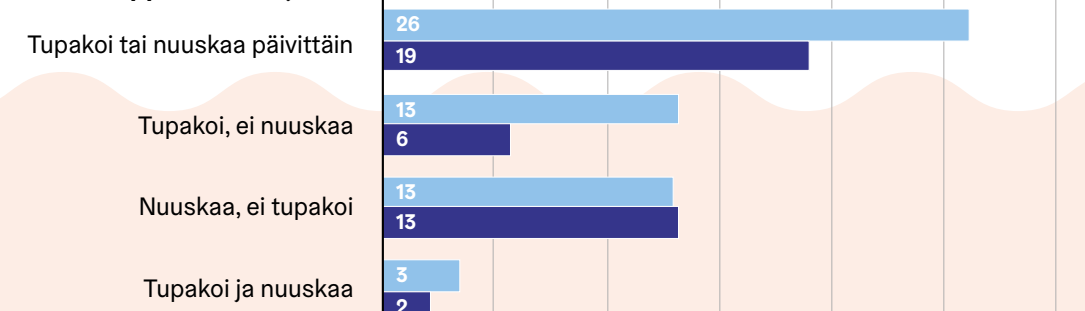
Kuten edellä nähtiin, toisen asteen opiskelijoilla kaikkien päihteiden käyttö on ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla yleisempää kuin lukiolaisilla. Erot ovat suurimmat päivittäisessä tupakkatuotteiden käytössä. Kaikkia suomalaisnuoria tarkastellen tutkimuksen mukaan ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevat polttivat savukkeita 5,5-kertaisella todennäköisyydellä lukiolaisiin verrattuna vuosina 2010–2011 (Ruokolainen ja Mäki 2015). Vuonna 2017 am-

matillisessa oppilaitoksessa opiskelevat käyttivät tupakkatuotteita 3,7-kertaisella todennäköisyydellä lukiolaisiin verrattuna (Mäki 2018), ja tämä ero näyttäisi kasvaneen vuoteen 2019.

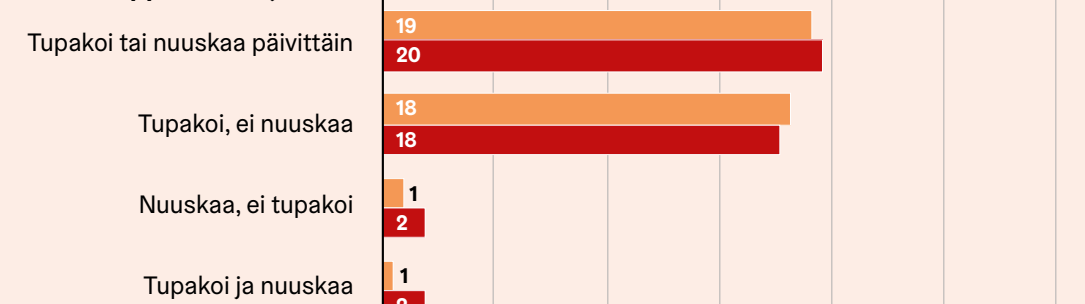
**KUVIOSTA 12** nähdään muutos tupakoinnissa eri oppilaitostyypeissä opiskelevilla vuosina 2017 ja 2019. Sekä ammatillisessa oppilaitoksessa että lukiossa opiskelevien tyttöjen tupakkatuotteiden käyttö ei ole muuttunut vuosien 2017 ja 2019 välillä. Sen sijaan pojilla osuudet ovat pienentyneet. Mutta koska lukiossa opiskelevien poikien tupakkatuotteiden käyttö on vähentynyt suhteellisesti enemmän kuin ammatillisessa oppilaitoksessa, niin ero oppilaitostyyppien välillä on kasvanut: vuonna 2019 ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevat käyttivätkin tupakkatuotteita peräti 7,8-kertaisella todennäköisyydellä lukiolaisiin verrattuna.

**OPPILAITOSTYYPPI NÄYTTÄÄ** edelleen enustavan selkeästi niin tupakkatuotteiden kuin muidenkin päihteiden käyttöä, mikä luo opiskeluterveydenhuollolle, ehkäisevälle työlle ja terveyspolitiikalle haasteita väestöryhmien välisten terveyserojen kaventamisen näkökulmasta. Osin kyse saattaa olla laajemmasta jaetusta tavasta hahmottaa terveyskäyttäytymistä toisaalta lukiossa ja toisaalta ammatillisessa oppilaitoksessa sekä toimintakulttuurien eroista ja muutoksista näissä tavoissa. Tupakkatuotteiden käyttö on selkeästi vähentynyt, mutta mikäli terveydelle myönteistä käyttäytymistä ei pystytä tukemaan kaikkien nuorten kohdalla vielä nykyistä paremmin, sosioekonomiset terveyserot säilynevät.

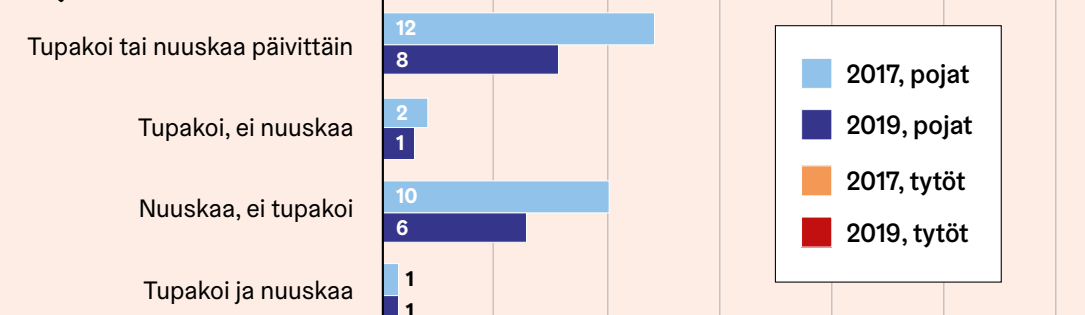
### Ammatillinen oppilaitos: Pojat



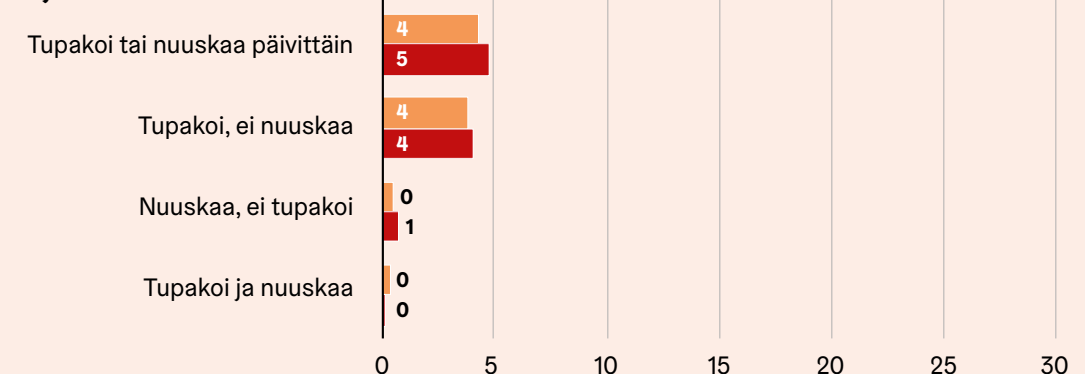
### Ammatillinen oppilaitos: Tytöt



### Lukio: Pojat



### Lukio: Tytöt



Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto

**KUVIO 12.** Päivittäin tupakoi- ja nuuskaa käyttävien helsinkiläisnuorten osuus (%) oppiasteen ja sukupuolen mukaan vuosina 2017 ja 2019.

## Vanhempien tupakointi ja nuoren henkinen pahoinvointi päihteidenkäytön taustalla

Erillisessä verkkoartikkelissa on Kouluterveyskysely-aineistoa analysoimalla tarkasteltu tekijöitä, jotka ovat nuorten päihteidenkäytön taustalla (Mäki 2021). Tulosten mukaan kotioloihin liittyvistä taustatekijöistä nuoren vanhempien – etenkin äidin – tupakointi on selkeästi yhteydessä nuoren tupakkatuotteiden käyttöön. Äidin tupakointi lisää myös kannabiksen käytön todennäköisyyttä. Niillä nuorilla, jotka eivät asu kummankaan vanhemman kanssa, on suurempi tupakoinnin ja kannabiksen käytön todennäköisyys. Vanhemman haittaa aiheuttava liiallinen alkoholinkäyttö puolestaan on yhteydessä nuoren kannabiksen käyttöön.

**NUOREN TERVEYDENTILAAN** ja hyvinvointiin liittyvistä tekijöistä kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus on yhteydessä tupakointiin ja humalahakuisen juomiseen. Terveystilan kokeminen keskihertaiseksi tai huonoksi puolestaan liittyy kannabiksen käyttöön. Koulukiusatuksi tuleminen yhteys päihteidenkäyttöön selittyy muilla tarkastelluilla tekijöillä.

**KAIKKEIN VOIMAKKAIMMIN** tupakoinnin, humalajuomisen ja kannabiksen käytön todennäköisyyttä lisäävät muiden tarkasteltujen päihteiden käyttö. Tupakoinnin todennäköisyys on yli kolminkertainen niillä nuorilla, jotka juovat humalahakuisesti ja yli 10-kertainen niillä, jotka ovat kokeilleet kannabista ainakin kaksi kertaa. Vastaavasti tupakointi ja kannabiskokeilut lisäävät humalajuomisen todennäköisyyttä, ja tupakointi ja humalajuominen puolestaan ovat yhteydessä kannabiksen kokeiluun.

**VAIKKA NUORTEN** päihteidenkäytössä voidaan havaita selviä myönteisiä kehityskulkuja ennen kaikkea tupakoinnin ja alkoholinkäytön suhteen, on taustalla myös tekijöitä, jotka vaativat erityistä huomiota ilmiön ymmärtämiseksi ja päihdetyön kohdentamiseksi. Ensinnäkin suuri osa varsinkin poikien tu-

pakoinnin vähenemisestä vaikuttaa korvautuneen nuuskan käytöllä. Mielienkiintoiseksi näin laajan ilmiön tekee sekin, että nuuskan myynti Suomessa kiellettiin vuonna 1995. Toisekseen erot oppilaitostyyppien välillä ovat pysyneet melko suurina: lukiolaisten päihdekäyttäytyminen on kauttaaltaan suotuisampaa kuin heidän ammatillisen puolen ikätovereidensa. Myös vanhempien esimerkillä on suuri vaikutus jälkikasvun päihteidenkäyttöön. Tämä yhteys ei kuitenkaan rajaudu tietyn päihteen sisäiseksi, vaan esimerkiksi vanhemman haittaavaksi koettu alkoholinkäyttö on yhteydessä nuoren kannabiksen käyttöön.

**LOPUKSI ON** tärkeää huomata, että eri päihteiden käyttö keskittyy voimakkaasti samoille nuorille. Siitä syystä toimet, jotka keskittyvät vain tiettyyn päihteseen kerrallaan, eivät välttämättä ole tuoksellisimpia, vaan lähtökohtana tulisi pitää päihteitä käyttävää nuorta. Nuoren kohtaamista kokonaisuutena puoltaa myös se, että heikko terveydentila ja henkinen pahoinvointi ovat yhteydessä päihteidenkäyttöön. Vaikka tässä tutkimuksessa käytetyn aineiston perusteella ei voida sanoa, ovatko nämä päihteidenkäytön syy vai seuraus, tulee myös niitä hoitaa päihteidenkäytön ehkäisyohella. ■

VTT, dosentti **Netta Mäki** toimii erikoistutkijana Helsingin kaupunginkansliassa.

### Kirjallisuutta

Mäki N: Nuorten tupakointi vähentynyt – erot lukiossa ja ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevien välillä edelleen hyvin suuret. *Kvartti*, 2018(4): 47–53.

Mäki N: Eri päihteiden käyttö kasautuu Helsingissä samoille nuorille. *Kvartti-verkkolehti*, 2021. <https://www.kvartti.fi/fi/artikkelit/eri-paihteiden-kaytto-kasautuu-helsingissa-samoille-nuorille>

Määttä, Suvi. Kouluterveyskysely 2019 – katsaus Helsingin tuloksiin. *Tilastoja 2019: 13*. Helsinki: Helsingin kaupunginkanslia.

Ruokolainen O & Mäki N: Koulutuksellinen asema ja päihteiden käyttö nuorilla: erot ammatillisessa oppilaitoksessa ja lukiossa opiskelevilla. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 2015:52(1);47–59.

”

*Kotioloihin liittyvistä taustatekijöistä nuoren vanhempien – etenkin äidin – tupakointi on selkeästi yhteydessä nuoren tupakkatuotteiden käyttöön.*



”

***Mielen hyvinvointiin liittyvät haasteet, kuten yksinäisyys, ahdistuneisuus, masennusoireilu ja koulu-uupumus, ovat helsinkiläisnuorilla aiempaa yleisempiä.***







# Säännöllinen liikkuminen edistää nuorten mielen hyvinvointia

– myös perheen taloudellisen tilanteen heikoksi kokevilla

● SUVI MÄÄTTÄ

**Helsinkiläisnuorten kokemus oman perheen taloudellisesta tilanteesta on yhteydessä siihen, paljonko he liikkuvat ja minkä verran kokevat yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta, masennusoireilua ja koulu-uupumusta.**

**M**ielen hyvinvointiin liittyvät haasteet, kuten yksinäisyys, ahdistuneisuus, masennusoireilu ja koulu-uupumus, ovat helsinkiläisnuorilla aiempaa yleisempiä. Tämä käy ilmi Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) toteuttamasta Kouluterveyskyselystä. Lisäksi monet mielen hyvinvoinnin haasteet ovat yleisempiä helsinkiläisnuorilla kuin koko maassa keskimäärin. (Määttä, 2019)

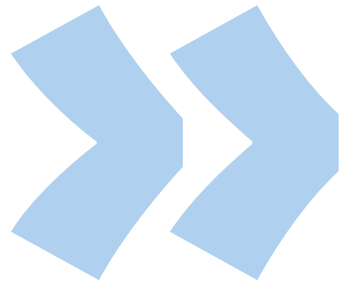
**AIEMPIEN TUTKIMUSTEN** perusteella säännöllinen fyysinen aktiivisuus eli liikkuminen edistää mielen hyvinvointia ja

vähentää ahdistuneisuuden, masennuksen tai yksinäisyyden kokemusten riskiä (Biddle ym. 2019; Pels & Kleinert, 2016). Toisaalta aiempien tutkimusten perusteella vanhempien koulutus ja/tai tulotaso ovat yhteydessä nuorten liikkumiseen sekä mielen hyvinvointiin. Toisinsanoen nuorilla, joiden vanhempien koulutus- tai tulotaso on matala, on muita suurempi mielenterveyden ongelmien riski, ja he myös todennäköisesti liikkuvat vähemmän (O'Donoghue ym. 2018; Reis ym. 2013). Harvemmin on kuitenkin tutkittu näitä kaikkia – tulotasoa, liikkumista ja mielen hyvinvointiin liittyviä tekijöitä – samanaikaisesti (Maenhout ym.

2020). Helsinkiläisen aikuisväestön osalta kokemus omasta tulotasosta on yhteydessä aikuisväestön koettuun terveyteen, liikkumattomuuteen ja muihin elintapoihin (Mäki & Ahlgren-Leinvuo, 2020), mutta nuorten kokeman perheen taloudellisen tilanteen yhteyksistä hyvinvointiin tietoa ei ole.

**TÄSSÄ TUTKIMUKSESSA** tarkastellaan nuorten liikkumisen, mielen hyvinvoinnin ja koetun perheen taloudellisen tilanteen välisiä yhteyksiä. Aineistona tarkasteluissa on THL:n toteuttamaan Kouluterveyskyselyyn Helsingin kouluissa vuonna 2019 vastanneet 8.–9.-luokkalaiset (myöhemmin kirjoituksessa yläkoululaiset) ja toisen asteen ensimmäisen ja toisen vuosikurssin opiskelijat, jotka ovat alle 21-vuotiaita.





### Perheen taloudelliseen tilanteeseen tyytyväiset nuoret liikkuvat säännöllisemmin ja potevat harvemmin mielen hyvinvoinnin haasteita

Ensimmäisessä analyysivaiheessa tarkasteltiin nuorten kokeman perheen taloudellisen tilanteen yhteyttä liikkumiseen sekä mielen hyvinvoinnin indikaattoreihin (eli yksinäisyyteen, ahdistuneisuuteen, masennusoireiluun ja koulu-uupumukseen). Vastausjakauman takia koettu taloudellinen tilanne luokiteltiin analyysia varten kolmeen ryhmään alkuperäisten viiden vastauksen pohjalta. Taulukossa 1 on esitelty osuudet eri luokissa. Tässä ensimmäisessä analyysivaiheessa liikkuminen oli kaksi-luokkainen; vähintään tunnin päivässä liikkuvia verrattiin muihin. Menetelmänä käytettiin logistista regressioanalyysia, jossa ennustetaan todennäköisyyttä jonkun asian tapahtumiselle. Esimerkiksi tutkitaan, millä todennäköisyydellä erittäin hyväksi perheen toimeentulon kokeneet nuoret liikkuvat vähintään tunnin päivässä, jos heitä verrataan verrattuna perheen toimeentulon korkeintaan kohtalaiseksi kokeneisiin nuoriin. Ensimmäisen vaiheen analyysit vakioitiin nuoren sukupuolella ja nuoren raporttoimalla vanhempien koulutustasolla (eli kyseisten tekijöiden vaikutus poistettiin, jotta voitiin tarkastella perheen taloudellisen tilanteen ja liikkumisen itsenäisiä yhteyksiä).

### Tutkimuksessa käytetyt muuttujat

- **Liikkuminen** perustuu kysymykseen, jossa lapset ja nuoret ilmoittivat, kuinka monena päivänä viikossa he liikkuvat vähintään tunnin ajan päivässä. Vastausvaihtoehdot vaihtelivat välillä ”ei yhtenä päivänä” ja ”seitsemänä päivänä”.
- **Yksinäisyys** pohjautuu oppilaiden arvioon siitä, kuinka usein he kokevat olevansa yksinäisiä. Tässä tutkimuksessa peilattiin melko usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä kokevia muihin (yläkoululaiset 11,9 % ja toisen asteen opiskelijat 13,4 %).
- **Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus** esiintyy silloin, jos saa vähintään 10 pistettä seitsemän kysymyksen perusteella GAD7-mittarista (yläkoululaiset 15,7 % ja toisen asteen opiskelijat 16,8 %).
- **Vähintään kaksi viikkoa kestänyttä masennusoireilua** esiintyy silloin, jos saa vähintään yhden pisteen PHQ-2-mittarin kysymyksistä (yläkoululaisista 19 % ja toisen asteen opiskelijoista 21,1 %). Kyseinen mittari soveltuu masennustilan seulontaan, masennusoireiden vaikeusasteen arviointiin sekä hoitovasteen tai muutoksen seurantaan, mutta se ei sovellu käytettäväksi masennusdiagnoosin tekemiseen.
- **Koulu-uupumus** on kolmesta kysymyksestä koostuva indikaattori, jossa mitataan koulutyöhön hukkumista, opintojen merkityksen katoamista ja riittämättömyyden tunteita opinnoissa (Yläkoululaisista 18,2 % ja toisen asteen opiskelijoista 17,8 %).
- **Tarkemmin jokaisesta muuttujasta voi lukea THL:n kouluterveyskyselyn sivuilta** (<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset>).

**YLÄKOULUN JA** toisen asteen nuoret, jotka kokivat perheen toimeentulon erittäin hyväksi, liikkuvat vähintään tunnin ajan päivässä todennäköisemmin kuin nuoret, jotka kokivat perheen toimeentulon korkeintaan kohtalaiseksi tai melko hyväksi. Tällaista eroa ei havaittu kummallakaan oppiasteella, kun verrattiin melko hyväksi ja korkeintaan kohtalaiseksi perheen taloudellisen tilanteen kokevia nuoria. Kuvio 1 havainnollistaa vielä nuorten kokeman perheen toimeentulon mukaisia eroja nuorten liikkumisessa.

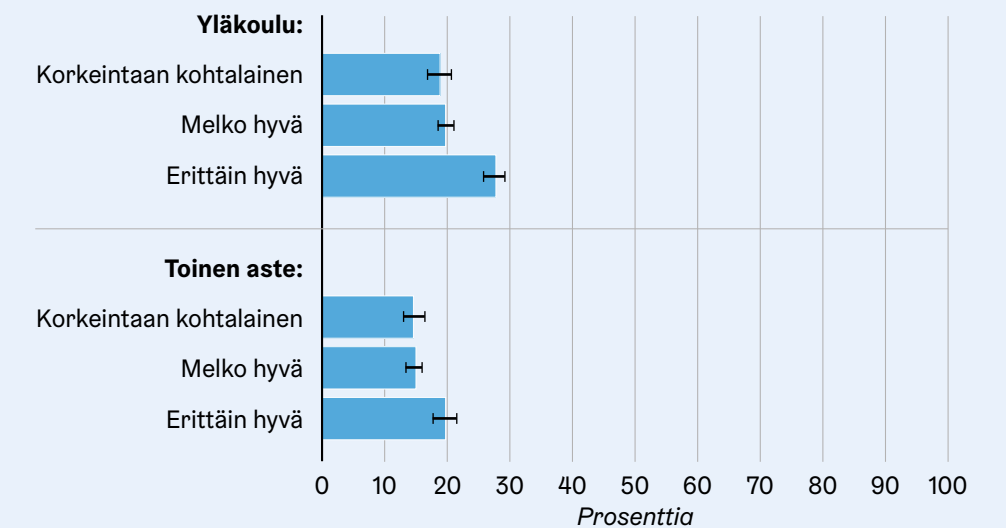
**TAULUKOSSA 1** on myös esitetty koetun taloudellisen tilanteen yhteydet mielen hyvinvoinnin indikaattoreihin. Tiivistetysti voidaan todeta, että nuoret, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen korkeintaan kohtalaiseksi, kokevat todennäköisemmin yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta, masennusoireilua tai koulu-uupumusta kuin muut.

### TAULUKKO 1.

Nuoren kokeman perheen taloudellisen tilanteen yhteys liikkumiseen ja mielen hyvinvointiin vakioituna sukupuolella ja vanhempien koulutustasolla, tilastollisesti merkitsevät yhteydet tummennettuna.

Oppiaste	Vähintään tunnin päivässä liikkuvat	Yksinäisyys	Ahdistuneisuus	Masennusoireilu	Koulu-uupumus
<b>Yläkoulu</b>					
Perheen taloudellinen tilanne					
Korkeintaan kohtalainen (21,3%)	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Melko hyvä (45%)	1,04	<b>0,54</b>	<b>0,45</b>	<b>0,45</b>	<b>0,43</b>
Erittäin hyvä (33,7%)	<b>1,58</b>	<b>0,38</b>	<b>0,35</b>	<b>0,31</b>	<b>0,31</b>
<b>Toinen aste</b>					
Perheen taloudellinen tilanne					
Korkeintaan kohtalainen (27,6%)	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Melko hyvä (44,3%)	1,03	<b>0,51</b>	<b>0,53</b>	<b>0,53</b>	<b>0,52</b>
Erittäin hyvä (28,1%)	<b>1,46</b>	<b>0,31</b>	<b>0,33</b>	<b>0,39</b>	<b>0,39</b>

Lähde: Terveystieteiden tutkimuskeskus, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto.



Lähde: Terveystieteiden tutkimuskeskus, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto.

### KUVIO 1.

Vähintään tunnin päivässä liikkuvat yläkoululaiset ja toisen asteen opiskelijat koetun perheen toimeentulon mukaan.

## Säännöllinen liikkuminen vähentää mielen hyvinvoinnin haasteiden kokemisen todennäköisyyttä

Seuraavaksi tarkasteltiin nuorten liikkumisen yhteyksiä yksinäisyyteen, ahdistuneisuuteen, masennusoireiluun tai koulu-uupumukseen (malli 1) sekä liikkumisen ja koetun taloudellisen tilanteen yhteyksiä vastaaviin mielen hyvinvoinnin indikaattoreihin (malli 2). Tulokset esitetään taulukossa 2. Analyysit vakioitiin sukupuolella ja nuoren raportoimalla vanhempien koulutustasolla. Mallien 1 ja 2 ero on siinä, että mallissa 2 on koettu perheen taloudellinen tilanne mukana ja mallissa 1 ei.

**MALLIN 1** perusteella sekä yläkoulussa että toisella asteella säännöllisempi liikkuminen vähensi todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta, masennusoireilua tai koulu-uupumusta. Kun koettu perheen taloudellinen tilanne lisättiin tarkasteluun (malli 2), säilyi säännöllisen liikkumisen yhteys vähäisempään todennäköisyyteen kokea yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta, masennusoireilua tai koulu-uupumusta. Myös molempien oppiasteiden nuoret, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen paremmaksi, kokivat todennäköisemmin vähemmän yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta, masennusoireilua tai koulu-uupumusta (kun liikkuminen oli vakioitu, malli 2). Näin ollen liikkumisella ja koetulla taloudellisella tilanteella on itsenäiset yhteydet mielen hyvinvoinnin indikaattoreihin.

TAULUKKO 2.

Nuorten liikkumisen ja nuorten kokeman perheen taloudellisen tilanteen yhteydet mielen hyvinvoinnin indikaattoreihin vakioituna sukupuolella ja koetulla vanhempien koulutuksella, tilastollisesti merkitsevät yhteydet tummennettuna.

Oppiaste		Yksinäisyys	Ahdistuneisuus	Masennusoireilu	Koulu-uupumus
<b>Yläkoulu</b>					
malli 1:	liikkuminen	0,83	0,87	0,83	0,90
malli 2:	liikkuminen	0,84	0,89	0,84	0,92
	Perheen koettu taloudellinen tilanne				
	Korkeintaan kohtalainen	1,00	1,00	1,00	1,00
	Melko hyvä	0,57	0,46	0,47	0,45
	Erittäin hyvä	0,43	0,38	0,35	0,33
<b>Toinen aste</b>					
malli 1:	liikkuminen	0,86	0,91	0,88	0,94
malli 2:	liikkuminen	0,88	0,92	0,89	0,95
	Perheen koettu taloudellinen tilanne				
	Korkeintaan kohtalainen	1,00	1,00	1,00	1,00
	Melko hyvä	0,52	0,54	0,54	0,53
	Erittäin hyvä	0,33	0,35	0,41	0,40

Lähde: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely, Helsinki-aineisto.



**Mielen hyvinvoinnin haasteet ovat usein kokonaisvaltaisia kokemuksia, jotka valtaavat ajankäytön ja vievät energiaa arjen toiminnoilta, kuten liikkumiselta.**

**LOPUKSI TESTATTIIN** vielä perheen koetun taloudellisen tilanteen ja liikkumisen yhteisvaikutus mielen hyvinvoinnin indikaattoreihin. Tulokset osoittivat, että säännöllinen liikkuminen on tärkeää mielen hyvinvoinnissa sekä nuorille, jotka kokevat taloudellisen tilanteen erittäin hyväksi, että nuorille, jotka kokevat taloudellisen tilanteen melko hyväksi tai korkeintaan kohtalaiseksi.

