

HÖR DE UNGAS RÖST!

**26 önskningsar från de unga
till beslutfattare**





En pamflett om slututtalanden av Digiraati-diskussioner som Röda Korsets De Ungas skyddshus organiserat.

Arbetsgruppen: Sara Nurmilaukas, Satu Rantakärkkä, Henriika Lassinharju, Erika-Evely Ee Eisen och Ida Valpas.

Text: Ida Valpas, Sara Nurmilaukas, Satu Rantakärkkä, Päivi Honkatukia och Leena Suurpää.

Layout: Pauliina Vuorinen, Guilty Designers Club.

Den digitala pamfletten: bit.ly/kuule-nuorten-aani

ISBN 978-951-658-217-0 Hör de ungas röst! 26 önskingar från de unga till beslutfattare, finska, tryckt

ISBN 978-951-658-218-7 Hör de ungas röst! 26 önskingar från de unga till beslutfattare, finska, elektronisk

ISBN 978-951-658-219-4 Hör de ungas röst! 26 önskingar från de unga till beslutfattare, svenska, elektronisk

ISBN 978-951-658-220-0 Hör de ungas röst! 26 önskingar från de unga till beslutfattare, engelska, elektronisk

Trinket, Helsingfors 20233

4 Vad är Digiraati?

6 Förord: De ungas tankar som hjälp för beslutsfattande

9 Inlägg: Deltagande som de ungas rätt och som en källa till välbefinnande

13 Mer tjänster med låg tröskel för de unga – nu

16 Ensamhet gör en sjuk

19 Man föds inte som diskriminerande

22 Den unga på väg mot självständighet blir för ensam

25 Den unga behöver möjligheter att påverka

29 Källor

Vad är Digiraati?

DIGIRAATI.FI ÄR EN DEMOKRATISK tjänst som upprätthålls av justitieministeriet. Syftet med tjänsten är att ge alla under 29 år en kanal för påverkan respektive möjlighet att få sin röst hörd i viktiga frågor som gäller dem. Diskussionerna är anonyma och i dem följs principerna för tryggare rum. De centrala tankarna sammanfattas i ett offentligt uttalande på Digiraati.fi-webbplatsen.

Till exempel ministerier, kommuner, välfärdsområden, andra myndigheter eller medborgarorganisationer kan ordna paneler. Ibrukttagandet av Digiraati-diskussionerna stöds av Kompetenscentret för ungas delaktighet och Koordinaatti, och paneler har ordnats av bland annat De ungas akademi, Röda Korsets De Ungas skyddshus och SOS Barnbyar i Finland.

Digiraati-paneler på Röda Korsets de Ungas skyddshus

Röda Korsets De Ungas skyddshus hjälper unga och deras närstående på fem olika orter samt på nätet över hela landet. De Ungas skyddshus ordnar för unga tillfällig inkvartering, stöd vid självständighetsprocessen och samtalshjälp såväl för de unga som deras närstående.

Digiraati är en av möjligheterna för frivilligverksamhet och samhällsaktivitet som De Ungas skyddshus erbjuder, och de har genomförts från och med hösten 2020. Panelerna är handledda diskussioner, i vilka vanligen 10–15 ungdomar deltar. I Digiraati-panelerna på De Ungas skyddshus är utgångspunkten för diskussionen ett ämne som intresserar de unga, som en regnbågspersons ungdom, psykisk hälsa och självständighetsprocessen.

Paneldiskussionerna är riktade särskilt till dem vems röst annars inte skulle bli hörd i samhället, och för vilka samhällelig påverkan inte är känd. Diskussionerna är handledda i huvudsak av utbildade frivilliga och praktikanter på De Ungas skyddshus.

Om du är intresserad av att ordna Digiraati-diskussioner eller att höra mer om Digiraati-panelerna på De Ungas skyddshus, kontakta Satu Rantakärkkä: satu.rantakarkka@redcross.fi.



Läs mer om De Ungas skyddshus:

Nuortenturvatalo.fi

 [@nuortenturvis](https://www.instagram.com/nuortenturvis)

 [@nuortenturvis](https://www.tiktok.com/@nuortenturvis)

 [De Ungas skyddshus, Röda Korset](https://www.facebook.com/DeUngasSkyddshus)

Läs mer om Digiraati-panelerna:

Digiraati.fi

 [@digiraadit](https://www.instagram.com/digiraadit)



De ungas tankar som hjälp för beslutsfattande

”Jag anser även att många intressanta utmaningar får plats i framtiden och att jag vill vara med i att fundera och skapa den nya riktningen av vår framtid :)” – EN UNGDOM SOM DELTOG I DIGIRAATI

I DENNA PAMFLETT har vi samlat ihop de viktigaste meddelanden från alla Digiraati-diskussioner, som Röda Korsets De Ungas skyddshus hittills har organiserat. Tack vare Digiraati har vi mycket kunskap om de ungas tankar, önskningskrav och krav. Vi samlade dem i ett och samma omslag, för att du, som fattar beslut om frågor beträffande de ungas liv, utvecklar tjänster för de unga eller möter de unga, skulle ha en möjlighet att beakta dem i ditt arbete.

De unga har rätt att bli hörda i beslutsfattandet. Att höra deras röst hjälper att förstå utmaningarna som de unga möter och att fatta hållbara och jämställda beslut. I diskussionerna återkommer ofta erfarenheter av ensamhet, otillräckliga tjänster och dåliga möten eller i värsta fall brist på möten. I varje Digiraati-diskussion har det ändå funnits hopp om bättre och förslag till hur man kunde förbättra sakerna – och viktigast av allt, de ungas vilja att vara med, höra till olika samfund och medverka i saker som är viktiga för dem själva och för andra.

