



# Kouluterveys- kysely 2023

Helsinkiläislasten ja -nuorten koettu  
hyvinvointi, terveys ja turvallisuus

Suvi Määttä

Tilastoja  
2023:6

Helsinki

**Helsingin kaupunki, kaupunginkanslia,  
kaupunkitietopalvelut**

**Tiedustelut**

Suvi Määttä, p. 040 588 7891  
etunimi.sukunimi(at)hel.fi

**Julkaisija**

Helsingin kaupunki, kaupunginkanslia,  
kaupunkitietopalvelut

**Osoite**

PL 550, 00099 Helsingin kaupunki  
(Työpajankatu 8)

**Puhelin**

09 310 43297

**Internet**

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

**Tilaukset, jakelu**

p. 09 310 43297  
kaupunkitieto@hel.fi

**Valokuvat**

Kansi: Elisa Seppänen  
Sivu 4: Linnanmäki  
Sivu 7: Maarit Hohteri  
Sivu 14: Shoot Haley  
Sivu 20: © Jussi Hellsten / Helsinki Partners  
Sivu 26: Maarit Hohteri  
Sivu 28: Ants Vahter

**Verkossa**

ISSN 2954-176X

## Sisällys

<b>Kouluterveyskysely 2023 .....</b>	<b>3</b>
<b>Tyytyväisyys elämään, harrastukset ja vapaa-aika .....</b>	<b>4</b>
<b>Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet .....</b>	<b>7</b>
<b>Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö .....</b>	<b>15</b>
<b>Koulunkäynti ja kouluympäristö.....</b>	<b>20</b>
<b>Yhteenveto.....</b>	<b>27</b>
<b>Helsingin kaupunki hyödyntää Kouluterveyskyselyn tuloksia monipuolisesti .....</b>	<b>28</b>

# Kouluterveyskysely 2023

Tässä tilastojulkaisussa esitellään helsinkiläisten ja -nuorten hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden tilaa vuoden 2023 Kouluterveyskyselyn tulosten pohjalta. Keskeisempien indikaattoreiden kehitystä Helsingissä vertaillaan aiempaan eli pääsääntöisesti Kouluterveyskyselyn tiedonkeruihin vuosilta 2017, 2019 ja 2021. Tuloksia tarkastellaan sukupuolittain ja oppiasteittain. Helsingin osuuksia vertaillaan koko maahan tai muuhun pääkaupunkiseutuun.

Julkaisu on jaettu neljään kokonaisuuteen. Jokainen kokonaisuus jakautuu 2–6 sivulle niin,

että kokonaisuuden keskeisimmät indikaattorit esitellään ensimmäisellä sivulla. Seuraava(t) sivu(t) syventävät tietämystä kyseisestä teemasta. Keskeisimmät havainnot vedetään yhteen loppuksi yhteenveto-osiossa. Julkaisussa esiteltyjen indikaattorien tarkat määritelmät löytyvät [THL:n sivuilta](#).

Helsingissä yhteensä 23 502 lasta ja nuorta osallistui Kouluterveyskyselyyn keväällä 2023. Taulukossa 1 on nähtävillä tarkemmat vastaajamäärät oppiasteittain. Vastaajamäärät voivat kuitenkin vaihdella kysymyksittäin.

**Taulukko 1. Kouluterveyskyselyn vastaajamäärät ja kattavuus oppiasteittain vuosina 2021 ja 2023 Helsingissä**

Oppiaste	Vastaajamäärä vuosi 2023	Kattavuus vuosi 2023, %	Vastaajamäärä vuosi 2021	Kattavuus vuosi 2021, %
Perusopetuksen 4. ja 5. luokka	8 327	66	9 382	75
Perusopetuksen 8. ja 9. luokka	7 425	62	7 452	64
Lukion 1. ja 2. vuosi (lukiolaiset)	6 543	64	6 058	62
Ammattioppilaitosten 1. ja 2. vuosi (AOL-opiskelijat tai AOL)	1 207	21	924	*

\*Vuonna 2021 AOL:n osalta ei laskettu kattavuutta.

## Mikä on kouluterveyskysely?

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) toteuttaa kyselyn joka toinen vuosi.
- Kysely tuottaa monipuolista kuntakohtaista seurantatietoa lasten ja nuorten kokemasta hyvinvoinnista, terveydestä, turvallisuudesta, koulunkäynnistä ja avun saannista.
- Kyselyyn vastaavat perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilaat, 8. ja 9. luokan oppilaat sekä lukion ja ammatillisen koulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat. Lukiossa kysely on tarkoitettu nuorten opetussuunnitelmaa suorittaville ja ammatillisissa oppilaitoksissa ammatillista perustutkintoa suorittaville alle 21-vuotiaille.
- Perusopetuksen 4. ja 5. luokan lomake on muita oppiasteita lyhyempi, joten kaikista indikaattoreista ei saada tietoa kyseiseltä oppiasteelta. Myös joitakin teemoja kysytään eri kysymyksillä 4. ja 5. luokalla kuin muilla oppiasteilla.
- Vuoden 2023 kyselyn tulokset julkaistiin 21.9.2023.
- Tulokset ja tarkemmat indikaattorikuvaukset ovat avoimesti saatavilla tulospalvelussa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset>



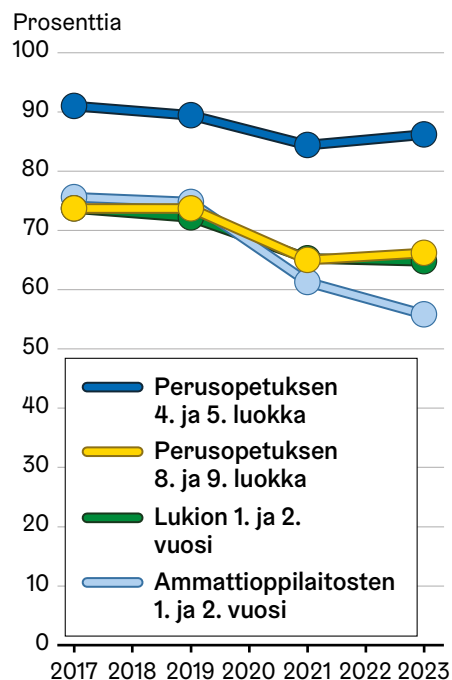
# Tyytyväisyys elämään, harrastukset ja vapaa-aika



# Tyytyväisyys elämään, harrastukset ja vapaa-aika

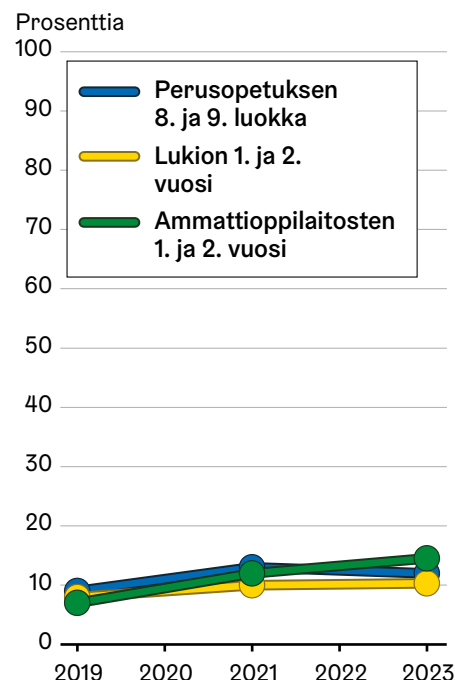
Suuri osa helsinkiläislapsista ja -nuorista on tyytyväisiä elämäänsä. Valtaosalla on jokin viikoittainen harrastus. Aiempaa useampi nuori harrastaa taidetta ja kulttuuria tai liikuntaa ohjastusti. Toisaalta joka kymmenes kokee osallisuutensa erittäin heikoksi.

**Kuvio 1. Tyytyväisyys elämään oppiasteittain vuosina 2017–2023**



Pojat ovat tyytyväisiä elämäänsä useammin kuin tytöt kaikilla oppiasteilla. Erityisesti AOL-tyttöjen tyytyväisyys elämään on heikentynyt selkeästi. Ammatillisen koulutuksen osalta elämään tyytyväisyyden osuus Helsingissä onkin heikompi kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla.

**Kuvio 2. Erittäin heikko osallisuuden kokemus oppiasteittain vuosina 2019–2023**



Erittäin heikko osallisuuden kokemus on yleisempää tytöillä kuin pojilla kaikilla oppiasteilla. Varsinkin AOL-tytöistä jopa 20 prosenttia kokee osallisuutensa erittäin heikoksi. Erittäin heikko osallisuuden kokemus onkin helsinkiläisillä AOL-opiskelijoilla yleisempää kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla.

## Harrastaa jotakin vähintään kerran viikossa

8. & 9. luokka

96%

(muutos alle 1%-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

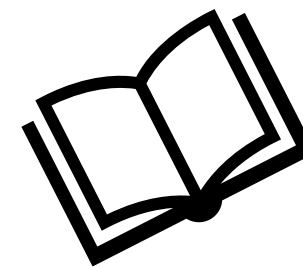
96%

(muutos alle 1%-yks. vrt. v. 2021)

AOL

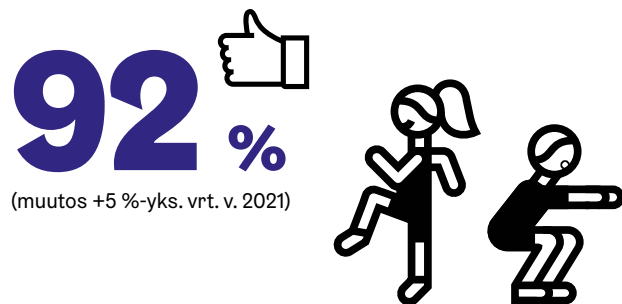
90%

(-2,9%-yks. vrt. v. 2021)

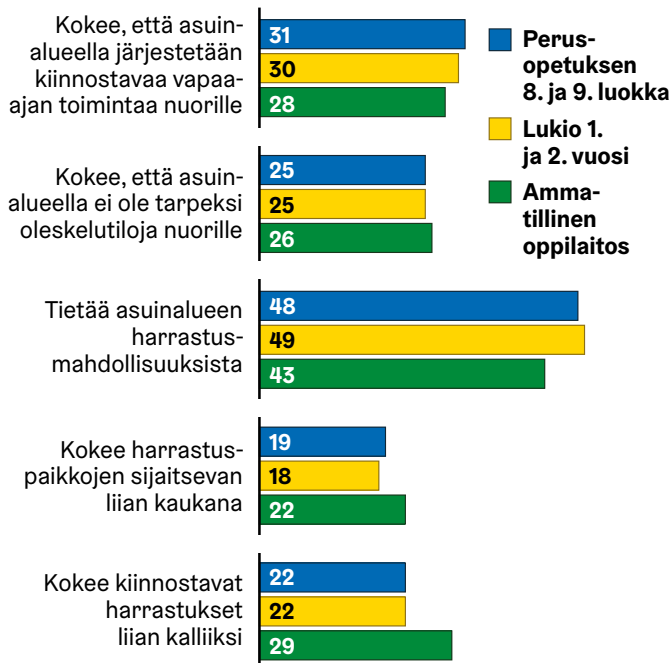


# Tyytyväisyys elämään, harrastukset ja vapaa-aika

Neljäs- ja viidesluokkalaiset, jotka harrastavat jotakin vähintään yhtenä päivänä viikossa