### Säännöllinen liikkuminen tärkeää mielen hyvinvoinnin vaalimisessa

Tämä tutkimus vahvistaa aiempien tutkimusten tuloksia liikkumisen merkityksestä mielen hyvinvoinnin vaalimisessa (Biddle ym. 2019). Ainutlaatuista tässä tutkimuksessa on kuitenkin se, että mielen hyvinvointia tarkasteltiin useammalla eri indikaattorilla. Lisäksi tämä tutkimus tuo uutta tietoa nuoren kokeman perheen taloudellisen tilanteen yhteyksistä liikkumiseen ja mielen hyvinvointiin. Tutkimustulokset alleviivaavat, että säännöllinen liikkuminen vähentää ahdistuneisuuden, masennusoireilun, yksinäisyyden ja koulu-uupumuksen todennäköisyyttä. Toisaalta havaittiin myös, että nuoren kokema erittäin hyvä perheen taloudellinen tilanne vähentää näiden mielen hyvinvoinnin haasteiden todennäköisyyttä, kun verrataan niihin nuoriin, jotka kokevat perheen taloudellisen tilanteen joko korkeintaan koh-

talaisena tai melko hyvänä. Silti koettu taloudellinen tilanne ei muovannut liikkumisen ja mielen hyvinvoinnin välisiä yhteyksiä, joten säännöllinen liikkuminen mielen hyvinvoinnin vaalimisessa on tärkeää kaikille riippumatta koetusta perheen taloudellisesta tilanteesta. Voi kuitenkin olla, että nuoret, jotka arvioivat perheen toimeentulon korkeintaan kohtalaiseksi, tarvitsevat enemmän tai erilaista tukea säännölliseen liikkumiseen ja mielen hyvinvoinnin vaalimiseen, koska he kuitenkin liikkuvat vähemmän ja potevat enemmän mielen hyvinvoinnin haasteita kuin nuoret, jotka arvioivat taloudellisen tilanteen paremmaksi.

**POIKKILEIKKAUSASETELMAN TAKIA** yhteyksien suuntaa ei voida määrittää tarkasti eli yhteydet voivat olla toiseenkin suuntaan (esim. yksinäiset liikkuvat vähemmän). Tässä aineistossa kaikki mielen hyvinvoinnin indikaattorit korreloivat keskenään eli esimerkiksi yksinäisyys korreloi masennusoireilun, ahdistuneisuuden ja koulu-uupumuksen kanssa. Asetelman takia ei siis pystytä sanomaan, aiheuttaako jokin mielen hyvinvoinnin indikaattoreista muut oireilut. Esimerkiksi lapsuuden ja nuoruuden yksinäisyys ennustaa masennusoireilua myöhemmin elämänkaaressa, mutta myös nuoruuden masennusoireilu lisää yksinäisyyttä myöhemmin (Qualter, 2009; Hawkley, 2010).

**MIELEN HYVINVOINNIN** haasteet ovat usein kokonaisvaltaisia kokemuksia, jotka valtaavat ajankäytön ja vievät energiaa arjen toiminnoilta, kuten liikkumiselta. Keskeisenä seikkana onkin huomioitava liikkumiskysymyksen muoto: sillä selvitetään erityisesti liikkumisen säännöllisyyttä ja toistuvuutta. Säännöllisempi liikkuminen kääntää huomiota pois ikävistä ajatuksista sekä kuluttaa enemmän aikaa, jolloin aikaa jää vähemmän esimerkiksi masennusajatuksille (esim. Kandola ym. 2020; Harvey ym. 2018; Waller, 2016). Liikkuminen tunnetusti vapauttaa onnellisuushormoneiksi kutsuttuja endorfiineja elimistössä ja vähentää stressihormoniksi kutsutun kortisolin pitoisuuksia, ja nämä vaikuttavat puolestaan mielialaan ja mielen hyvinvointiin myönteisesti (Basso & Suzuki, 2017). Usein liikkuminen tarjoaa myös sosiaalista tukea, jos liikkuminen tapahtuu ryhmässä tai kaverin kanssa. Silti aiempien tutkimusten perusteella säännöllinen liikkuminen on keskeisempää mielen hyvinvoinnin edistämiseksi kuin tietyt liikku mistavat (esim. ryhmässä tai yksin) tai liikkumisen intensiteetti (esim. kevyt vai reipas) (esim. Kandola ym. 2020; Waller ym., 2016). Tämänkin artikkelin keskeisenä suosituksena on edistää helsinkiläisnuorten säännöllistä liikkumista.





**TÄMÄ TUTKIMUS** tuo myös uutta tietoa nuoren kokeman perheen taloudellisen tilanteen merkityksestä liikkumiseen ja mielen hyvinvointiin. Vaikka aiempien tutkimuksien perusteella matalamman vanhempien koulutus- tai tulostaustan omaavat nuoret liikkuvat vähemmän ja potevat enemmän mielen hyvinvoinnin haasteita (O'Donoghue ym. 2018; Reis ym. 2013), harvemmin on tutkittu nuorten käsityksiä perheen taloudellisen tilanteen merkityksestä. Perheiden euromääräiset käytettävissä olevat tulot kuukaudessa eivät välttämättä kerro kaikkea taloudellisesta tilanteesta; sama käytettävissä oleva tulo voidaan käyttää eri tavoin eri perheissä, ja tämä heijastuu puolestaan yksilöiden kokemuksiin. Subjektiiivinen näkemys heijastaa yksilön käsitystä hänen sosiaalisesta asemasta suhteessa muihin tietyssä ryhmässä, eli esimerkiksi nuoret suhteuttavat oman perheen taloudellisen tilanteen suhteessa muihin nuoriin lähipiirissä. Kyseessä on siis suhteellinen vertailu, jolla voi olla suurempikin merkitys yksilön minäkuvalle kuin oikealla objektiivisesti mitatulla asemalla yhteiskunnassa. Suurin osa nuorista arvioikin perheen taloudellisen tilanteen vähintään kohtalaiseksi. Yläkoululaisista vain 0,9 prosenttia arvioi perheen taloudellisen tilanteen erittäin huonoksi ja 3,5 prosenttia melko huonoksi. Toisella asteella puolestaan prosentti arvioi perheen taloudellisen tilanteen erittäin huonoksi ja 5,4 prosenttia melko huonoksi. Mielenkiintoista olisikin saada rinnalle objektiivisten mittareiden tuottamaa tulo- tai liikkumistietoa ja vertailla, kuinka yksilön käsityksiin pohjautuva tieto suhtautuu objektiivisten mittareiden tietoon.

**MIELLEN HYVINVOINTI** on monimuotoinen ilmiö, johon vaikuttavat monet fyysiset, psykososiaaliset ja sosiaaliset tekijät. Tässä tutkimuksessa keskityttiin liikkumiseen, mutta yhtä tärkeitä mielen hyvinvoinnin edistäjiä voivat olla myös muut harrastukset tai muut terveelliset elintavat (esimerkiksi säännöllinen unirytm). Valitettavasti alakoululaisten osalta ei voitu tehdä vastaavia tarkasteluja kuin muilla oppiasteilla, koska heiltä ei kysytty kokemusta perheen taloudellisesta tilanteesta. Kuitenkin alakoululaisten säännöllisempi liikkuminen vähensi todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä, kouluväsymystä ja mieli-alaoireilua (tuloksia ei raportoida tarkemmin). Joka tapauksessa päivittäinen liikkuminen on hyvä keino vaalia myönteistä mielen hyvinvointia sekä lapsuudessa että nuoruudessa. ■

**Suvi Määttä** toimii tutkijana Helsingin kaupungin kanslian kaupunkitietoyksikössä.

## Kirjallisuutta:

- Basso, J. C., & Suzuki, W. A. (2017). The Effects of Acute Exercise on Mood, Cognition, Neurophysiology, and Neurochemical Pathways: A Review. *Brain plasticity* (Amsterdam, Netherlands), 2(2), 127–152. <https://doi.org/10.3233/BPL-160040>
- Biddle, S.J.H, Ciacconi, S., Thomas, G. & Vergeer, I. 2019. Physical activity and mental health in children and adolescents: an updated review of reviews and an analysis of causality. *Psychology of Sport & Exercise*, 42, 146-155.
- Harvey SB, Øverland S, Hatch SL, Wessely S, Mykletun A, Hotopf M. Exercise and the Prevention of Depression: Results of the HUNT Cohort Study. *Am J Psychiatry*. 2018 Jan 1;175(1):28-36. doi: 10.1176/appi.ajp.2017.16111223.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine : a publication of the Society of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Kandola, A., Lewis, G., Osborn, D.P.J, Stubbs, B. & Hayes, J.F. 2020. Depressive symptoms and objectively measured physical activity and sedentary behavior throughout adolescence: a prospective cohort study. *Lancet Psychiatry*, 7, 262-271.
- Maenhout, L., Peuters, C., Cardon, G. et al. The association of healthy lifestyle behaviors with mental health indicators among adolescents of different family affluence in Belgium. *BMC Public Health* 20, 958 (2020). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09102-9>
- Mäki, N. & Ahlgren-Leinuo, H. 2020. Helsingkiläisten terveys, sairastavuus ja elintavat. Tilastoja 2020:5. Helsingin kaupunki. Kaupunkitutkimus ja -tilastot.
- Määttä, S. 2019. Kouluterveyskysely 2019 – katsaus Helsingin tuloksiin. Tilastoja 20219:13. Helsingin kaupunki. Kaupunkitutkimus ja -tilastot.
- O'Donoghue, G., Kennedy, A., Puggina, A., Aleksovska, K., Buck, C., Burns, C. ym. (2018). Socioeconomic determinants of physical activity across the life course: A determinants of diet and physical activity (DEDIPAC) umbrella literature review. *PloS one*, 13,1, e0190737. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190737>
- Pels, F. & Kleinert, J. 2016. Loneliness and physical activity: A systematic review. *International review of sport and exercise psychology*, 9:1, 231-260, DOI: 10.1080/1750984X.2016.1177849
- Qualter, Pamela & Brown, Stephen & Munn, Penny & Rotenberg, Ken. (2009). Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: An 8-year longitudinal study. *European child & adolescent psychiatry*. 19. 493-501. 10.1007/s00787-009-0059-y.
- Reiss, F. 2013. Socioeconomic inequalities and mental health problems in children and adolescents: a systematic review. *Social Science & Medicine*, 90, 24-31.
- Waller, K., Kaprio, J., Korhonen, T., Tuulio-Henriksson, A., Kujala, U.M. (2016). Persistent leisure-time physical activity in adulthood and use of antidepressants: A follow-up study among twins. *Journal of Affective disorders*, 200, 172-177.





# Kvartti

## Innehåll

- Ledare:**  
**68** Coronan tär på folkökningen i Helsingfors, men knappast varaktigt
- PEKKA VUORI**  
**70** Svacka i nativitet och barnantal i Helsingfors
- Debatt:**  
**80** Multilokalt boende ger nya nyanser åt urbaniseringsdebatten
- VESA KESKINEN & JUKKA HIRVONEN**  
**90** Helsingforsbarometern:  
Oron för coronans verkningar har vuxit
- NETTA MÄKI**  
**100** Vanligare pröva cannabis bland unga i Helsingfors än i övriga Finland  
– minskad tobaksrökning och alkoholanvändning
- SUVI MÄÄTTÄ**  
**114** Regelbunden motion främjar unga människors psykiska välbefinnande  
– även ifall de upplever familjens ekonomiska situation som svag



# Coronan tär på folkökningen i Helsingfors, men knappast varaktigt

**H**elsingfors stad håller med hjälp av statistik, stadsforskning och andra stadsfakta ständigt ett öga på stadens utveckling, bland annat med avseende å befolkningsutveckling, invånarvälfärd och stads ekonomi. År 2020 har givetvis även coronaviruspandemin i Helsingfors och annanstans hållits under skarp uppsikt, liksom också dess tänkbara verkningar i staden under kommande år.

**UNDER CORONAN** har stadens befolkningsutveckling uppvisat en del trender som inte syns under tidigare år. Samma fenomen kan skönjas även i de övriga kommunerna i huvudstadsnejden, om än med lite annan styrka. Unga människor, som vanligen står för en betydande del av dem som flyttar till Helsingfors, har det år 2020 kommit mindre av än vi är vana vid. En orsak kan vara att distansstudier blivit vanligare i och med pandemin. Då dessutom de näringsgrenar som sysselsatt unga har haft det svårt i år har inte heller näringslivet dragit till sig unga till Helsingfors lika mycket som förr.

**Å ANDRA** sidan blir folkökningen i Helsingfors år 2020 trots coronan troligen nästan lika stor som de senaste åren, lite under 4 000. Även i år har flyttandet från utlandet till Helsingfors varit ganska livligt, trots begränsningarna i den internationella rörligheten. Födelseöverskottet alias den naturliga folkökningen har varit större år 2020 än år 2019. Endast flyttandet från andra delar av Finland till Helsingfors har varit ovanligt

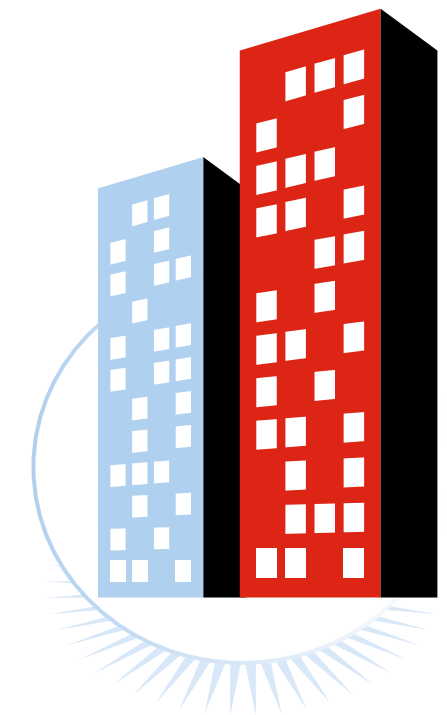
”

*Helsingfors folkökning år 2020 hålls sannolikt nästan på samma nivå som de två föregående åren. Utan coronan skulle den ha varit starkare än 2019.*

lugnt. Vi kan anta att folkökningen i Helsingfors år 2020 kunde ha varit omkring 6 000, om det inte varit för coronan. Den officiella statistiken ges ut framåt våren 2021.

**EN VIKTIG** motor för folkökningen i Helsingfors är ekonomin och sysselsättningsutvecklingen. Om vi försöker blicka framåt från coronan kommer stadens folkökningstrend de kommande åren att i hög grad bero på hur de olika näringsgrenarna – i synnerhet de viktigaste – kommer på fötter igen efter pandemin.

Till exempel inom besöksnäringen kan det ta tid. Om ekonomin kommer bättre igång i andra delar av Finland än i Helsingfors kan det leda till långsammare folkökning i Helsingfors ännu några år. Men vi kan nog ändå utgå från att tillväxten i Helsingfors kommer att förbli ganska stark när coronapandemins direkta verkningar börjat mattas av. ■



**Ledare**

**Timo Cantell**

# Svacka i nativitet och barnantal i Helsingfors

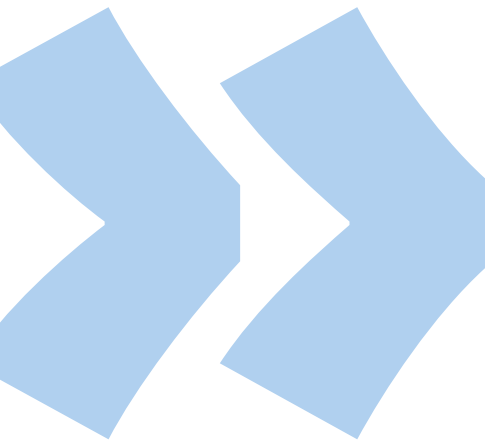
## ● PEKKA VUORI

I Helsingfors växer antalet små barn just nu bara i bostadsområden under byggnad. Bakom oss har vi nästan tio år av växande barnantal även i det begagnade bostadsbeståndet.

Helsingfors har det alltid varit svårare än i de flesta andra kommuner att förutse och prognosticera antalet barn. Stadens folkmängdssiffror har nämligen i högre grad påverkats av flyttningsrörelsen än av den naturliga folkökningen. Sistnämnda har som regel varit stabilare och förutsägbarare än flyttningsrörelsen, som tenderar variera märkbart i synnerhet i Helsingfors. Där påverkas migrationen av dels stadens arbetsmarknads dragningskraft, dels flyttandet inom regionen (i huvudsak bostadsmarknadsstyrt), samt flyttandet till och från Finland, som delvis är oförutsägbart åtminstone på längre sikt.

**ANTALET BARN** i småbarnspedagogikålder (1–6 år) har varierat mycket i Helsingfors de senaste årtiondena. Under den ekonomiska depressionen i början av 1990-talet blev barnfamiljerna kvar i Helsingfors i stället för att söka sig till rymligare boende i periferin, och antalet barn växte enormt, med rentav 1 500 per år. Men efter depressionen sjönk födelsetalen igen, och vid millennieskiftet inföll det s.k. Nurmi-järvifenomenet, då det igen blev vanligare att flytta till grannkommunerna, och barnantalen började sjunka i Helsingfors. År 2007 blev det sedan ny ökning igen, då nativiteten började stiga på nytt och utflyttningen av barnfamiljer minska. Den ökande invandringen gjorde också att barnantalen växte. Denna tillväxt fortgick i tio år, men den ebba-  
de ut, och de tre senaste åren har antalet 0–6-åringar minskat igen.





**ARTIKELN GÖR** en uppskattning av vilken roll den sjunkande nativiteten och flyttningsrörelsen spelat de senaste åren och hur det allt livligare byggandet av nytt idag bidrar till att minska barnantalet i gamla stadsdelar.

### Trenden i antalet barn i begagnade och nya bostäder områdesvis

Antalet småbarn (0–6-åringar) började alltså växa snabbt i Helsingfors år 2007. På tio år växte det med 9 200, alltså en fjärdedel, från 36 800 till 46 000. Efter en toppnotering år 2017 började barnantalet minska, och i slutet av september 2020 hade det minskat med över tusen jämfört med toppnoteringen.

**ÅREN 2007–2017** byggdes sammanlagt 42 000 nya bostäder i Helsingfors, och i dem bodde det i slutet av 2017 sammanlagt 8 000 barn. Så det var inte bara i de nybyggda bostadsområdena som barnantalet växte, utan även i det befintliga bostadsbeståndet växte det under perioden med över tusen. Det är en märkbar skillnad gentemot föregående tioårsperiod: åren 1996–2006 minskade barnantalet med 14 000 i det gamla bostadsbeståndet.

**ÅREN 2007–2017** var det en stor skillnad i barnantalstrenden mellan dels gamla bostadsområden jämte närområden i innerstaden, dels förorter på längre avstånd från centrum.

**I INNERSTADEN** och de omgivande äldre höghusdominerade områdena Drumsö, Munksnäs, Haga, Månsas, Åggelby, Brändö, Västra Hertonäs och Kasberget bor det nu sammanlagt 19 400 barn i åldern 0–6 år, nästan hälften av åldersklassen i Helsingfors. I dessa områden började antalet barn växa klart efter år 2007 både i nyligen byggda och redan befintliga bostäder. Samtidigt hölls barnantalet oförändrat eller minskade i det befintliga beståndet av höghus och småhus i områden längre ut i periferin.

**I INNERSTADEN** och dess närområden växte antalet 0–6-åringar med sammanlagt 6 300 åren 2007–2017. Av denna ökning skedde en lite större del, 3 300, i det befintliga bostadsbeståndet, och 3 000 i bostäder som byggts under åren 2007–2017.

**I ÖVRIGA** Helsingfors däremot växte antalet 0–6-åringar med sammanlagt bara 2 700 under denna tid. Trots att det i övriga Helsingfors kom 4 800 småbarn till nya bostäder minskade antalet småbarn samtidigt med 2 100 i det befintliga beståndet.

**FIGUR 1** särskiljer mellan barnantalet i bostäder som är byggda dels åren 2002–2020, dels tidigare.

**ANTALET SMÅBARN** växte alltså i synnerhet i innerstaden och dess närområden från och med år 2007. Detta fenomen har förklarats med dels en renässans för urbant boende, dels att servicenivån är hög och att man kan klara sig utan bil i innerstaden. (Mustonen & Lindblom 2016). Men innerstadsboendets popularitet sammanfaller också med den långa recession som började med finansskri-

sen år 2008, en period då familjernas möjligheter att förbättra sitt boende försämrades av sysselsättningsproblem (bl.a. Niska 2017). En jämförelse kan sökas i depressionen i början av 1990-talet. Även då växte antalet barnfamiljer i innerstaden snabbt, då familjerna i de rådande osäkra omständigheterna inte måktade flytta till större bostäder, som ju barnfamiljer vanligen har råd med bara i förstäderna, där det är billigare än i innerstaden.

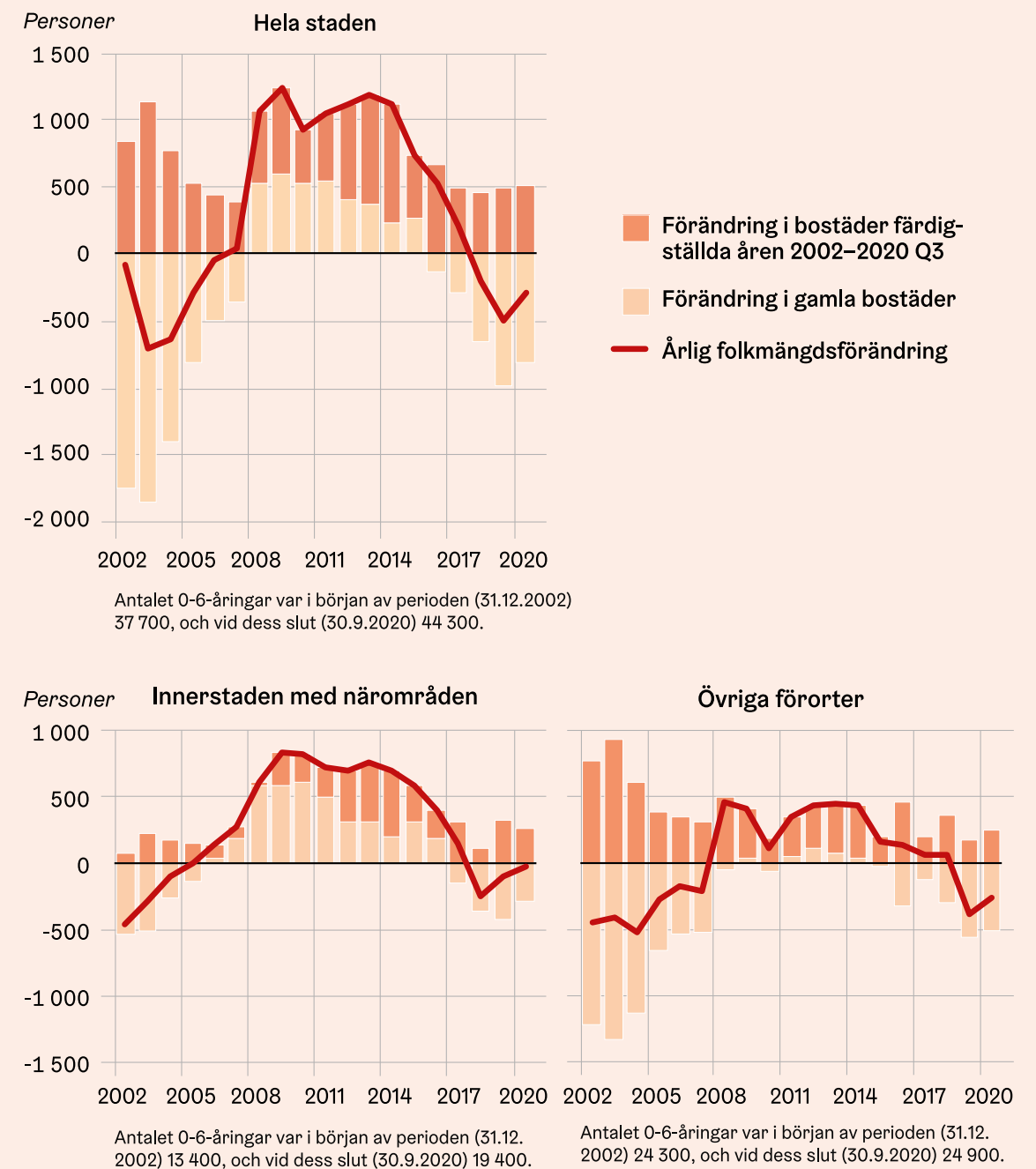
**MEN EFTER** år 2017 har antalet småbarn börjat minska nästan överallt i Helsingfors där det inte byggs många nya bostäder – nu även i traditionella innerstadsområden.

### Barnantalen i olika delar av Helsingfors

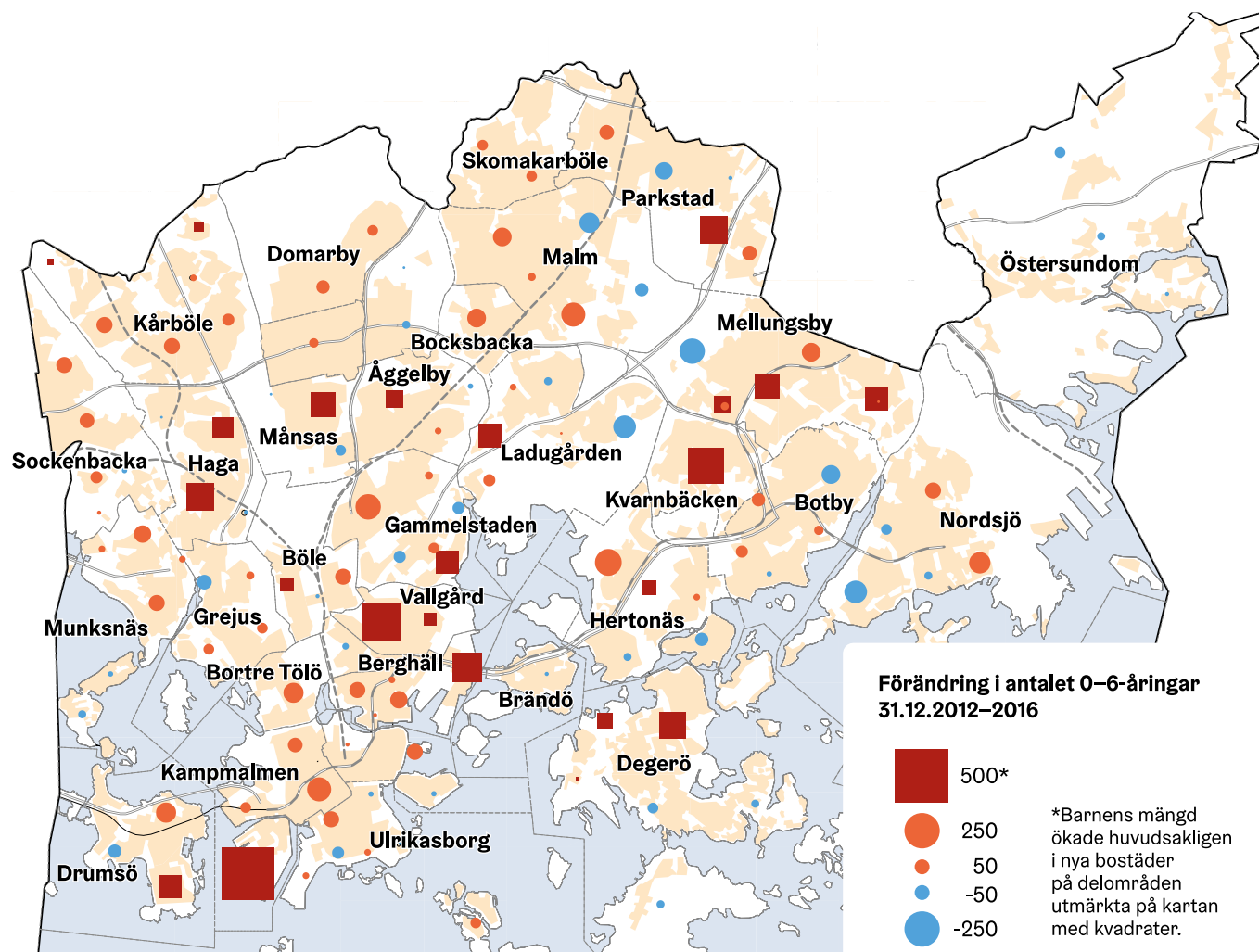
Kartorna i Figur 1 och 2 beskriver förändringen i antalet 0–6-åringar i delområdena i Helsingfors under varsin ungefär lika långa fyraårsperiod, nämligen 2013–2016 och 2017–2020.<sup>1</sup> På kartorna bildar de viktigaste bostadsbygghetområdena en egen kategori för sig. Även på många andra håll har det byggts en del nya bostäder, men största delen av barnen har bott i bostäder som blivit färdiga före den analyserade periodens början.