De unga i Digiraati-panelerna är solidariska. De vill att alla mår bra och lyfter fram, hur viktiga olika minoritetsgruppers rättigheter är. Påverkandet ankommer inte bara på dem som kan bilda förfinade tankar. De unga vill ha och kräver stöd för påverkandet.

De ungas skyddshus började organisera Digiraati, eftersom vi ville erbjuda en möjlighet att delta och påverka även för de unga som inte blir hörda på andra sätt. Redan från början har vi velat ge de unga både en möjlighet att bli hörda och delta i organisering av Digiraati-paneler som förberedare, kommunikatörer och samtalsledare.

Vi tog önskingar av våra unga kunder som ett rättesnöre för påverkandet på nätet. Det ska vara framför allt tryggt, betydelsefullt, lätt och gärna anonymt. Anonymitet är viktigt eftersom alla unga inte kan komma till platsen fysiskt och tröskeln att berätta om sina tankar med eget ansikte och namn är för hög. Detta kan påverka erfarenheter om att den egna rösten inte har spelat någon roll eller att man inte tidigare har blivit hörd och bemött.

Temana för Digiraati-diskussionerna har till största delen kommit direkt från de unga. De unga önskar ofta diskussioner om till exempel ensamhet och mentalvårdstjänster, men även om klimatförändring och demokrati. Det är viktigt att vi inte ger ordet till de unga bara då vi tänker att temat berör deras liv. De unga ska vara med i samhälleliga diskussioner i stor utsträckning, eftersom det är svårt att tänka sig en sak som inte skulle beröra de unga för tillfället eller inte skulle ha någonting att göra med deras framtid.

I denna pamflett hittar du meddelanden från de unga om fem teman: ensamhet, tjänster med låg tröskel, icke-diskriminering, självständighetsprocessen och påverkandet. I varje avsnitt finns det direkta citat ur Digiraati-diskussionerna samt faktablad om temana. Du kan läsa avsnitten i ordning eller välja det som är mest intressant först. I pamfletten finns det även information om Digiraati och De Ungas skyddshus samt ett inlägg där de ungas tankar reflekteras i aktuell ungdomsforskning.

Den här pamfletten finns tryckt på finska och elektroniska versioner av den har publicerats på finska, svenska och engelska. De finns på adressen: bit.ly/kuule-nuorten-aani.

De Ungas skyddshus samt flera andra organisationer ordnar ständigt Digiraati-diskussioner. Om varje Digiraati-diskussion skrivs det ett slututtalande som sammanfattar diskussionen som förts med de unga. Alla slututtalanden om diskussionerna hittar du på adressen digiraati.fi.

Tack till Kompetenscentret för ungas delaktighet, Forskningsprojektet ALL-YOUTH samt alla de organisationer och personer, med vilka vi får göra Digiraati en ännu bättre, mer tillgänglig och likvärdig plats för de unga att påverka och delta i. Tack till undervisnings- och kulturministeriet för finansieringen av Digiraati och till justitieministeriet för utvecklingen av Digiraati-tjänsten.

Det största tacket går till ungdomarna, frivilliga och praktikanterna som deltagit i Digiraati-diskussionerna. Utan er skulle inte en enda Digiraati ha genomförts.

Satu Rantakärkkä,

Utvecklare av de ungas frivilligverksamhet,
De Ungas skyddshus, Röda Korset



Deltagande som de ungas rätt och som en källa för välbefinnande

Barnets rätt att bli hörd stöds av bl.a. grundlagen (11.6.1999/731, 2§), ungdomslagen (1285/2016, 24§), i FN:s barnkonvention (12 artikel).

SOM EN UTGÅNGSPUNKT i Digiraati är, att varje ungdom har rätt att få sin röst hörd i sina egna samfund och i samhället, som den unika individ som hen är. Denna rätt har obestridliga grunder såväl i lagstiftningen som i internationella avtal. Ett individuellt deltagande i grupper som är viktiga för en själv, är förutom en rätt också ett mänskligt behov och en särskilt viktig dimension av välmående under ungdomsperioden ([Rättilä & Honkatukia 2022](#)).

Att lyssna på unga och ta dem på allvar i frågor som är viktiga för dem betyder både att ungdomarnas rättigheter blir förverkligade och att man bygger hållbart välbefinnande. Med hållbart välbefinnande avses att grundbehoven och rättigheterna till utkomst, tillhörighet, uppskattning och meningsfullt deltagande blir fullständigt förverkligade. Välbefinnandet är hållbart när dessa dimensioner av mänskligt välbefinnande är i balans sinsemellan och blir förverkligade rättvist i samfund, samhällen och i sista hand med beaktande av hela ekosystemets hållbarhet.

Denna pamflett är ett bevis på hur mycket ungdomarna har att säga om aktuella saker som pågår i samhället, beträffande till exempel minoritetsrättigheter, brister på social- och hälsovårdstjänster, nedskärningar i utbildning eller förebyggande av klimatförändringen.

Många meddelanden från de unga är kritiska. De förstärker förståelsen för aktuella samhällsliga problem som står i samband med varandra och som har identifierats även i större utsträckning. För att lösa dessa frågor behövs det ännu mycket arbete för att varje ungdoms rätt till hållbart välbefinnande och framtid skulle bli förverkligad.

I ungdomarnas inlägg betonas den viktiga betydelsen av sociala förhållanden under ungdomstiden. Å andra sidan gäller sociala relationer många slags uppgörelser och svårigheter. (Honkatukia et al, 2020.) Utmattning, ensamhet och att bli diskriminerad är beklagligt bekanta erfarenheter för många ungdomar. De ungdomar som varit med i Digiraati-diskussioner berättar om diskriminering som de upplever på grund av till exempel uttryckande av kön eller sexualitet, etnisk bakgrund eller sina förmågor (Salmi & Suurpää 2023).