**Kuvio 3. Harrastusmahdollisuudet oppiasteittain vuonna 2023**



## Miltä näyttävät helsinkiläislasten ja -nuorten harrastukset ja vapaa-aika vuonna 2023?

- Valtaosalla lapsista ja nuorista on jokin viikoittainen harrastus. Erityisesti 4. ja 5. luokan harrastuneisuus on parantunut sekä tytöillä (92 %) että pojilla (91 %) edelliskerran notkahduksen jälkeen. Myös muilla oppiasteilla tyttöjen ja poikien harrastamisen osuudet ovat reilusti yli 90 %, mutta AOL-tyttöjen harrastuneisuus (87%) jää alle sen. Kyseinen osuus on laskenut jonkin verran edelliskertaan verrattuna.
- Ohjatun taiteen ja kulttuurin harrastaminen on yleistynyt, kun taas omatoimisen taiteen ja kulttuurin harrastaminen on lukiolaisilla ja 8.- ja 9.-luokkalaisilla harvinaisempaa kuin vuonna 2021.
- Taiteen ja kulttuurin harrastaminen on yleisempää tytöillä kuin pojilla.
- Taiteen ja kulttuurin harrastaminen omatoimisesti ja ohjatuksi on yleisempää Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin. Erityisesti AOL-opiskelijat Helsingissä erottuvat edukseen taideharrastamisessa suhteessa koko maahan.

- Ohjatun liikunnan harrastaminen on yleisempää kuin vuonna 2021. Osuudet ovat nousseet sekä tytöillä että pojilla kaikilla oppiasteilla. Pojat harrastavat ohjattua liikuntaa tyttöjä yleisemmin.
- Omatoimisen liikunnan harrastaminen on hieman harvinaisempaa kuin vuonna 2021. Kaikilla oppiasteilla erityisesti tytöt harrastavat omatoimisesti liikuntaa edelliskertaa harvemmin. Silti omatoimisen liikunnan harrastaminen on yleisempää kuin ohjatun liikunnan harrastaminen.
- Myös ohjatun ja omatoimisen liikunnan harrastaminen on yleisempää Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin. Varsinkin 8.- ja 9.-luokkalaisten ohjatun liikunnan harrastaminen on huomattavasti yleisempää kuin koko maassa keskimäärin.
- Kokemus harrastusmahdollisuuksista on osin heikentynyt. Aiempaa harvempi tietää asuinalueensa harrastusmahdollisuuksista, kun taas aiempaa useampi kokee kiinnostavat harrastukset liian kalliina. Myös kokemus harrastuspaikkojen kaukaisesta sijainnista on hieman aiempaa yleisempää. Toisaalta yhtä usea nuori kuin vuonna 2021 kokee, että asuinalueella järjestetään kiinnostavaa vapaa-ajantoimintaa ja aiempaa harvempi kokee, että asuinalueella ei ole tarpeeksi oleskelutiloja nuorille.

**Taulukko 2. Harrastaminen oppiasteittain Helsingissä vuonna 2023, %**

	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
<b>harrastaa taidetta tai kulttuuria viikoittain</b>	79	55	63	46
<b>harrastaa taidetta tai kulttuuria ohjatuksi viikoittain</b>	*	24	22	15
<b>harrastaa taidetta tai kulttuuria omatoimisesti viikoittain</b>	*	32	38	29
<b>harrastaa liikuntaa ohjatuksi viikoittain</b>	*	61	41	28
<b>harrastaa liikuntaa omatoimisesti viikoittain</b>	*	74	74	64

\*Ei kysytty kyseiseltä vuosiluokalta.



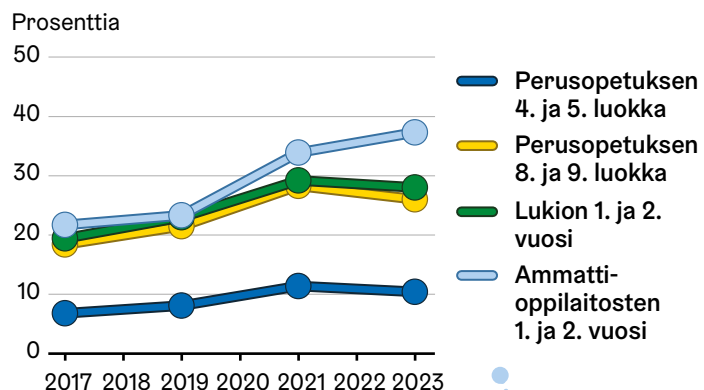
# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet



# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

Valtaosa helsinkiläislapsista ja -nuorista kokee terveytensä hyväksi. Aiempaa useampi liikkuu vähintään tunnin ajan päivässä. Päihteiden käytön yleisyys on pysynyt ennallaan, mutta sähkösavukkeiden käyttö on yleistynyt.

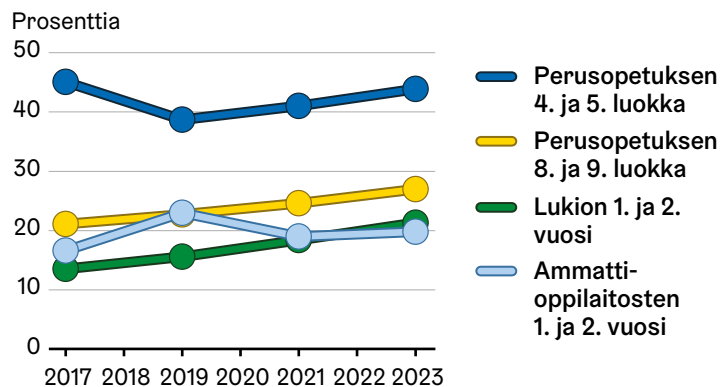
**Kuvio 4. Terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi kokevat oppiasteittain vuosina 2017–2023**



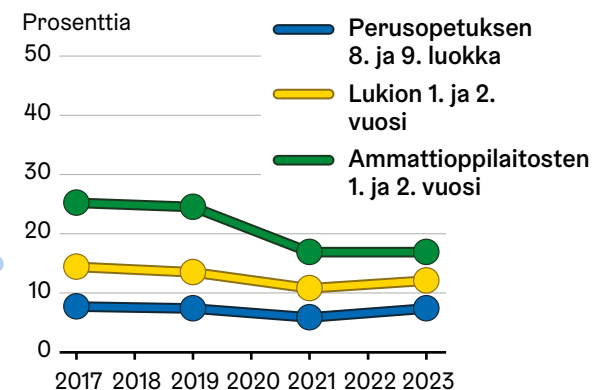
Selkeästi suurempi osa tytöistä kokee terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi kuin pojista. Puolet AOL-tytöistä kokee terveydentilansa korkeintaan keskinkertaiseksi, kun pojista noin neljännes. Lukion ja 8. ja 9. luokan tyttöjen osuus on noin 35 % ja poikien 17 %. Suurempi osa AOL-opiskelijoista Helsingissä kokee terveytensä korkeintaan keskinkertaiseksi kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla. Lukiolaisten osuus on jonkin verran korkeampi kuin vertailukohteissa, kun taas 8. ja 9. luokan samalla tasolla.

Suurempi osa pojista liikkuu vähintään tunnin päivässä kuin tytöistä. Erityisen selkeä ero sukupuolten välillä on havaittavissa 4. ja 5. luokalla, jossa poikien osuus on 50 % ja tyttöjen 38 %. Toisella asteella ja 8. ja 9. luokalla helsinkiläisten osuudet ovat jonkin verran parempia kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pk-seudulla, kun taas 4. ja 5. luokan osuus on samalla tasolla.

**Kuvio 5. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat oppiasteittain vuosina 2017–2023**



**Kuvio 6. Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiini tuotteiden käyttöä tai rahapelaamista oppiasteittain 2017–2023**



Päihteiden yhteiskäyttö on yleisempää pojilla kuin tytöillä 8. ja 9. luokalla ja lukiossa, kun taas AOL-opiskelijoiden keskuudessa tilanne on päinvastoin. Yhteiskäyttö on yleisempää helsinkiläislukiolaisilla kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla, kun taas AOL-opiskelijoilla se on harvinaisempaa kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla. 8. ja 9. luokan osuus on samalla tasolla.



# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

## Itseraportoitu ylipainoisuus, %

8. & 9. luokka

**13** %



(-1 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

**14** %



(muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL

**23** %



(-1,4 %-yks. vrt. v. 2021)

## Paljon vaikeuksia keskittyä\*

8. ja 9. luokka

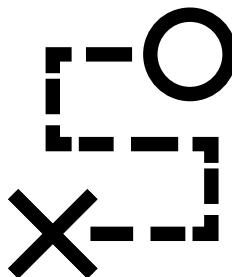
**16** %

Lukio

**17** %

AOL

**27** %



## Väsynyt ja uupunut päivittäin\*

8. ja 9. luokka

**42** %

Lukio

**48** %

AOL

**43** %



## Herää kesken yöunien päivittäin\*

8. ja 9. luokka

**13** %

Lukio

**14** %

AOL

**20** %

\*4.- ja 5.-luokkalaisilta ei kysytty.

## Millaiseksi helsinkiläislapset ja -nuoret kokevat oman terveytensä ja elintapansa vuonna 2023?

- Terveytensä korkeintaan keskinkertaiseksi kokevien osuuksien voimakas kasvu on pysähtynyt. Silti suurempi osa lapsista ja nuorista kokee terveytensä korkeintaan kohtalaiseksi kuin ennen vuotta 2021. Esimerkiksi 8.- ja 9.-luokkalaisten osalta nykyinen terveytensä korkeintaan kohtalaiseksi kokevien osuus (26 %) on 12 %-yksikköä korkeampi kuin vuonna 2013.
- Itseraportoitu ylipainoisuus ei ole juurikaan muuttunut viime vuosien aikana. Ainoa muutos nähdään AOL:ssa, jossa aiempaa suurempi osa pojista on ylipainoisia ja päinvastaisesti aiempaa harvempi tyttö. Helsinkiläisten ylipainoisten osuus on matalampi kuin koko maassa keskimäärin.
- Aiempaa useampi AOL-opiskelija eli noin puolet ei pidä painoaan sopivana. Lukiolaisten osuus (35 %) ja 8. ja 9. luokan osuus (40 %) ovat samalla tasolla kuin vuonna 2021.
- Vaikeudet keskittyä ovat yleistyneet huomattavasti verrattuna aiempaan. Muutoksen näkee erityisen selvästi, kun vertailee nykyisiä osuuksia vuoden 2019 lukemiin, jolloin keskittymisvaikeuksia koki noin 10 % oppijoista kaikilla oppiasteilla. Keskittymisvaikeudet ovat yleistyneet sekä tytöillä että pojilla, mutta ne ovat huomattavasti yleisempiä tytöillä kaikilla oppiasteilla.
- Väsymystä ja uupumusta kokee päivittäin yli puolet tytöistä, pojista noin kolmannes. Väsymystä ja uupumusta kokevien osuudet toisella asteella ovat yleisempiä kuin koko maassa keskimäärin.

# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

## Nukkuu arkisin alle 8h

8. & 9. luokka

**34** %

(muutos -7,4 %-yks. vrt. v. 2021)



Lukio

**51** %

(muutos -7,4 %-yks. vrt. v. 2021)



AOL

**53** %

(muutos +5,8 %-yks. vrt. v. 2021)



## Kipua ainakin kolmessa kehonosassa vähintään kerran viikossa

4. & 5.luokka

**26** %

8. & 9. luokka

**40** %

Lukio

**42** %

AOL

**40** %

## Taulukko 3. Terveyskäyttäytyminen ja netin käyttö oppiasteittain vuonna 2023, %

	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
Harjaa hampaansa harvemmin kuin kahdesti päivässä	19	26	23	44
Harrastaa hengästyttävää liikuntaa korkeintaan tunnin viikossa	*	25	29	42
Kulkee koko koulumatkan moottoriajoneuvolla	*	5	5	9
Yrittänyt usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole onnistunut	37	38	38	30
Huomannut usein olevansa netissä vaikka ei ole huvittanut	26	43	49	41
Tuntenut olonsa usein hermostuneeksi, kun ei ole päässyt nettiin	15	19	17	22

\*Ei kysytty kyseiseltä vuosiluokalta.

## Millaiseksi helsinkiläislapset ja -nuoret kokevat oman terveytensä ja elintapansa vuonna 2023?

- Edelliskertaa suurempi osa 8.- ja 9.-luokkalaisista ja lukiolaisista nukkuu 8h tai enemmän arkisin, myönteinen muutos on havaittavissa sekä tytöillä että pojilla. Päinvastaisesti AOL-opiskelijoiden unirytmii on heikentynyt. Osin myönteisestä muutoksesta huolimatta alle 8h yössä nukkuminen on Helsingissä toisella asteella yleisempää kuin koko maassa tai muualla pääkaupunkiseudulla.
- Yli puolet tytöistä 8. ja 9. luokalla, lukiossa ja AOL:ssa kokee kipua ainakin kolmessa kehonosassa viikoittain. Noin joka neljännes pojista samoilla oppiasteilla kokee vastaavaa. Perusopetuksen 4. ja 5. luokalla noin neljännes tytöistä ja pojista kokee kipua ainakin kolmessa kehonosassa viikoittain. Varsinkin toisella asteella kipukokemukset ovat yleisempiä kuin koko maassa keskimäärin. Kipukysymykset tässä muodossa olivat ensimmäistä kertaa, joten tietoja ei voi vertailla aiempaan.
- Verrattuna vuoteen 2021 aiempaa harvempi harrastaa hengästyttävää liikuntaa VAIN tunnin viikossa, osuudet ovat kuitenkin korkeampia kuin vuosina 2019 ja 2017. Myönteinen muutos havaitaan erityisesti pojilla, kun taas tyttöjen osuudet ovat pääsääntöisesti samalla tasolla kuin aiempina vuosina.
- Haitallisessa netin käytössä ei ole tapahtunut muutoksia aiempaan verrattuna, ei tytöillä eikä pojilla millään oppiasteella.

# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

## Ateriarytmi oppiasteittain

Ei syö aamupalaa joka arkipäivä

4. ja 5. luokka

**27 %**

(ei muutosta vrt. v. 2021)

8. ja 9. luokka

**42 %**

(-1,5 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

**43 %**

(+2,6 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL

**60 %**

(+5,1 %-yks. vrt. v. 2021)

Ei syö koululounasta päivittäin

8. ja 9. luokka

**44 %**

(ei muutosta vrt. v. 2021)

**10 %**

4.- ja 5.-luokkalaisista syö kaikki kouluruuan aterianosat kaikkina koulupäivinä.

Lukio

**40 %**

(+2 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL

**53 %**

(-1,8 %-yks. vrt. v. 2021)

Taulukko 4. Koululounas on..., %

	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
laadultaan hyvää	47	38	57	69
maultaan hyvää	47	36	53	64

## Ravitsemus oppiasteittain

Harvemmin kuin 6 päivänä viikossa hedelmiä, marjoja ja kasviksia syövät



Karkkia, suklaata, sokeroitua limsaa tai sokeroitua mehua lähes päivittäin käyttävät

8. ja 9. luokka

**83 %**

Lukio

**83 %**

AOL

**93 %**

Juo energijuomia lähes päivittäin

8. ja 9. luokka

**11 %**

Lukio

**11 %**

AOL

**13 %**

8. ja 9. luokka

**6 %**

Lukio

**6 %**

AOL

**13 %**

## Mitä muuta voidaan todeta helsinkiläislasten ja -nuorten ruokatottumuksista ja ateriarytmistä?

- Ateriarytmin osalta merkittävin muutos vuoteen 2021 verrattuna on tapahtunut siinä, että selkeästi useampi eli 67 % AOL-tytöistä ei syö aamiaista joka arkipäivä. Myös koululounaan väliinjättäminen vähintään kerran viikossa on yleistynyt 8. ja 9. luokan tytöillä. Koululounaan väliinjättäminen on Helsingissä yleisempää kuin koko maassa keskimäärin. Myös aamiainen jää syömättä vähintään kerran viikossa useammin helsinkiläisillä toisen asteen opiskelijoilla kuin koko maassa keskimäärin.
- Aiempaa harvempi kokee, että koululounas on laadultaan ja maultaan hyvää. Silti valtaosa kokee, että koululounasta on riittävästi ja se tarjoillaan sopivaan aikaan ja sen syömiseen on varattu tarpeeksi aikaa. 4.- ja 5.-luokkalaisten arviot koululounaan laadusta ja mausta poikkeavat kielteisesti koko maan keskiarvosta, kun taas muilla oppiasteilla luvut ovat samalla tasolla kuin koko maassa keskimäärin.
- Valtaosa syö hedelmiä, marjoja ja kasviksia harvemmin kuin 6 päivänä viikossa. Silti 8. ja 9. luokan osalta havaitaan myönteinen muutos eli verrattuna vuoteen 2017 (edellinen mittauskerta) aiempaa useampi syö hedelmiä, marjoja ja kasviksia 6–7 päivänä viikossa. Toisen asteen osuudet ovat samalla tasolla kuin vuonna 2017. Tytöt 8. ja 9. luokalla ja lukiossa syövät kyseisiä aineksia lähes päivittäin useammin kuin pojat, AOL:n osalta osuudet ovat samalla tasolla sukupuolten välillä. Lähes päivittäinen kasviksien, hedelmien ja marjojen syönti on yleisempää Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin.
- Päivittäin energijuomia juovien osuus on yleistynyt verrattuna vuoteen 2017, jolloin ilmiötä kysyttiin edellisen kerran. Muutosta selittää erityisesti tyttöjen yleisempi juomien käyttö. Esimerkiksi lukiolaistyttöjen ja 8. ja 9. luokan tyttöjen osuudet ovat nousseet vajaan 2 % noin 6 %. Yleisintä energijuomien käyttöä on AOL-tyttöillä (16 %). Energijuomien päivittäinen käyttö on kuitenkin yhtä yleistä Helsingissä kuin koko maassa tai muualla pääkaupunkiseudulla.
- Sokeripitoisten aineiden päivittäinen käyttö on yhtä yleistä kuin vuonna 2017, mutta kaikilla oppiasteilla havaitaan se, että käyttö on yleistynyt tytöillä ja vähentynyt pojilla. Sokeripitoisten aineiden käyttö on jonkin verran yleisempää kuin koko maassa keskimäärin, mutta samalla tasolla kuin muualla pääkaupunkiseudulla.



# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

## Alkoholinkäyttö oppiasteittain

Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa

8. & 9. luokka

9 %

(muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

19 %

(+1,1 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL

18 %

(-1,4 %-yks. vrt. v. 2021)



## Raittius

8. & 9. luokka

71 %

(muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

38 %

(+1,3 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL

46 %

(+6 %-yks. vrt. v. 2021)



## Taulukko 5. Tupakointi, sähkösavukkeet, nikotiinipussit, nuuskaaminen ja rahapelaaminen oppiasteittain vuonna 2023, %

	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
<b>Tupakoi päivittäin</b>	4 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	4 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	11 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)
<b>Käyttää sähkösavuketta päivittäin</b>	6 (+4,6 %-yks. vrt. 2021)	5 (+4,1 %-yks. vrt. v. 2021)	9 (+5,8 %-yks. vrt. v. 2021)
<b>Käyttää nikotiinipusseja silloin tällöin tai päivittäin*</b>	4	5	10
<b>Nuuskaa päivittäin</b>	2 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	2 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	6 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)
<b>Pelaa rahapelejä viikoittain</b>	5 (+1,5 %-yks. vrt. v. 2021)	3 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	8 (+3 %-yks. vrt. v. 2021)

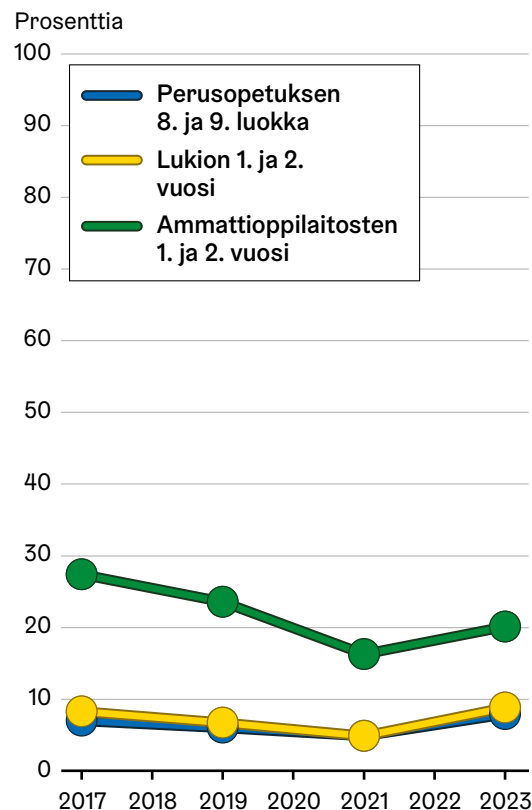
\*Kysytty ensimmäistä kertaa.