**ÅREN 2013–2016** växte barnantalen i största delen av Helsingfors delområden, i synnerhet i innerstaden och i västra och norra Helsingfors. Antalet barn minskade märkbarare bara i förstäderna i nordöstra och östra Helsingfors.

<sup>1)</sup> De analyserade perioderna är 31.12.2012–2016 och 31.12.2016–30.9.2020. Av år 2020 ingår alltså de tre första kvartalen.



**FIGUR 1.** Årlig förändring i antalet 0–6-åringar i olika delar av Helsingfors mellan 31.12.2002 och 30.9.2020 i bostäder som blivit färdiga dels 2002–2020, dels före det.



© Helsingfors stads stadsmättningsavdelning, regionens kommuner och HRM, 2019

**FIGUR 2.** Förändring i antalet 0-6-åringar delområdesvis 31.12.2012–2016.

**UNDER PERIODEN** 2017–30.9.2020 har barnantalen minskat i nästan alla gamla områden, och ökning har skett främst i de stora projektområdena. Även i innerstaden, där ökningen dessförinnan varit snabb, har antalet barn minskat, i synnerhet i de sydliga områdena. I innerstaden var det bara i Skatudden, Bortre Tölö och Alphyddan som barnantalen fortsatte växa, delvis också som följd av att där byggts nya bostäder.

**I DET** följande bedöms i vilken mån denna utveckling beror på nativiteten respektive flyttandet över Helsingfors yttre gräns samt på det ökande byggandet i projektområden.

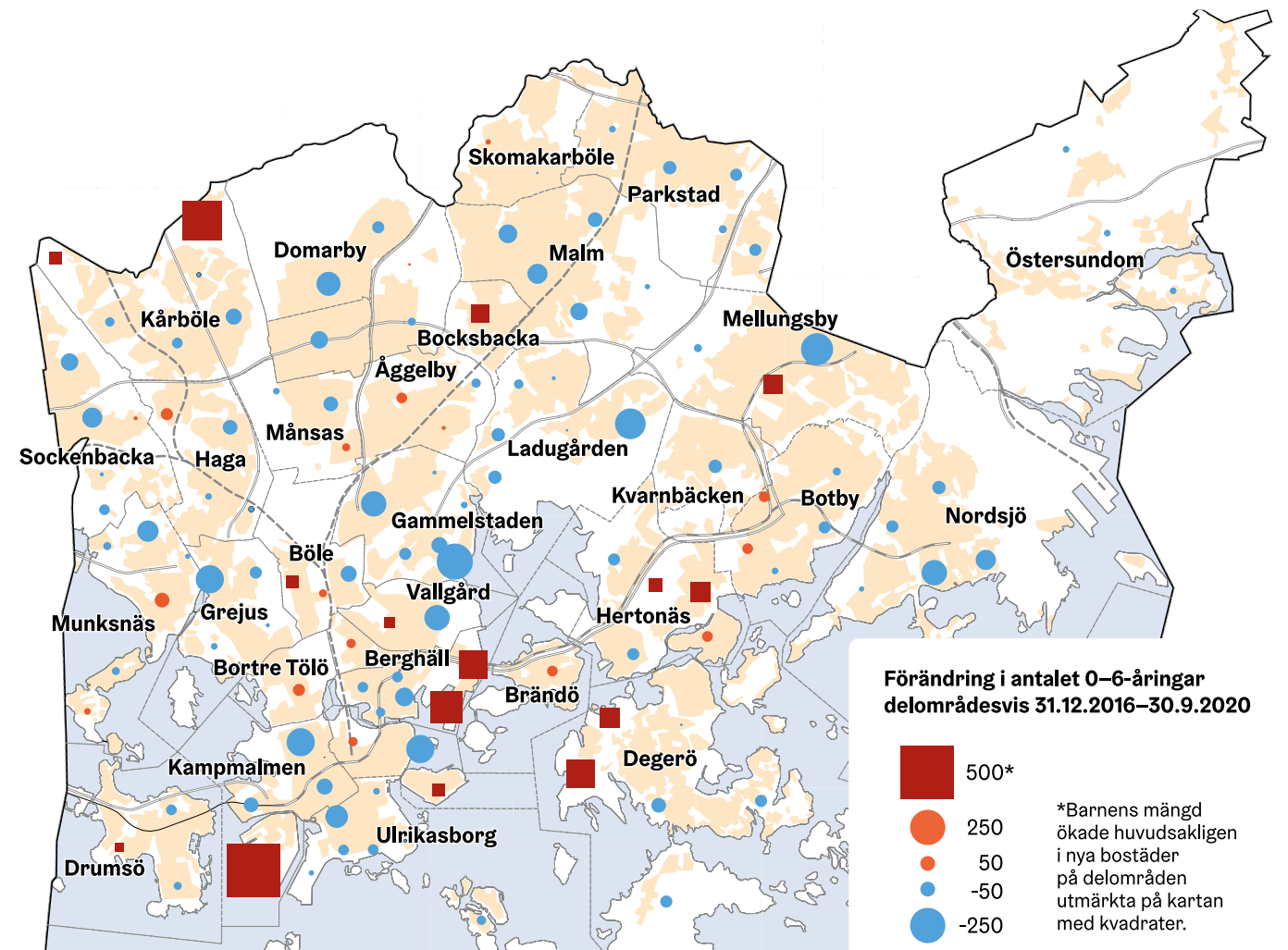
### Nativitetsutvecklingen under 2010-talet

Antalet nyfödda var som störst i Helsingfors redan år 2015, nämligen 7 016 (Figur 4). År 2019 föddes det redan 700 färre barn i staden, trots att antalet 20–44-åriga kvinnor under tiden vuxit med fem procent.

**DET SUMMERADE** fruktsamhetstalet, som beskriver nativiteten, steg långsamt fram till år 2010, men har därefter sjunkit, i synnerhet mot slutet av årtiondet (Figur 5). År 2015 var det 1,32 i Helsingfors, men år 2019 bara 1,11 (Helsingfors stad 2020a).

**IFALL FRUKTSAMHETSTALET** i Helsingfors hållits på till exempel 2013 års nivå ända till slutet av årtiondet skulle det åren 2014–2019 ha fötts 3 800 fler barn än det gjorde. I så fall hade det i slutet av år 2019 funnits 2 600 fler barn i småbarnspedagogikålder (1–6 år) än det fanns, förutsatt att antalet flyttningar hållits konstant.

**SKILLNADEN SKULLE** varit störst i innerstaden och dess närområden: i den zonen skulle det med 2013 års fruktsamhetstal fötts 1 400 (11 %) fler 1–6-åringar än det gjorde (Figur 6). I övriga gamla förstadsområden skulle skillnaden varit 1 000 (5 %), och i nya områden nästan 200 (3 %).



© Helsingfors stads stadsmättningsavdelning, regionens kommuner och HRM, 2019

**FIGUR 3.** Förändring i antalet 0-6-åringar delområdesvis 31.12.2016–30.9.2020.

**EFTERSOM FRUKTSAMHETSTALET** på 2010-talet började sjunka senare i Helsingfors än i de flesta andra av Helsingforsregionens 14 kommuner hann denna nedgång minska antalet nyfödda förhållandevis mindre i Helsingfors än i de flesta av de andra kommunerna. Åren 2011–2019 föddes det sammanlagt 141 750 barn i regionen. Om fruktsamhetstalet hållits på samma nivå som år 2010 skulle det ha fötts 20 400, alltså 14 procent, fler barn än det föddes. I Helsingfors skulle skillnaden varit 11 procent, i övriga huvudstadsregionen 16 procent och i yttre Helsingforsregionen 17 procent.

### Flyttandets roll

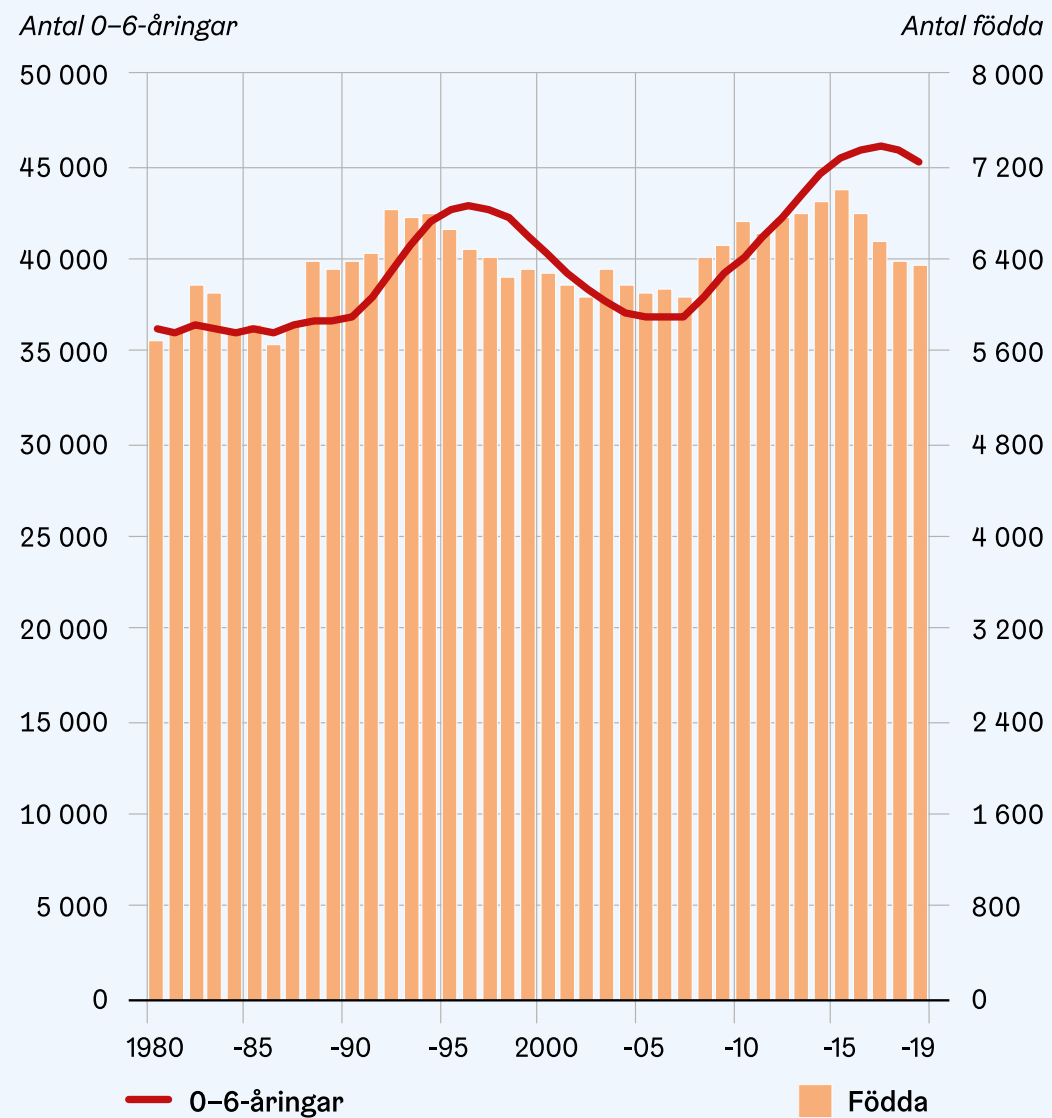
Utflyttningsöverskottet av småbarn – alltså skillnaden mellan antalet barn som flyttat från resp. till Helsingfors – var förhållandevis litet under största delen av 2010-talet. År 2017 fick Helsingfors rentav ett flyttningsöverskott av småbarn. År 2019 blev det flyttminus igen: 400 fler småbarn flyttade ut än in.

**MEN DETTA** kom inte ens nära siffrorna under Nurmijärvifänomenet de första åren av 2000-talet, då minuset kunde vara upp till 1 500 barn om året (Figur 7).

**OM FLYTTNINGSUERSKOTTET** av småbarn hållits på samma nivå som år 2013 skulle det i slutet av 2019 ha funnits 1 500 (alltså 3 %) fler barn i småbarnspedagogikålder än det fanns.

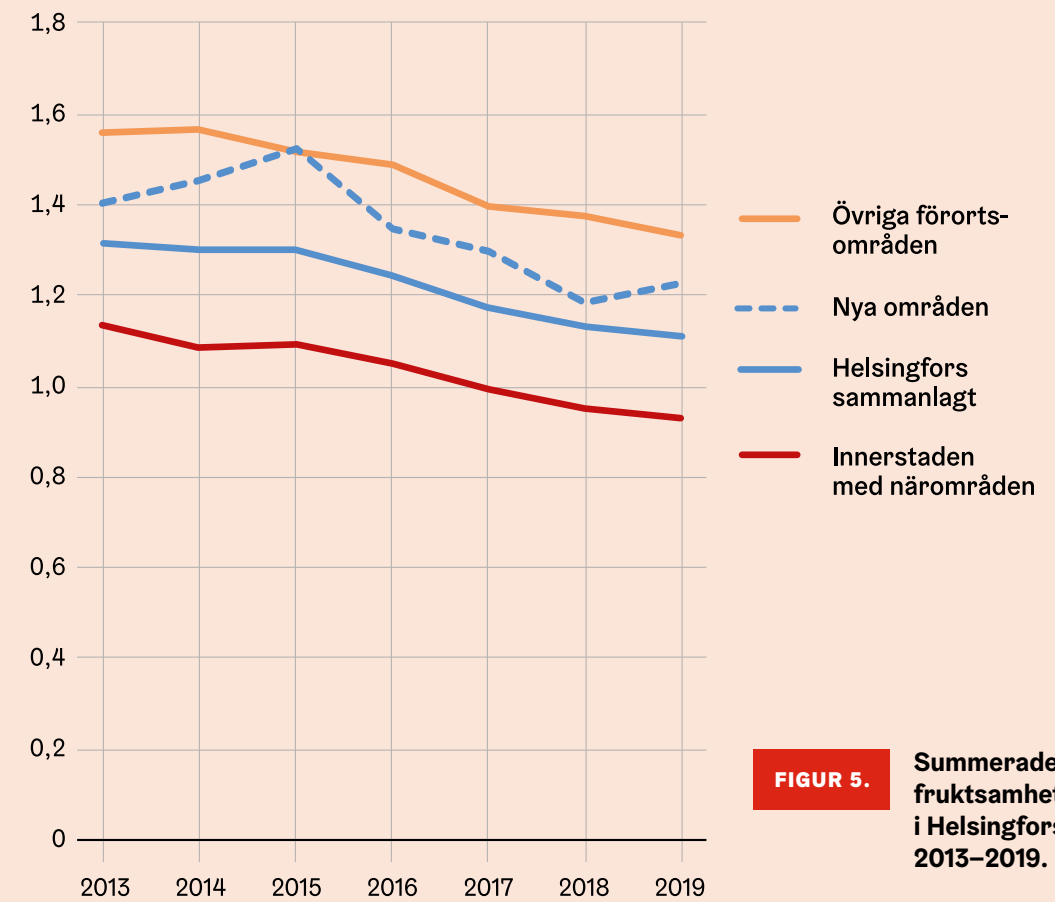
**INTE BARA** barnmigrationen spelade in, utan också i viss mån växlingarna i antalen flyttningar bland personer i samma åldersklass som barnens föräldrar. Några data om familjers flyttande har vi inte, men förändringarna i antalen 25–39-åringar inverkar på antalen födda barn. Antalet kvinnor i denna åldersklass har vuxit stadigt i över tio år redan, och över hälften av ökningen har skett i nya bostadsområden. Sålunda är





**FIGUR 4.** Födda i Helsingfors 1980–2019 samt 0–6-åringar i Helsingfors 31.12.1980–2019.

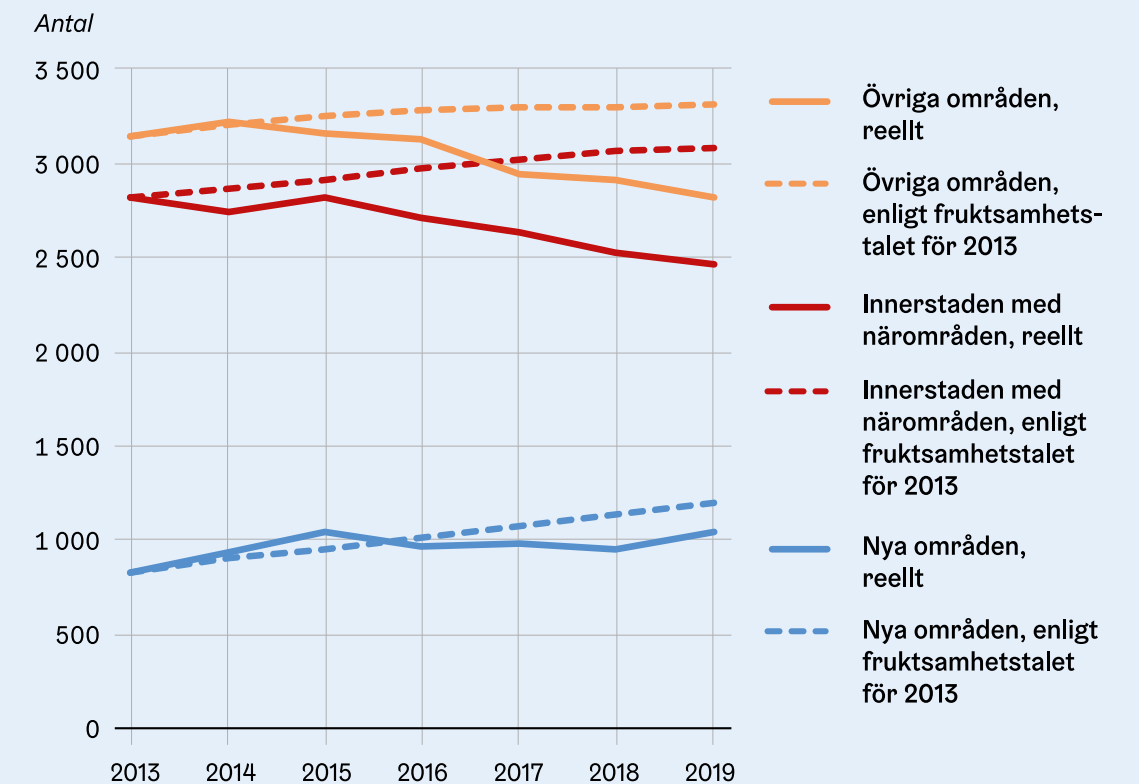
Summerat fruktsamhetstal



**FIGUR 5.** Summerade fruktsamhetstalet i Helsingfors 2013–2019.

**FIGUR 6.**

Födda 2013–2019, samt antalet om fruktsamhetstalet hållits på 2013 år nivå.



det inte folkmängdsförändringen i barnens föräldrars åldersklass som gjort att antalet barn minskat i Helsingfors som helhet.

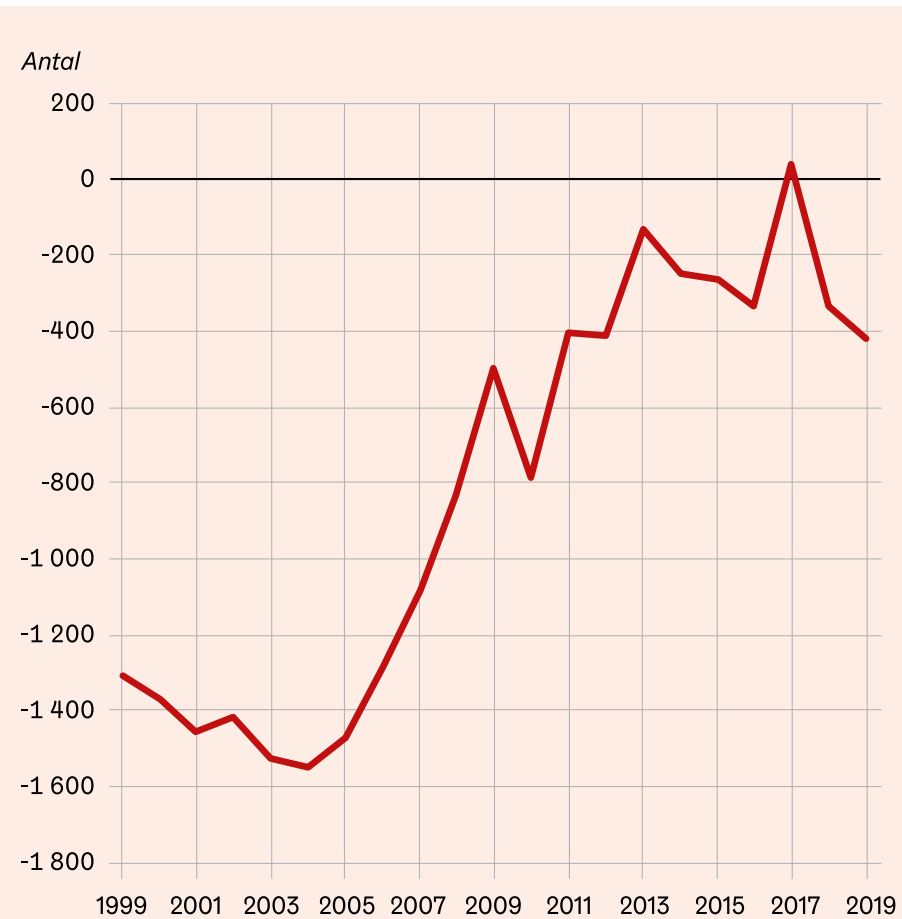
**NETTOOMFLYTTNINGEN BLAND** barn var exceptionellt hög år 2017, i och med att många av de asylsökande som kommit till Finland 2015 och sedan fått uppehållstillstånd flyttade till Helsingfors.

### Till nya bostadsområden flyttar det barn ifrån närheten

Antalet barn i gamla områden i Helsingfors minskar också för att folk flyttar därifrån till stadens nya bostadsområden. År 2016 gjorde Jenni Väliniemi-Laurson och Faris Alshail en studie om folk som flyttat till nya bostadsområden och kunde då konstatera att kring hälften av inflyttarna kom från högst fem kilometers håll, i praktiken alltså från närliggande stadsdelar. Största delen av dem som flyttat till de nya områdena var i åldern 30–39 år, och vi kan utgå från att det i den åldersgruppen finns folk som bildar familj och som har arbete och tillräckliga tillgångar att flytta in i de nya områdena (Väliniemi-Laurson & Alshail 2016).

**ÄVEN DEN** färskaste statistiken om dem som flyttat ger samma resultat: Av de 0–6-åringar som flyttat in i bostäder byggda åren 2012–2019 i Fiskehamnen eller Busholmen kom 35–40 procent från samma stordistrikt, hälften från innerstaden sammanlagt, och en fjärdedel från förorterna i Helsingfors. Till dessa stora projektområden i innerstaden var det alltså bara en fjärdedel av barnen som flyttade annanstans ifrån till Helsingfors. Grovt sett kan vi säga att det i de gamla områdena i Helsingfors idag finns 500 barn färre därför att barnen nu bor i Busholmen eller Fiskehamnen.

**OCKSÅ FÖR** vissa gamla områden i Helsingfors kan en liknande trend skönjas: till exempel i Alpbyn, Kungseken och Viksbacka har över hälften av de barn som flyttat dit från övriga Helsingfors kommit från närliggande områden.



Nettoomflyttningen bland barn var exceptionellt hög år 2017, i och med att många av de asylsökande som kommit till Finland 2015 och sedan fått uppehållstillstånd flyttade till Helsingfors.

**FIGUR 7.** Utflyttningsöverskott av 0–6-åringar i Helsingfors 1999–2019.

**I OCH** med att det de senaste åren färdigställts mer bostäder per capita i innerstaden än i övriga Helsingfors verkar det som om de nya bostadsområdena i innerstaden fått en större andel barn från närliggande gamla bostadsområden.

### Att förutse barnantal och servicebehov i ljuset av nativitet och migrationsförändringar

Det var länge så att man vid prognosticering av barnantalen i Helsingfors kunde lita på att nativiteten skulle vara stabil och förändringarna långsam-

ma. Nu har nativiteten på 2010-talet sjunkit så kraftig att den för en gångs skull spelat en större roll för barnantalen än vad förändringarna i flyttandet gjort. Ifall nativiteten och flyttandet under hela 2010-talet hade hållits på samma nivå som i början av årtiondet skulle 0–6-åringarna vara rentav 5 000 fler än idag, och två tredjedelar av denna skillnad skulle förklaras av nativiteten.

**JUST NU** kompliceras förutspåendet av nativiteten och flyttandet av osäkerheten kring coronapandemins verkningar i Helsingfors på längre sikt. Men oavsett denna osäkerhet är variationsinterval-

let mellan olika prognosers antaganden om nativiteten redan nu klart större än tidigare då det gäller till exempel hur många barn i småbarnspedagogikålder det finns i nära framtid.

**I DEN** prognos som uppgjordes vid Helsingfors stadskansli år 2019 skulle 0–6-åringarna år 2025 vara 2 000 (5 %) fler än i basalternativet i den prognos som uppgjorts år 2020. Helsingfors stads prognosmetod har som nativitetsantagande i huvudsak använt medeltalet för nativitetstalen under de tre föregående åren. Då det inte finns större skillnader mellan antagandena om flyttandet påverkas prognosen om antalen 0–6-åringar märkbart från år till år om nativitetstrenden är som idag (Helsingfors stad 2020b). En annan ytterlighet uttrycks i den prognos Statistikcentralen uppgjorde år 2019, som i sin tur utgick från den prognosticerade nativiteten år 2019. Denna prognos ger nästan 3 000 färre 0–6-åringar år 2025 än vad Helsingfors stads prognos 2020 ger (Statistikcentralen 2019). I sistnämndas alternativ för snabb respektive långsam folkökning är prognoserna däremot mera lika basalternativet. Enligt alternativet snabb folkökning blir 0–6-åringarna drygt 300 flera, och i alternativet långsam folkökning (som bygger på lägre nativitetsantaganden) 1 000 färre än i basalternativet år 2025.

**UTÖVER BARNANTALEN** måste planeringen för småbarnspedagogiken också beakta att andelen barn som får dagvård varierar med tiden. Under de tre senaste åren har Helsingfors stad märkbart utökat sin daghemskapacitet, och nyttjandet av kommunal dagvård har ökat. Samtidigt har stödet för hemvård av barn nyttjats märkbart mindre. Det goda ekonomiska läge som rådde fram till vårvintern 2020 har sannolikt stött denna trend. Om andelen barn som får kommunal dagvård vore samma som den var för två år sedan skulle det idag finnas 1 600 barn färre i daghemmen (Helsingfors stad 2020c).

**DE SENASTE** årtiondena har visat hur snabbt antalet småbarn kan förändras

och hur snabbt detta kan återspegla sig på servicebehovet. Att förutspå dessa förändringar är alltid lättare då förhållandena är stabila. Men oförutsedda förändringar, ibland rentav stora, sker ju oundvikligen. Det borde man beakta vid planeringen av servicen genom att ta fram och pröva olika serviceformer som kan reagera flexibelt och snabbt på behoven. ■

**Pekka Vuori** är systemchef vid Helsingfors stadskansli.

### Källor:

- Helsingfors stad (2020a). Helsingin väestövuodenvaihteessa 2019/2020 ja väestönmuutokset vuonna 2019. Stadsforskning och -statistik.
- Helsingfors stad (2020b). Helsingin ja Helsingin seudun väestöennuste 2019–2060 – Ennuste alueittain 2019–2035. Stadsforskning och -statistik.
- Helsingfors stad (2020c). Sektorin för fostran och utbildning, Småbarnspedagogik och förskoleundervisning, Harju Carola. Tilasto lasten osallistumisesta varhaiskasvatukseen hoitomuodoittain syyskuussa 2018–2020. Opublicerad statistik 26.10.2020.
- Helsingin rakennus- ja väestörekisteri, Helsingfors stad.
- Helsingin seudun aluesarjat – tilastotietokanta [Områdesdatabasen för Helsingforsregionen]. [www.aluesarjat.fi](http://www.aluesarjat.fi). (Materialkälla: Statistikcentralen.)
- Mustonen, Pekka & Taru Lindblom (2016). Kantakaupungissa asuu tyytyväisiä lapsiperheitä. Kvartti 1/2016.
- Niska Ari (2017). Lasten määrän kasvu keskittyi nyt kantakaupunkiin. 0–15-vuotiaiden väestömäärä ja -osuus Helsingissä 1962–2017. Kvartti 3/2017.
- Statistikcentralen (2019). Suomen virallinen tilasto (SVT) [Finlands officiella statistik (FOS)]. Väestöennuste. ISSN=1798-5137. Helsingfors: Statistikcentralen [11.11.2020]. Hämtad från: <http://www.stat.fi/til/vaenn/index.html>
- Väliniemi-Laurson, Jenni & Faris Alshail (2016). Uuteen kotiin läheltä. Paikallisuus asunnonvaihdossa Helsingin uusilla asuinalueilla. Forskningsrapport 2016:10. Helsingfors stads faktacentral.



