

Helsingiläislasten ja -nuorten koettu hyvinvointi, terveys ja turvallisuus – Kouluterveyskysely 2023

Suvi Määttä, tutkija, kaupunkitietopalvelut, strategiosaosto,
Helsingin kaupunki
HYTE-kahvit 27.10.2023

Helsinki

1

Esityksen rakenne

- Keskeiset nostot ilmiöalueittain Helsingin näkökulmasta:
 - Tyytyväisyys elämään, harrastukset ja vapaa-aika
 - Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet
 - Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja turvallinen kasvuympäristö
 - Koulunkäynti ja kouluympäristö
- Tutkimuksen toteuttaa THL.
- Helsingissä yhteensä 23 502 lasta ja nuorta osallistui Kouluterveyskyselyyn keväällä 2023



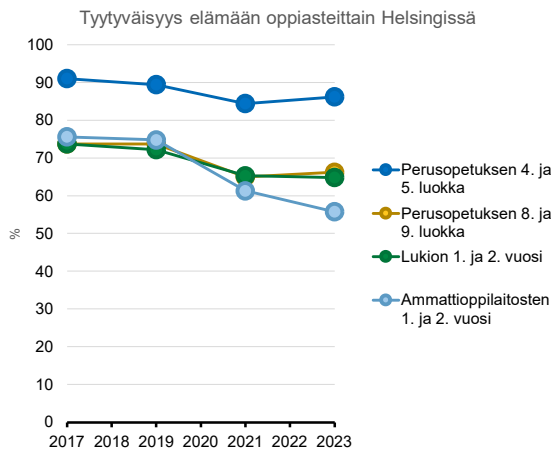
Helsinki

27.10.2023

2

2

Tyytyväisyys elämään ja ohjattuun harrastustoimintaan osallistuminen ovat pääsääntöisesti palautuneet korona-ajan laskusta



- Aiempaa useammalla 4.- ja 5.-luokkalaisella on jokin viikoittainen harrastus.
- Ohjatun taiteen ja kulttuurin sekä liikunnan **harrastaminen** on pääsääntöisesti aiempaa yleisempää.



- AOL-tyttöjen tyytyväisyys elämään on aiempaa heikompaa.
- Noin joka kymmenes nuori **kokee osallisuutensa erittäin heikoksi**. Jopa 20 % AOL-tytöistä kokee osallisuutensa erittäin heikoksi.
- Koetut harrastusmahdollisuudet ovat osin heikentyneet.

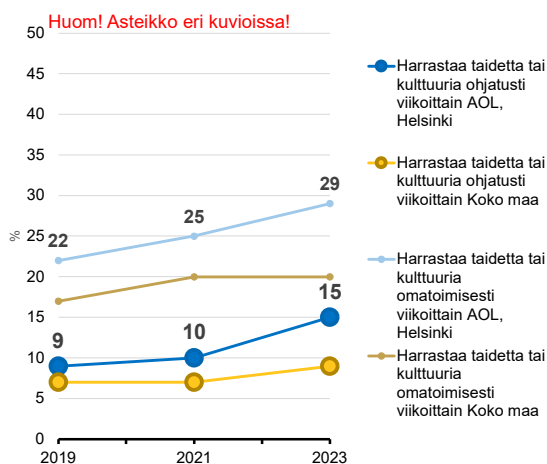
Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki 27.10.2023

