

Lukiolaiset: Lukiolainen ei ole robotti

Lukiolaisten Liiton liittokokous vaatii lukiolaisille oikeutta vapaa-aikaan ja palautumiseen. Vuosien ajan tutkimukset ovat osoittaneet, että lukiolaiset ovat yhä uupuneempia ja kuormittuneempia, ja lukioaikaan kohdistuu entistä enemmän vaatimuksia. Vuoden 2022 Lukiolaisbarometrin mukaan jopa kaksi kolmesta lukiolaisesta pitää lukio-opiskelua kuormittavana ja melkein 40 prosenttia kokee koulun ja vapaa-ajan yhdistämisen vaikeana.

“Vapaa-ajalle valuu liian paljon koulutyötä, kuten erilaisia ryhmitöitä, luku- ja laskutehtäviä sekä esseitä. Harrastuksille, kavereille ja levolle jää aivan liian vähän aikaa. Jatkuva kuormitus vie ennen kaikkea nuorilta yhden heidän tärkeimmistä oikeuksistaan: oikeuden nauttia nuoruudesta”, jyrähtää Lukiolaisten Liiton puheenjohtaja **Lukas Virtala**.

Lukiolain mukaan lukiokoulutuksen tarkoituksena on tukea opiskelijoiden kasvamista hyväksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi. Uupuneista ja väsyneistä nuorista ei kuitenkaan tule ahkeria opiskelijoita tai tulevaisuuden tunnollisia työntekijöitä.

Nykyään työelämässä tunnustetaan, että työn ja vapaa-ajan tulisi olla tasapainossa. Riittävä lepo parantaa oppimista ja merkitykselliseksi koettu vapaa-aika lisää arjessa jaksamista. Päivittäisestä ja viikottaisesta lepoajasta säädetään jopa työaikalaille. Miksi työelämässä tärkeäksi tunnustettu periaate ei koskisi myös lukiolaisia? Lukiolainen ei ole robotti: opiskelijakin tarvitsee aikaa palautumiselle. Levännyt lukiolainen pystyy oppimaan paremmin ja syventymään kiinnostaviin aiheisiin.

Kouluviikon rakennetta tulee Lukiolaisten mielestä muuttua niin, että opiskelijalla on mahdollisuus työstää myös itsenäisiä tehtäviä koulupäivän aikana ja saada niihin tarvittaessa apua. Itsenäisten tehtävien määrää tulee koordinoida koko lukion tasolla, jotta työmäärä pysyisi tasaisena ja lukiolainen pystyisi ennakoimaan sitä. Myös opetussisältöjen määrää tulee tarkastella kriittisesti: lukion yleissivistyksen ei kuulu tarkoittaa ulkoa opeteltuja nippelitietoja kaikista aineista, vaan lukion tulee ohjata kriittiseen, luovaan ja laaja-alaiseen tapaan ajatella. Opiskelijoiden oman motivaation syventymistä tulee tukea mahdollistamalla entistä enemmän valinnaisuutta opintoihin.

“Lukion yleissivistävyys ei mene pilalle siitä, jos nuorten työmäärää vähennetään. Päinvastoin: me nuoret pystymme parempiin tuloksiin silloin, kun emme ole uupuneita työtaakan alla. Nyt on korkea aika tehdä lukioarjesta vähemmän kuormittavaa ja hyvinvointia paremmin tukevaa”, vaatii Lukiolaisten Liiton vuoden 2023 vastavalittu puheenjohtaja **Lukio Lukiolainen**.