# **Multilokalt boende** ger nya nyanser åt urbaniseringsdebatten

**INTERVJU & TEXT: KATJA VILKAMA • TEEMU VASS • TIMO CANTELL**

*Vad menas med multilokalitet, och hur inverkar fenomenet på Helsingfors och Nyland nu eller i framtiden?*

*Gör coronaåret att allt fler börjar fly från städerna, såsom det påstås i offentligheten?*

Kvartti diskuterade med forskare som satt sig in i fenomenet multilokalitet. Den som bodde längst bort deltog i virtualträffen ända från Uleåborg.

**V**årt samhälle urbaniseras starkt just nu. Det har spåtts att Finlands befolkning i framtiden allt mer kommer att strömma från glesbygder och mindre tätorter till de stora stadsregionerna. Och av sistnämnda är det bara de mest attraktiva som anses kunna bli vinnare i dragkampen mellan regioner.

Samtidigt ser vi en del nya konkurrerande fenomen: boomen att ha ett andra hem, stadsbor som flyttar till landet och blir citylantisar, återkomst till rötterna – som åtminstone tidvis lockar ut stadsbor även till glesbygden. Urbaniseringen, och därmed digitaliseringen, är sammankopplad med bättre möjlighet än förr även för en multilokal vardag.

Då coronaviruset började sprida sig i synnerhet i stadsregioner började man även i media undra om det kunde leda till en flykt från städerna. Med alla nya lösningar för distansjobb kommer den tid folk är på arbetsplatsen troligen att minska. Hur anknyter det till dynamiken kring multilokalitet? Syns dessa förändringar i framtiden också i befolkningsstatistiken, och vilken annan kunskap kommer det att behövas för att förstå helheten?



### Många slags multilokalitet

”Trots att multilokalitet känns som något ganska nytt handlar det om någonting mycket gammalt”, säger ledande forskare **Toivo Muilu**. ”Forn tidens jägare-samlare och boskapsherdar var mångboare, och det var först när jordbruket och städerna uppkom för tusentals år sedan som folk bands till vissa ställen.”

Så vi är på sätt och vis tillbaka till något urgammalt, till att bo och skaffa levebrödet där det för tillfället är lämpligast för ens vardag och livssfär. Digitaliseringen har möjliggjort nya former av multilokalitet.

”I vissa yrken har multilokalitet ingått även förr. Som exempel jobbade en släkting till mig på 1990-talet som rörmokare på landsbygden, och jobbade alltid på de orter där det fanns jobb”, minns forskare **Ulla Ovaska**.

”Nu då ens kontor kan ligga var som helst kan givetvis också informationsarbetare vara mångboare.”

I Finland har man många slags orsaker att bo på två eller flera olika ställen. Ett vanligt exempel är ett hushåll som har ett hem i stan och en andra bostad till

exempel i en landsbygdskommun. Man kan vistas en stor del av året i andrabostaden.

Det andra hemmet kan för all del också ligga på spanska Solkusten eller estländska Ösel, dit till exempel ett pensionärspår kan dra sig tillbaka någon vecka eller månad per år. Det finns också multilokala, mångboende, par som inte bor tillsammans på någon enda varaktig adress alls.

För barn handlar multilokalitet vanligen om att de efter föräldrarnas skilsmässa bor turvis med endera vårdnadshavaren. Och det finns andra former: personer i yrkesaktiv ålder kan ibland bo till och med längre tider på annan ort för att sköta åldrande föräldrar eller anhöriga.

### Statistiken hänger inte med

När vi definierar multilokalitet är det givetvis på sin plats att slå fast vad som inte passar in under begreppet. Ett ex-

empel är pendling, alltså att man dagligen reser – kanske till och med längre sträckor – åt två håll fast man bor bara på en ort. Om man däremot skaffar bostad även på den ort där man jobbar handlar det om multilokalitet.

Enligt forskningsprofessor **Hilkka Vihinen** är identifiering av multilokalitet en utmaning för vår nuvarande befolkningsstatistikens strukturer.

”Man kan ju bara vara skriven på en ort. Det är inte sagt att multilokaliteten kommer fram i full utsträckning i den officiella statistiken, som ju bygger på befolkningsregistrets uppgifter om bostad.” Detta är enligt Vihinen problematiskt till exempel för en del landsortskommuner, som i statistikens ljus hotas bli tomma på folk.



”Också säsongfolket kan använda den kommunala servicen, såsom biblioteket, men ändå blir denna officiellt osynliga befolkningsdel ofta obeaktad.”

Enligt Hilkka Vihinen har forskningen funderat på hur rättvist vårt nuvarande system kan anses vara i och med att basservicens tillgänglighet utgår från folks offentliga adress.

”Vore det kanske möjligt att göra servicebudgeten smidigare och utgå från var folk bor i verkligheten? Det har sagts att vårdreformen kanske lättar på situationen i någon mån, men det handlar ju om många andra serviceformer också”, påminner Vihinen.

### Coronaviruset och multilokalitet

Under den kris som coronavirusepidemin våren 2020 förorsakade undrades det i den offentliga debatten om farsothen kunde få urbaniseringen att vända och få helsingforsbor att flytta annanstans. De experter som intervjuades i

pressen trodde inte på en regelrätt flyttningsvåg till glesbygden, men bedömde nog att flyttandet till rymligare kommuner i regionens utkanter kunde bli livligare.

”Det är en logisk tanke: när epidemin griper omkring sig vill man kanske inte bo i den typ av täta samhällen som tidigare ansågs vara en åtråvärd livsmiljö”, konstaterar Ulla Ovaska.

Enligt Ovaska framkom det inga flyttplaner i större skala till exempel vid Landsbygdsbarometern, vars färskaste enkätmaterial samlades in just före coronakrisen.

”Om vi talar om varaktigt boende har vi av svaren att döma ingen ny flyttvåg i någondera riktningen att vänta. Cirka 15 procent av svaren funderade på att flytta antingen från landet till staden eller tvärtom.”

I och för sig visar statistiken för coronamånaderna ett flyttningsöverskott i vissa glesbebyggda landsortskommuner som inte tidigare haft det.

”Det kan vara fråga om att folk i vissa fall skrivit sig i andrabostäder som de redan haft”, säger specialforskare **Olli Lehtonen**.

Men vi kan ändå inte dra slutsatsen att flyttningsströmmarna skulle vara på väg bort från tillväxtcentren i större skala.



## Multilokalt boende i korthet:

- **Vi har ännu inte särskilt mycket kunskap om fenomenet multilokalitet.**

Dess innebörd beror på hur man ser på saken, men det kan handla om till exempel säsongboende, s.k. citylantisar och tidvisboende barn.

- **Inom statistiken är individerna monolokala, men i praktiken är det många som vistas till och med långa tider på annan ort.**

Detta är något som vanligtvis inte beaktas då service planeras.

- **Koronapandemin har påskyndat distansjobbandets fram-marsch och ökat den tid folk vistas i sina andrabostäder.**

Vi kan anta att finländarna i vissa fall också skrivit sig i den kommun där deras andra hem ligger.

- **Mittpunkten för Finlands statistikförda befolkning har årligen flyttat sig cirka 700 meter söderut, och ligger nu strax norr om Tavastehus.**

Men för säsongbefolkningen flyttar sig mittpunkten sakta mot nordost.

- **Multilokaliteten kommer troligen inte att i större skala vända urbaniseringens riktning**

Men den kan få många verkningar för både befolkning, service och annan dynamik på såväl hem- som andrabostadsorten.

”Som megatrend håller urbaniseringen inte på att förändras alls”, tillägger Leh-tonen. ”Den stora bilden är att eventuel-la flyttöverskott för landsbygdskommu-ner mest sker i sådana som det redan går bra för. Likaså kommer de städer som redan är framgångsrika att vara framgångsrikast.”

Helsingfors stad har hållit ett vakan-de öga på eventuella verkningar av co-ronaepidemin på flyttandet. Har man år 2020 i statistiken kunnat skönja osed- vanlig dynamik till exempel bort från staden, och i så fall, i vilka befolknings- grupper?

”Vårt antagande var att en del unga, i synnerhet studerande, inte skulle flytta nu på hösten. Man studerar på distans, och alla flyttar alltså inte från sin he- mort till huvudstadsnejden”, beskriver stadens systemchef **Pekka Vuori**.

Enligt honom är vi ännu så mitt uppe i skeendet att det i skrivande stund är svårt att noggrannare beskriva trenden ens för slutet av detta år.

Kommer det allt vanligare distansjob- bandet att påverka de officiella folk- mängdsförändringarna i till exempel Helsingfors?

”När folk nu har vant sig vid att jobba på distans är det förstas möjligt att en del flyttar till billigare ställen än Helsing- fors. På sikt kunde den här typen av fe- nomen utan vidare ta ner vår folkökning en aning.”

Men Vuori påpekar att det är många an- dra faktorer som påverkar flyttnings- strömmarna.

”Det kan bli en ekonomisk depression i vårt land på grund av coronan, och be- roende på vilka näringsgrenar som lider mest kan det inverka på flyttandet. Men i dagsläget är det svårt att få en helhets- bild också av detta.”

Städers dragningskraft bygger i hög grad på att deras stadskärnor är levan- de och på tätt serviceutbud eller intres- sant stadskultur. Många branscher som ger sådan service har varit hårt trängda under coronan: hotell- och restaurang- branschen, kulturföretagen, upplevelse- industrin och besöksnäringen. Eftersom dessa näringar är starkt representera- de i Helsingfors steg till exempel arbets- lösheten våren 2020 ännu snabbare här än i övriga Finland.

Pekka Vuori och Hilikka Vihinen är ense om att en central fråga för städerna är hur dessa branscher kommer på fötter igen. En stads bild utåt kan länge präg- las av att det i något skede börjat finnas mindre av attraktionsfaktorerna än ti- digare.

”Det kan till exemel ta år förrän den in- ternationella turismen återfått sitt for- na jag, och det kommer helt klart att ha verkningar för Helsingforsregionen”, sä- ger Vuori.

### Vad innebär multilokaliteten för Helsingfors och Nyland?

Många orter som blir större under vissa säsonger är glesbebyggda landsbygds- kommuner belägna långt ifrån tillväxt- centren, till exempel i östra eller norra Finland. För dem har säsongbefolkning- ens rörelser, liksom också minsta ök- ning i den bofasta befolkningen, stor betydelse. Hur ser läget ut från huvud- stadsnejdens och trängselfinlands per- spektiv?

”Det är i och för sig sant att multilokalt boende till en början setts från de kom- muners perspektiv som tar emot sä- songbefolkning”, säger Hilikka Vihinen. ”Men nu har man börjat se på det ock- så ur utgångsområdenas synvinkel. En hur stor fråga är det för till exempel Hel- singfors att en viss del av invånarna inte vistas i sin hemkommun 12 månader om året?

I den analysen vore det viktigt att nog- grannare identifiera vilka det är som till- fälligt är borta, och i vilket syfte de är det. Till exempel för behovet av service och infrastruktur är det av betydelse hu- ruvida det handlar om sommarstugefolk eller, låt säga, tidvis boende barn.

”I någon mån förekommer det multilo- kalt boende även ’åt andra hållet’. Det handlar om folk som bor och är skriv- na annanstans i Finland men som har en bostad även i Helsingfors”, påpekar Toi- vo Muilu.

”  
**Kommer det  
allt vanligare  
distansjobbandet  
att påverka  
de officiella  
folkmängds-  
förändringarna  
i till exempel  
Helsingfors?**

Även i Nylands landsbygdskommuner är en del av invånarna så kallade citylantisar, som av livsstilsskäl väljer multilokalt boende. Det handlar till exempel om företrädare för den kreativa klassen, som i huvudsak vill bo och arbeta i landsortens lugn och ro men som har en lya i staden för att emellanåt kunna avnjuta stadslivets urbana puls.

”Här kommer vi in på multilokalitet och ägarskap”, tillägger Hilikka Vihinen. ”Till exempel bostadsinvestorer kan ju ha objekt på flera olika orter. Detta har ett samband med multilokalt boende, men ingen forskning har ännu tagit sig an temat.”

Om vi ser på multilokalt boende ur hela Nylands synvinkel är fenomenets verkningar olika i olika kommuner och områden inom landskapet.

Redan nu finns det mycket andrabostäder och sommarbostäder i Nyland. Till exempel i Västnyland har den bofasta befolkningen och jobben minskat de senaste åren, medan de ökar stadigt i huvudstadsnejden. Samtidigt är det ju så att den reella befolkningen i många delar av Västnyland växer under sommarmånaderna medan den minskar i Helsingfors, Esbo och Vanda.

”Den här trenden kan i framtiden stärkas”, gissar Vihinen.

De senaste månaderna har det också pratats om att antalet tomma bostäder vuxit i Finland. Kan vi tolka det som multilokalitet i den meningen att en del invånare till exempel i Helsingfors kan vara borta hemifrån långa tider då de är på sitt sommarviste.

”Med våra registerdata får vi inget riktigt grepp om skillnaden mellan tomma och tillfälligt bebodda bostäder”, konstaterar Pekka Vuori. ”Om vi ser på bostadsbyggnaderna ser vi i Helsingfors ingen märkbar ökning i antalet tomma bostäder. Till saken hör att registeruppgiften kan vara felaktigt; systemet är till exempel inte alltid helt uppdaterat gällande bostäder som blivit verksamhetslokaler.”

Några nya hotbilder för Helsingfors eller andra attraktiva ställen torde det multilokala boendet inte föra med sig, menar Olli Lehtonen. Närmast utmanar fenomenet till vissa delar bara den invanda indelningen i landsbygd och städer.

”De landsbygdskommuner som har goda datakommunikationer och beredskap att ge service åt nykomlingar kan få fördel av folks längtan att komma ut från staden. För en del kommuner kan fenomenet ge kännbar ny livskraft.”

## Multilokaliteten i siffror:

- Anställningar som inte var bundna till arbetsplatsen fanns det före coronaepidemin bara 67 000 av i Finland, efter att på tio år ha ökat med 20 000. Men då hade 519 000 finländare, alias 21 procent av de sysselsatta, jobbat på distans åtminstone en gång i månaden.
- Den bofasta befolkningen i Finland växer i mindre än en femtedel av statistikrutorna. I stället har säsongbefolkningen vuxit i över 50 procent av statistikrutorna<sup>1</sup>.
- Under samma period (2005–2016) växte städernas sammanlagda folkmängd med 307 000. I landsbygdsområden växte säsongbefolkningen med totalt 67 000.
- Antalet sommarstugor i Finland är 511 900<sup>2</sup>. Sammanlagt 800 000 finländare hör till ett hushåll som äger en sommarstuga. Mest stugor finns det i landskapen Egentliga Finland, Södra Savolax, Birkaland och Nyland.
- I Nyland minskar befolkningen sommartid med över 30 procent, medan den i Södra Savolax växer med 16 procent<sup>3</sup>. I juli bor omkring 250 000 av Nylands invånare i en fritidsbostad utanför landskapet.
- I Finland finns det över 100 000 barn som bor i två hem<sup>4</sup>.
- Av finländarna har 36 procent en dubbelidentitet i det att de upplever sig som både stadsbor och landsbygdabor. 40 procent upplever sig själva endast som stadsbor och 24 procent endast som landsbygdabor<sup>5</sup>.

1) Analysperiod 2005–2016, källa: Naturresursinstitutet Luke.  
2) År 2019, källa: Statistikcentralen ([https://www.stat.fi/til/rakke/2019/rakke\\_2019\\_2020-05-27\\_kat\\_001.fi.html](https://www.stat.fi/til/rakke/2019/rakke_2019_2020-05-27_kat_001.fi.html)).  
3) Videon ”Monipaikkaisuus haastaa yhteiskunnan suunnittelua”. <https://www.youtube.com/watch?v=h1b7Jlj6c4k>  
4) År 2018, källa: Statistikcentralen ([https://www.stat.fi/til/perh/2018/03/perh\\_2018\\_03\\_2019-06-17\\_tie\\_001.fi.html](https://www.stat.fi/til/perh/2018/03/perh_2018_03_2019-06-17_tie_001.fi.html))  
5) Landsbygdssbarometern 2014.



### Hur ser framtiden ut för multilokaliteten?

Sedan länge har man förutspått att de allt bättre datakommunikationerna kommer att minska folks bundenhet till ställen. De senaste framstegen inom digitala kommunikationer har omsider möjliggjort effektivt distansarbete, och coronaepidemin har ytterligare puffat på utvecklingen. Vilka saker lyfter våra experter fram då vi ber dem förutspå framtiden för multilokalt boende.

”De stora efterkrigstidsårskullarna har i snitt varit pensionerade i snart tio år nu, och multilokaliteten kan öka också genom att deras arvingar tids nog får arva bostäder på andra håll i Finland”, bedömer Ulla Ovaska.

Pekka Vuori sekunderar: ”I vilket fall som helst är det en väldig massa folk som detta årtionde lämnar den aktiva befolkningen och blir ’gamla människor’, och detta väcker den stora frågan: I hurdana miljöer och inom vilken service vill de tillbringa sina sista år?”

En okänd storhet i det multilokala boendets framtid är invandrarbefolkningen (invånare med utländsk bakgrund). I framtiden kommer dessa människor att utgöra en allt större del av befolkningen i Finland och, i synnerhet, stora städer såsom Helsingfors.

”Vi vet inte med säkerhet i vilken mån multilokaliteten bygger på att stadsborna har rötter eller rentav markägarkopplingar annanstans i Finland”, funderar Hilikka Vihinen.

Många av dem som hör till ursprungsbefolkningen har en strandbastu eller kanske ett gammalt bondgårdshus någonstans. Så Vihinen ställer frågan hur benägna till multilokalitet invandrarna i framtiden kommer att vara.

”För närvarande har invandrarna starkt sökt sig till sina egna grupper”, konstaterar Pekka Vuori.

”Bland de stora grupperna kan det i synnerhet för dem som kommit från Estland eller Ryssland kännas naturligt att från städerna söka sig även annanstans i Finland – kulturellt känner de sig ganska hemma med stugor och finländsk landsbygd.”

Enligt Hilikka Vihinen kan multilokaliteten söka nya former till exempel genom att invandrarna blir allt mer multilokala i förhållande till ett annat land.

”Vi ska också komma ihåg att en del av invandrarna kommer från landsbygden i sina respektive länder, så multilokalitet kan intressera dem även av den orsaken”, tillägger Toivo Muilu.

Men finns det problem med multilokaliteten? I så fall: vilket slags ny kunskap om ämnet borde vi få för att bättre kunna beakta dem inom planering och serviceutbud?

”Som exempel har vi ännu inga ordentliga uppskattningar av vilka verkningar multilokaliteten har för hemorterna och andrabostadsorterna, och sådana borde vi göra systematiskt”, nämnder Muilu. Bland annat håller man nu enligt Muilu på att börja forska i sambandet mellan

multilokalitet och hållbar utveckling. ”Säsongsboende hänger typiskt ihop med, som exempel, en hel del bilkörning fram och tillbaka, och då bilparken kanske inte elektrifieras så snabbt torde multilokaliteten också öka vårt koldioxidavtryck. Så vi kan se en del utmaningar ur hållbarhetssynpunkt.”

Hilikka Vihinen sammanfattar att vi behöver mera forskning för att kunna få en bättre bild av det multilokala boendets omfattning och betydelse. Då får vi också reda på om till exempel coronakrisen har någon verklig inverkan på saken eller om den bara blir en kortvarig kuriositet.

”Det kan tänkas att coronan har släpplös en del uppdämd önskan att kunna bo på två ställen, och medverkat till att man tillbringar mer tid i till exempel andrabostaden än tidigare. Ännu vet vi inte om det blir långvarigare förändringar även i det varaktiga boendet.” ■

*Multilokalt boende har varit ett tema inom forskningsprojektet ROBUST (Rural–Urban Outlooks – Unlocking Synergies, finansierat av EU-programmet Horisont 2020) som ur olika perspektiv fokuserar på växelverkan mellan städer och landsbygd. Helsingfors stad och Naturresursinstitutet Luke är med i projektet såsom projektpartner. Projektet har också publicerat rön om multilokalitet i en video: <https://www.youtube.com/watch?v=h1b7Jlj6c4k>*

”

**Säsongsboende hänger typiskt ihop med en hel del bilkörning fram och tillbaka, och då bilparken kanske inte elektrifieras så snabbt torde multilokaliteten också öka vårt koldioxidavtryck. Så vi kan se en del utmaningar ur hållbarhetssynpunkt.**

# Helsingforsbarometern: **Oron** för **coronans verkningar** **har vuxit**

VESA KESKINEN • JUKKA HIRVONEN

**Helsingforsbarometern** hösten 2020 mätte för andra gången stämningarna bland helsingforsborna i de exceptionella förhållandena under coronavirusepidemin, och hur nöjda de varit med stadens agerande under krisen. Läget hade förändrats avsevärt sedan våren 2020. Då enkäten gjordes (9.10.–6.11.2020) hade många till exempel återgått från distansjobbet till arbetsplatsen, och munskydd började bli rutin. Enligt rönen hade oron för coronan vuxit något då epidemin dragit ut på tiden, och förväntningarna inför framtiden var försiktiga. I huvudsak var svararna nöjda med hur staden agerat under det exceptionella läget.

## Helsingforsbarometern och coronaläget

Första rundan av enkäten Helsingforsbarometern hölls hösten 2019. Vid telefonintervjuer med drygt tusen helsingforsbor jämfördes dessas erfarenheter med målsättningarna i stadsstrategin. Vid barometerrundan våren 2020 sonderades stämningen bland invånarna mitt i det exceptionella läget med coronan och frågades vad de tyckt om stadens sätt att tackla epidemin. Höstens runda innehöll en fortsättning på temat coronans inverkan på invånarnas vardag.

**DESSUTOM KLARLADE** rundan hur villiga svararna var att rekommendera Helsingfors för icke-helsingforsbor. Även den frågan har ställts vid samtliga tre barometerrundor hittills.

**VID RUNDAN** hösten 2020 gjordes 1 051 telefonintervjuer, efter 1 039 våren 2020 och 1 040 hösten 2019. Svararna var mellan 18 och 79 år gamla, och uppdelades statistiskt enligt åldersgrupp, kön och hemstordistrikt.

**37 PROCENT** av svararna jobbade på sin arbetsplats, 20 procent i huvudsak på distans. Distansjobbbandet hade minskat

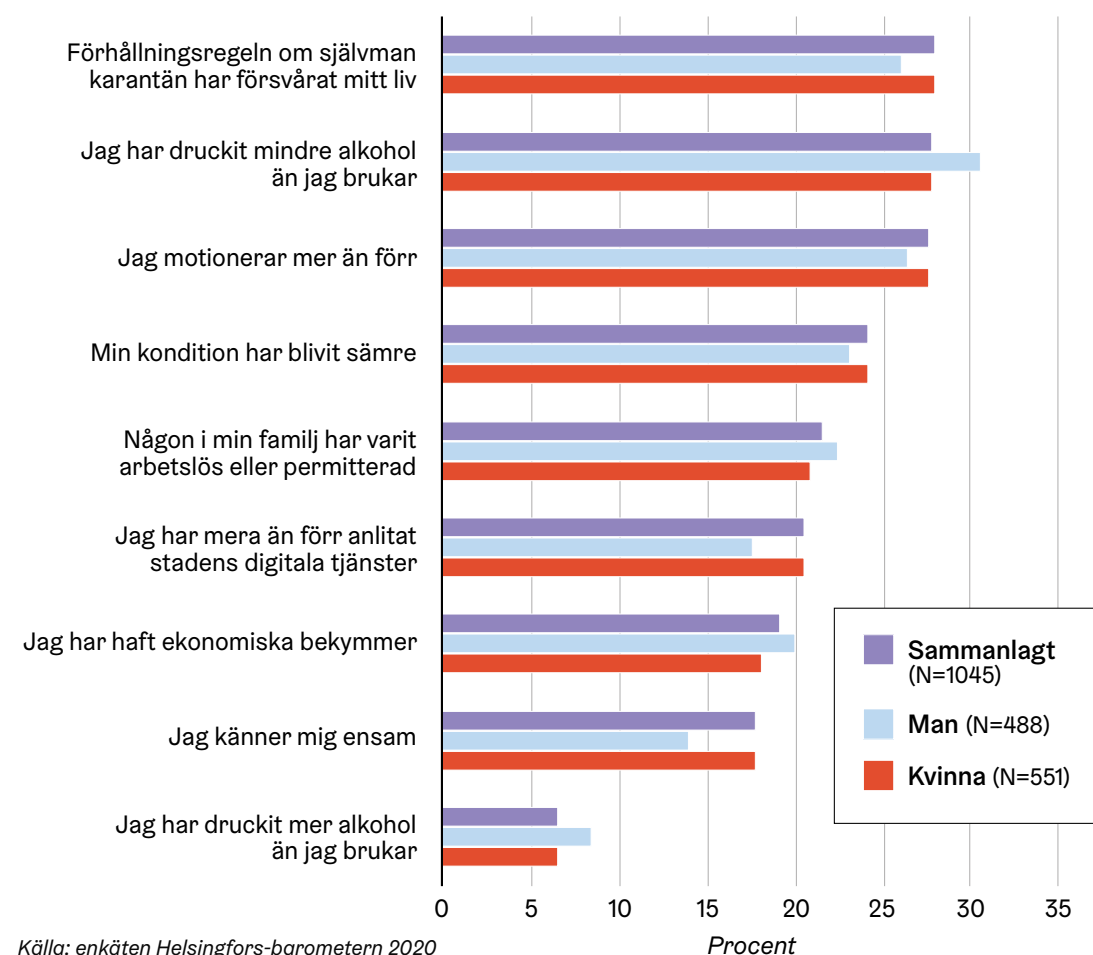
sedan våren (då 25 %), och jobbbandet på arbetsplatsen ökat (27 % på våren). Att en större del jobbade på arbetsplatsen på hösten förklaras både av att man återgått till vardagen på arbetsplatsen och att en del coronarelaterade permitteringar upphört. På våren var andelen svarare som var coronapermitterade åtta procent, på hösten bara två procent. Var femte svarare var pensionär och var tionde studerande.

## Coronan gör sig kännbar – karantänerna upplevs jobbiga

Med hjälp av tio frågor utreddes hur coronaepidemin påverkat svararnas liv. Av de saker frågorna gällde var hälften desamma som på våren 2020. En ny sak var nyttjande av munskydd, och det visade sig att många hade använt det: 85 procent av alla svarare, (79 % av männen och 90 % av kvinnorna) uppgav att de bar munskydd på kollektivtrafiken och andra trängselställen.







Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**FIGUR 1.** Coronans inverkan på folks vardag hösten 2020 (N=1045).

AV DE andra sakerna var det förhållningsregeln om självman karantän som mest allmänt inverkade på svararnas liv. En dryg fjärdedel (28 %) uppgav att den komplicerat deras liv. Nästan lika många hade skruvat ner på sin alkoholkonsumtion eller börjat motionera mera. En knapp fjärdedel upplevde att deras fysiska kondition blivit sämre. I vart femte hushåll hade man varit arbetslös eller permitterad och haft ekonomiska problem.

**KVINNORNA HADE** mera än männen känt sig ensamma (Figur 1). Däremot gällde minskad alkoholförbrukningen oftare för män än kvinnor. Av de under 30-åriga männen uppgav över hälften (52 procent) att de minskat på drickandet under coronan. Bland studerande hade 45 procent minskat på drickandet, förmodligen delvis därför att olika studentikosa jippon och annat socialt liv begränsats. Utgående från data från enkätundan hösten 2020 har ett blogginlägg om alkoholbruk publicerats (Mäki 2020).