Att bli utanför och ensamhet är tunga erfarenheter för många ungdomar, och kan ha långtgående verkningar. Ungdomarna i Digiraati beskriver den sorg, depression, jagbildens förvridning och de misstankar om den egna rätten att finnas till, som allt orsakats av ensamhet. Att bli diskriminerad kan vara skrämmande redan i förväg, vilket kan hindra ungdomen från att eftersträva saker som är viktiga för hen eller från att söka stöd, även om man skulle behöva det (Mietola et al 2022). Rädslan för diskriminering eller erfarenheter kan leda till isolering från viktiga grupper samt samhället och dess tjänster.

Många ungdomar som deltagit i Digiraati-diskussioner upplever att de inte får tillräckligt med stöd i dessa frågor av föräldrarna, lärarna eller andra vuxna (Kallio et al 2021). Ungdomstjänsterna är splittrade, och de unga anser att det finns alldeles för få skolhälsovårdare, kuratorer och psykologer. Tröskeln för att söka hjälp kan ibland vara onödigt hög, när trycket att klara sig själv är

stort och man känner skam för att man inte klarar sig själv. De unga har även behov av olika fritidslokaler där de kan träffa likasinnade och få vänner.

Det starka budskapet från de unga i Digiraati är att det är viktigt för olika aktörer i samhället – från social- och hälsovårdstjänster till polisen, skolor och organisationer – att förstå de ungas behov av tillhörighet och betydelsen av goda sociala förhållanden med tanke på tillväxten, att bli vuxen och välbefinnandet. Alla ungdomar har inte likvärdiga möjligheter eller resurser för att skapa och upprätthålla samhällsrelationer, men alla ungdomar har rätt att få hjälp att förstärka sina sociala förhållanden. Denna rätt hör till såväl minderåriga som ungdomar som fyllt 18 år.

De unga gör även viktiga observationer om ojämlika möjligheter att få stöd. Till exempel frågor om diskriminering identifieras bättre i vissa skolor och samfund än andra. På samma sätt gällande de ungdomar som sökt hjälp för till exempel psykiska- och missbruksproblem är erfarenheter av tillhörighet svagare, oavsett om man betraktar familje- och vänskapsförhållanden eller tillhörighet till skol- och fritidsgemenskaper. Även förtroendet för samhället är sämre hos de ungdomar som sökt hjälp, och de har också oftare erfarenheter av ensamhet. (Suurpää et al 2023.)

Ungdomar som håller på att bli vuxna förutsätts ha en förmåga att kryssa sig fram mot ett självständigt liv även då de inte har tillräckligt med krafter och resurser. För tillfället upplever flera ungdomar som söker hjälp att de blir mötta som ett problem eller en avvikande ungdom, om vägen till vuxenhet är krokig och inte följer den normativa modellen av levnadsloppet. De unga önskar få en möjlighet att bli mötta i samhället, tjänster och närmiljöer som hela människor, som har rätt och möjlighet att lyckas i sina liv, oavsett bakgrund och livssituation. Varje ungdom har en grundlagsenlig rättighet till ett tryggt liv och omsorg.

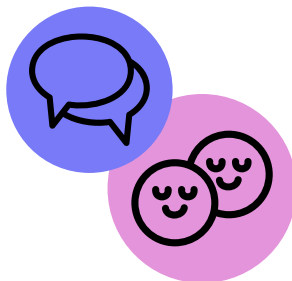
Ungdomarna berättar i Digiraati-diskussioner om sina personliga erfarenheter och om erfarenheter som de har märkt hos andra ungdomar. Trots att de är kritiska har dessa berättelser en positiv uppgift som främjar välbefinnandet. Digiraati är ett medel för att förstärka de ungas rätt till att delta i sociala diskussioner och i att söka lösningar som dem själva och ur deras egna perspektiv. I bästa fall fungerar de som en dialog mellan generationer samt som en del av inkludering som uppskattar de unga. Härigenom kan de ungas förtroende för sina egna livs, samhällets och jordens framtid bli starkare.

Päivi Honkatukia,

Professor i ungdomsforskning,
Tammerfors universitet

Leena Suurpää,

Chef för verksamheten vid
de Ungas skyddshus, Röda Korset



Mer tjänster med låg tröskel för de unga – nu

”Jag är psykiskt och fysiskt utmattad. Jag är ensam. Jag orkar inte. Var får man hjälp.”

DE UNGA KRÄVER mer och bättre social- och hälsovårdstjänster. I Digiraati-diskussionerna lyftes gång på gång fram behovet av framför allt tjänster med låg tröskel – utan trängsel, dygnet runt och placerade där de unga ändå vistas. Utmattning, ensamhet och att bli diskriminerad är beklagligt bekanta erfarenheter för många ungdomar, och för ofta måste ungdomen klara sig utan hjälp.

Den tredubbla krisen som orsakats av klimatförändringen, coronapandemin och konflikten i Ukraina syns utöver Digiraati-diskussionerna även i flera forskningsresultat. Enligt till exempel skolhälsoenkäten år 2021 har de ungas erfarenhet om välbefinnande och nöjdhet med livet försämrats. Samtidigt har den upplevda ensamheten och symtom på depression ökat ([Institutet för hälsa och välfärd 2022](#)). Särskilt unga som tillhör köns- och sexuella minoriteter samt de som har utländsk bakgrund eller funktionsbegränsningar, mår sämre än unga i genomsnitt ([Statens ungdomsråd 2023](#)).