## Mitä kerrottavaa on helsinkiläislasten ja -nuorten päihdekokeiluista ja päihteiden käytön tilasta vuonna 2023?

- Monien päihteiden käyttö on vakiintunut samalle, aiempaa alhaisemmalle tasolle. Nuorten tupakointi, nuuskaaminen ja alkoholin käyttö on harvinaisempaa kuin reilut 10 vuotta sitten, mutta käytössä ei ole juurikaan tapahtunut muutoksia vuoden 2017 jälkeen.
- Ainoa selkeä poikkeus on päivittäin sähkösavukkeita käyttävien osuuden voimakas kasvu, mikä myös heijastuu siihen, että aiempaa useampi käyttää päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta. Sähkösavukkeiden käytön yleistymisen näkyy sekä tytöillä että pojilla kaikilla oppiasteilla.
- Sähkösavukkeiden käytön yleistymisen havaitaan myös 4. ja 5. luokalla. 4 % kyseisten vuosiluokkien oppilaista on käyttänyt jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran. Kyseinen osuus on korkein vuodesta 2017 alkaneesta seurannasta ja kasvu selittyy sähkösavukkeiden käytön yleistymisellä.
- Raittius on aiempaa yleisempää toisella asteella. Toisaalta toisella asteella opiskelevien tyttöjen humalahakuinen juominen on palannut takaisin aiemmalle tasolle (n. 20 %) edelliskerran ennätysalhaisten lukujen jälkeen. Myönteinen muutos nähdään AOL-poikien osalta, joista 16 % on tosihumalassa kuukausittain. Kyseinen osuus on 7 %-yksikköä matalampi kuin edelliskerralla ja n. 2 %-yksikköä matalampi kuin lukiolaispojilla. Humalahakuisuus 8. ja 9. luokalla on pysynyt pitkään samalla tasolla sekä tytöillä että pojilla ja raittius puolestaan vuoden 2021 tasolla, mikä on kuitenkin aiempaa yleisempää.

# Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

**Kuvio 7. Käyttää päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta oppiasteittain vuosina 2017–2023**



**Kokeillut kannabista vähintään 2 kertaa**

8. & 9. luokka

**7%**

(muutos alle 1%-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

**16%**

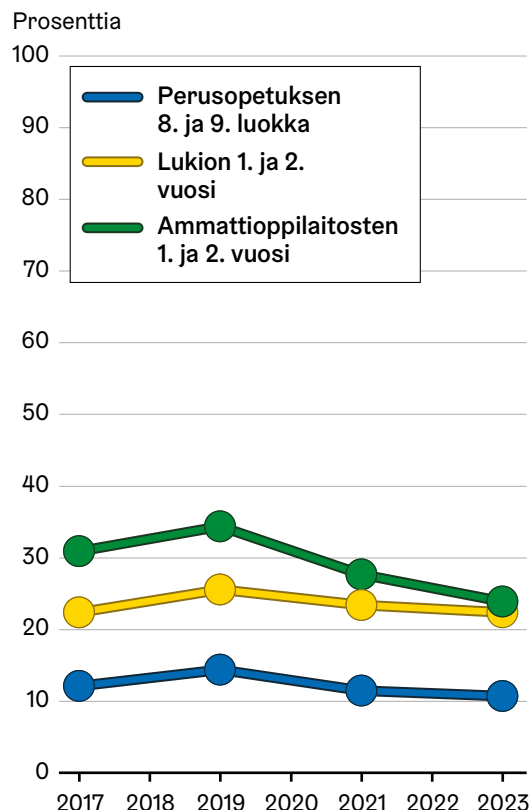
(muutos alle 1%-yks. vrt. v. 2021)

AOL

**18%**

(-2,5%-yks. vrt. v. 2021)

**Kuvio 8. Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran oppiasteittain vuosina 2017–2023**



## Mitä kerrottavaa on helsinkiläislasten ja -nuorten päihdekokeiluista ja päihteiden käytön tilasta vuonna 2023?

- Päivittäin tupakoivien tai nuuskaavien sekä kannabiskokeilujen osuudet kaikilla oppiasteilla sekä tytöillä että pojilla ovat samalla tasolla kuin edellisinä vuosina. Maininnan arvoista on kuitenkin se, että AOL-tyttöjen pitkään jatkunut nuuskaamisen yleistymisen on pysähtynyt. Lisäksi kannabista vähintään 2 kertaa kokeilleiden osuuksissa on havaittavissa hienoista laskevaa trendiä.
- 59 % 8.- ja 9.-luokkalaisista, 70 % lukiolaisista ja 66 % AOL-opiskelijoista kokee, että omalla asuinalueella on helppo hankkia huumeita. Kyseiset osuudet ovat korkeampia kuin koko maassa keskimäärin.
- Vaikka helsinkiläisten laittomien huumeiden kokeilut eivät ole yleistyneet, ne ovat huomattavasti yleisempiä Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin. Lukiolaisten huumeekokeilut ovat yleisempiä Helsingissä kuin muualla pääkaupunkiseudulla, kun muilla oppiasteilla se on samalla tasolla kuin muualla pääkaupunkiseudulla.
- Muiden päihteiden käytön osalta helsinkiläiset erottuvat varsinkin kannabiskokeilujen yleisyydessä sekä lukiolaisten humalahuumeiden suhteessa koko maan lukuihin tai muuhun pääkaupunkiseutuun. Toisaalta AOL-opiskelijoiden nuuskaaminen on harvinaisempaa Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin ja AOL-opiskelijoiden raittius on keskimääräistä yleisempää.



**Mielen hyvinvointi,  
sosiaaliset suhteet ja  
turvallinen kasvuympäristö**

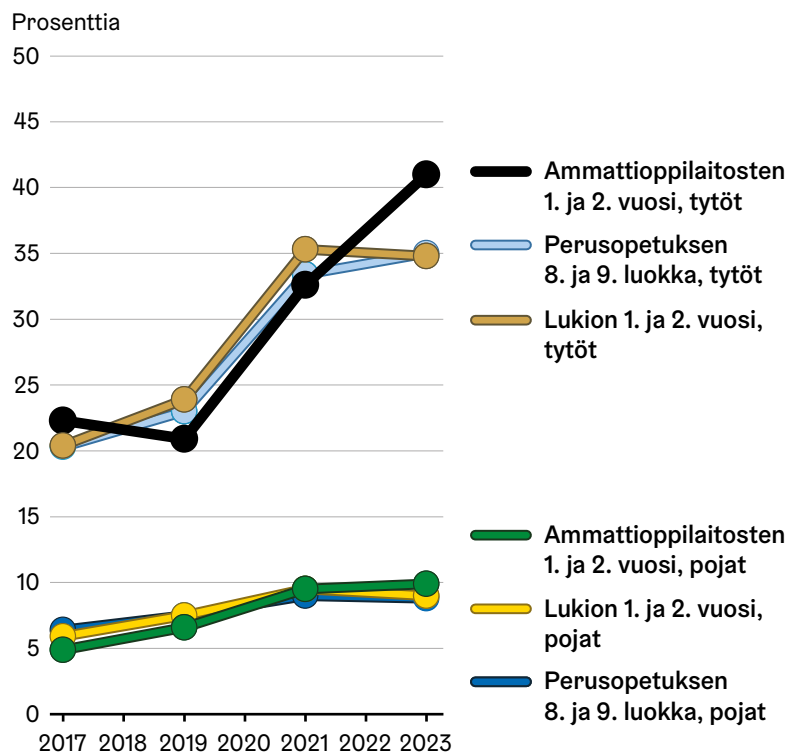


# Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö

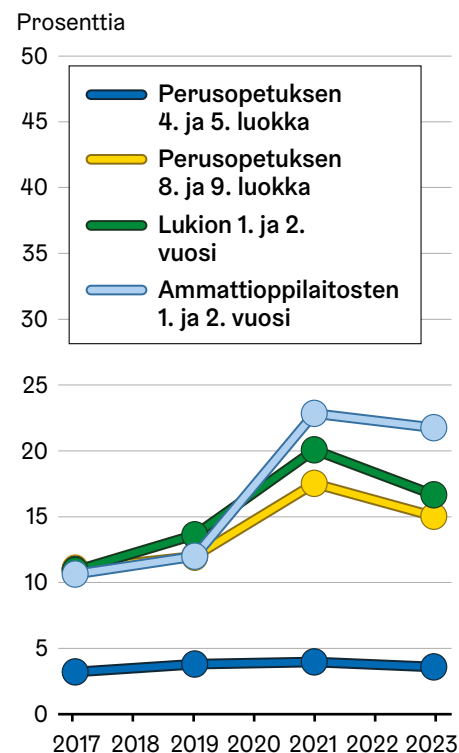
Valtaosalla helsinkiläislapsista ja -nuorista on ainakin yksi hyvä ystävä. Yksinäisyyden yleistyminen on pysähtynyt.

Tyttöjen kokemat mielen hyvinvoinnin haasteet ovat yleisiä ja kasvuympäristön turvallisuuteen liittyvät ilmiöt osin heikentyneet.

**Kuvio 9. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus sukupuolittain ja oppiasteittain vuosina 2017–2023**



**Kuvio 10. Yksinäisyys oppiasteittain vuosina 2017–2023**



Yksinäisyys on yleisempää nuorilla tytöillä kuin pojilla. Nuorten tyttöjen kokema yksinäisyys on vähentynyt viime vuosien aikana, kun taas poikien pysynyt pääsääntöisesti samalla tasolla. Perusopetuksen 4. ja 5. luokalla sukupuolten välisiä erot eivät ole yhtä selkeät. Perusopetuksessa ja lukiossa helsinkiläisten yksinäisyys on samalla tasolla kuin koko maassa keskimäärin tai pääsääntöisesti muualla pääkaupunkiseudulla, kun taas ammatillisessa koulutuksessa Helsingin osuus on yleisempi kuin koko maassa keskimäärin tai Vantaalla, mutta samalla tasolla kuin Espoossa.

## On ollut huolissaan omasta mielialastaan edeltävän 12 kk aikana

8. & 9. luokka

**38 %**

(-2,2 %-yks. vrt. 2021)

Lukio

**48 %**

(-4,5 %-yks. vrt. 2021)

AOL

**41 %**

(-3,1 % yks. vrt. 2021)

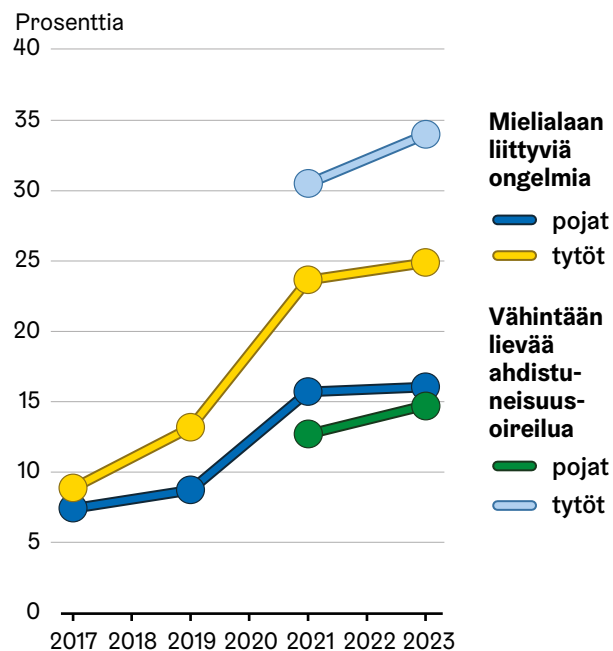
76 % 8.-ja 9.-luokkalaisista, 76 % lukiolaisista ja 84 % AOL-opiskelijoista, jotka ovat olleet huolissaan omasta mielialastaan, ovat saaneet tukea ja apua koulun aikuisilta mielialaan liittyviin asioihin. Kyseinen kokemus on pysynyt samalla tasolla kaikilla oppiasteilla viime vuosina.

# Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö

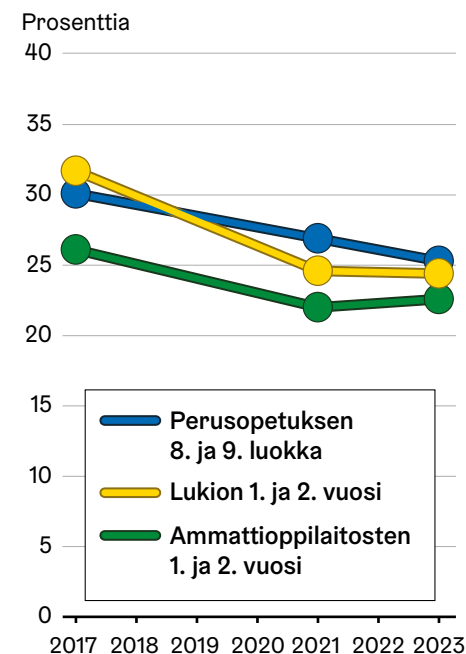
Taulukko 6. Koetut mielen hyvinvoinnin haasteet sukupuolittain ja oppiasteittain vuonna 2023, %

	TYTÖT			POJAT		
	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
<b>Masennusoireilua edeltävän 2 viikon aikana</b>	36 (-1 %-yks. vrt. v. 2021)	35 (-1,7 %-yks. vrt. v. 2021)	39 (+4,8 %-yks. vrt. v. 2021)	15 (ei muutosta vrt. v. 2021)	16 (-1,4 %-yks. vrt. v. 2021)	16 (+1,7 %-yks. vrt. v. 2021)
<b>Sosiaalinen ahdistuneisuus</b>	51 (+1,7 %-yks. vrt. v. 2021)	50 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	55 (+9,7 %-yks. vrt. v. 2021)	21 (-1,2 %-yks. vrt. v. 2021)	24 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	20 (+1,8 %-yks. vrt. v. 2021)
<b>Riski syömishäiriölle</b>	36 (+1,6 %-yks. vrt. v. 2021)	34 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	44 (+9,6 %-yks. vrt. v. 2021)	11 (+2,1 %-yks. vrt. v. 2021)	7 (+1 %-yks. vrt. v. 2021)	12 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)

Kuvio 11. Neljäs- ja viidesluokkalaisten mielialaan liittyvät ongelmat ja ahdistusoireilu sukupuolittain vuosina 2017–2023



Kuvio 12. Kokenut positiivista mielenterveyttä viimeisen kahden viikon aikana oppiasteittain vuosina 2017, 2021 ja 2023

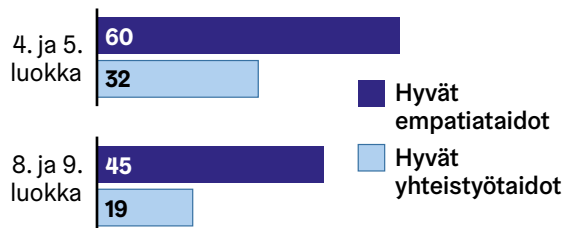


## Miten helsinkiläislasten ja -nuorten mieli voi vuonna 2023?

- Kokemus mielen hyvinvoinnin haasteista on huomattavasti yleisempää tytöillä kuin pojilla oli tarkastelun kohteena sitten mikä oppiaste tai indikaattori tahansa.
- Tyttöjen mielen hyvinvoinnin haasteet ovat yleistyneet selkeämmin kuin pojilla viimeisten vuosien aikana. Poikien osuudet ovat pysyneet suurin piirtein samalla tasolla viime vuosina, kun taas tyttöjen osuuksissa tapahtui voimakas heikkeneminen vuosien 2019 ja 2021 välillä ja heikentyminen on osin jatkunut tuoreimpien tulosten valossa.
- Perusopetuksen 4. ja 5. luokan mieliala-ailahtelut ja ahdistusoireilu ovat samalla tasolla kuin koko maassa keskimäärin, mutta jonkin verran harvinaisempia kuin Espoossa ja Vantaalla.
- Muilla oppiasteilla Helsingin osuudet mielen hyvinvoinnin osalta ovat koko maan osuuksia heikommat. Varsinkin toisella asteella osuudet erottuvat kielteisesti koko maan osuuksiin verrattuna.

# Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö

**Kuvio 13. Kokemus hyvistä empatia- tai yhteistyötaidoista perusopetuksen vuosiluokilla vuonna 2023, %**



**Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista, %**

4. ja 5. luokka

**56 %**

(+1,6 %-yks. vrt. v. 2021)

8. ja 9. luokka

**44 %**

(+1,9 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

**52 %**

(ei muutosta vrt. v. 2021)

AOL

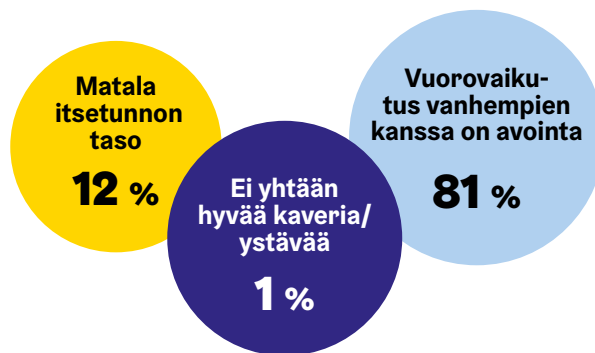
**48 %**

(-2,3 %-yks. vrt. v. 2021)

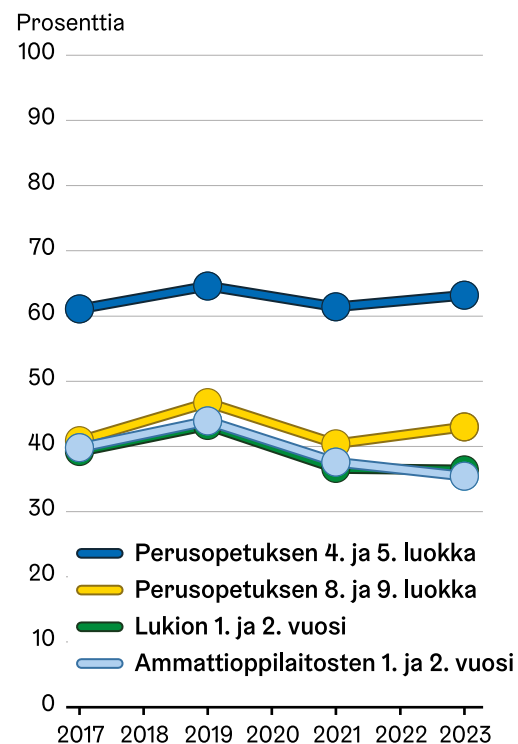
**Taulukko 7. Avun ja tuen saanti hyvinvointiin, %**

Saanut apua ja tukea hyvinvointiin tarvittaessa...	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
kouluterveydenhoitajalta	80	81	80
koululääkäriltä	72	67	74
koulupsykologilta	59	57	65
koulukuraattorilta	68	65	70
opettajalta	75	80	80

**Neljäs- ja viidesluokkalaisten sosiaaliset suhteet**



**Kuvio 14. Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa oppiasteittain vuosina 2017–2023**



**Millaiseksi helsinkiläislapset ja -nuoret kokevat sosiaaliset suhteensa vuonna 2023?**

- Vuoden 2021 notkahduksen jälkeen perusopetuksen oppijoiden keskusteluyhteys vanhempien kanssa on parantunut jonkin verran, mutta toisella asteella keskusteluyhteys on edelleen heikentynyt. Poikien osuudet ovat selkeästi tyttöjä parempia kaikilla oppiasteilla ja varsinkin perusopetuksen osalta poikien osuudet ovat myös parantuneet voimakkaammin viime vuosien aikana. Helsinkiläisillä toisen asteen oppijoilla on hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa harvemmin kuin koko maassa, kun taas perusopetuksessa useammin kuin koko maassa keskimäärin.
- Noin joka kymmenellä oppijalla 8. ja 9. luokalla sekä toisella asteella ei ole yhtään läheistä ystävää. Osuudet ovat samalla tasolla kuin aiempina vuosina. Ainoa selkeä muutos on tapahtunut siinä, että aiempaa harvempi AOL-tyttö eli (7 %) kokee, ettei hänellä ole yhtään läheistä ystävää. Läheisten ystävien puute on yleisempää pojilla kuin tytöillä.
- Kaikilla perusopetuksen vuosiluokilla tytöt kokevat empatiataitonsa paremmaksi kuin pojat. Myös 4. ja 5. luokan tytöt kokevat yhteistyötaitonsa paremmaksi kuin pojat, kun taas osuudet ovat samalla tasolla 8. ja 9. luokalla sukupuolten välillä. Helsingin osuudet molemmilla oppiasteilla ovat koko maata paremmat, myös pääkaupunkiseudun vertailussa erotutaan edukseen suhteessa Vantaaseen ja Espoon osalta luvut ovat samalla tasolla.
- Mahdollisuudessa keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista on havaittavissa pienoinen yleistyvä trendi perusopetuksen vuosiluokkien osalta.
- Avun ja tuen saanti hyvinvointiin eri opiskeluhuollon palveluista on samalla tasolla kuin vuonna 2021, mutta korkeista osuuksista huolimatta alhaisemmalla tasolla kuin vuonna 2019. Laskeva trendi havaitaan erityisesti kouluterveydenhoitajien osalta.



# Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö

On edeltävän vuoden aikana kokenut fyysistä uhkaa



4. ja 5. luokka

**18%**

(+1,5 %-yks. vrt. v. 2021)

8. ja 9. luokka

**20%**

(+2,5 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

**14%**

(muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL

**19%**

(+1,1 %-yks. vrt. v. 2021)

On edeltävän vuoden aikana kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua

8. ja 9. luokka

**31%**

(-1,6 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio

**37%**

(-2,4 %-yks. vrt. v. 2021)

**11%**

(+2,2 %-yks. vrt. v. 2021)

4.- ja 5.-luokkalaisista on edeltävän vuoden aikana kokenut seksuaalista kommentointia, ehdottelua, viestittelyä tai kuvamateriaalin näyttämistä.