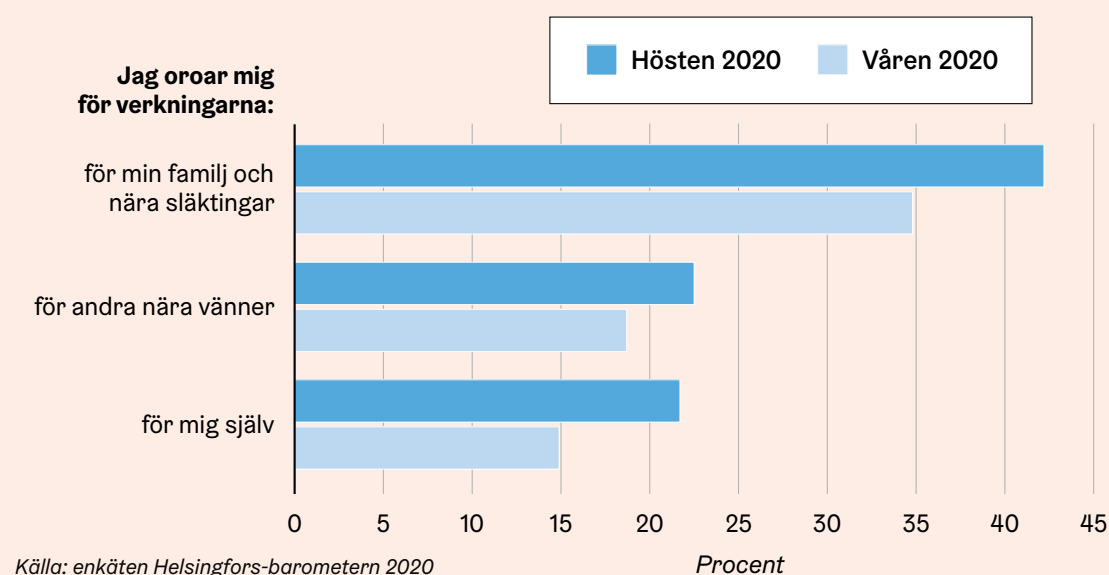
**OLIKA SLAGS** hushåll hade reagerat olika på coronan. Bland ensamboende var andelen som känt sig ensamma större (29 %) än bland andra. Även permitterade och arbetslösa samt studerande led mera än andra av ensamhet.

**I ENSAMFÖRSÖRJARFAMILJER** har karantän givetvis varit ett större problem än i andra. För mer än var tredje ensamförsörjare (37 %) hade de begränsningar som karantän innebar försvårat livet. Nästan lika många ensamförsörjare upplev-

**TABELL 1.**  
Coronans inverkan på livet våren och hösten 2020

	Våren 2020 procent	Hösten 2020 procent
Arbetslöshet eller permittering	31,4	21,6
Ekonomiska bekymmer	23,2	19,0
Ensamhet	17,8	17,8
Motionerat mera	41,2	27,5
Konditionen har sjunkit	26,9	24,1
N	1037	1048

Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020



Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**FIGUR 2.** Andelar svarare (%) som givit sin livskvalitet olika omdömen vid enkätundorna våren och hösten 2020.

de också att deras kondition blivit sämre under coronan.

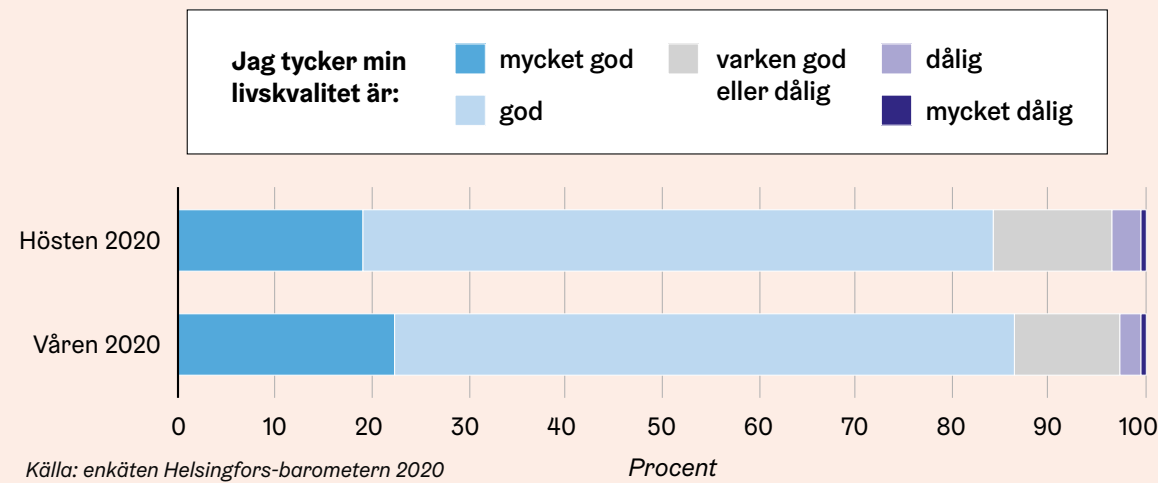
**EKONOMISKA BEKYMNER** hade i synnerhet permitterade haft, men även studerande och de som var hemma på vårdledighet.

**EN JÄMFÖRELSE** mellan de coronarelaterade verkningarna våren resp. hösten 2020 kan göras för de frågors del som ställdes vid bägge enkätundorna

(Tabell 1). Vissa coronagenererade problem, såsom arbetslöshet, permitteringar eller ekonomiska bekymmer, hade på hösten minskat sedan våren. Men ensamhet och försämrad kondition plågade en lika stor andel på hösten som på våren.

**TROTS CORONAEPIDEMIN** tyckte det stora flertalet svarare att deras livskvalitet var god (Figur 2). På hösten hade svaren inte förändrats signifikant sedan vå-

ren. Av de coronarelaterade sakerna var det två som påverkat livskvaliteten allra mest, nämligen ensamhet och försämrad kondition. Av dem som känt sig ensamma tyckte 65 procent att deras livskvalitet var god eller mycket god, mot 89 procent bland dem som inte känt sig ensamma. Bland dem som tyckte deras kondition sjunkit var denna andel 72, versus 88 procent bland dem som inte tyckte så.



**FIGUR 3.** Andelar svarare som för andras och sin egen del oroat sig åtminstone 'ganska mycket' för coronapandemins verkningar, vår och höst 2020.

Framtidsutsikter 6 mån framöver	Våren 2020 procent	Hösten 2020 procent
Bättre än i nuläget	39,6	31,4
Samma som i nuläget	47,0	56,5
Sämre än i nuläget	5,0	5,3
Svårt att säga	9,0	6,8
Procent	100	100
N	1034	1051

Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

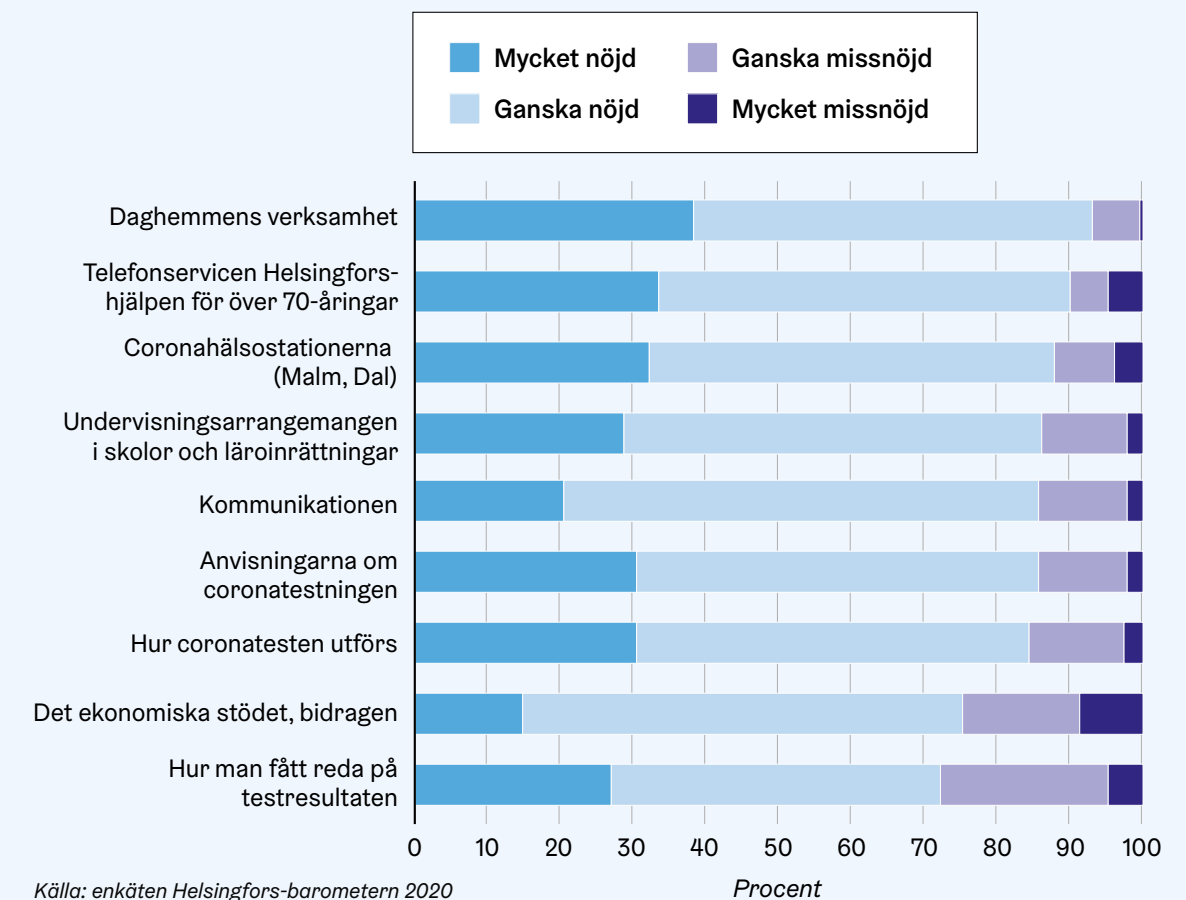
**TABELL 2.** Framtidsutsikter ett halvår framöver våren och hösten 2020.

### Oron för coronans verkningar har vuxit

Vartefter coronaläget dragit ut på tiden har folks oro för sjukdomen och dess följder ökat. Mest oroade man sig för sin familj och nära släktingar och minst för sin egen del. Också på våren 2020 hade fördelningen varit liknande.

**SVARARNA OMBADS** även denna gång bedöma sina egna framtidsutsikter. Hösten 2020 var de mera återhållsamma än de varit på våren. Allt fler valde alternativet att framtiden skulle se likadan ut som nuläget. Möjligen antog man att vi har coronaviruset kvar ännu ett halvår framöver.

**MÄN OCH** kvinnor hade mycket likartade bedömningar om framtiden. Positivast var 30–39-åringarna. Av dem som permitterats på grund av coronan trodde 61 procent att deras situation skulle vara bättre ett halvår framöver. Samtidigt trodde 22 procent av dem att den skulle vara ännu sämre vid det laget.



**FIGUR 4.** Belåtenhet med Helsingfors stads service under coronan, % av dem som fattat ståndpunkt.

### Fortfarande nöjda med servicen under coronan

Svararna tillfrågades om hur nöjda de var med Helsingfors stads service under coronakrisen. Det blev en hel del spridning i svaren, eftersom många serviceformer berör bara en liten del av befolkningen. Allmänt taget var svaren nöjda (Figur 4). Allra nöjdast var man med daghemmens verksamhet och med telefonservicen för över 70-åringar. Även coronahälsostationerna, liksom anvisningarna om och utförandet av coronatest fick positiva omdömen: andelen nöjda var cirka 85 procent för bägge. Andelen nöjda var av samma storleksordning även då det gällde undervisningsarrangemangen i skolor samt informationsgången.

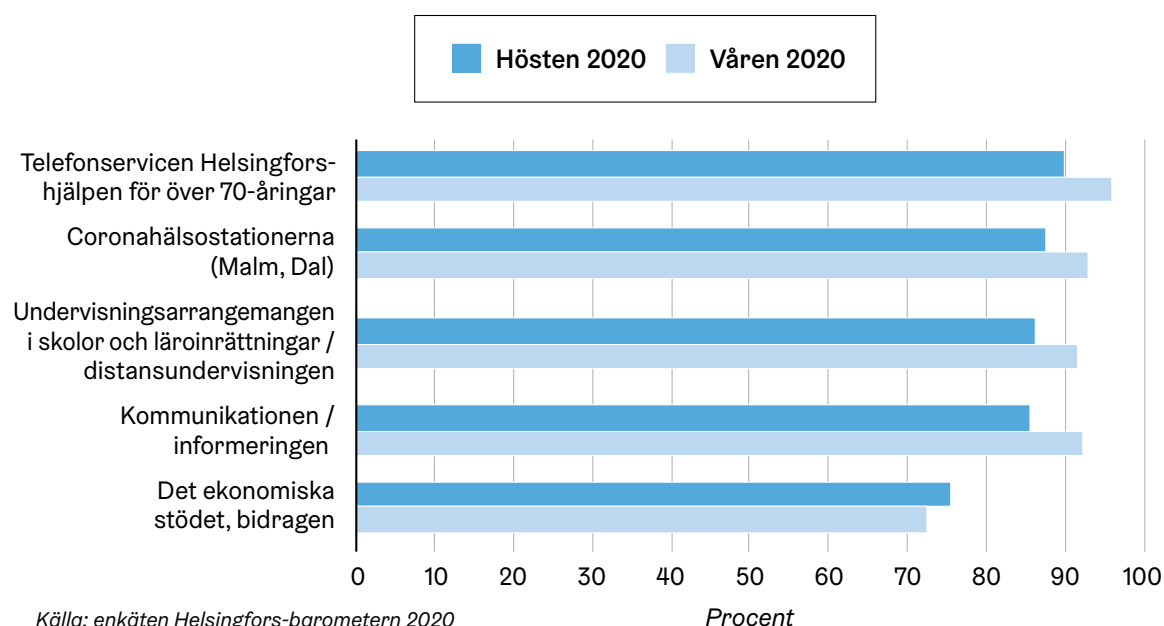
**MEST KRITISK** mot servicen var man beträffande hur man fått reda på testresultaten (28 % missnöjda), samt ekonomiskt stöd (25 % missnöjda).

**FÖR VISSA** serviceformers del kunde svaren på hösten resp. våren jämföras sinsemellan (Figur 5). Trots att väldigt många fortfarande var nöjda med undervisningsarrangemangen i skolor, coronahälsostationerna, informationsgången och telefonservicen Helsingfors-hjälpen, hade andelen nöjda sedan våren minskat med 5–6 procentenheter. Beträffande det ekonomiska stödet hade ingen betydande förändring i nöjdheten skett.

### Liten inverkan på flyttplanerna

Cirka var sjätte (18 %) av svarare planerade flytta bort från Helsingfors. Bland männen var det fler som hade flyttplaner än bland kvinnorna. Ändå var det mycket få som uppgav att coronaläget var den huvudsakliga orsaken till att man övervägde flytta (Tabell 3). Överlag var flyttfunderingar vanligast bland dem som permitterats på grund av coronan (28 %), studerande (24 %) och arbetslösa (21 %).





Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**FIGUR 5.** Andelar svarare som våren och hösten 2020 varit ganska/mycket nöjda med servicen under coronan.

Har planerat flytta från Helsingfors	Samtliga procent	Man procent	Kvinna procent
P.g.a. coronan	3,6	3,9	1,8
Av annan orsak	14,0	15,5	12,9
Nej	84,5	82,6	86,1
N	1048	489	522

Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**TABELL 3.** Svararnas flyttplaner.

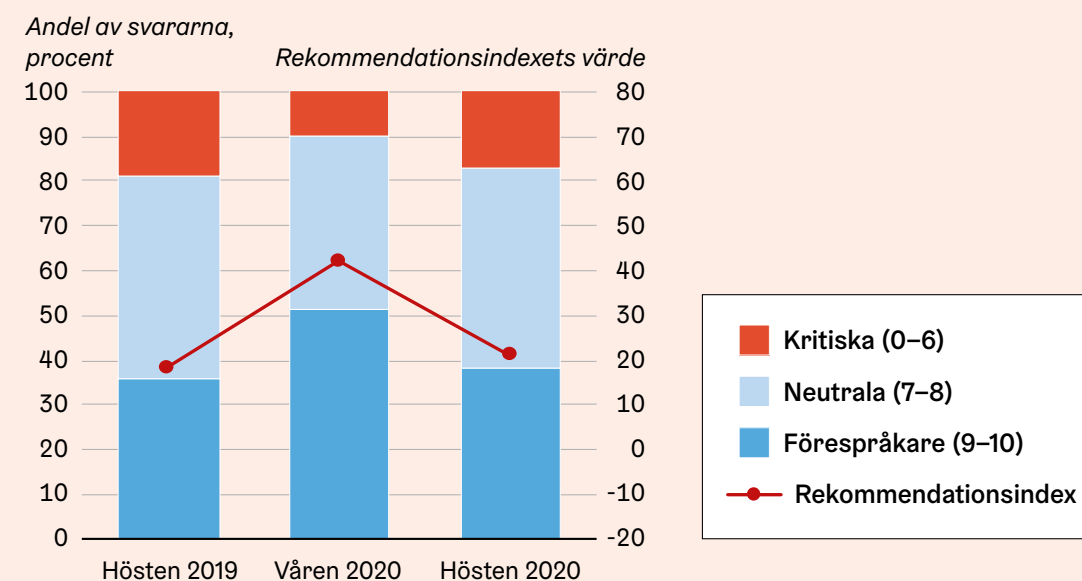
**EN ANNAN** enkät som regelbundet sonderat svararnas flyttfunderingar är stads- och kommunservice-enkäten KAPA. Vid dess runda 2016 planerade 28 procent av svararna i Helsingfors att flytta, och av dem 17 procent till en annan kommun. Andelen var nästan densamma som vid Helsingforsbarometern hösten 2020.

**Indexet för att rekommendera Helsingfors lägre än på våren**

Som vid de tidigare enkät rundorna fick svararna nu frågan hur sannolikt de skulle rekommendera Helsingfors som hemort för icke-helsingforsbor.

**ORDALYDELSEN HAR** varit densamma alla tre gånger, och skalan har varit 0–10, där 0 står för 'inte alls sannolikt' och 10 för 'högst sannolikt'. Svaren indelades i tre grupper, nämligen de med värdet 0–6 ("kritiska"), 7 eller 8 ("neutrala") och 9 eller 10 ("förespråkare"). Genom att från förespråkarnas procentandel subtrahera andelen kritiska får vi ett rekommendationsindex. Det används som en av Helsingfors stads strategiska mätare, och mäter invånarnöjdhet. Rekommendationsindexets värde kan i teorin variera mellan -100 och +100. Så här tolkas dess värden:

- 40+ är utmärkta
- 20-39 är bra
- 0-19 nöjaktiga
- under 0 är dåliga



Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**FIGUR 6.** Andelar svarare som givit olika omdömen om Helsingfors som hemstad vid de tre barometerrundorna.

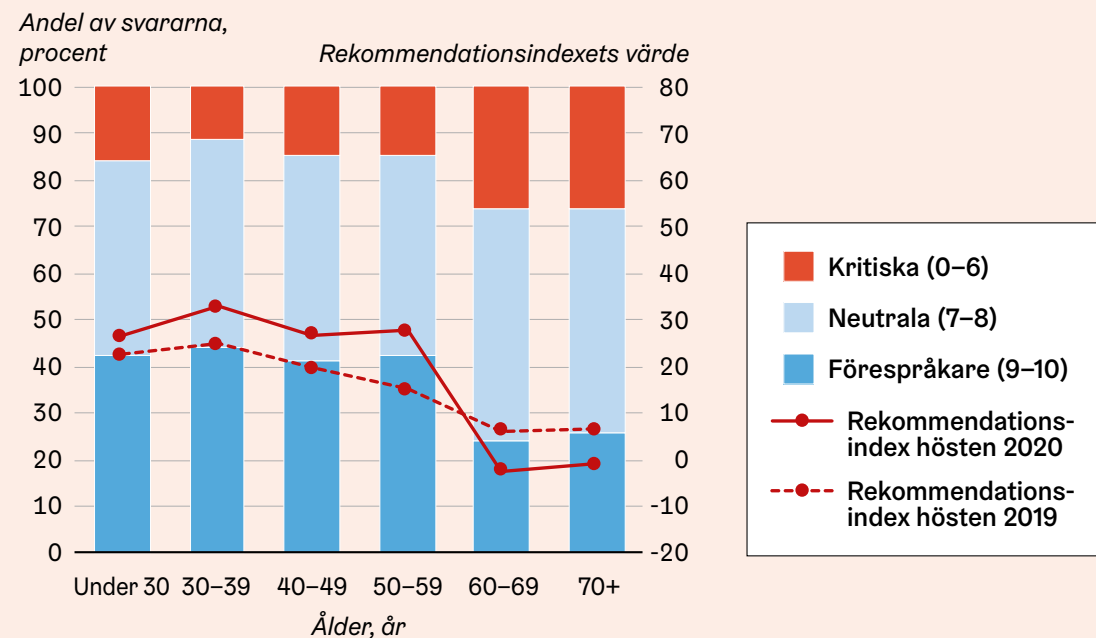
**HÖSTEN 2020** förespråkades Helsingfors som hemort klart mindre än på våren, och ungefär lika mycket som hösten 2019 (Figur 6). Rekommendationsindexet fick värdet 21 hösten 2020, mot 42 våren 2020 och 18 hösten 2019. Det färskaste indexvärdet kan tolkas som 'bra'. En tänkbar förklaring till fluktuationen kan vara årstiden: på försommaren kan Helsingfors vara mera till sin fördel än på hösten.

**REKOMMENDATIONSINDEXET ANVÄNDS** flitigt i kommersiellt syfte och i betygssättning av olika privata och offentliga serviceformer. Huruvida hela stadens dragningskraft kan mätas med en dylik mätare kan i och för sig diskuteras. För

invånarna kan det vara svårare att kanske rekommendera hela staden än till exempel en enskild serviceform.

**ÅLDERN FÖRKLARAR** i någon mån viljan att rekommendera Helsingfors (Figur 7). 60-årsstrecket var en skiljelinje i svaren vid barometerrundan hösten 2020. De som var under 60 skulle i högre grad än de som var över 60 rekommendera Helsingfors. Hösten 2019 rädde ett liknande men svagare och mera successivt åldersberoende. Kvinnorna var lite benägnare än männen att rekommendera Helsingfors. Indexvärdet var 28 för kvinnorna och 14 för männen.

**” Hösten 2020 var rekommendationsindexets värde för det egna bostadsområdet 42. Det var lite sämre än på våren.**



Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**FIGUR 7.** Svararnas omdömen om Helsingfors som hemort, åldersgruppsvis.

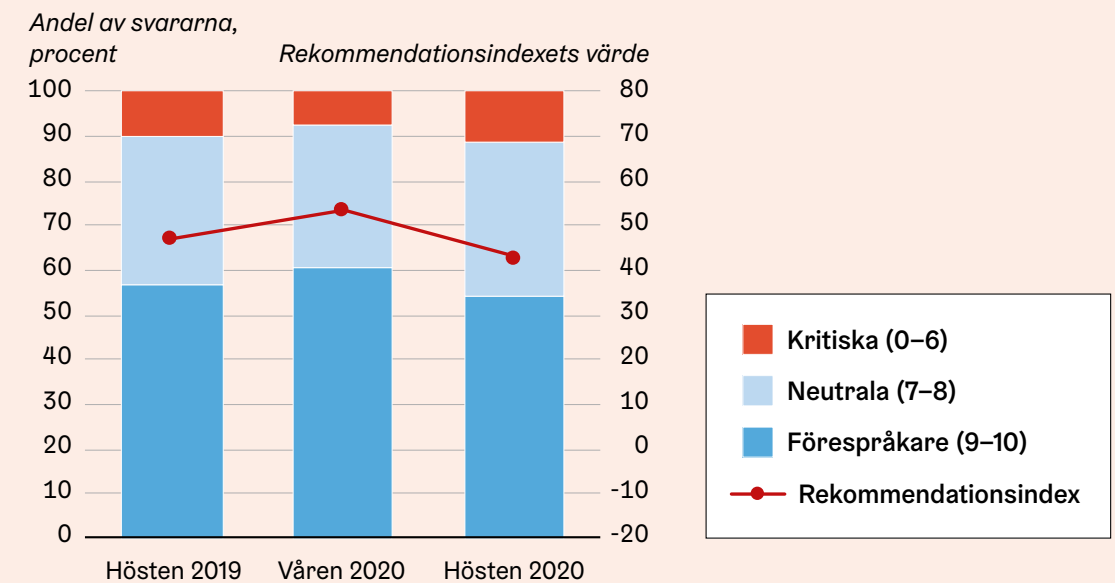
**EN LIKADAN** fråga ställdes om det egna bostadsområdet. Svaren på den avvek inte särskilt mycket från tidigare barometrars (Figur 8). Hösten 2020 var rekommendationsindexets värde för det egna bostadsområdet 42. Det var lite sämre än på våren (indexvärde 53), och stannade också lite under värdet hösten 2019 (47). Men variationen blev klart mindre än då det gällde att rekommendera hela Helsingfors. Kanske årstiden också förklarar iveren att rekommendera det egna bostadsområdet.

**BLAND ÅLDERSGRUPPERNA** rekommenderade 30-59-åringarna i högre grad än de yngre eller äldre det egna bostadsområdet. I de yngsta och äldsta åldersgrupperna hade det blivit lite mindre vanligt och bland 50-59-åringarna lite mera vanligt att rekommendera området. Också då det gällde det egna bostadsområdet var kvinnorna lite benägnare förespråkare än männen: 57 procent av kvinnorna och 50 procent av männen rekommenderade det.

#### Ny Helsingforsbarometerrunda nästa vår

Vid barometerrundan hösten 2020 sonderades för andra gången stämningarna bland helsingforsborna i de exceptionella förhållandena under coronavirusepidemin samt hur nöjda folk varit med stadens verksamhet under krisen. På hösten hade det allmänna läget förändrats avsevärt sedan våren. Munskydd hade blivit rutin, och en del hade återgått från distansjobbet till arbetsplatsen. Nu, efter höstens enkät, har epidemiläget försämrats klart igen.

**MEST HADE** svararnas liv komplicerats av förhållningsregeln självman karantän. Ensamhet och försämrad kondition plågade fortfarande lika många som på våren 2020. Alkoholbruket hade i huvudsak minskat, i synnerhet bland unga, men för en del svarare hade drickandet förändrats i motsatt riktning (se Mäki 2020). Gentemot framtiden var inställningen avvaktande. Vartefter coronaläget dragit ut på tiden har folks oro ökat.



Källa: enkäten Helsingfors-barometern 2020

**FIGUR 8.** Andelar svarare som givit olika omdömen om det egna bostadsområdet vid de tre barometerrundorna.

**DESSUTOM KLARLADES**, liksom vid föregående runda, dels helsingforsbornas belåtenhet med stadens service under coronan, dels deras vilja att rekommendera Helsingfors som hemstad. Av stadens service under coronan var man nöjdast med daghemmens verksamhet och telefonhjälpen till över 70-åringar. Mest kritisk var man till hur coronatestens resultat delgavs och till det ekonomiska stödet. Viljan att rekommendera Helsingfors som hemstad hade minskat sedan våren och kommit nära värdet från hösten 2019.