De unga i Digiraati hade egna erfarenheter om att söka hjälp, men överbelastade tjänster och informationsbrist för aktörer som kan hjälpa visade sig ofta vara en utmaning. Till och med till tjänster med låg tröskel, som chattar, är det kö. I svaren återkommer behovet av hjälp som man kan få utan remiss eller diagnos.

”Förebyggande tjänster bör utökas så att individers situationer inte skulle förvärras till den grad att kuratorer mm. blir alldeles i knipa med tiderna och arbetsmängden.”

Den utmattade ungdomen kan eller orkar inte själv söka tjänster som hen behöver. I Digiraati-diskussionerna föreslår man att man skulle utöka antalet tjänster med låg tröskel, de skulle drivas dygnet runt och att de skulle implementeras i bland annat skolor och ungdomsgårdar där ungdomarna redan finns. Även av föräldrarna, lärarna och andra vuxna skulle de unga vilja ha mer stöd och kunskande om att söka sig till mentalvårdstjänster.

De unga ser brister även i skolhälsovården, där antalet hälsovårdare, psykologer och kuratorer anses vara för litet. Som förebyggande tjänster föreslås det till exempel ett obligatoriskt besök hos kuratorn för alla studerande. En av ungdomarna funderar att det skulle vara lättare att prata om sina problem med en yrkesperson om alla andra skulle göra det också.

”Prioritera ungdomars och unga vuxnas vård inom mentalvårdstjänsterna. Om man kan ingripa i problem redan i ett tidigt skede, blir kostnaderna också mindre, när problemen inte blir långvariga och kroniska.”

75 %

av ungdomarna upplever att coronapandemin försämrade deras välbefinnande. Av ickebinära upplevde t.o.m. 86 procent det.

(Panula et al 2023)

35 %

av högskolestuderandena upplever psykisk påfrestning som syns som symptom av ångest, depression eller båda.

(Institutet för hälsa och välfärd 2021)

10 %

av de unga som lider av depression berättade att de har fått effektiv vård för sin sjukdom under hela depressionstiden.

(Centralförbundet för Mental Hälsa 2022)

En källa för avsnittet är även [Mitä kuuluu nuorille, Kojo 2022](#).

1.

Mer tjänster med låg tröskel, som erbjuds utan trängsel, placerade där de unga redan är, som i skolor och på nätet. Behovet av stöd kan uppkomma även på nätterna, så hjälp ska finnas till hands dygnet runt.

2.

Kontroll av den psykiska hälsan ska tas som en del av hälsoundersökningar och för alla studerande ska ordnas ett obligatoriskt besök hos kuratorn.

3.

Till skol- och studenthälsovården behövs mer yrkesfolk inom hälsovården.

4.

Den utmattade ungdomen kan eller orkar inte ensam vandra i tjänstedjungeln. Hen vill ha trygga vuxna omkring sig, som märker behovet av stöd i tid och hjälper ungdomen till hjälptjänster.

5.

De vuxna som arbetar med de unga, behöver utbildning för hur och till hurdana mentalvårdstjänster ungdomen kan handledas.

Ensamhet gör en sjuk

”Ensamhet är mycket påfrestande, den ökar överanalysering och jämförelse mellan sig själv och andra. Den äter vår själ och livsglädje från insidan.”

I DIGIRAATI BERÄTTAR de unga på ett hjärtskärande sätt om hur ensamheten känns: som sorg, depression, förvridning av jagbilden och som värst som en känsla om att man inte borde finnas till. Enligt ungdomarna orsakar ensamhet fysiska hälsoproblem, gör det svårt att hålla igång rutiner och ökar drogbruk. När ensamheten blir långvarig gör den det svårare att få nya sociala relationer, när misstron för andra människor växer.

Coronatiden ökade de ungas ensamhet och efter pandemin har de haft det svårt att återgå till tidigare sociala relationer. Fjärranslutningarna har inte motsvarat de fysiska mötena. (Kekkonen et al 2022.) Enligt Digiraati-diskussionerna har ensamheten blivit långvarig särskilt hos de unga som lidit av den redan före pandemin.

”Jag har åtminstone haft svårt att gå tillbaka till 'det normala'. Min livssituation ändrades under coronatiden och jag distanserades från mina kompisar. Nu alltså, även om man kunde se människor normalt, så går man mycket sällan någonstans eller träffar någon.”

I Digiraati anses de ungas ensamhet vara ett strukturellt problem i samhället. Orsakerna till problemet är till exempel människors trångsynthet, rasism och diskriminering. En ungdom som avviker från samhällets normer, blir ofta ensam.

Vuxna som arbetar med ungdomar har en möjlighet och skyldighet att förebygga ensamheten. De unga önskar att särskilt i skolor och fritidsaktiviteter skulle de vuxna ta ansvar för att främja gruppens samhörighetskänsla och hjälpa ungdomarna att lära känna varandra. Särskilt uppsökande ungdomsarbete anses vara viktigt, eftersom det når ut till ungdomar som inte själva vågar delta i aktiviteterna.

De fullvuxna ungdomarna för sin del saknar en lokal med låg tröskel, där man kan träffa andra även om man inte har pengar. Exempelvis för en arbetslös kan det vara för dyrt att utöva hobbyer, vilket leder till att de går miste om kamratrelationer. De som deltagit i Digiraati-diskussionerna önskar överhuvudtaget lika möjligheter att utöva hobbyer.

De unga beskriver att i ett idealiskt samhälle godkänns alla som de är och att de som är i en svagare ställning borde beaktas bättre. Då skulle det bildas ett samhälle där inte någon led av ensamhet.