AOL

**31%**

(-1,5 %-yks. vrt. v. 2021)

Taulukko 8. Kasvuympäristön turvallisuus oppiasteittain Helsingissä vuonna 2023, %

Edeltävän vuoden aikana on kokenut...	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
Seksuaaliväkivaltaa	*	9 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	10 (-1,8 %-yks. vrt. v. 2021)	13 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)
Syrjintää koulussa tai vapaa-ajalla	*	36 (+3,7 %-yks. vrt. v. 2021)	26 (+3 %-yks. vrt. v. 2021)	30 (+7 %-yks. vrt. v. 2021)
Vanhempien aiheuttamaa henkistä väkivaltaa	28 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	33 (-1,9 %-yks. vrt. v. 2021)	36 (-1,3 %-yks. vrt. v. 2021)	28 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)
Vanhempien aiheuttamaa fyysistä väkivaltaa	16 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	15 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	10 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	9 (+2,5 %-yks. vrt. v. 2021)

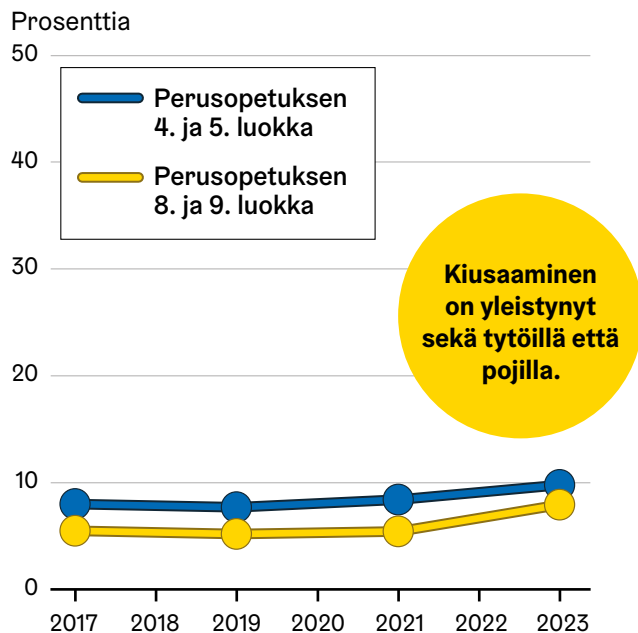
\*Ei kysytty kyseiseltä vuosiluokalta.

Kuinka turvalliseksi helsinkiläislapset ja -nuoret kokevat kasvuympäristönsä vuonna 2023?

- Kasvuympäristön turvallisuuteen liittyvät ilmiöt ovat osin jatkaneet heikentymistään. Syrjinnän ja fyysisen uhan kokemukset ovat yleistyneet aiempaan verrattuna. Lisäksi vanhempien aiheuttaman fyysisen tai henkisen väkivallan kokemukset ovat yleisempiä kuin vuonna 2019, vaikkakin samalla tasolla kuin vuonna 2021.
- Häiritsevän seksuaalisen ehdottelun ja ahdistelun osalta on edelleen nähtävissä selkeät sukupuolten väliset erot. Pienoisesta laskusta huolimatta edelleen yli puolet tytöistä toisella asteella on kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua ja ahdistelua edeltävän vuoden aikana, poikien osuudet ovat runsaat 10 %, joskin heidän häirinnän kokemuksissa on havaittavissa pienoinen yleistyvä trendi. Häiritsevä seksuaalinen ehdottelu ja ahdistelu on yleisempää Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin, mutta pääsääntöisesti samalla tasolla kuin muualla pääkaupunkiseudulla.
- Julkisessa tilassa koettu häirintä on Helsingissä yleisempää kuin koko maassa keskimäärin, vaikka se onkin jonkin verran laskenut Helsingissä. Oppiastekohtaiset Helsingin osuudet vaihtelevat 19 %–26 % välillä, kun taas koko maan osuudet ovat 14 %–17 %. Varsinkin AOL-opiskelijoiden kokema häirintä koulussa (6 %) poikkeaa koko maasta tai muusta pääkaupunkiseudusta kielteisesti.

# Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvu ympäristö

**Kuvio 15. Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa perusopetuksessa vuosina 2017–2023**



## Kuinka turvalliseksi helsinkiläislapset ja -nuoret kokevat kasvu ympäristönsä vuonna 2023?

- Fyysisen uhan kokemukset ovat yleisempiä pojilla kuin tytöillä. Poikien osuudet ovat myös kasvaneet viime vuosien aikana. Erityisen reippaasti osuus on noussut 8. ja 9. luokan pojilla. Heistä 26 % on kokenut fyysistä uhkaa, kun vuoden 2021 osuus oli 20 %. Fyysisen uhan kokemukset ovat Helsingissä yleisempiä kuin koko maassa keskimäärin.
- Syrjinnän kokemukset ovat yleisempiä tytöillä kuin pojilla, mutta sukupuolten välinen ero ei ole yhtä selkeä kuin muissa turvallisuuteen liittyvissä ilmiöissä. Syrjinnän kokemukset ovat yleistyneet sekä tytöillä että pojilla kaikilla oppiasteilla, yleisintä se on perusopetuksen 8. ja 9. luokan tytöillä. Heistä 40 % on kokenut syrjintää edeltävän vuoden aikana. Toisaalta voimakkain kasvu on tapahtunut AOL-tytöillä, joista 39 % on kokenut syrjintää ja se on 10 %-yksikköä enemmän kuin vuonna 2021. Syrjinnän kokemukset ovat yleisempiä Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla.

- Vanhemman aiheuttaman henkisen väkivallan kokemukset ovat yleisempiä tytöillä kuin pojilla kaikilla oppiasteilla, fyysisen väkivallan osalta nähdään yksi poikkeus. Perusopetuksen 4. ja 5. luokalla pojat ovat kokeneet tyttöjä useammin vanhemman aiheuttamaa fyysistä väkivaltaa.
- Aiempaa useampaa oppijaa kiusataan koulussa viikoittain. Muutos havaitaan kaikilla oppiasteilla. Toisella asteella kiusattujen osuus lukiossa on ollut erittäin pitkään noin 1 %, kun nyt kyseinen osuus on noussut 2 %. Vastaavasti AOL:ssa osuus on ollut pitkään noin 2 %, kunnes nyt 5 %.
- Aiempaa harvempi eli 57 % koulukiusaamistilanteisiin osallistuneista 4.-ja 5.luokkalaisista kertoo kiusaamisesta koulun aikuiselle. Heistä 22 % kokee, että kiusaaminen on jatkunut tai pahentunut kertomisen jälkeen. Muilla oppiasteilla kiusaamisesta kertominen koulun aikuisille on harvinaisempaa, vaihdellen 15–30 % välillä.
- Koulukiusaaminen on yleistynyt myös koko maassa ja muualla pääkaupunkiseudulla.

# Koulunkäynti ja kouluympäristö



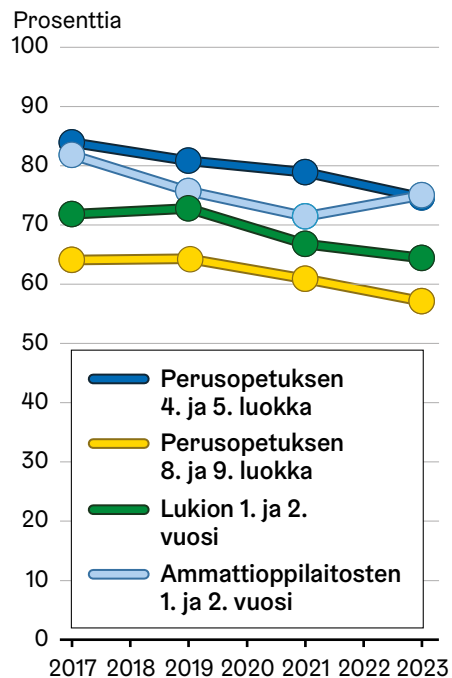


# Koulunkäynti ja kouluympäristö

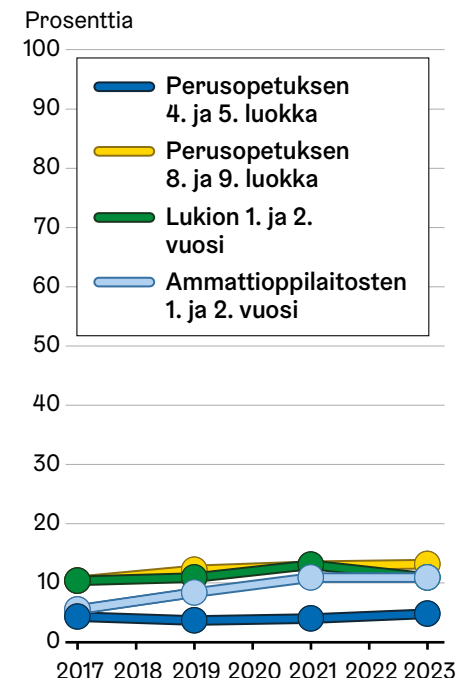
Suuri osa helsinkiläislapsista ja -nuorista tykkää käydä koulua ja kokee olevansa tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä. Koetut osallistumis- tai vaikutusmahdollisuudet koulussa ovat parantuneet.



**Kuvio 16. Pitää koulunkäynnistä oppiasteittain vuosina 2017–2023**



**Kuvio 17. Ei koe olevansa tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä oppiasteittain vuosina 2017–2023**



**Kokee kouluinnostusta**

4. ja 5. luokka  
**40%**  
(-6,1 %-yks. vrt. v. 2021)

8. ja 9. luokka  
**16%**  
(-7,3 %-yks. vrt. v. 2021)

Lukio  
**28%**  
(-5 %-yks. vrt. v. 2021)

AOL  
**28%**  
(-5,6 %-yks. vrt. v. 2021)

**Varsinkin 8. ja 9. luokalla sekä toisella asteella suurempi osa pojista kuin tytöistä kokee olevansa tärkeä osa luokkai- tai koulu- yhteisöä.**

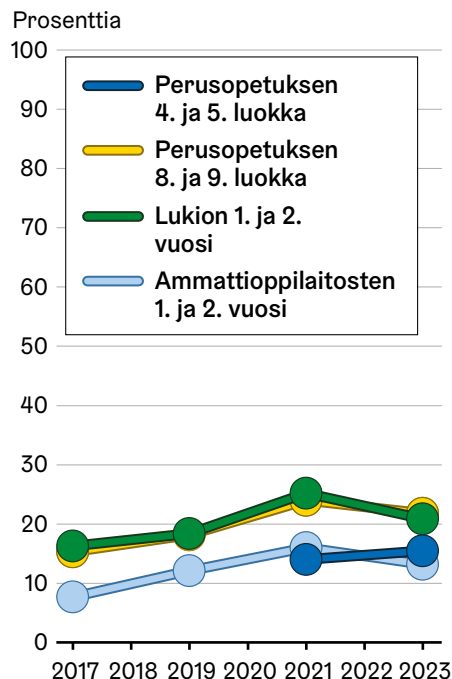
**Perusopetuksen 4. ja 5. luokalla sukupuolten välillä ei juurikaan havaita eroja kuulumisen kokemuksessa.**

**Taulukko 9. Tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä oppiasteittain vuonna 2023, %**

	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
<b>Kokee olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä</b>	57 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	55 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	53 (+1,1 %-yks. vrt. v. 2021)	57 (+1,9 %-yks. vrt. v. 2021)
<b>Kokee olevansa tärkeä osa koulu- yhteisöä</b>	41 (+3,5 %-yks. vrt. v. 2021)	39 (muutos alle 1 %-yks. vrt. v. 2021)	50 (+4,6 %-yks. vrt. v. 2021)	45 (+1,1 %-yks. vrt. v. 2021)