**NÄSTA RUNDA** av Helsingforsbarometern görs våren 2021, som avslutning på nuvarande stadsfullmäktigeperiod. Möjligen har coronaläget lättat lite varaktigare till dess, i och med vaccineringarna. ■

**Vesa Keskinen** och **Jukka Hirvonen** är forskare vid Helsingfors stadskansli.

#### Källor:

- Keskinen, Vesa (2020). Erillistulostus vuoden 2016 kuntapalvelututkimuksen Helsinki aineistosta 11.11.2020 [Separata rön om helsingforsdataben i kommunserviceenkäten KAPA 2016].
- Keskinen, Vesa & Hirvonen, Jukka (2020). Helsinki-barometri: Huolta koronatilanteesta mutta myös tulevaisuudenuskoa. Kvartti. Helsingfors stadskansli. Hämtad från: <https://www.kvartti.fi/fi/artikkelit/helsinki-barometri-huolta-koronatilanteesta-mutta-myos-tulevaisuudenuskoa>
- Keskinen, Vesa, Väliniemi-Laurson, Jenni, Hirvonen, Jukka (2020). Helsinki-barometri: Asukkaat kokevat kaupungin hyvin toimivaksi. Kvartti. Helsingfors stadskansli. Hämtad från: <https://www.kvartti.fi/fi/artikkelit/helsinki-barometri-asukkaat-kokevat-kaupungin-hyvin-toimivaksi>
- Mäki, Netta (2020). Helsingforsläisten alkoholinkäytön muutos polarisoitunut korona-aikana. Kvartti. Helsingfors stadskansli. Hämtad från: <https://www.kvartti.fi/fi/blogit/helsingforslaisten-alkoholinkayton-muutos-polarisoitunut-korona-aikana>



# Vanligare pröva cannabis bland unga i Helsingfors än i övriga Finland

– minskad tobaksrökning och alkoholanvändning

## ● NETTA MÄKI

Artikeln granskar utgående från rön från senaste runda av enkäten Hälsa i skolan förändringar i ungas användande av droger i Helsingfors.

### CENTRALA RÖN

- År 2019 var den andel unga helsingforsbor som dagligen använde något slags nikotinhaltig tobaksprodukt mindre än fem procent i årskurs åtta eller nio i grundskolan och klart under tio procent bland gymnasister. Av de unga som studerade vid yrkesläroanstalt använde däremot var femte tobaksprodukter dagligen.
- En större del av pojkarna än flickorna använder tobaksprodukter överlag, och i synnerhet snusande är vanligare bland pojkar. Men vid yrkesläroanstalterna, och bara vid dem, röker en större del av flickorna än pojkarna cigaretter dagligen.
- Bland pojkar i Helsingfors minskade den andel som använder något slags tobaksprodukt mellan åren 2017 och 2019. Bland flickorna i Helsingfors hade ingen motsvarande förändring skett.
- Det finns uppgifter om förändringar i bruket av enskilda tobaksprodukter även i längre perspektiv. Cigarettrökningen minskade klart under hela 2010-talet. Snusandet däremot ökade, med undantag för de allra sista åren. Elektroniska cigaretter är fortfarande ganska ovanliga bland de unga i synnerhet i Helsingfors, och hade dessutom minskat något sedan år 2017.
- Den andel unga som dricker alkoholdrycker veckovis och i fyllesyfte har minskat, men i synnerhet bland högstadiel elever har minskningen blivit långsammare de senaste åren. Bland dem som studerar vid yrkesläroanstalt har minskningen varit jämnare, men å andra sidan har den andel som använt alkoholdrycker tidigare varit mycket stor.
- Prövat på cannabis åtminstone en gång hade en betydligt större andel i Helsingfors än i Finland som helhet. Denna andel har vuxit under 2000-talet, men i synnerhet de senaste åren på inget sätt konsekvent. Däremot har den andel som använt cannabis under de senaste 30 dagarna mestadels vuxit.
- Bruket av cannabis och alkoholdrycker anhopas på samma ungdomar, så cannabis kan inte tolkas vara ett alternativ till alkoholen.
- Att använda rusmedel överlag är vanligare bland dem som studerar vid yrkesläroanstalt. Störst är skillnaden för tobaksprodukternas del, och endast då det gäller dem som prövat cannabis är den inte särskilt stor. Sannolikheten att använda tobaksprodukter var nästan åttafalt så stor bland yrkesläroelever som bland gymnasister.

## INLEDNING

På sistone har det skett en förändring i de ungas tobaks-, alkohol- och drogbe-teende. Cigarrettrökandet har minskat riktigt rejält, och även alkoholdrickande har blivit ovanligare. Men till en del har det kommit nya rusmedel istället, såsom olika nikotinhaltiga produkter och bland annat cannabis. Föreliggande artikel tar i ljuset av senaste skolhälsoenkät i Helsingfors en noggrannare titt på hur bruket av rusmedel bland unga förändrats i synnerhet mellan åren 2017 och 2019. Delvis granskar den också förändringar på lång sikt.

**ENKÄTEN HÄLSA** i skolan görs vartannat år av Institutet för hälsa och välfärd THL. Enkäten tar i längre perspektiv fram mångsidig information kommunvis om bland annat välfärd, hälsa och levnadsvanor bland barn och unga.

**ÅR 2019** deltog 221 skolor eller läroin-rättningar i Helsingfors i enkäten Hälsa i skolan. Den var riktad till elever i grundskolans fjärde, femte, åttonde och nionde årskurs samt till under 21 år gamla elever i gymnasier och yrkesutbild-

ningens första och andra årskurs. Exakta antal svar på de olika utbildningsnivåerna finns i en statistikpublikation från Helsingfors stadskansli (Määttä 2020).

**ANTALET SVAR** vid yrkesläroanstalterna blev i Helsingfors klart mindre än vid tidigare enkätundersökningar, och detta kan till en del göra rön svårare att jämföra med tidigare år och andra utbildningsnivåer. Dessutom bör man vid jämförelser beakta att enkäten år 2017 till en del besvarades av sådana elever i yrkesutbildningens första och andra årskurs som redan fyllt 21.

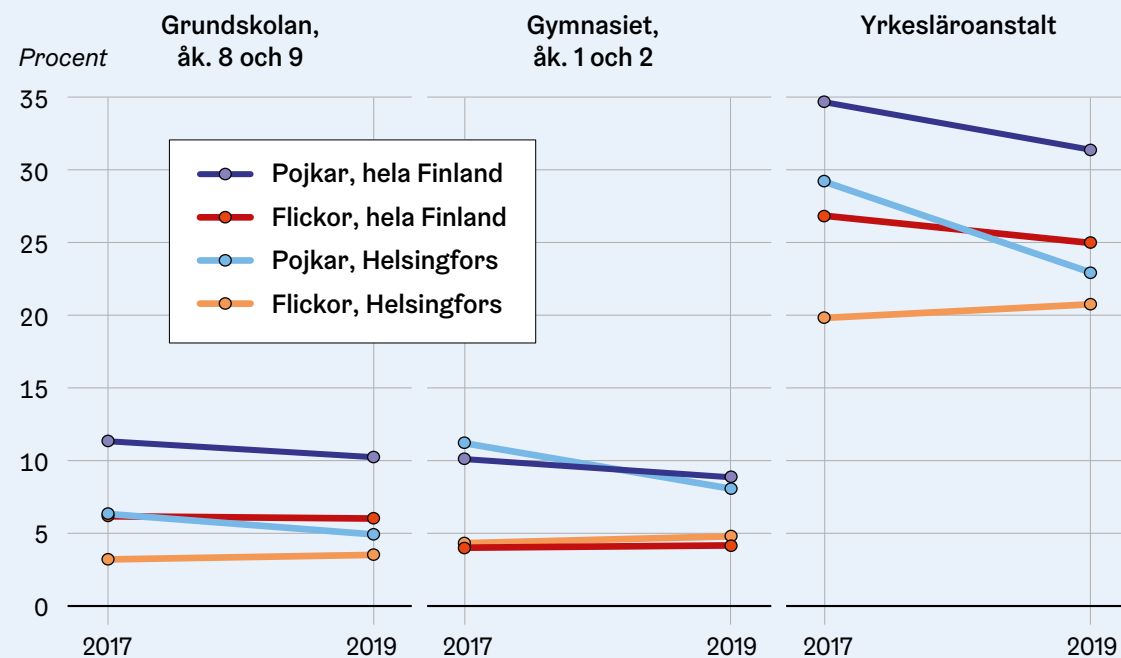
## ● TOBAKSRÖKNING

### Bruket av tobaksprodukter överlag

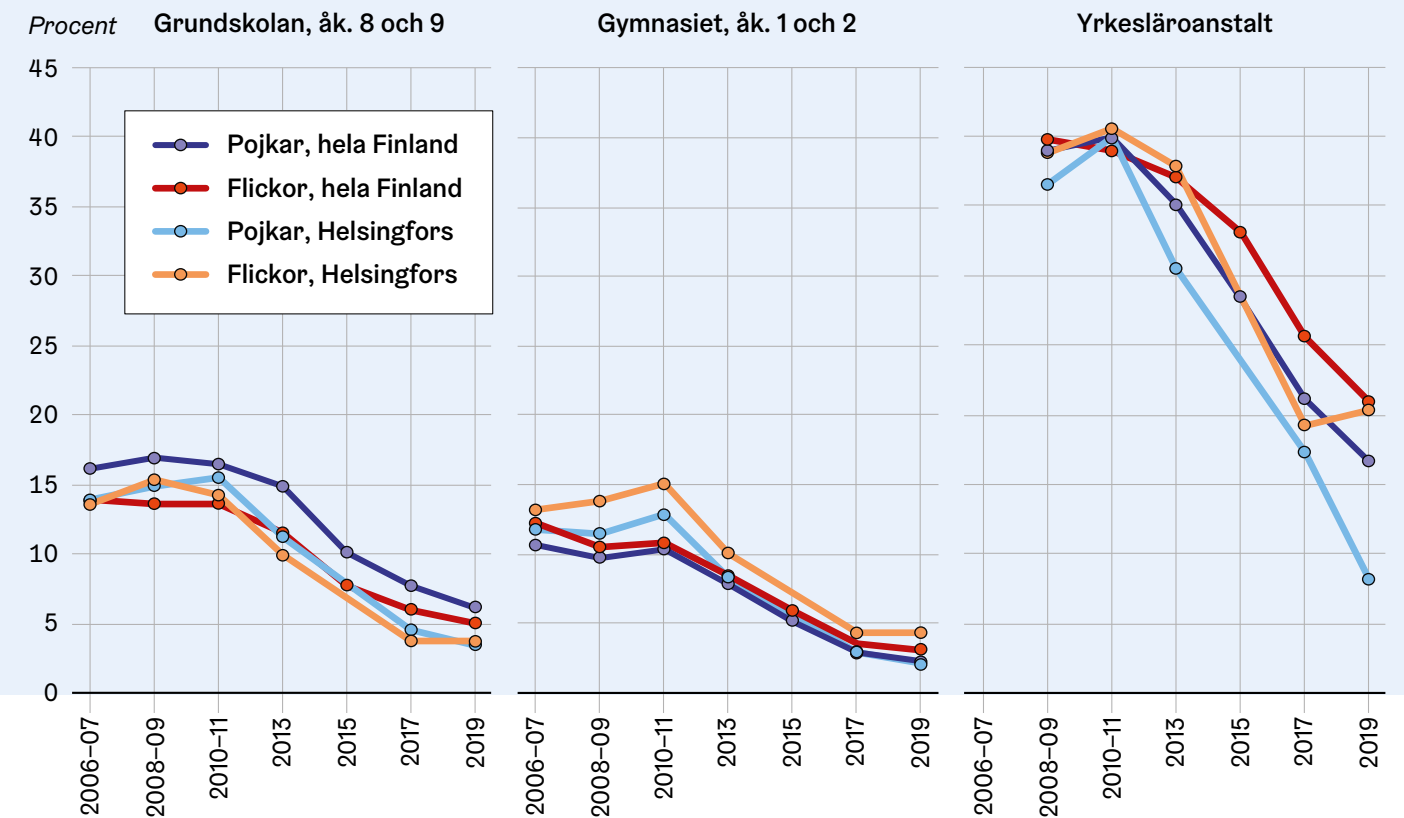
År 2019 använde fyra procent av åttonde- och niondeklassarna i Helsingfors något slags nikotinhaltigt tobakspreparat, och andelen var ungefär lika stor bland både pojkar och flickor. I gymnasiet var denna andel åtta procent bland pojkar och fem procent bland flickor. Vid yrkesläroanstalterna var den betydligt större: 23 procent bland pojkarna och 21 procent bland flickorna (Figur 1).

FIGUR 1.

Andel (%) elever som använde något slags tobaksprodukt, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

FIGUR 2. Andel (%) elever som rökte cigaretter, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.

**DEN ANDEL** av pojkarna i Helsingfors som dagligen använde något slags nikotinhaltig tobaksprodukt eller elektronisk cigarett minskade något mellan åren 2017 och 2019. Förhållandevis mest minskade bruket av tobaksprodukter bland pojkar i gymnasiet, men en minskning skedde även bland åttonde- och niondeklassarna och yrkesläroeleverna. Bland flickorna i Helsingfors skedde däremot ingen förändring.

### Cigarrettrökning

Det finns rön om förändringar i användningen av enskilda tobaksprodukter i längre perspektiv. År 2019 rökte ca. fyra procent av åttonde- och niondeklassarna samt gymnasisterna cigaretter dagligen. Andelen är nästan lika stor bland flickor som bland pojkar. Vid yrkesläroanstalterna i Helsingfors är det en be-

tydligt större andel som röker dagligen: nästan tio procent av pojkarna och rentav ca. 20 procent av flickorna. Andelen pojkar som röker är klart mindre än i Finland som helhet, men bland flickorna är andelen lika stor i Helsingfors och hela landet (Figur 2).

**BÅDE BLAND** pojkar och flickor blev det under 2010-talet mindre vanligt att röka cigaretter. Detta gällde för elever oavsett typen av läroinrättning, både i Helsingfors och i hela landet.

### Snusande

Att använda snus är klart vanligare bland pojkar än flickor: år 2019 snusade 6–7 procent av pojkarna och mindre än två procent av flickorna i årskurs 8 eller 9 samt gymnasisterna. Vid yrkesläroanstalterna använde rentav ca. 20 procent

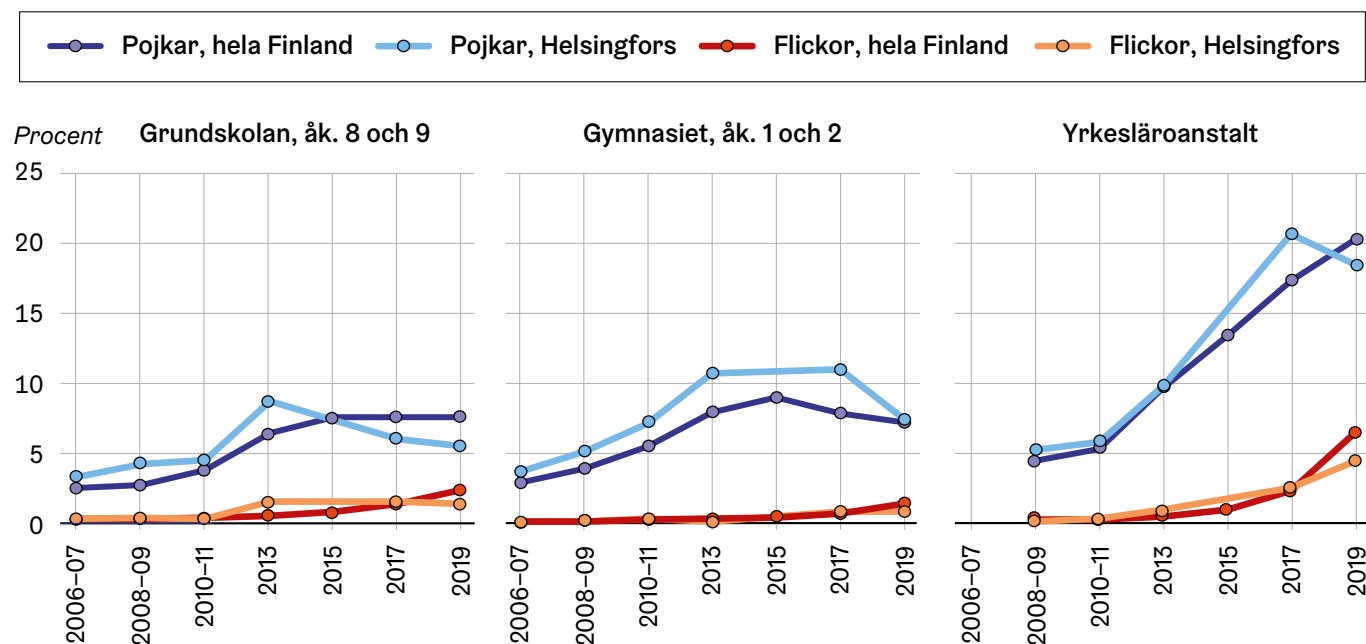
av pojkarna och fyra procent av flickorna snus (Figur 3).

**FÖR POJKARNA** torde gälla att cigarett-rökandet, som ju snabbt minskat, delvis ersatts av snusande. Bland åttonde- eller niondeklassare samt gymnasister i Helsingfors blev det fram till år 2013 allt vanligare att använda snus, men sedan dess har det snarast blivit mindre vanligt. Vid yrkesläroanstalterna i Helsingfors fortsatte snusandet sin fram-marsch ända till 2017, men har sedan dess inte ökat.

### Elektroniska cigaretter

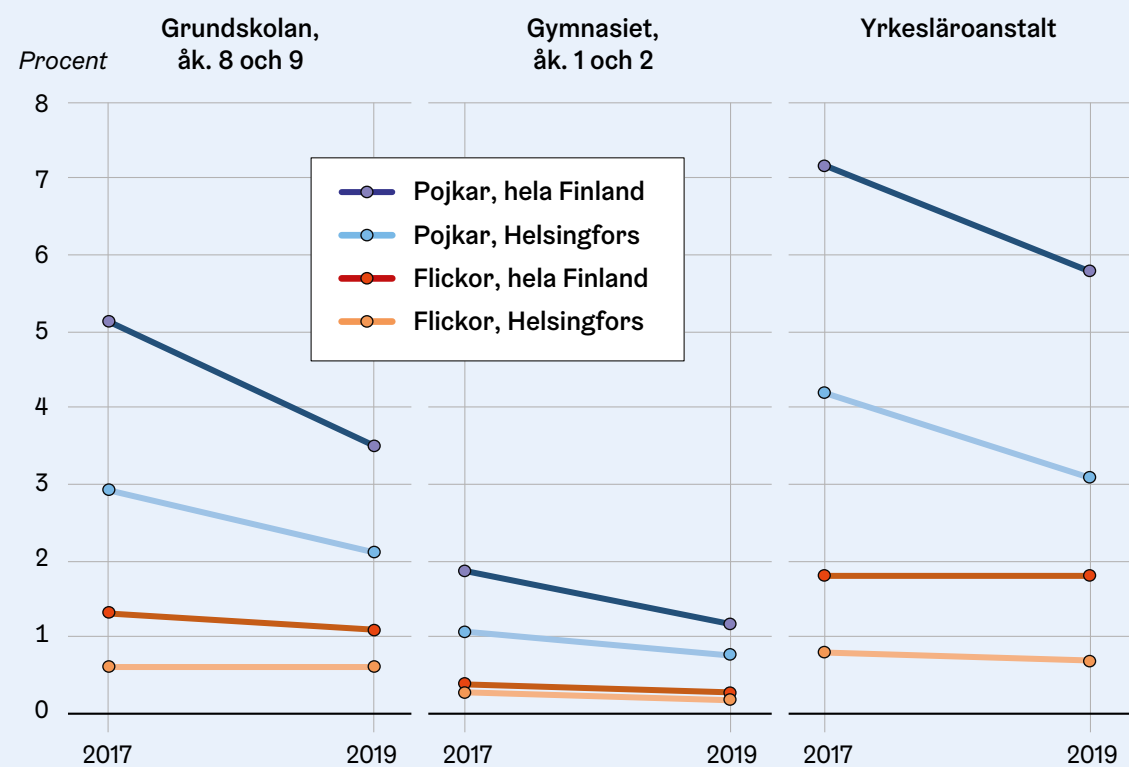
I den åldersklass vi tittat på är det ganska ovanligt att använda elektronisk cigarett. År 2019 var den andel unga i Helsingfors som dagligen använde elektronisk cigarett tre procent bland poj-





Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 3.** Andel (%) elever som använde snus, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 4.** Andel (%) elever som använde elektronisk cigarett, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland

karna vid yrkesläroinrättningar och ännu mindre bland flickorna och på andra utbildningsnivåer. Bruk av elektronisk cigarett är lite ovanligare i huvudstaden än i Finland i medeltal. Dessutom verkar det ha minskat mellan år 2017 och 2019 (Figur 4).

### ● ALKOHOLDRICKANDE

#### Andelen helnyktra unga

Andelen helnyktra har vuxit på alla utbildningsnivåer. År 2019 var över 60 procent av åttonde- eller niondeklassarna i Helsingfors helnyktra. Bland gymnasisterna var denna andel lite över 30 procent och vid yrkesläroanstalterna cirka 30 procent (Figur 5).

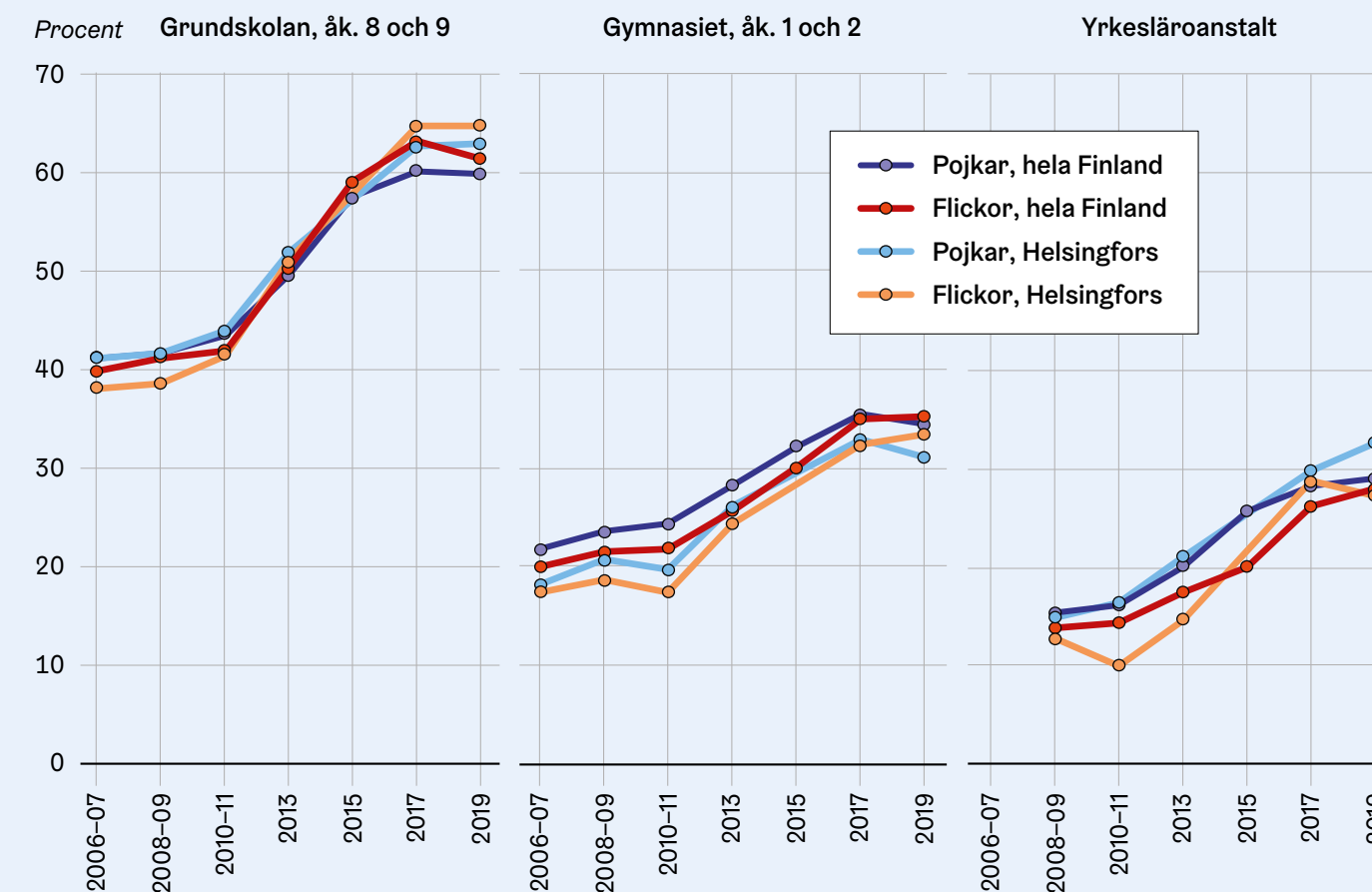
#### Andel som dricker alkoholdrycker veckovis

Också med veckovis återkommande alkoholbruk har åldern ett samband. Men med åren har skillnaderna utbildningsnivåerna emellan utjämnats klart, i och med att veckovis alkoholdrickande minskat allra mest vid yrkesläroanstalterna. Mot att var tredje manlig elev vid yrkesläroanstalterna åren 2008–2009 uppgivit sig dricka veckovis, var denna andel tio år senare 13 procent. Samtidigt bör sägas att den relativa förändringen varit nästan såhär stor också i åk 8 och 9 och i gymnasiet (Figur 6).

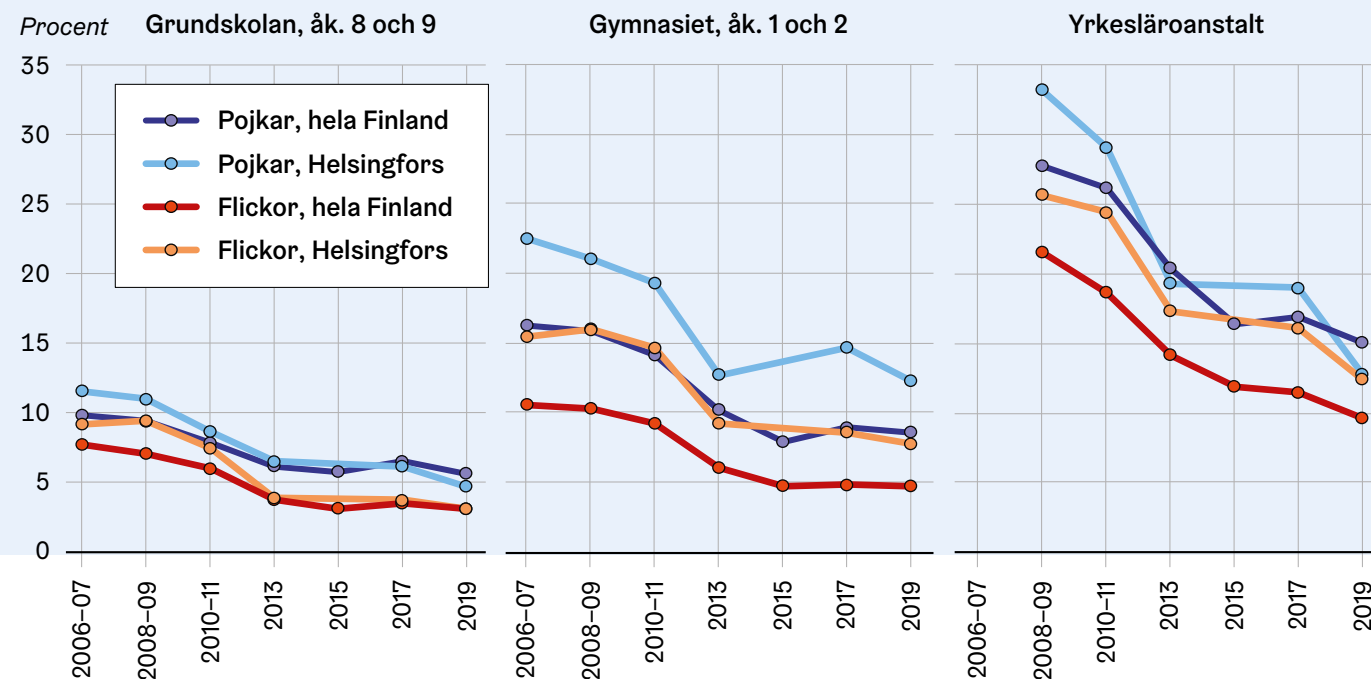
ÅR 2019 uppgav sex procent av pojkarna och fyra procent av flickorna i grundskolans åk 8 eller 9 att de drack alkoholdrycker på veckobasis. I gymnasiet var denna andel 15 procent bland pojkarna och nio procent bland flickorna. Men vid yrkesläroanstalterna förelåg ingen tydlig skillnad mellan könen, och 13 procent av eleverna uppgav sig dricka alkoholdrycker veckovis.