De exceptionella förhållandena under coronapandemin orsakade avsevärt mer erfarenheter av ensamhet och missnöjdhet med livet, sociala relationer och fritiden hos ungdomar och unga vuxna som talar ett främmande språk än hos de finsk- och svenskspråkiga. (Helffer et al 2023)

1/3

av 15–24-åriga ungdomar och unga vuxna känner att de blir utanför minst en gång per månad.

(Finlands Röda Kors 2023)

1/3

av högskolestuderanden känner att de inte tillhör någon grupp i anknytning till studerandet.

(Institutet för hälsa och välfärd 2021)

6.

Till ungdomen måste förmedlas budskapet att hen duger precis som hen är.

7.

På de vuxnas ansvar är att hjälpa ungdomen att komma in i gruppen och skapa kamratrelationer då ungdomen själv har det svårt att bekanta sig med andra till exempel i skolan och hobbyer.

8.

Mötesplatser som är trygga och fria från diskriminering, som till exempel ungdomsgårdar, kan lindra ensamheten och hjälpa ungdomen att bli bekant med olika människor.

9.

Det uppsökande ungdomsarbetet är viktigt, eftersom man med det når ut till de ungdomar som inte annars vågar delta i möten.

10.

Lika möjligheter att utöva hobbyer är viktiga. Myndiga unga vuxna har inte alltid råd att utöva hobbyer, och då det är svårt att träffa nya människor.

Man föds inte som diskriminerande

VARJE UNGDOM FÖRTJÄNAR att bli bemött respektfullt, med ett öppet sinne och utan diskriminering. Det är viktigt att de vuxna som ungdomarna möter är trygga, har förståelse för minoriteter och vet hur man ingriper i diskriminering och rasism. Den unga måste få uppleva att det hjälper att man pratar om diskriminering.

En ungdom som deltagit i Digiraati konstaterar insiktsfullt att man inte föds som diskriminerande. Till exempel skolor har en stor betydelse i hur man undervisar om icke-diskriminering och minoriteter – och även hur lärarnas kunskaper om detta förbättras. I Digiraati-diskussionerna skulle de unga vilja ha workshoppar, utbildningar och besök av erfarenhetsexperter. De oroar sig även för regionala skillnader i undervisningen. Jämlikhet, likvärdighet och icke-diskriminering får inte bli bortglömda ens i små kommuner.

"Få unga vill avsiktligt såra någon. Alltså när diskriminering sker, ska det finnas en kunnig vuxen på plats, som känner igen situationen, förklarar för ungdomarna varför sakerna de gör eller säger sårar samt bevakar att budskapet når fram."

Den unga kan bära med sig såväl goda som dåliga erfarenheter länge i livet. I Digiraati-diskussionerna krävs det av de vuxna kunskap om att möta den unga med förståelse för mångfald av kön och sexualitet.

De unga möter ofta yrkesmänniskor inom social- och hälsovården i ett känsligt skede, så det är särskilt viktigt att vara sensitiv. De unga vill inte att det görs antaganden om till exempel deras sexuella läggning. I Digiraati-diskussionerna kommer det fram att de unga undviker att prata med en yrkesperson om de känns att man måste förklara sig om man pratar öppet.

Kännedom om regnbågsbegreppen dvs. begreppen beträffande köns- och sexuella minoriteter samt förståelsen för känslor beträffande den ungas livssituation upplevs vara viktigt.

De unga blir bekanta med varandra samt vårdar sina sociala relationer på nätet och de är lika viktiga och verkliga för dem som andra relationer. Möten på nätet kan ändå vara förbryllande och skrämmande. Det lönar sig för den vuxna att hålla jämna steg med utvecklingen med ett öppet sinne. Sexual- och onlineundervisning med låg tröskel behövs, för att den unga ska förstå sina rättigheter och skyldigheter. Också de unga i Digiraati-diskussionerna önskade en mer inkluderande och mer lättillgänglig sexualundervisning i läroplanerna.

”Hos mig själv har det åtminstone väckts en tråkig känsla då jag har tilltalats som en avvikande ungdom. Det har även orsakat utanförkänsla, som jag inte generellt upplever starkt. Utanförskänslan har kommit till ytan under ungdomsåren när en vuxen i auktoritetsställning har låtit mig förstå att jag inte tillhör gruppen med 'de vanliga ungdomarna'.”

62%

av de unga tänker att Finlands framtid bör byggas på jämlikhet och likvärdighet.

(Eronen et al 2022)

18%

av de unga tycker att diskriminering ökar den psykiska ohälsan. Särskilt invandrarungdomar, fysiskt handikappade och funktionshindrade unga lyfte fram att de hade upplevt diskriminering.

(Eronen et al 2022)

23%

av de ungdomar som tillhör mer än en minoritet har upplevt diskriminering.

(Valtion nuorisoneuvosto 2023)

11.

Den vuxna, såsom läraren, myndigheten och arbetsgivaren, måste kunna bemöta en ungdom som berättar för hen om sina erfarenheter beträffande till exempel rasism, diskriminering eller trakasseri.

12.

Ungdomar och de vuxna som arbetar med dem behöver konkreta verktyg för hur man kan ingripa i diskriminering, trakasseri och rasism. De unga anser att till exempel workshoppar och besök av erfarenhetsexperten kunde vara till hjälp.

13.

Jämställdhet och icke-diskriminering måste undervisas på lika villkor oavsett storleken på kommunen.

14.

Den unga vill bli bemött utan fördomar, med beaktande av de ungas olika livssituationer. Till exempel kännedom om regnbågsbegreppen och att inkludera sexualundervisning i läroplanen skulle förbättra de vuxnas kunnande.

15.

Möten på nätet är vardag för de unga, men de väcker ändå till exempel nervositet. Den vuxna måste visa intresse för hur sociala relationer som skapats på nätet påverkar den unga.

