

Suvi Määttä

26.10.2021

Kouluterveyskysely 2021 – katsaus lasten ja nuorten hyvinvointiin ja terveyteen Helsingissä

Tutkimuksen tarkoitus

Terveelliset elintavat, harrastukset tai mielekäs vapaa-ajanvietto, koulussa viihtyminen, turvallinen kasvuympäristö, hyvinvoiva mieli ja hyvät sosiaaliset suhteet vaalivat lasten ja nuorten hyvinvointia. Onkin keskeistä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta saada seurantatietoa kyseisistä ilmiöistä helsinkiläislasten ja -nuorten osalta säännöllisin väliajoin. Tässä tilastojulkaisussa luodaan katsaus lasten ja -nuorten hyvinvoinnin tilaan Helsingissä vuonna 2021 Kouluterveyskyselyn tulosten pohjalta. Kouluterveyskysely tuottaa monipuolista kuntakohtaista seurantatietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä ja avun saannista.

Päätulokset

- Suuri osa lapsista ja nuorista on tyytyväisiä elämäänsä, kokevat terveytensä hyväksi ja viihtyvät koulussa hyvin. Valtaosalla on jokin viikoittainen harrastus. Silti tyytyväisyys elämään ja kokemus terveydentilasta ovat heikentyneet aiempaan verrattuna.
- Nuorten mielen hyvinvoinnin haasteet ja yksinäisyyden kokemus ovat yleistyneet. Tytöt kokevat yksinäisyyttä ja mielen hyvinvoinnin haasteita poikia useammin. Lasten yksinäisyys on pysynyt samalla tasolla noin neljässä prosentissa viime vuosien aikana.
- Päihteiden ja tupakkatuotteiden käytössä on tapahtunut myönteistä kehitystä eli pääsääntöisesti aiempaa harvempi nuori käyttää kyseisiä tuotteita. Vaikka kannabis- ja huumekekkeiluita on aiempaa vähemmän, ne ovat silti muuta pääkaupunkiseutua ja koko maata yleisempää.
- Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus alakoulussa, yläkoulussa ja lukiossa on kasvanut. Ateria- ja unirytmisissä on paikoin petrattavaa sekä netin käyttö huolestuttaa aiempaa useampaa.

Aineisto:

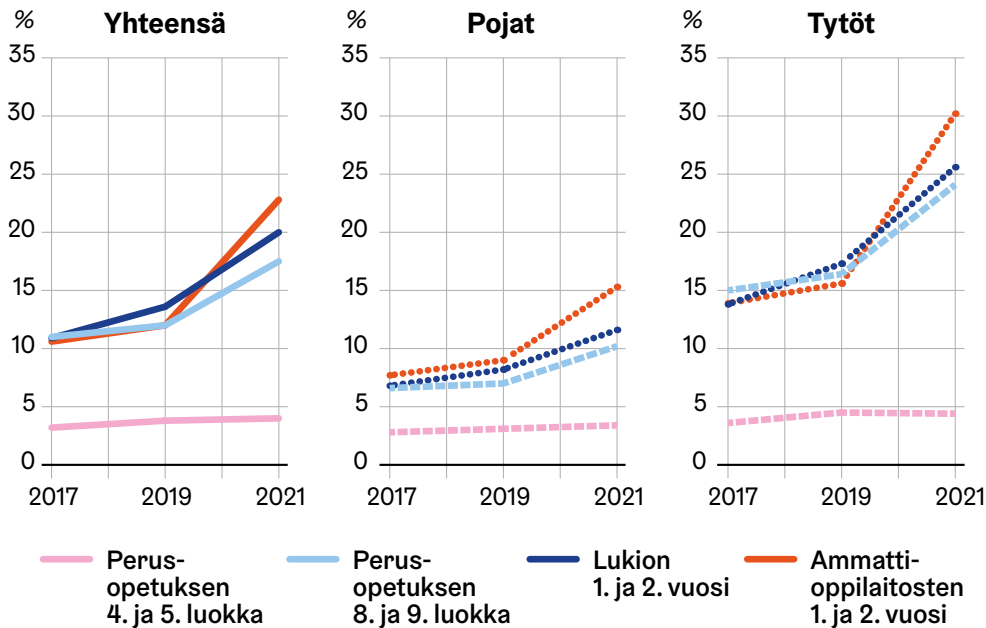
Julkaisu perustuu Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) toteuttamaan Kouluterveyskyselyyn. Kouluterveyskyselyyn vastasi perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilaat, 8. ja 9. luokan oppilaat sekä lukion ja ammatillisen koulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat keväällä 2021. Lukiossa kysely oli tarkoitettu nuorten opetussuunnitelmaa suorittaville ja ammatillisissa oppilaitoksissa ammatillista perustutkintoa suorittaville alle 21-vuotiaille, jotka olivat aloittaneet opintonsa vuosina 2019–2021.