**FIGUR 5.**

Andel (%) helnyktra enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 6.** Andel (%) elever som dricker alkoholdrycker veckovis, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.

### Andel berusningsdrickare

Även fylleinriktat drickande – i syfte att bli kraftigt berusad – minst en gång i månaden är starkt bundet till åldern, men även det har minskat på alla utbildningsnivåer. Åren 2008–2009 uppgav över 40 procent av de helsingforsiska eleverna vid yrkesläroanstalter att de drack för att bli fulla. År 2019 var denna andel 26 procent. Störst har den relativa förändringen varit bland åttonde- och niondeklassarna. Bland dem har andelen minskat till hälften (Figur 7).

År 2019 uppgav lite under tio procent av åttonde- eller niondeklassarna i Helsingfors att de drack i fyllesyfte. I gymnasiet uppgav cirka 20 procent av flickorna och nästan 25 procent av pojkarna att de var kraftigt berusade åtminstone en gång i månaden. Vid yrkesläroanstalterna var motsvarande andelar 24 respektive 28 procent.

**SKILLNADERNA GENTEMOT** medeltalet för hela Finland är små, i synnerhet för åttonde- och niondeklassarna och yrkesläroeleverna. I gymnasiet tycks andelen elever som dricker i fyllesyfte vara lite större i Helsingfors.

### ● CANNABISBRUK

#### Andel som prövat på cannabis

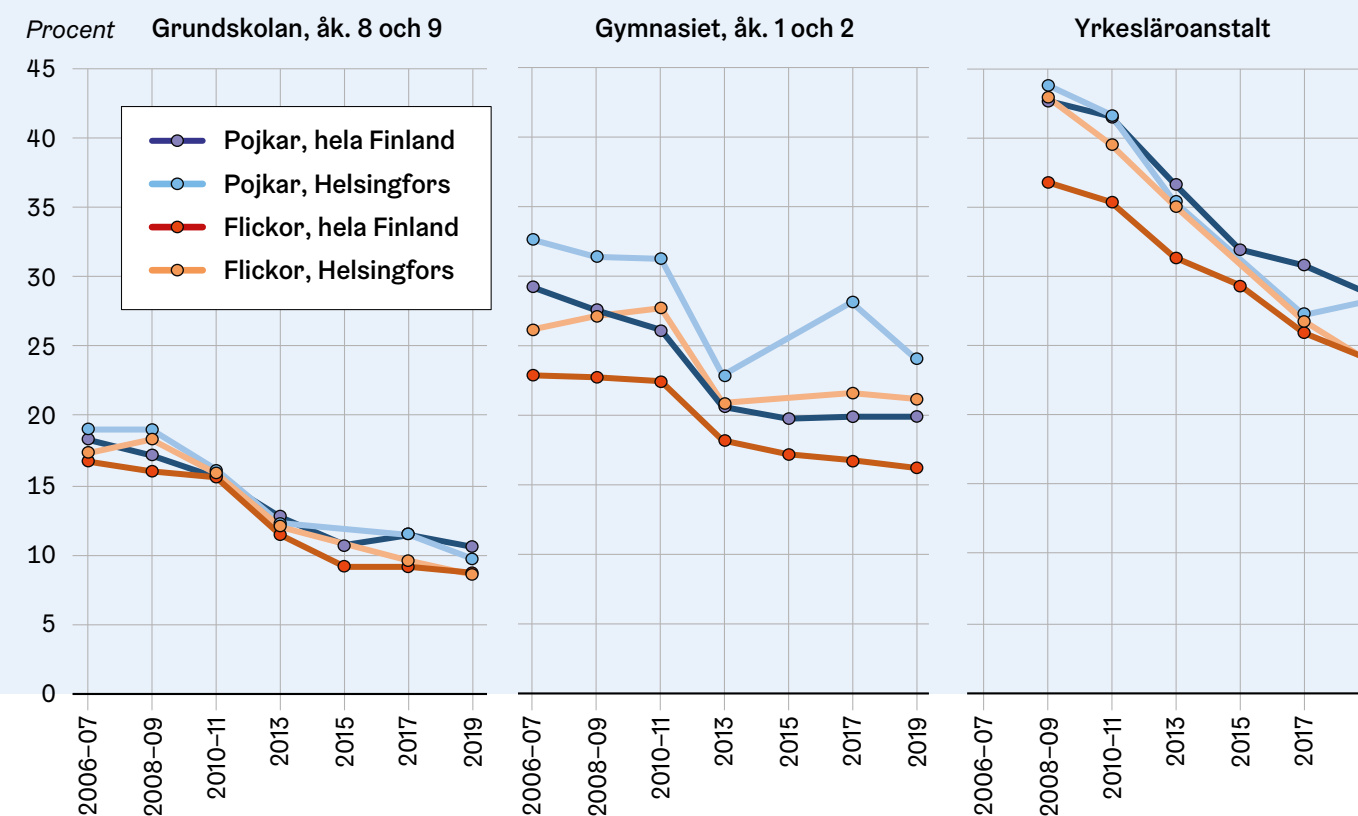
Att ha prövat eller använt cannabis är klart vanligare i Helsingfors än i Finland i snitt. I ett längre perspektiv har det blivit allt vanligare att pröva på, men de allra senaste åren har förändringen inte varit systematisk. År 2019 var andelen som prövat på cannabis i stort sett tillbaka på nivån för perioden 2010–2011 (Figur 8).

År 2019 hade 17 procent av pojkarna och elva procent av flickorna i årskurs 8 eller 9 i Helsingfors prövat på cannabis åtminstone en gång. Vid gymnasier och yrkesläroanstalterna hade lite över 30 procent av pojkarna gjort det. För flickornas del finns det skillnader enligt utbildningsnivå: vid gymnasier var andelen flickor som prövat på cannabis åtminstone en gång cirka 20 procent, vid yrkesläroanstalterna hela 36 procent.



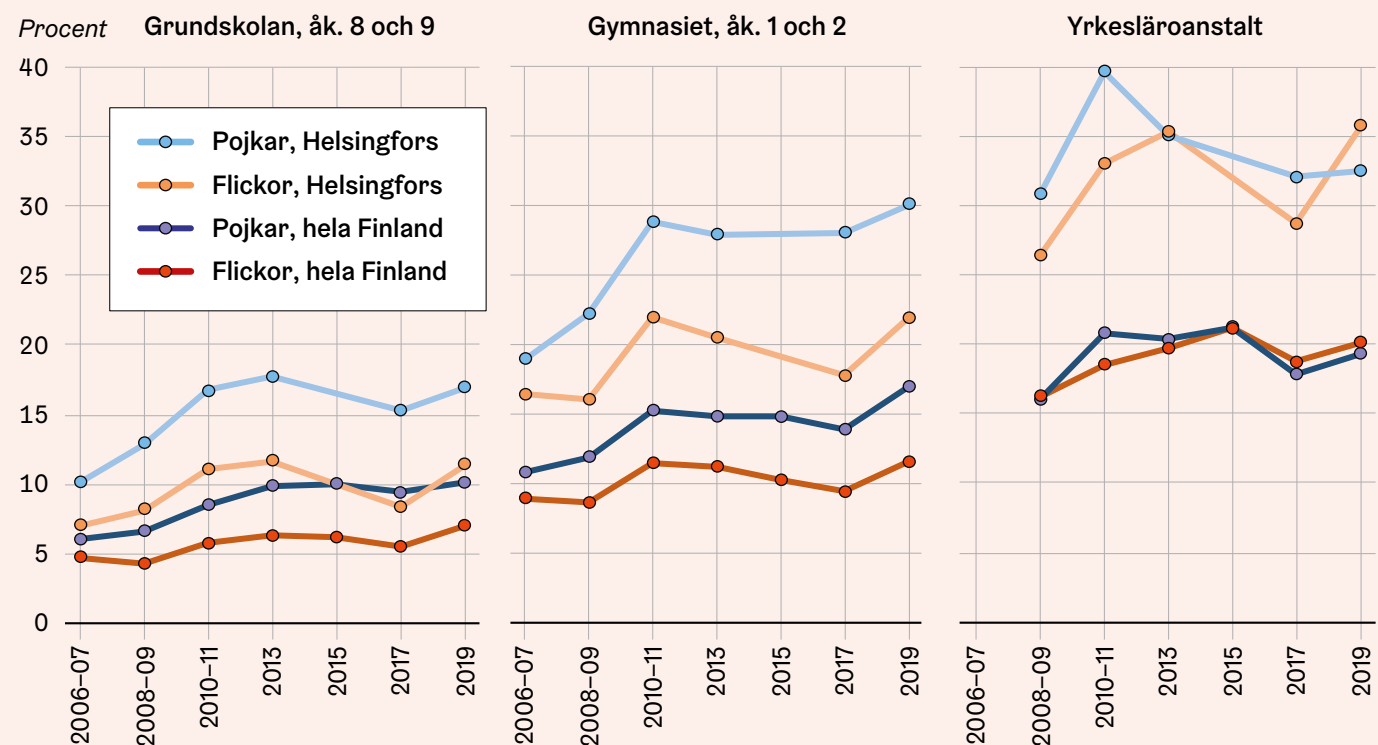
År 2019 använde fyra procent av åttonde- och niondeklassarna i Helsingfors något slags nikotinhaltigt tobakspreparat.

**FIGUR 7.** Andel (%) elever som dricker i berusningsyfte, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.



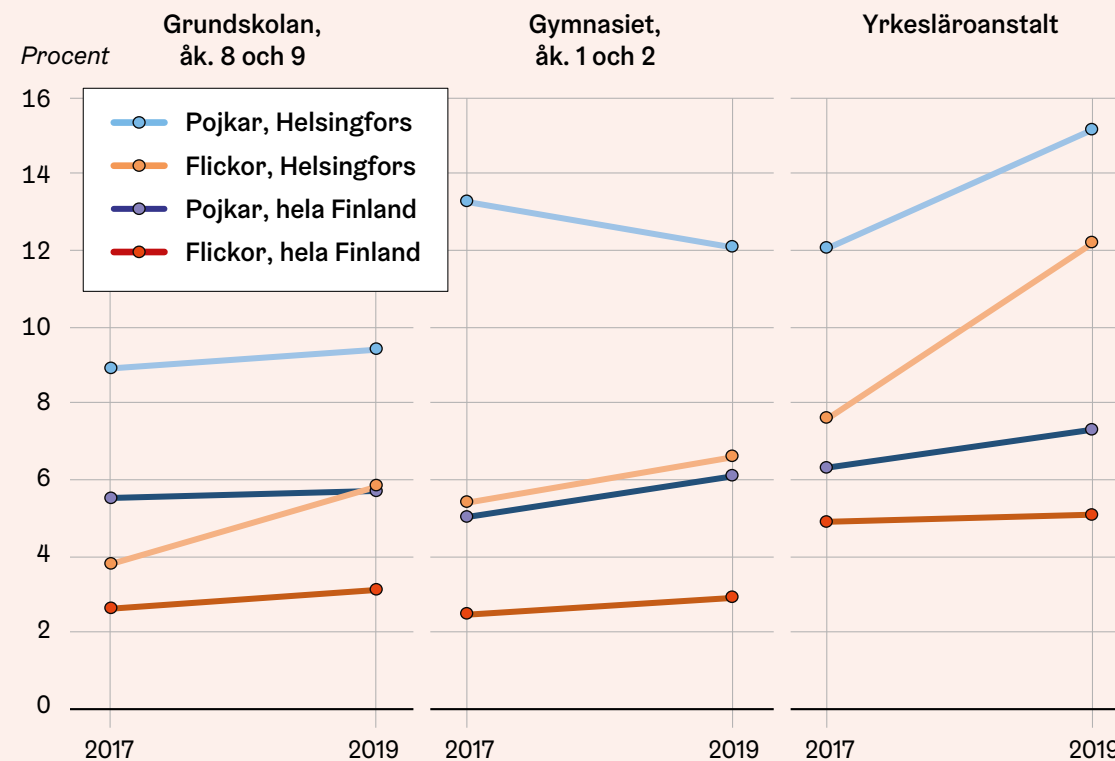
Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors





Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 8.** Andel (%) elever som provat på cannabis, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 9.** Andel (%) elever som använt cannabis under de 30 dagarna strax före enkäten, enligt utbildningsnivå och kön, Helsingfors och hela Finland.

### Andel som använt cannabis under de 30 dagarna strax före enkäten

Andelen som använt cannabis under de 30 dagarna strax före enkäten beskriver regelbundnare bruk än att bara pröva på, och då är andelarna förstås mindre. Dessa andelar hade i huvudsak vuxit mellan åren 2017 och 2019 (Figur 9).

### Prova cannabis vanligare bland dem som dricker alkoholdrycker

Att pröva på cannabis är mycket vanligare bland sådana unga som intar alkoholdrycker regelbundet (Figur 10). I synnerhet i åk 8 och 9, där både alkoholbruk och cannabisprovning är mindre vanliga än bland äldre svarare, är sambandet mycket starkt. Av de åttonde- eller niondeklassare som dricker alkoholdrycker veckovis hade 68 procent provat på cannabis. Av deras jämnåriga som inte drack så ofta var andelen 12 procent.

**PÅ SAMMA** sätt är, oavsett utbildningsnivå, andelen som provat cannabis klart större bland dem som dricker i fyllsyfte (Figur 11). Det verkar alltså som om cannabis inte var ett alternativ till alkoholen, som det ibland antas, och att det är ungefär samma unga som använder bägge.

### Stora skillnader vid yrkesläroanstalter och gymnasier

Som vi konstaterat här är bruk av alla ovan nämnda rusmedel vanligare bland dem som går i yrkesläroanstalt än dem som går i gymnasiet. Störst är skillnaderna då det gäller daglig användning av tobaksprodukter. Om vi ser på enkäterna för hela Finland hade de som studerade vid yrkesläroanstalt 5,5 gånger så stor sannolikhet som gymnasisterna att röka cigaretter åren 2010–2011 (Ruokolainen och Mäki 2015). År 2017 hade yrkesläroeleverna en 3,7 gånger så stor

sannolikhet som gymnasisterna att använda tobaksprodukter (Mäki 2018), och den skillnaden ser ut att ha varit ännu större år 2019.

**FIGUR 12** visar förändringen mellan åren 2017 och 2019 i användandet av tobak bland eleverna vid de olika typerna av läroinrättning. Varken vid yrkesläroanstalterna eller gymnasierna hade flickornas användning av tobaksprodukter förändrats mellan 2017 och 2019. Bland pojkarna däremot hade den minskat. Men eftersom användandet av tobaksprodukter bland pojkar minskat förhållandevis mera i gymnasiet än vid yrkesläroanstalterna hade skillnaden mellan dessa läroinrättningstyper vuxit: år 2019 hade yrkesläroeleverna en inte mindre än 7,8 gånger större sannolikhet att använda tobaksprodukter.

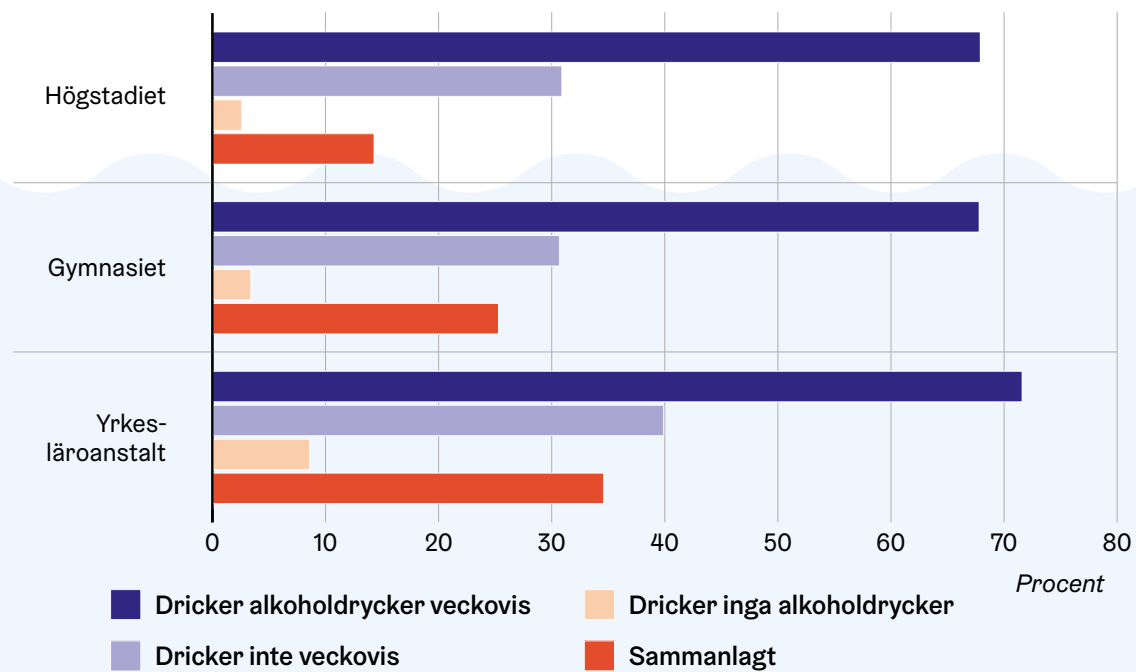
**TYPEN AV** läroinrättning ser fortfarande ut att klart förutspå användandet av såväl tobaksprodukter som andra rusmedel, vilket innebär utmaningar för både studenthälsovården, det förebyggande arbetet och hälsopolitiken om man vill minska på hälsoskillnaderna mellan olika befolkningsgrupper. Delvis kan det handla om en mera omfattande tudelning i hur man uppfattar hälsobeteende vid dels gymnasier, dels yrkesläroanstalter, och om skillnader i beteendekulturer och förändringar i dessa vanor. Bruket av tobaksprodukter har klart minskat, men om man inte ännu bättre än idag lyckas stöda ett mera hälsovänligt beteende bland alla unga kommer de socioekonomiska hälsoskillnaderna troligen att bestå.

### Rökning bland föräldrarna och psykiskt illamående hos unga förklarar rusmedelsanvändning

En skild webbartikel har genom analys av materialet från enkäten Hälsa i skolan tagit fram bakgrundsfaktorer till att unga använder rusme-

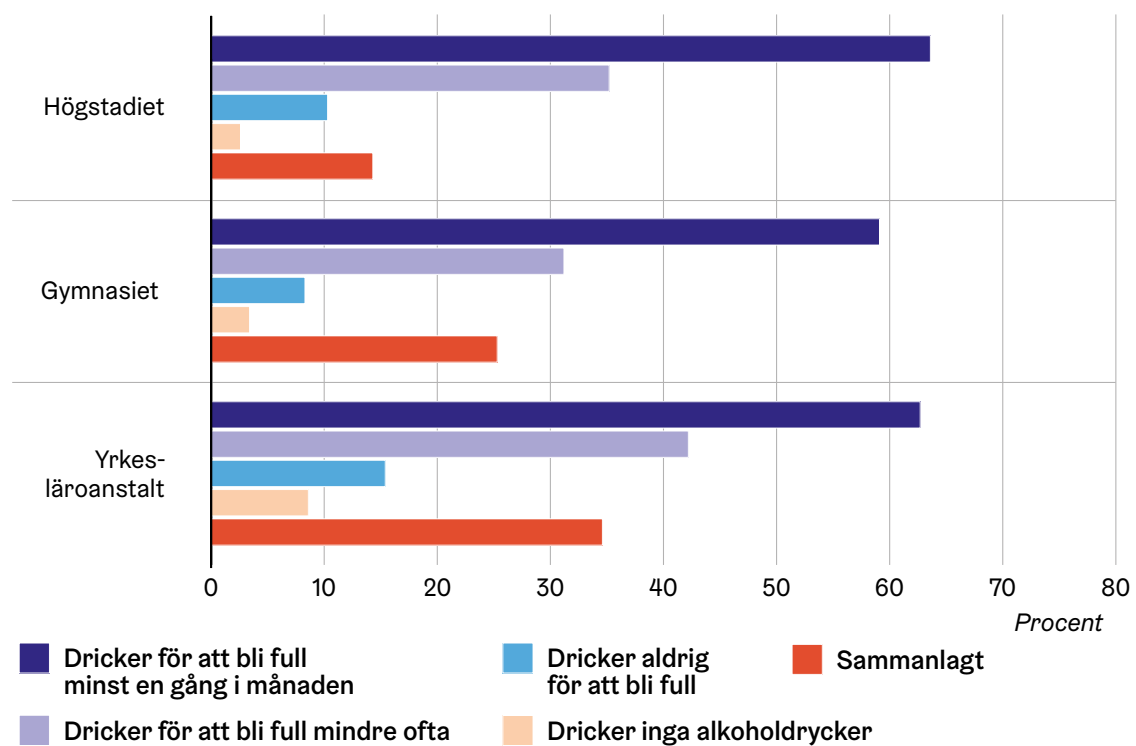
del (Mäki 2021). Enligt rönen har – bland de bakgrundsfaktorer som anknyter till hemmet – föräldrarnas, i synnerhet moderns, tobaksrökning ett klart samband med att unga människor använder tobaksprodukter. Att modern är tobaksrökare ökar också sannolikheten att barnet använder cannabis. De unga som inte bor med någondera föräldern har en större sannolikhet än andra unga att använda tobak och cannabis. Det slags överstor alkoholkonsumtion bland föräldrarna som förorsakar skada har i sin tur samband med att unga använder cannabis.

**BLAND DE** faktorer som anknyter till de ungas hälsotillstånd eller välmående har en måttlig eller hög grad av ångest samband med tobaksanvändning och fyllerrikat drickande. Att uppleva sin hälsa som medelmåttig eller dålig har koppling till cannabisbruk. Sambandet mellan rusmedelsbruk och att bli mobbad i skolan förklaras av de andra faktorer vi analyserade.



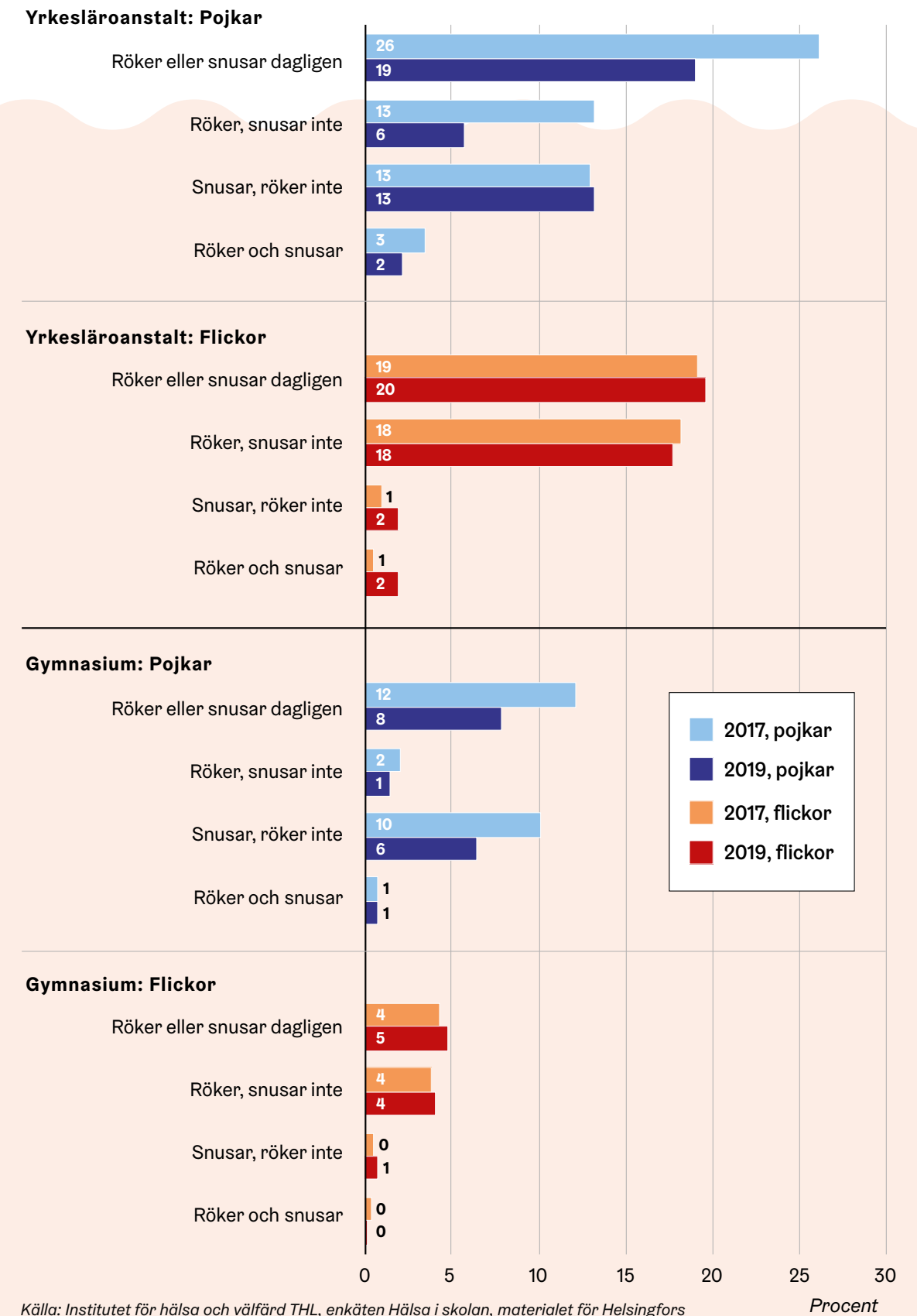
Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 10.** Andel (%) sådana unga i Helsingfors som minst en gång provat cannabis, enligt dels utbildningsnivå, dels huruvida de dricker alkohol veckovis, år 2019.



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 11.** Andel (%) sådana unga i Helsingfors som minst en gång provat cannabis, enligt dels utbildningsnivå, dels huruvida de dricker alkohol i berusningssyfte, år 2019.



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors

**FIGUR 12.** Andel (%) unga i Helsingfors som dagligen använder tobak eller snus, enligt utbildningsnivå och kön åren 2017 och 2019.



**ALLRA STARKAST** ökas sannolikheten för att använda tobak, dricka i fyllesyfte eller använda cannabis av att man använder något annat av dessa rusmedel. Sannolikheten att använda tobak är mer än trefald bland de unga som dricker i fyllesyfte och över tifold bland dem som prövat cannabis åtminstone två gånger. På samma sätt ökar tobaksanvändning och cannabisprovning sannolikheten för fylledrickande, och tobaksanvändning och fylledrickande har samband med cannabisprovning.

**TROTS ATT** man kan märka klara positiva trender i de ungas rusmedelsbruk framför allt då det gäller tobak och alkohol finns det i bakgrunden också sådana faktorer som kräver särskild uppmärksamhet om man vill förstå fenomenet och kunna rikta in alkohol- och drog-arbetet. Dels tycks en stor del av det minskade tobaksrökandet bland i synnerhet pojkar ha ersatts av snusande. Intressant blir ett såhär omfattande fenomen också därigenom att försäljning av snus förbjöds i Finland år 1995. För det andra har skillnaderna mellan de

olika typerna av läroinrättning förblivit ganska stora: rusmedelsbeteendet är överlag fördelaktigare bland gymnasister än bland yrkesläroelever. Även den förebild som föräldrarna ger har stor inverkan på barnens rusmedelsbruk. Men detta samband är inte bundet till rusmedlet i den meningen att till exempel störande alkoholmissbruk bland föräldrarna har ett samband med hur barnen använder cannabis.