Den unga på väg mot självständighet blir för ensam

MYNDIGA UNGDOMAR UPPLEVER tryck att bli självständiga, svårigheter i att hitta sin egen väg och bekymmer med att lära sig praktiska saker. I brytningspunkten mellan barndomen och vuxenheten infaller många stora beslut, som sökning av studieplats, flytt till eget hem och därmed skapande av egna vardagsrutiner. I Digiraati-diskussionerna fyfts fram samhällets hårda förväntningar om till exempel att hitta en arbetsplats, även om den unga inte någonsin har fått handledning till ett lämpligt yrke.

Beslut om det egna livet måste ofta fattas tidigt och på egen hand. I Digiraati-diskussionerna konstaterar man att det är svårt för många. Som värst leder för hårda krav på en själv och externa prestationskrav till utmattning. Precis därför har många behov av pålitliga aktörer som hjälp för bland annat ansökning av olika stöd.

”[...] ibland känns det som om man inte orkar hjälpa mig mer, eftersom jag redan är ett hopplöst fall och det finns så få hjälpare och många som behöver hjälp. Och säkert skulle jag kunna hjälpa mig själv men jag kommer inte mig för någonting och vet inte var man ska börja.”

Att bli vuxen kräver i dagens värld mer information och kunskap, och därmed även mer tid och stöd. Nätverket av nära och trygga vuxna är viktigt, men är ofta inte tillräckligt. Till exempel kunskaperna i hushållning kan vara bristfälliga om man aldrig har fått lära sig det hemma. De unga funderar att skolorna skulle kunna stöda ungdomarna mer i anpassningen till den nya orten och i att skapa nya sociala relationer.

En särskilt sårbar grupp är de unga som tillhör köns- eller sexuella minoriteter. I E-panelens diskussioner lyfts det fram hur en del måste bli självständiga för tidigt, till exempel därför att de inte godkänns hemma som de är. För dem är familjens stöd inte självklart. Regnbågsungdomarna är även rädda för diskriminerande och negativa attityder som kan påverka till exempel möjligheten att få bostad.

”En regnbågsungdom har redan från början större risk för att bli utslagen jämfört med unga allmänt taget, så om det i allmänhet finns utmaningar i självständighetsprocessen och det inte finns stöd till hands, lider regnbågsungdomen sannolikt av situationen och blir lättare utslagen.”

På grund av strukturell diskriminering kan det vara svårt även för andra minoriteter att hitta en egen väg. Till exempel i justitieministeriets EU-projekt ([Hoppu 2022](#)) märktes det att en ungdom som tillhör en etnisk minoritet kan uppleva att samhället förväntar sig en visst studie- och karriärväg av hen. Handikappade personers beroende av till exempel sina föräldrar och administrativa beslut för sin del begränsar deras möjligheter att bli självständiga.

Trots allt betyder självständighetsprocessen särskilt för regnbågsungdomarna även en härlig tid av frihet, då man får skapa en personlig vardag för sig. Den förbättrar möjligheterna att förverkliga sin identitet och få erfarenheter av att lyckas i de vuxnas värld.



I Finland förutsätts man blir tidigt självständig. De unga flyttar hemifrån i medeltal i 21 års åldern. I EU-länder är den genomsnittliga åldern 26 år. (Eurostat 2022)

16.

Samhällets strukturer bör i stället för prestationskrav ge plats för varje ungdom att själva hitta sin egen väg.

17.

De unga behöver mer undervisning i skolan om självständighetsprocessen, yrkesval och hantering av det egna hushållet.

18.

Tjänster med låg tröskel som fokuserar på ungdomar på väg mot självständighet skulle ge stöd i livets brytningspunkt. De unga önskar att till exempel stödnätverk, chattar, sociala mediekonton och fråga-svar-spalter skulle läggas till på nätet.

19.

Varje ungdom borde oavsett av till exempel sexuell inriktning ha en likvärdig möjlighet till bland annat bostad och arbetsplats.

20.

Unga på väg mot självständighet skulle önska att ett informationspaket skulle skickas hem, i vilket man skulle få information om till exempel ungdomstjänster som kommunen erbjuder och om organisationsverksamhet.

Den unga behöver möjligheter att påverka

DE UNGAS LIV har gått från kris till kris under de senaste åren, och det ständiga undantagstillståndet gör en utmattad och försvagar tron på framtiden. Trots detta vill de unga inte hamna i en illusion där allt sägs vara bra. De vet också vilka saker de skulle vilja ändra i samhället.

I Digiraati-diskussionerna betonas de ungas oro för klimatförändringen, minoritetsrättigheter, bristen på social- och hälsovårdstjänster samt nedskärningar i utbildningen. Det är på beslutfattarnas ansvar att se till att de ungas tro på framtiden bevaras och att de tas i beaktande i beslutfattandet.

"Besparingar och nedskärningar kan tas från något mer onödigt än från framtidens hopp."

De ungas låga valdeltagande har väckt oro redan länge. Enligt Digiraati-diskussionerna är det största skälet till att man inte röstar svårigheten i att hitta en lämplig kandidat. Frågorna i valkompasserna känns svåra och det ges ingen handledning i deras användning. Som en lösning föreslår de unga undervisning om valen i skolan, där man skulle berätta om olika kandidater och tillsammans utreda valkompasserna.

De unga anser att hinder för delaktigheten är också bristerna på demokratiskaper, föredömet i familjen och hos kompisar samt det låga antalet kandidater. Enligt webbdiskussionerna i Digiraati kunde man genom att till exempel sänka röstningsåldern ge stöd åt unga kandidater och prata om ämnen som intresserar de unga, locka ungdomar med i politiken.