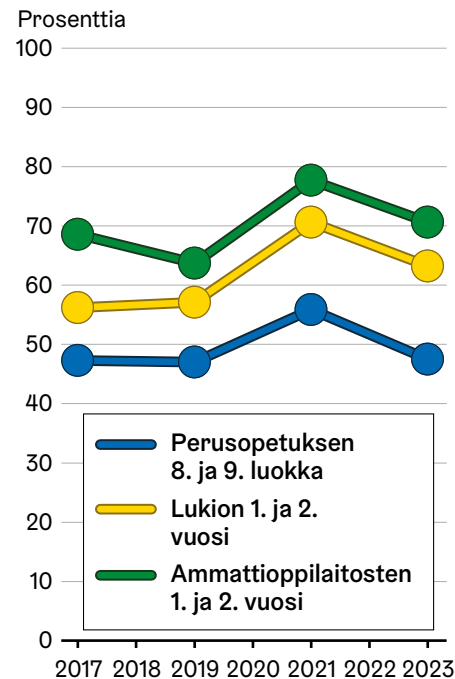
# Koulunkäynti ja kouluympäristö

**Kuvio 18. Koulu-uupumus oppiasteittain vuosina 2017–2023\***



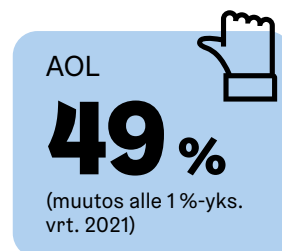
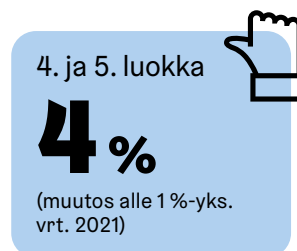
\*4. ja 5. luokalla käytössä eri mittari kuin muilla oppiasteilla.

**Kuvio 19. Opettajalta saatu välittävä ja oikeudenmukainen kohtelu oppiasteittain vuosina 2017–2023**



## Paljon vaikeuksia lukemisessa, kirjoittamisessa tai laskemisessa

## Vaikeuksia oppimistaidoissa

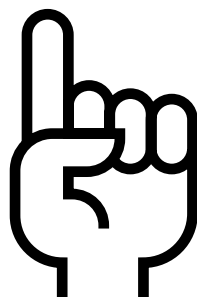


## Miten hyvin helsinkiläisoppijat viihtyvät kouluissa ja oppilaitoksissa vuonna 2023?

- Koulu-uupumuksessa on havaittavissa myönteinen kehityssuuntaus, kun pitkään jatkunut yleistynyt trendi on pysähtynyt ja kääntynyt laskuun 8. ja 9. luokalla sekä toisella asteella. Päinvastaisesti perusopetuksen 4. ja 5. luokalla osuus on kuitenkin korkeampi kuin edelliskerralla.
- 4. ja 5. luokan koulu-uupumuksen indikaattori koostuu viidestä väittämästä. Kun näitä yksittäisiä väittämiä tarkastelee tarkemmin, selkein muutos havaitaan siinä, että aiempaa useampi poika (18 %) ja tyttö (16 %) tuntee usein olevansa menettämässä kiinnostuksen koulua kohtaan. Lisäksi aiempaa useampi poika (15 %) miettii, että onko koulunkäynnillä mitään merkitystä ja aiempaa useampi tyttö (12 %) nukkuu usein huonosti kouluasioiden takia.
- Muilla oppiasteilla koulu-uupumus koostuu kolmesta väittämästä. Kun näitä yksittäisiä väittämiä tarkastelee tarkemmin, erityisen selkeä myönteinen muutos on havaittavissa siinä, että aiempaa harvempi kokee uupumusasteista väsymystä koulutyössä. Myönteisestä kehityksessä huolimatta silti lukiolaistytöistä 45 % ja perusopetuksen 8. ja 9. luokan tytöistä 47 % kokee uupumusasteista väsymystä. Muut väittämät ovat joko samalla tasolla kuin edelliskerralla tai muutaman %-yks. matalammat.
- Myönteisestä kehityksestä huolimatta helsinkiläisten koulu-uupumus toisella asteella on yleisempää kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pääkaupunkiseudulla. Helsingin osuus 8. ja 9. luokalla on heikompi kuin koko maassa keskimäärin, mutta parempi kuin pääkaupunkiseudulla. Helsingin osuus 4. ja 5. luokalla on samalla tasolla kuin koko maassa ja muualla pääkaupunkiseudulla.

# Koulunkäynti ja kouluympäristö

## Neljäs- ja viidesluokkalaisten kokemus luokan ilmapiiristä

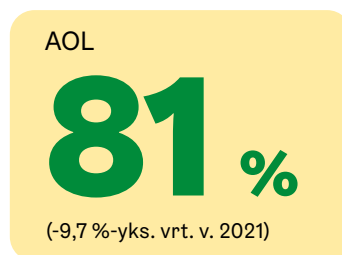
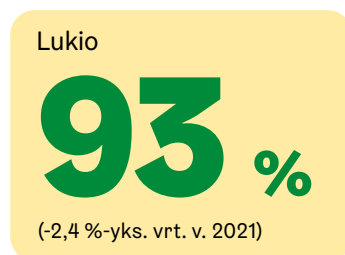
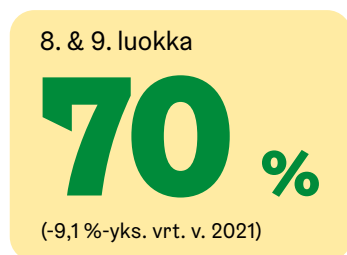


## Neljäs- ja viidesluokkalaisten kokemus välitunneista

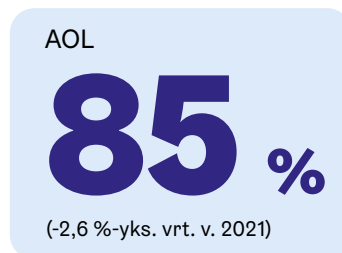
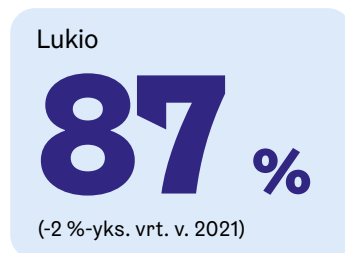
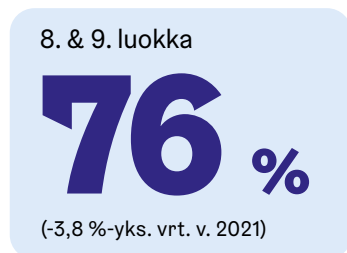


## Luokan tai ryhmän ilmapiiri oppiasteittain

Luokassa tai ryhmässä hyvä työrauha



Luokan tai ryhmän oppilaat viihtyvät hyvin yhdessä



- Suuri osa lapsista ja nuorista kokee edelleen tulevansa hyvin toimeen muiden oppijoiden ja opettajien kanssa kouluissa ja oppilaitoksissa, vaikkakin on havaittavissa osuuksien heikentyneen edelliseen mittauskertaan verrattuna. Nykyiset osuudet ovat kuitenkin samalla tasolla tai parempia kuin vuosina 2019 tai 2017. Esimerkiksi 8. ja 9. luokalla ja AOL:ssa havaitaan selkeä heikennys luokan työrauhan osalta verrattuna vuoteen 2021, mutta nykyiset osuudet ovat silti korkeampia kuin vuosina 2019 ja 2017. Ainoa poikkeus tähän on 4.- ja 5.-luokkalaisten kokemus oppilaiden viihtymisestä usein yhdessä, jossa nyt havaittu osuus on matalampi kuin aikaisemmin.
- Pojat arvioivat ilmapiirin ja viihtyvyyden paremmaksi kuin tytöt kaikilla oppiasteilla.

# Koulunkäynti ja kouluympäristö

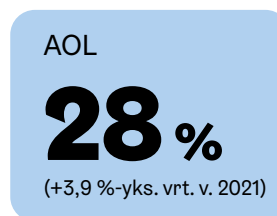
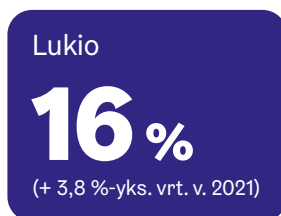
Taulukko 10. Osallistuminen tai vaikutusmahdollisuudet oppiasteittain vuonna 2023\*, %

	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
koulun yhteiset säännöt	71	25	31	45
oppituntien sisältö/järjestelyt	67	33	52	50
koulutyön suunnittelu		24	52	43
välituntitoiminta tai tauot	67	28	35	58
koulun piha-alueet	49			
koulutilat		23	30	42
kouluruokailu	54	23	26	38
koulun tapahtumat	72	41	47	39

\*Kysymyksen asettelu erilainen perusopetuksen 4. ja 5. luokalla kuin muilla oppiasteilla.

## Osallistunut koulun asioiden suunnitteluun

## Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa



Taulukko 11. Saanut apua ja tukea oppimiseen ja koulunkäyntiin tarvittaessa oppiasteittain vuonna 2023, %

Saanut apua ja tukea tarvittaessa ...	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
luokanvalvoja	83	86	91
muu opettaja	79	83	87
opinto-ohjaaja	84	89	83
erityisopettaja	76	75	81

## Millaiseksi helsinkiläisoppijat kokevat kouluympäristönsä vuonna 2023?

- Osallistumis- tai vaikutusmahdollisuudet koulussa ovat parantuneet aiempaan verrattuna kaikilla oppiasteilla. Toisella asteella nykyiset osuudet eivät ole olleet näin korkeat kertaakaan aiemmin (vuodesta 2017 alkaen). Perusopetuksessa osuudet ovat hienan parantuneet edelliskerran notkahduksen jälkeen. Suurempi osa pojista kokee osallistumis- tai vaikutusmahdollisuutensa hyväksi kuin tytöistä kaikilla oppiasteilla. Yksittäisistä väittämistä selkein muutos on tapahtunut siinä, että aiempaa suurempi osa oppijoista kaikilla oppiasteilla kokee, että heillä on hyvät osallistumis- tai vaikutusmahdollisuudet koulun tapahtumiin.
- Aiempaa useampi AOL-opiskelija kokee, että on saanut apua ja tukea oppimiseen ja koulunkäyntiin tarvittaessa. Muutos on nähtävissä kaikissa tarkastelluissa ammattiryhmissä. Lukiolaisilla osuudet ovat suurin piirtein samalla tasolla kuin aiemmin. Perusopetuksen 8. ja 9. luokalla havaitaan sellainen muutos, että aiempaa harvempi kokee saaneensa tukea ja apua luokanvalvojalta tai muulta opettajalta.