**AVSLUTNINGSVIS ÄR** det viktigt att notera att användandet av de olika rusmedlen starkt anhopas till samma unga. Därför är de åtgärder som fokuserar på bara ett visst rusmedel isänder inte nödvändigtvis de framgångsrikaste, utan man borde utgå från användaren själv. Det som också talar för att möta en ung person som en helhet är att svagt hälsotillstånd och psykiskt illamående har samband med rusmedelsbruk. Trots att vi inte utgående från det material vi använt här kan avgöra om sådana svårigheter är en orsak till eller en följd av rusmedelsbruk bör även de skötas samtidigt som man försöker förebygga rusmedelsmissbruk. ■

#### Litteratur:

Mäki N. Rökning bland unga har minskat – skillnaderna mellan studeranden i gymnasier och vid yrkesläroanstalter fortsättningsvis mycket stora. Kvartti, 2018(4): 110–117.

Mäki N: Eri päihteiden käyttö kasautuu Helsingissä samoille nuorille. Webbartikel, Kvartti.fi, 2021. <https://www.kvartti.fi/artikkelit/eri-paihteiden-kaytto-kasautuu-helsingissa-samoille-nuorille>

Määttä, S. Kouluterveyskysely 2019 – katsaus Helsingin tuloksiin. [”Enkäten Hälsa i skolan 2019 – översikt av rönen för Helsingfors.”] Statistik 2019:13. Helsingfors: Helsingfors stadskansli.

Ruokolainen O. & Mäki N. Koulutuksellinen asema ja päihteiden käyttö nuorilla: erot ammatillisessa oppilaitoksessa ja lukiossa opiskelevilla. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2015:52(1);47–59.

Pol. dr, docent **Netta Mäki** verkar som specialforskare vid Helsingfors stadskansli.

”

*Enligt rönen har – bland de bakgrundsfaktorer som anknyter till hemmet – föräldrarnas, i synnerhet moderns, tobaksrökning ett klart samband med att unga människor använder tobaksprodukter.*

# Regelbunden motion främjar unga människors psykiska välbefinnande

– även ifall de upplever  
familjens ekonomiska  
situation som svag

## ● SUVI MÄÄTTÄ

Det finns ett samband mellan hur unga i Helsingfors upplever sin familjs ekonomiska situation och hur mycket de dels motionerar, dels upplever ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom och skoltrötthet.

**S**vårigheter med den psykiska hälsan, såsom ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom och skoltrötthet har blivit vanligare än förr bland unga i Helsingfors. Detta framgår av Institutet för hälsa och välfärd THLs enkät Hälsa i skolan. Dessutom är många av dessa problem vanligare bland unga i Helsingfors än i hela Finland i genomsnitt. (Määttä, 2019)

**FRÅN TIDIGARE** forskning vet vi att fysisk aktivitet alias motion främjar psykiskt välbefinnande och minskar risken för oroskänslor, depression och ensamhetskänslor (Biddle et al. 2019; Pels & Kleinert, 2016). På samma grunder vet vi att föräldrarnas utbildning och/eller inkomstnivå har samband med ungas motionerande och psykiska välbefinnande. Med lite andra ord löper sådana unga vars föräldrars utbildning eller inkomstnivå är låg större risk för mentala problem, och de motionerar sannolikt också mindre än andra (O'Donoghue et al. 2018; Reis et al. 2013). Att alla dessa faktorer – inkomstnivå, motion och psykiskt välbefinnande – undersökts samtidigt är mindre vanligt (Maenhout et al. 2020). I och för sig vet vi att det bland vuxenbefolkningen i Helsingfors finns ett samband mellan, å ena sidan, hur man upplever sin egen inkomstnivå och, å andra sidan, upplevd hälsa, brist på motion och övriga levnadsvanor (Mäki & Ahlgren-Leinvuo, 2020), men om sambandet mellan hur unga upplever sin familjs ekonomiska situation och hur bra de mår finns inga fakta.



### Variabler använda vid studien

- **Motioneringen** bygger på en fråga där eleverna uppgav hur många dagar i veckan de fick motion åtminstone i en timme. Det fanns olika svarsalternativ, allt mellan '0 dag' och '7 dagar'
- **Ensamheten** bygger på elevernas uppskattning av hur ofta de upplever sig ensamma. Vid denna studie jämfördes de som kände sig ensamma 'ganska ofta' eller 'hela tiden' med de andra (grundskoleleverna 11,9 %, andra stadiets elever 13,4 %).
- **Som måttliga eller svåra oroskänslor** klassas att en svarare fått minst tio poäng på grundval av sju frågor vid en mätning med GAD-7 (grundskolelever 15,7 % och elever på andra stadiet 16,8 %).
- **Som depressionssymptom** som pågått i minst två veckor klassas det att få minst en poäng på frågorna i mätaren PHQ-2 (grundskolelever 19 % och elever på andra stadiet 21,1 %). Sistnämnda mätare lämpar sig för screening av depression, bedömning av depressionssymptomens gravhet samt följning av vårdeffekt eller av förändring, men inte för att diagnosticera depression.
- **Skoltrötthet** är en indikator bestående av tre frågor, nämligen 'Det känns som om jag drunknade i skolarbete', 'Det känns som om mitt skolarbete inte längre spelar någon roll' och 'Mitt skolarbete ger mig en känsla av otillräcklighet' (grundskoleleverna 18,2 % och andra stadiets elever 17,8 %).
- Mera om variablerna kan man läsa på skolhälsoenkätens hemsidor ([https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset2](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset2)).

**FÖRELIGGANDE STUDIE** granskar sambanden bland unga mellan motionering, psykiskt välbefinnande och familjens av eleven upplevda ekonomiska situation. Vi utgår från svaren vid THLs skolhälsoenkät 2019 från elever i Helsingfors i grundskolans årskurser åtta och nio (här 'grundskoleleverna') och under 21 år gamla elever på andra stadiets årskurser ett och två.

### Sådana unga som är nöjda med sin familjs ekonomiska situation motionerar regelbundnare och har mindre problem med den mentala hälsan

I första skedet av analysen granskades sambandet mellan dels hur de unga upplevde sin familjs ekonomiska situation, dels deras motionerande och psykiska välbefinnande (indikatorerna Ensamhet, Måttliga eller svåra oroskänslor, Depressionssymptom som pågått i minst två veckor, och Skoltrötthet). Svaren på de ursprungliga fem frågorna föranledde en tredelning i hur familjens av eleven upplevda ekonomiska situation fördelade sig. Tabell 1 visar andelarna i olika årskurser. I detta första analyskedet hade motioneringen två klasser: dels de som fick minst en timmes motion om dagen, dels de andra. Som metod användes en logisk regressionsanalys som förutspår sannolikheten för att olika saker ska hända. Som exempel utreds sannolikheten för att sådana unga som upplevt sin familjs utkomst som mycket god ska motionera minst en gång per dag, jämfört med de unga som upplevt familjens utkomst som på sin höjd 'måttlig'. Analyserna i det första skedet standardiserades med de ungas kön och föräldrarnas utbildningsnivå (den som svararna uppgivit). Därmed eliminerades alltså verkan av dessa faktorer, i syfte att kunna analysera de självständiga sambanden mellan familjens ekonomiska situation och motionerandet.

**DE GRUNDSKOLELEVER** och andra stadiets elever som tyckte deras familjs ekonomiska situation var 'mycket bra' hade större sannolikhet att motionera minst en timme per dag än de unga som upplevde sin familjs ekonomi som på sin höjd 'måttlig' eller 'ganska bra'. Någon liknande skillnad kunde inte ses på någotdera utbildningsstadiet vid en jämförelse sinsemellan av dem som upplevde familjens ekonomi som 'ganska bra' eller på sin höjd 'måttlig'. Även Figur 1 åskådliggör skillnaderna i elevernas motionering enligt familjens av eleven upplevda ekonomi.

**TABELL 1** presenterar också sambanden mellan upplevd ekonomisk situation och indikatorerna för psykiskt välbefinnande. I korthet kan vi konstatera att sådana unga som upplevde sin familjs ekonomiska situation som på sin höjd 'måttlig' har större sannolikhet än de andra att känna ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom eller skoltrötthet.

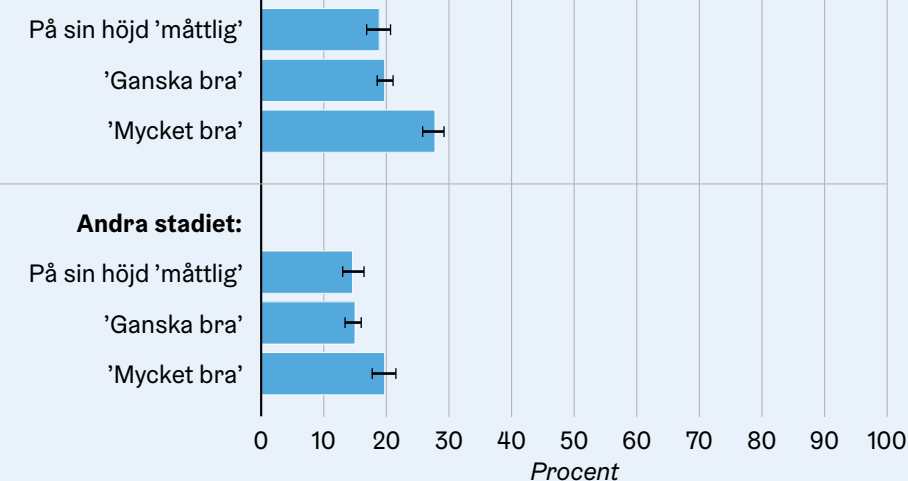
**TABELL 1.**

**Sambandet mellan elevens familjs upplevda ekonomiska situation och elevens psykiska välbefinnande standardiserat med kön och föräldrarnas utbildningsnivå. De statistiskt signifikanta skillnaderna mörkmarkerade.**

Utbildningsstadium	Elever som motionerar minst en timme per dag	Ensamhet	Oroskänslor	Depressions-symptom	Skoltrötthet
<b>Högstadiet</b>					
Familjens ekonomiska situation					
På sin höjd 'måttlig' (21,3%)	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
'Ganska bra' (45%)	1,04	<b>0,54</b>	<b>0,45</b>	<b>0,45</b>	<b>0,43</b>
'Mycket bra' (33,7%)	<b>1,58</b>	<b>0,38</b>	<b>0,35</b>	<b>0,31</b>	<b>0,31</b>
<b>Andra stadiet</b>					
Familjens ekonomiska situation					
På sin höjd 'måttlig' (27,6%)	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
'Ganska bra' (44,3%)	1,03	<b>0,51</b>	<b>0,53</b>	<b>0,53</b>	<b>0,52</b>
'Mycket bra' (28,1%)	<b>1,46</b>	<b>0,31</b>	<b>0,33</b>	<b>0,39</b>	<b>0,39</b>

Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors.

### Grundskolans högstadium:



Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors.

**FIGUR 1.**

**Andelar (%) grundskolelever (åk 8 o 9) resp. andra stadiets studerande som motionerar minst en timme per dag, enligt hur de upplever familjens utkomst.**

## Regelbunden motionering minskar sannolikheten för problem med det psykiska välbefinnandet

I det följande granskades dels sambanden mellan de ungas motionerande och ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom och skoltrötthet (modell 1), dels motionens och den upplevda ekonomiska situationens samband med motsvarande indikatorer för psykiskt välbefinnande (modell 2). Rönen läggs fram i Tabell 2. Analyserna standardiserades med kön och den utbildningsnivå hos föräldrarna som de unga uppgivit. Skillnaderna mellan modellerna 1 och 2 är att bara Modell 2 innehåller familjens av eleven upplevda ekonomiska situation.

TABELL 2.

**Sambanden mellan dels de ungas motionering och deras upplevelse av familjens ekonomiska situation, dels indikatorerna för psykisk hälsa (standardiserade för könets och föräldrarnas utbildning, de statistiskt signifikanta sambanden mörkmarkerade).**

Utbildningsstadium		Ensamhet	Oroskänslor	Depressions-symptom	Skoltrötthet
<b>Högstadiet</b>					
Modell 1:	motionering	0,83	0,87	0,83	0,90
Modell 2:	motionering	0,84	0,89	0,84	0,92
	Familjens av eleven upplevda ekonomiska situation				
	På sin höjd 'måttlig'	1,00	1,00	1,00	1,00
	'Ganska bra'	0,57	0,46	0,47	0,45
	'Mycket bra'	0,43	0,38	0,35	0,33
<b>Andra stadiet</b>					
Modell 1:	motionering	0,86	0,91	0,88	0,94
Modell 2:	motionering	0,88	0,92	0,89	0,95
	Familjens av eleven upplevda ekonomiska situation				
	På sin höjd 'måttlig'	1,00	1,00	1,00	1,00
	'Ganska bra'	0,52	0,54	0,54	0,53
	'Mycket bra'	0,33	0,35	0,41	0,40

Källa: Institutet för hälsa och välfärd THL, enkäten Hälsa i skolan, materialet för Helsingfors.

**ATT DÖMA** av Modell 1 minskade både i grundskolan (här alltså åk 8 o 9) och på andra stadiet regelbundnare motionering sannolikheten för upplevd ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom och skoltrötthet. Då familjens av eleven upplevda ekonomiska situation lagts till i analysen (Modell 2) fanns sambandet kvar mellan regelbunden motion och lägre sannolikhet att uppleva ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom eller skoltrötthet. Likaså hade sådana unga på bägge utbildningsstadierna som upplevt familjens ekonomiska situation som bättre, större sannolikhet att uppleva mindre ensamhet, oroskänslor, depressionssymptom eller skoltrötthet (då motionen hade standardiserats bort, Modell 2). Således har både motioneringen och den upplevda ekonomiska situationen självständiga samband med indikatorerna för psykiskt välbefinnande.

**TILL SIST** testades hurdan sammanlagd verkan familjens av eleven upplevda ekonomiska situation och motioneringen hade på indikatorerna för psykiskt välbefinnande. Rönen visar att regelbunden motion är viktig för det psykiska välbefinnandet både för sådana unga som upplever sin familjs ekonomiska situation som 'mycket bra' och för sådana som upplever den som 'ganska bra' eller på sin höjd 'måttlig'.

## Regelbunden motion viktig för det psykiska välbefinnandet

Föreliggande studie bestyrker tidigare forskningsrön om motionens betydelse för psykiskt välbefinnande (Biddle et al. 2019). Men det som är unikt i studien är att det psykiska välbefinnandet granskades med hjälp av flera olika indikatorer. Dessutom kommer studien med nya rön om sambanden mellan, å ena sidan, familjens av eleven upplevda ekonomiska situation och, å andra sidan, motionering och psykiskt välbefinnande. Rönen understryker att regelbundet motionerande minskar sannolikheten för upplevda oroskänslor, depressionssymptom, ensamhet och skoltrötthet. Samtidigt kunde konstateras att en av eleven upplevd 'mycket bra' ekonomisk situation i familjen minskar sannolikheten för dessa problem med det psykiska välbefinnandet jämfört med de unga som tycker deras ekonomiska situation är på sin höjd 'måttlig' eller 'ganska bra'. Ändå ändrade den av eleven upplevda ekonomin i familjen inte på sambanden mellan motion och psykiskt välbefinnande. Regelbunden motion är alltså viktig för det psykiska välbefinnandet oberoende av hur eleven upplever familjens ekonomi. Men det kan tänkas att sådana unga som bedömer sin familjs utkomst som på sin höjd 'måttlig' behöver mera eller annorlunda uppmuntran till regelbunden motion och skötsel av sitt psykiska välbefinnande, eftersom de i varje fall motionerar mindre och upplever mera problem med det psykiska välbefinnandet än de som bedömer sitt ekonomiska läge som bättre.

**EFTERSOM DET** handlar om en tvärsnittsstudie är det svårt att avgöra åt vilket håll sambanden går. Det är alltså till ex-

empel möjligt att ensamma motionerar mindre. I föreliggande material korrelerar alla indikatorer för psykiskt välbefinnande sinsemellan. Till exempel ensamhet korrelerar med depressionssymptom, oroskänslor och skoltrötthet. På grund av upplägget går det alltså inte att avgöra huruvida någon av indikatorerna för psykiskt välbefinnande förorsakar de övriga symptomen. Som exempel förebådar ensamhet i barndomen och ungdomens depressionssymptom senare i livet, och samtidigt ökar depressionssymptom i ungdomen ensamheten som vuxen (Qualter, 2009; Hawkey, 2010).

**PROBLEMEN MED** det psykiska välbefinnandet är ofta övergripande upplevelser genom att de tar över tidsanvändningen och stjälar energi från vardagssysslorna, till exempel motionen. En viktig faktor att notera är hur frågan om motion är formulerad: den handlar om i synnerhet hur regelbundet och upprepat man motionerar. Regelbundnare motionering vänder bort uppmärksamheten från dystra tankar och upptar mera tid, och då blir det mindre tid över för till exempel depressiva tankar (t.ex. Kandola et al. 2020; Harvey et al. 2018; Waller, 2016). Som känt frigör motionering så kallade lyckohormoner alias endorfiner i organismen, och minskar halterna av så kallat stresshormon alias kortisol, och detta påverkar humöret och det psykiska välbefinnandet positivt (Basso & Suzuki, 2017). Dessutom innebär motionerandet ofta också socialt stöd, om det sker i grupp eller med en kompis. Ändå visar tidigare forskning att regelbundenheten i motionerandet är viktigare för det psykiska välbefinnandet än sättet att motionera (t.ex. i grupp vs. ensam) eller hur intensiv motionen är (t.ex. lugn eller rask) (t.ex. Kandola et al. 2020; Waller et al., 2016). Den centrala rekommendationen även i föreliggande artikel är att främja regelbunden motion bland unga i Helsingfors.

**VÅR STUDIE** ger också ny kunskap om vilken roll familjens av eleven upplevda ekonomiska situation spelar för motionerandet och det psykiska välbefinnandet. Trots att tidigare forskning visat att barn till föräldrar med lägre utbildnings-

och inkomstnivå motionerar mindre och har mera bekymmer med sitt psykiska välbefinnande (O'Donoghue et al. 2018; Reis et al. 2013), har det forskats mindre i vilken roll de ungas uppfattning om familjens ekonomiska situation spelar i sammanhanget. Familjernas disponibla inkomster i euro per månad säger inte alltid allt om den ekonomiska situationen: samma disponibla summa kan användas på olika sätt i olika familjer, och detta avspeglar sig på individens upplevelse. En subjektiv uppfattning återspeglar individens uppfattning om sin sociala ställning gentemot de andra i en grupp. Till exempel de unga relaterar sin egen familjs ekonomiska situation till andra ungas familjer i närkretsen. Det handlar alltså om en relativ jämförelse, och den kan ha större betydelse för en individs självbild än den reella, objektivt mätta, ställningen i samhället. Största delen av de unga bedömer sin familjs ekonomiska situation som åtminstone 'måttlig'. Av grundskoleleverna (här alltså åk 8 o 9) bedömer bara 0,9 procent att deras familjs ekonomi är 'mycket dålig', och 3,5 procent att den är 'ganska dålig'. På andra stadiet är andelen som upplever familjens ekonomi som 'mycket dålig' 1,0 procent och den andel som upplever den som 'ganska dålig' 5,4 procent. Det vore intressant att kunna jämföra sådan kunskap om inkomst och motionering som bygger på individuell uppfattning med sådan som fås fram med objektiva mätare.

**PSYKISKT VÄLBEFINNANDE** är ett mångfacetterat fenomen. Det påverkas av många fysiska, psykosociala och sociala faktorer. Föreliggande studie fokuserade på motionering, men lika viktiga för psykiskt välbefinnande kan också andra fritidssysslor och hälsosamma vanor (t.ex. regelbunden sömnrytm) vara. Tyvärr kunde vi inte göra en motsvarande analys för grundskolans lågstadierna som för de övriga utbildningsstadierna, eftersom lågstadieleverna inte tillfrågats om sin uppfattning om föräldrarnas ekonomi. Men, utan att precisera närmare, kan konstateras att regelbundnare motion även bland lågstadieleverna minskade sannolikheten för upplevd ensamhet, skoltrötthet och psykiska symptom. I vilket fall som





helst är daglig motionering ett bra sätt att värna om sitt psykiska välbefinnande både för barn och unga. ■

**Suvi Määttä** arbetar som forskare vid enheten stadsforskning och -statistik inom Helsingfors stadskansli.

#### Litteratur:

Basso, J. C., & Suzuki, W. A. (2017). The Effects of Acute Exercise on Mood, Cognition, Neurophysiology, and Neurochemical Pathways: A Review. *Brain plasticity (Amsterdam, Netherlands)*, 2(2), 127–152. <https://doi.org/10.3233/BPL-160040>

Biddle, S.J.H, Ciaccioni, S., Thomas,G. & Vergeer,I. 2019. Physical activity and mental health in children and adolescents: an updated review of reviews and an analysis of causality. *Psychology of Sport & Exercise*, 42, 146-155.

Harvey SB, Øverland S, Hatch SL, Wessely S, Mykletun A, Hotopf M. Exercise and the Prevention of Depression: Results of the HUNT Cohort Study. *Am J Psychiatry*. 2018 Jan 1;175(1):28-36. doi: 10.1176/appi.ajp.2017.16111223.

Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine : a publication of the Society of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>

Kandola, A., Lewis, G., Osborn, D.P.J, Stubbs, B. & Hayes, J.F. 2020. Depressive symptoms and objectively measured physical activity and sedentary behavior throughout adolescence: a prospective cohort study. *Lancet Psychiatry*, 7, 262-271.

Maenhout, L., Peuters, C., Cardon, G. et al. The association of healthy lifestyle behaviors with mental health indicators among adolescents of different family affluence in Belgium. *BMC Public Health* 20, 958 (2020). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09102-9>

Mäki, N. & Ahlgren-Leinvuo, H. 2020. Helsingkiläisten terveys, sairastavuus ja elintavat. [”Om helsingforsbornas hälsa, sjuklighet och levnadsvanor.”] *Statistik* 2020:5. Helsingfors stad, Stadsforskning och -statistik.

Määttä, S. 2019. Kouluterveyskysely 2019 – katsaus Helsingin tuloksiin. [”Enkäten Hälsa i skolan 2019 – översikt av rönen för Helsingfors.”] *Statistik* 2019:13. Helsingfors stad, Stadsforskning och -statistik.

O’Donoghue, G., Kennedy,A.,Puggina,A., Aleksovska,K., Buck,C., Burns, C. ym. (2018). Socioeconomic determinants of physical activity across the life course: A determinants of diet and physical activity (DEDIPAC) umbrella literature review. *PloS one*, 13,1, e0190737. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190737>

Pels, F. & Kleinert, J. 2016. Loneliness and physical activity: A systematic review. *International review of sport and exercise psychology*, 9,1, 231-260, DOI: 10.1080/1750984X.2016.1177849

Qualter, Pamela & Brown, Stephen & Munn, Penny & Rotenberg, Ken. (2009). Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: An 8-year longitudinal study. *European child & adolescent psychiatry*. 19. 493-501. 10.1007/s00787-009-0059-y.

Reiss, F. 2013. Socioeconomic inequalities and mental health problems in children and adolescents: a systematic review. *Social Science & Medicine*, 90, 24-31.

Waller, K., Kaprio,J., Korhonen,T., Tuulio-Henriksson,A., Kujala, U.M. (2016). Persistent leisure-time physical activity in adulthood and use of antidepressants: A follow-up study among twins. *Journal of Affective disorders*, 200, 172-177.





**Kvartti** on Helsingin kaupunginkanslian julkaisema lehti, joka esittelee Helsinkiä ja Helsingin seutua koskevaa ajankohtaista tutkimus- ja tilastotietoa. Kvartti on suunnattu paitsi päätöksenteon tueksi Helsingin päättäjille ja suunnittelijoille, myös kaikille muille, jotka haluavat tarkemmin perehtyä kaupunki-ilmiöitä koskevaan tietoon. Lehti on suomen- ja ruotsinkielinen, ja kerran vuodessa ilmestyy lisäksi englanninkielinen numero **Helsinki Quarterly**. Quarterly pyrkii palvelemaan lukijoita ja yhteistyökumppaneita kansainvälisesti.

# Kvartti

NELJÄNNESVUOSIJULKAISU • KVARTALSPUBLIKATION

04  
2020

**Päätoimittaja**

**Timo Cantell**  
puh. 09 310 73362  
timo.cantell@hel.fi

**Toimitus**

**Teemu Vass**  
puh. 09 310 64806  
teemu.vass@hel.fi

**Osoite**

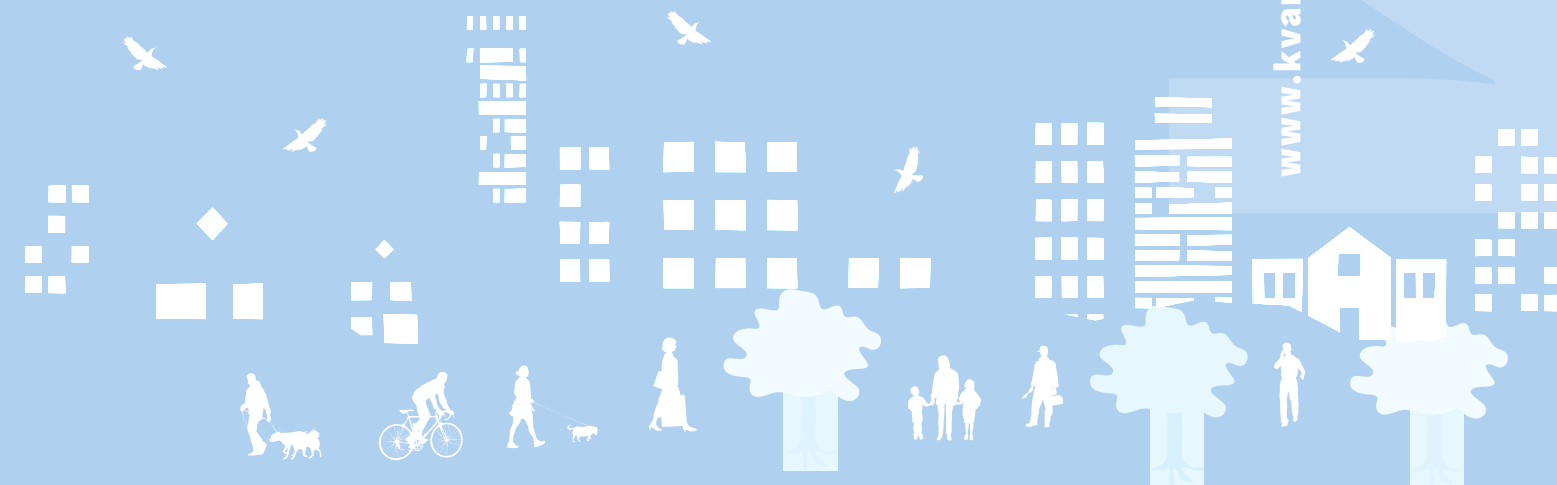
Kaupunginkanslia  
Kaupunkitieto  
PL 550, 00099 Helsingin kaupunki

**Käyntiosoite**

Ympyrätalo,  
Siltasaarenkatu 18–20 A, 5. krs.

**Internet**

[www.hel.fi/kaupunkitieto](http://www.hel.fi/kaupunkitieto)





# Kvartti

04  
2020

## SISÄLLYS

### **Pääkirjoitus:**

Korona verottaa Helsingin väestönkasvua mutta tuskin pysyvästi

### **Pekka Vuori**

Syntyvyyden pudotus käänsi lasten määrän laskuun Helsingissä

### **Keskustelu:**

Monipaikkainen asuminen tuo lisää sävyjä kaupungistumiskeskusteluun

### **Vesa Keskinen & Jukka Hirvonen**

Helsinki-barometri:  
Huolestuneisuus koronan vaikutuksista lisääntynyt

### **Netta Mäki**

Nuorten kannabiskokeilut Helsingissä muuta maata yleisempiä  
– tupakointi ja alkoholinkäyttö entistä vähäisempää

### **Suvi Määttä**

Säännöllinen liikkuminen edistää nuorten mielen hyvinvointia  
– myös perheen taloudellisen tilanteen heikoksi kokevilla

[www.kvartti.fi](http://www.kvartti.fi)

Helsinki  
Helsingfors