Yhteensä noin 23 800 oppilasta ja opiskelijaa eri oppilasteilla Helsingissä vastasi kyselyyn.

Julkaisussa indikaattoreiden kehitystä Helsingissä vertaillaan aiempaan eli Kouluterveyskyselyn tiedonkeruihin vuosilta 2017 ja 2019. Myös sukupuolten välisiä eroja tarkastellaan pääsääntöisesti kaikkien indikaattoreiden osalta. Useassa indikaattorissa Helsingin lukuja vertaillaan koko maan tilanteeseen, mutta myös muutamien indikaattoreiden osalta muuhun pääkaupunkiseutuun.

Julkaisussa esitetyt tiedot on poimittu THL:n tulospalvelusta: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset>

Itsensä usein yksinäiseksi tuntevat sukupuolittain ja oppiasteittain Helsingissä vuosina 2017, 2019 ja 2021



Lähde: THL, Kouluterveyskysely.

Kuviossa nähdään miten yläkoululaisten, lukiolaisten ja ammattillisen koulutuksen opiskelijoiden yksinäisyyden kokemus on yleistynyt. Aiempaa useampi tyttö ja poika kyseisillä oppiasteilla kokee yksinäisyyttä Helsingissä. Tytöistä suurempi osa kokee yksinäisyyttä kuin pojista.

Alakoululaisten yksinäisyyden kokemus on pysynyt samalla tasolla eli noin neljässä prosentissa viime vuosien aikana.

Mielen hyvinvoinnissa, sosiaalisissa suhteissa ja arjen rytmissä esiintyviä haasteita – apua ja tukea saadaan koulusta

Lasten ja nuorten hyvinvoinnissa Helsingissä on tapahtunut moni huolestuttavia muutoksia viime vuosien aikana. Erityisesti mielen hyvinvointiin (esim. ahdistuneisuus, masennusoireilu) ja kasvuympäristön turvallisuuteen (esim. vanhemman aiheuttama väkivalta, häirintä) liittyvät ilmiöt ovat heikentyneet. Myös sosiaalisissa suhteissa on tapahtunut muutoksia heikompaan suuntaan. Aiempaa harvempi lapsi ja nuori kokee keskusteluyhteyden vanhempien kanssa hyväksi. Monella vähentyi yhteydenpito läheisiin koronaepidemian rajoittamistoimien takia. Nuorten yksinäisyyden kokemus on lisääntynyt. Viidenneksellä nuorista on matala itsetunnon taso.

Kouluoloista on sekä myönteistä että huolestuttavaa kerrottavaa. Koulu-uupumusta koetaan aiempaa enemmän ja varsinkin toisella asteella kouluyhteisöön kuulumisen on heikentynyt. Toisaalta valtaosa lapsista ja nuorista kokee, että he tulevat hyvin toimeen opettajien ja koulutovereiden kanssa. Aiempaa suurempi osa kokee myös, että opettajilta saatu kohtelu on oikeudenmukaista ja välittävää. Suurin osa nuorista kokee myös, että koulun aikuisilta saa apua ja tukea tarvittaessa hyvinvointiin, oppimiseen ja koulunkäyntiin.

Myönteistä kehitystä on havaittavissa elintapojen osalta mm. vähentyneenä päihteiden ja tupakkatuotteiden käytönä sekä vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuuden kasvuna. Toisaalta ateria- ja unirytmissä on paikoin petrattavaa ja netin käytön haasteitakin esiintyy aiempaa enemmän.

Helsinki

Lue koko julkaisu täältä: [pdf](#)

Lisätietoja: Suvi Määttä puh. +358 40 5887891

Sähköposti: [etunimi.sukunimi\(at\)hel.fi](mailto:etunimi.sukunimi(at)hel.fi)

Helsingin kaupunki, kaupunginkanslia, kaupunkitietoyksikkö
www.hel.fi/kaupunkitieto