”Man borde kanske få från beslutfattarnas håll ett ’hej ungdomar, just er behöver vi, ställ upp och ni kan vara en del av nästa grupp av beslutfattare’ eftersom även det påverkar att man inte vågar gå med i gruppen av ’veteraner’”.

Många vill ha uppmuntran för att kunna fatta beslut i omröstningen, bara man får bättre information om partier och kandidater. Även besvikelse över till exempelvis nuvarande beslutfattares klimatåtgärder får de unga att tycka att det inte lönar sig att rösta. Det betyder ändå inte att de unga inte skulle vara på andra sätt aktiva i att främja saker som är viktiga för dem. Ungdomarna i Digiraati-diskussionerna funderar till exempel att små gärningar påverkar omgivningen mer än opinionsyttringar.

Sociala medier är en viktig kanal för deltagande för de unga. Tjänsterna i sociala medier är ett sätt att dela såväl egna som andras åsikter, och de unga önskar också att influencers skulle tas med även i valkommunikationen. De unga anser att nätet är ett naturligt sätt att påverka genom till exempel olika medborgarförslag och -initiativ samt bland annat Digiraati.

41%

av ungdomarna anser att klimatförändringen och bevarande av naturen är viktiga kriser i Finland som ska lösas. Bland de tre viktigaste var även de ungas utslagning och den världspolitiska situationen.

(Undervisnings- och kulturministeriet 2023)

51%

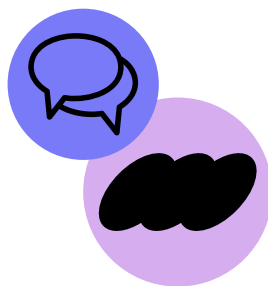
av ungdomarna upplever att man inte har lyssnat på dem tillräckligt i beslutsfattandet under coronatiden.

(Eronen et al 2022)

”Man ska bara modigt göra sin röst hörd, eftersom vi ungdomar skapar framtiden och vi har styrka. Även om det kan kännas nervöst att samtidigt synas, ska man våga vara modig.”

Alla har inte samma möjligheter att påverka – till exempel för att underteckna medborgarinitiativ förutsätts att man ska vara myndig och ha bankkoder eller åtminstone telefon. I Digiraati-diskussionerna upplevs det också att det inte känns naturligt att dela sina åsikter till exempel på sociala medier.

Trots allt ser många av nätdebattörerna i Digiraati en ljus framtid som är full av möjligheter. Saker som ger dem hopp är stödnätverket, familjen och att man får hjälp när det behövs. Även likvärdiga möjligheter att påverka skapar tro på framtiden för ungdomarna och på att var och en kan leva ett betydelsefullt liv enligt sina egna värden.



En källa för avsnittet är även [Ungdomssektorns takorganisation i Finland Allians rf.](#)

21.

De unga behöver information, samtalshjälp och kamratstöd för att behandla kriser och förbättra sin medieläsfärdighet.

22.

Ungdomarna vet vad de vill, men för att möjliggöra förändringar behövs det även beslutfattare. De unga är intresserade av frågor som gäller ungdomar, klimatförändringen, jämställdhet, frågor och aktuella ärenden som väcker uppmärksamhet till exempel i nyheterna.

23.

Demokratiundervisningen i skolan ska utvecklas. Det är viktigt att skapa förtroende för de unga att kunna välja en lämplig kandidat.

24.

De unga är underrepresenterade i det politiska beslutfattandet. Många önskar till exempel sänkning av åldersgränsen för att rösta.

25.

De unga vill se andra ungdomar som kandidater. Det är viktigt att partierna stöder dem i att ställa upp och i valrörelsen.

26.

Det är beslutfattarnas uppgift att erbjuda ungdomarna likvärdiga möjligheter att påverka och därmed förstärka deras tro på framtiden.

Källor

Eronen, E., Niskanen, V., Veijola, R. & Simonen, J. 2022. "Så teet tän elämän itelles". Alle 30-vuotiaiden nuorten aikuisten näkemyksiä hyvästä elämästä. Ungas goda liv-forskningsprojekt. E2 Forskningsprojekt. doi <https://www.e2.fi/media/julkaisut-ja-alustukset/sukupolvien-huolet-ja-voimat/nuorten-hyva-elama/raportti-nuorten-hyva-elama-hanke-e2-tutkimus-isbn.pdf>

Eurostat 2022. Age of young people leaving their parental household. Statistik från EU:s statistikkontor. doi <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?oidid=494351>

Helfer, A., Manner, J. & Haikkola, L. 2023. Koronapandemian vaikutukset vieraskielisten nuorten ihmissuhteisiin. Nuorisotutkimusseuran Poikkeusolot – nuorten arki koronan keskellä. Ett perspektiv i artikelserien. doi <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakukulma93>

Honkatukia, P., Kallio, J., Lähde, M. & Mölkänen, J. 2020. Omana itsenä osa

yhteiskuntaa. Itsenäistyvät nuoret aikuiset kansalaisina. Tammerfors: Tammerfors universitet. doi <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/123861>

Hoppu, O (red.). Rakenteellisen syrjinnän kokemuksia. Rakenteellisen syrjinnän yhteenveto. Oikeusministeriön työpajatuksia. Projektet Fakta om diskriminering 2014–2020. doi <https://yhdenvertaisuus.fi/documents/5232670/95855137/FI-rakenteellisen-syrjinnan-kokemuksia.pdf/bca-d0ee9-7794-9a28-9b73-25f255f221a1/FI-rakenteellisen-syrjinnan-kokemuksia.pdf?t=1672235076959>