# Koulunkäynti ja kouluympäristö

## Poissaoloja sairauden vuoksi vähintään kuukausittain

8. & 9. luokka

**36** %

(+12,3 %-yks. vrt. v. 2019)

Lukio

**30** %

(+9,2 %-yks. vrt. v. 2019)

AOL

**32** %

(+7,4 %-yks. vrt. v. 2019)

## Taulukko 12. Terveystarkastuksen toteutuminen ja koulu- tai opiskeluterveydenhuoltoon pääsy oppiasteittain vuonna 2023, %

	4. ja 5. luokka	8. ja 9. luokka	Lukio	AOL
Terveystarkastus on yksilöllinen ja keskustelevala	41	55	62	59
Ei päässyt kouluterveydenhuoltajalle yrittämisestä huolimatta	*	3	2	3
Ei päässyt koulukuraattorille yrittämisestä huolimatta	*	2	1	2

\*Ei kysytty kyseiseltä vuosiluokalta.

## Oppilaitoksen fyysiset työolot häirinneet opiskelua

8. & 9. luokka

**27** %

(+4,7 %-yks. vrt. v. 2019)

Lukio

**19** %

(ei muutosta vrt. v. 2019)

AOL

**12** %

(+2,4 %-yks. vrt. v. 2019)

## Millaiseksi helsinkiläisoppijat kokevat kouluympäristönsä vuonna 2023?

- Poissaolot sairauden vuoksi ovat yleisempiä tytöillä kuin pojilla, mutta ne ovat yleistyneet molemmilla verrattuna vuoteen 2019, jolloin asiaa mitattiin edellisen kerran.
- Suuri osa oppijoista kokee, että on helppo päästä koulu- tai opiskeluterveydenhuollon asiantuntijoiden vastaanotolle tarvittaessa. Silti osuudet ovat jonkin verran alhaisemmat kuin edellisellä kerralla ja päinvastaisesti taas niiden osuus, jotka eivät ole päässeet yrittämisestä huolimatta, on hieman kasvanut.
- Suurempi osa oppijoista 8. ja 9. luokalla ja ammatillisessa koulutuksessa kokee, että oppilaitoksen tai koulun fyysiset työolot ovat häirinneet opiskelua verrattuna vuoteen 2019, jolloin ilmiötä mitattiin edellisen kerran. Kun vertailee kyseisen summaindikaattorin yksittäisiä väittämiä ja niissä tapahtuneita muutoksia, esiintyy oppiasteittaisia eroavaisuuksia. Perusopetuksen 8. ja 9. luokalla aiempaa useampi kokee epämukavien työtuolien, pöytien tai muiden kalusteiden häirinneet opiskelua paljon (25 %). Myös aiempaa useampi kyseisellä oppiasteella kokee, että huonot WC-, pukeutumis- tai peseytymistilat ovat häirinneet opiskelua (35 %). Vastaavat ilmiöt nousevat esille myös lukiolaisilla. Näiden lisäksi aiempaa useampi lukiolainen kokee, että liiallinen kuumuus on häirinyt opiskelua (22 %), mutta toisaalta aiempaa harvempi kokee tunkkaisen ilman häirinneen opiskeluita (15 %). Ammatillisessa koulutuksessa suurimmat muutokset havaitaan valaistuksessa (6 %) ja melussa (11 %), jotka koetaan aiempaa puutteellisemmaksi.



**Yhteenveto**

# Yhteenveto

Taulukko 13. Helsinkiläislasten ja -nuorten koetun hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden tila vuonna 2023 Kouluterveyskyselyn perusteella

Tyytyväisyys elämään, harrastukset ja vapaa-aika	Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet	Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö	Koulunkäynti ja kouluympäristö
<p><b>Tyytyväisyys elämään</b></p> <p>Suuri osa on tyytyväinen elämäänsä. Silti ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden tyytyväisyys elämään on heikentynyt ja se on alhaisempi kuin koko maassa keskimäärin.</p> <p><b>Harrastukset ja vapaa-aika</b></p> <p>Aiempaa useammalla 4.- ja 5.-luokkalaisella on jokin viikoittainen harrastus.</p> <p>Ohjatun liikunnan sekä taiteen ja kulttuurin harrastaminen on Helsingissä pääsääntöisesti yleisempää kuin koko maassa keskimäärin.</p> <p>Kokemukset harrastamismahdollisuuksista ovat kuitenkin osin heikentyneet.</p> <p><b>Osallisuus</b></p> <p>Runas joka kymmenes nuori kokee, että heidän osallisuutensa on erittäin heikko. Erityisen heikoksi osallisuutensa kokevat ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat tytöt.</p>	<p><b>Koettu terveys</b></p> <p>Suuri osa kokee terveytensä hyväksi. Silti terveydentilansa korkeintaan keskinkertaiseksi kokevien osuus on yleisempää kuin ennen vuotta 2019.</p> <p><b>Elintavat</b></p> <p>Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus kasvaa. Huolestuttavaa on se, että liikkuminen ei yleisty samaa tahtia tytöillä kuin pojilla. Arjen unirytmillä on osin palautunut edelliskertaa paremmalle tasolle. Silti melkein puolet nuorista kokee väsymystä päivittäin. Aamiaisen tai koululounaan väliinjättäminen vähintään kerran viikossa on pysynyt aiempaa yleisempänä. Myös kokemus koululounaan laadusta ja mausta on heikentynyt. Energiajuomien päivittäinen käyttö on yleistynyt.</p> <p><b>Päihteiden käyttö</b></p> <p>Päihteiden käytössä ei ole havaittu muutosta viime vuosina. Poikkeavaa on kuitenkin sähkösavukkeiden käytön yleistyminen. Helsinkiläisnuorten päihteiden käyttö poikkeaa monin tavoin koko maan luvuista. Esimerkiksi helsinkiläisnuorten laittomien huumeiden tai kannabiksen kokeilut ovat huomattavasti yleisempiä kuin koko maassa keskimäärin.</p>	<p><b>Sosiaaliset suhteet</b></p> <p>Yksinäisyyden yleistyminen on pysähtynyt, mutta se on silti yleisempää kuin vuonna 2019 tai sitä ennen. Perusopetuksen oppijoiden kokemus keskusteluyhteydestä vanhempien kanssa on palautunut paremmaksi. Helsinkiläiset perusopetuksen oppijat kokevat yhteistyö- tai empatiataidot paremmaksi kuin koko maassa keskimäärin.</p> <p><b>Mielen hyvinvointi</b></p> <p>Koetut mielen hyvinvoinnin haasteet ovat pysyneet aiempaa yleisempinä varsinkin tytöillä. Nuorten mielen hyvinvoinnin haasteet ovat yleisempiä Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin.</p> <p><b>Kasvuympäristön turvallisuus</b></p> <p>Kasvuympäristön turvallisuuteen liittyvät ilmiöt ovat edelleen aiempaa heikommalla tasolla. Aiempaa useampi on kokenut syrjintää tai fyysistä uhkaa. Edelleen yli puolet nuorista tytöistä kokee häirintää. Varsinkin julkisessa tilassa koettu häirintä on yleisempää Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin.</p>	<p>Kokemus olevansa tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä on parantunut. Silti runsas kymmenes oppijosta 8. ja 9. luokalla sekä toisella asteella kokee, ettei ole tärkeä osa koulu- ja luokkayhteisöä.</p> <p>Koulu-uupumuksen pitkään jatkunut yleistyvä trendi on taittunut toisella asteella ja 8. ja 9. luokalla. Päinvastaisesti 4. ja 5. luokan kokemus koulu-uupumuksesta on yleisempää kuin vuonna 2021.</p> <p>Koetut osallistumis- tai vaikutusmahdollisuudet koulussa ovat parantuneet.</p> <p>Valtaosa oppijoista kokee saavansa tukea ja apua tarvittaessa hyvinvointiin, koulunkäyntiin ja oppimiseen koulun aikuisilta.</p> <p>Vaikka koulun ja luokan ilmapiiriin ja viihtyvyyteen liittyvät ilmiöt ovat edelliskertaa jonkin verran heikompia, silti nykyiset osuudet ovat pääsääntöisesti parempia kuin vuosina 2017 ja 2019.</p>



# Helsingin kaupunki hyödyntää Kouluterveyskyselyn tuloksia monipuolisesti





# Helsingin kaupunki hyödyntää Kouluterveyskyselyn tuloksia monipuolisesti

## Kaupungintasolla



- Strategiatyö ja -seuranta
- Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tilan ja kehityksen seuranta
- Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen (HYTE-työ)

## Toimialoilla



- Palvelujen johtaminen tiedolla
- Toiminnan suunnittelu, toteutus ja seuranta tiedon perusteella
- Tuloksien käsittely johtoryhmissä ja työyhteisöissä
- Tuloksien hyödyntäminen hankerahoitushauissa sekä resurssien tarveperustaisessa kohdentamisessa

## Poikkihallinnollisissa työryhmissä ja verkostoissa



- Toiminnan suunnittelu, toteutus ja seuranta tiedon perusteella
- Tuloksien käsittely HYTE:n ohjausryhmässä sekä HYTE-verkostoissa
- Tuloksien käsittely verkostoissa, joissa ovat mukana mm. järjestöt, THL, muut kunnat

## Kouluissa, oppilaitoksissa ja opiskeluhuollon palveluissa



- Koulukohtaisten tulosten käsittely
- Toiminnan suunnittelu, toteutus ja seuranta tiedon perusteella
- Tuloksien käsittely lasten, nuorten ja vanhempien kanssa
- Tuloksien käsittely työyhteisöissä

**Lisätieto:** <https://hyte.hel.fi/kouluterveyskysely/>

Helsingin kaupungin kaupunkitietopalveluiden julkaisuja Kouluterveyskyselyaineistoon pohjautuen on luettavissa [www.hel.fi/kaupunkitieto](http://www.hel.fi/kaupunkitieto) ja hakusanalla Kouluterveyskysely.

## Helsingin kaupungin kouluterveyskyselyn työryhmä

Helsingin kaupungin Kouluterveyskyselyn työryhmä on osallistunut tämän julkaisun sisällön suunnitteluun. Ryhmän yhtenä keskeisenä tavoitteena on edistää Kouluterveyskyselyn hyödynnettävyyttä kaupungin toiminnassa laaja-alaisesti.

### Kaupunginkanslia

- Stina Högnabba, erityissuunnittelija
- Suvi Määttä, tutkija

### Kasvatuksen ja koulutuksen toimiala

- Petteri Lammi, arviointiasiantuntija
- Vesa Nevalainen, oppilaiden hyvinvointipäällikkö
- Jukka Orava, arviointiasiantuntija
- Sanna Ranto, johtava tietosuunnittelija
- Niclas Rönholm, chef för den grundläggande utbildningen
- Riina Ståhlberg, opiskelijoiden hyvinvointipäällikkö
- Moa Thors, chef för den fria bildningen och gymnasieutbildningen

### Kulttuurin ja vapaa-ajan toimiala

- Martti Rasa, erityissuunnittelija

### Sosiaali-, terveys- ja pelastustoimiala

- Eva Autio, projektiasiantuntija
- Anne Röppänen, osastonhoitaja
- Tarja Saarinen, erityissuunnittelija
- Tuuli Samola, terveydenedistämisen asiantuntija
- Pia Valjakka, osastonhoitaja
- Mari Väistö, ylihoitaja

Yhteystiedot: [etunimi.sukunimi@hel.fi](mailto:etunimi.sukunimi@hel.fi)