Kallio, J., Valtonen, A. & Honkatukia, P. 2021. Nuorten aikuisten koronakokemukset – piiloon jääviä kertomuksia arjesta kriisin varjossa. ALLYOUTH-projektets blogg. doi <https://www.allyouthstn.fi/nuorten-aikuisten-koronakokemukset-piiloon-jaavia-kertomuksia-arjesta-kriisin-varjossa/>

Kekkonen, M., Gissler, M., Känkänen, P. & Isola, A-M. (red.). 2022. Poikkeuksellinen

nuoruus korona-aikaan. Nuorten elinolot -vuosikirja 2022. Institutet för hälsa och välfärd (THL). Teema 34/2022. doi <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-937-5>

Kojo, K. (red.) Mitä kuuluu nuorille – tieto ja ratkaisupaketti nuorten hyvinvoinnin tilasta. 2022. Publikation av Ungdoms- sektorns takorganisation i Finland Allians rf. doi https://allianssi.kuvat.fi/kuvat/Julkaisut/Mit%C3%A4+kuuluu+nuorille_+%E2%80%93+tieto-+ja+ratkaisupaketti+nuorten+hyvinvoinnin+tilasta.pdf

Mietola, R., Palmroos, A. & Palmroos L. 2022. Puheenvuoroja nuorista ja tulevaisuudesta – Nuoret ja yhdenvertaisuus. Avsnitt 4 i ALL-YOUTH-Forskningsprojektet. doi <https://www.allyouthstn.fi/nuoret-ja-yhdenvertaisuus-jakso-4/>

Centralförbundet för Mental Hälsa. 2022. Mitä suomalaiset masennuspotilaat ja heidän omaisensa ajattelevat masennuksen hoidon nykytilasta? Rapport om en depressionsundersökning. doi <https://www.mtkl.fi/uploads/2022/05/fbf8242e-masennustutkimus-2022-raportti.pdf>

Undervisnings- och kulturministeriet 2023.

En rapport om hörande av unga i samband av förberedningsarbetet för nästa riksomfattande program för ungdomsarbete och ungdomspolitik. doi <https://okm.fi/documents/1410845/151867368/Raportti+nuorten+kuulemisesta+kev%C3%A4t+2023+valmis.pdf/33602a58-3242-d718-42dc-77d1bd2547c4/Raportti+nuorten+kuulemisesta+kev%C3%A4t+2023+valmis.pdf?t=1678775749037>

Panula, V., Kiuru, N., Pöysä, S., Junntila, N., Sorkkila, M., Lerkkanen, M-K. och Pakarinen, E. 2023. Hiljaisia ääniä. Nuorten kokemuksia koronapandemian vaikutuksesta hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin ja oppimiseen. Utbildningsstyrelsens rapporter och utredningar. doi <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Hiljaisia%20%C3%A4%C3%A4ni%C3%A4.pdf>

Rättilä, T. & Honkatukia, P. 2022. Kirjoituksia kestävästä hyvinvoinnista, osa 5: Kohti uutta lähestymistapaa: kriittisiä tulkintoja nuorten osallistumisen ja hyvinvoinnin tutkimuksesta. ALL-YOUTH-projektets artikelserie. doi <https://www.allyouthstn.fi/kirjoituksia-kestavasta-hyvinvoinnista-osa-viisi-kohti-uutta-lahestymista->

paa-kriittisia-tulkintoja-nuorten-osallistumisen-ja-hyvinvoinnin-tutkimuksesta/

Salmi, I. & Suurpää, L. 2023. Nuoret vaativat sateenkaarinuorten inhimillistä kohtaamista. Finlands Röda Kors. doi <https://www.punainenristi.fi/tyomme/nuortenturvavaliot/digiraati/digiraatien-loppulausumat/sateenkaareva-nuoruus--teema/nuoret-vaativat-sateenkaarinuorten-inhimillista-kohtaamista/>

Ungdomssektorns takorganisation i Finland Allians rf. Malleja nuorten valtakunnallisen osallisuuden vahvistamiseksi. doi <https://nuorisoala.fi/vaikuttaminen/nuorten-osallisuus-suomessa/malleja-nuorten-valtakunnallisen-osallisuuden-vahvistamiseksi/>

Finlands Röda Kors. 2023. Ensämhetsbarometern. Utredningsrapport. doi https://www.punainenristi.fi/globalassets/13.-uutiset/2023/yksinaisyys-koskettaa-yha-useampaa-suomessa/spr_yksinaisyysbarometri_2023_raportti.pdf

Suurpää, L., Huhta, H. & Pitkänen, T. 2023. Läheis- ja yhteiskuntasuhteet mielenterveys- ja päihdeongelmiin apua hakeneiden nuorten resilienssin vahvista-

jina. I verket Kivijärvi, A. (red.) Läpi kriisien. Ungdomsbarometern 2022, s. 151–166. doi <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/nuorisobarometri-2022-web.pdf>

Institutet för hälsa och välfärd. 2021. Korkeakouluopiskelijoiden mielenterveys, elintavat ja opiskeluryhmään kuuluminen. Resultat av KOTT 2021-undersökningen. doi <https://thl.fi/documents/10531/5589167/KOTT2021-tutkimuksen+perustulokset.pdf/db343de6-25d0-0964-42a9-ffe268d9932d?t=1639369139813>

Institutet för hälsa och välfärd. 2022. Barnens och ungdomarnas välmående – skolhälsoenkät 2021. 21.4.2022. doi <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/lasten-ja-nuorten-hyvinvointi-kouluterveyskysely>

Statens ungdomsråd. 2023. Rapport om ungas välmående 2023. Statens ungdomsråds publikationer, nummer 70. doi https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/hyvinvointikatsaus_saavutettava.pdf