3

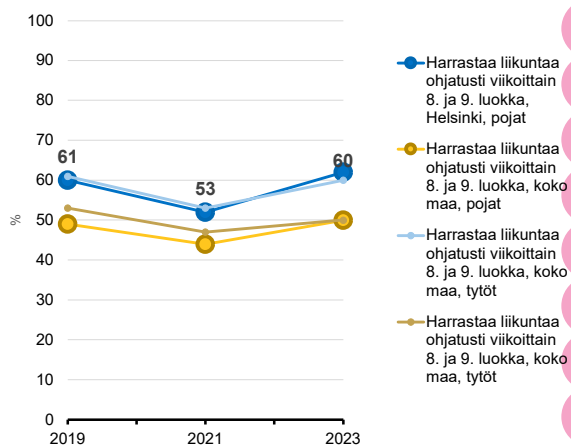
3

Ohjattu harrastustoiminta keskimääräistä yleisempää Helsingissä



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki 27.10.2023

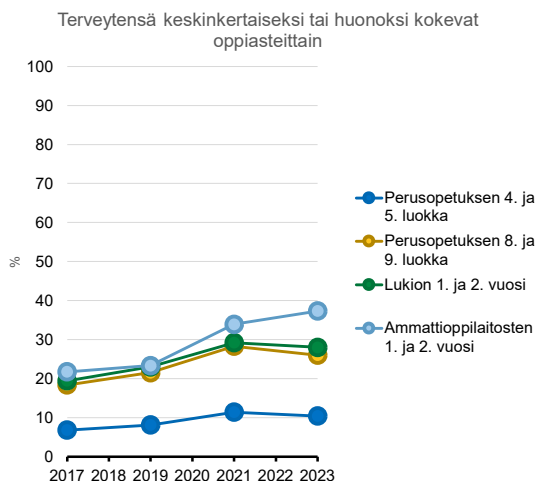


Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

4

4

Terveydentilan kokemus keskinäisenä tai huonona on pysynyt aiempaa yleisemmällä tasolla



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023



- Itseraportoitu ylipainoisuus ei ole juurikaan muuttunut edellisvertaan verrattuna.
- **40 % tai useampi nuorista kokee kipuja vähintään kolmessa kehonosassa viikoittain.**

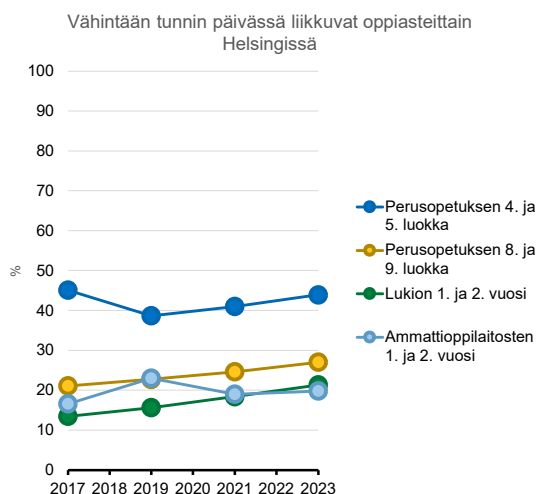


- Terveytensä keskinäiseksi tai huonoksi kokevien osuudet ovat edelleen selkeästi yleisempiä kuin vielä 2010-luvun alkupuolella. Esimerkiksi **nykyinen lukiolaisten osuus 28 % on kuitenkin runsas 9 %-yks. korkeampi kuin vuonna 2013.** Vastaava muutos havaitaan myös muillakin oppiasteilla.
- Tytöt arvioivat terveytensä heikommaksi kuin pojat.

5

5

Aiempaa useampi liikkuu vähintään tunnin ajan päivässä – huolenaiheena sukupuolten välisen eron kasvu



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023



- Aiempaa useampi lapsi ja nuori **liikkuu** vähintään tunnin ajan päivässä. Varsinkin toisella asteella oppijoiden osuudet ovat paremmat kuin koko maassa keskimäärin.
- Uniryhti on osin palautunut edellisvertaan paremmaksi.

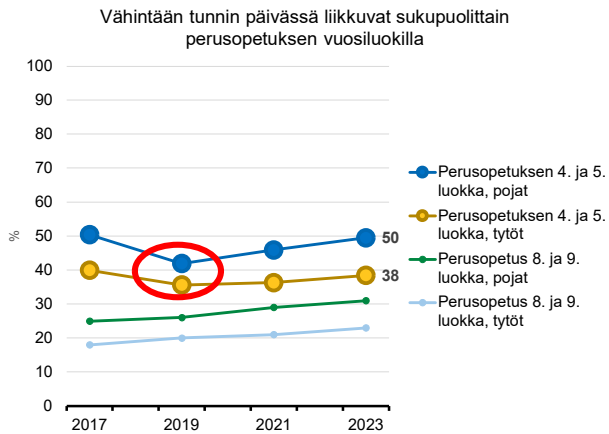


- Vähintään kerran arkipäivinä **aamiaisen ja koululounaan väliin jättäminen on pysynyt yleisenä.** Selkeästi aiempaa harvempi on tyytyväinen **koululounaan laatuun ja makuun.** Epäsäännöllinen ateriaryhti on yleisempää Helsingissä kuin keskimäärin koko maassa.
- Energiajuomien käyttö on yleistynyt.
- Huolestuttavaa on se, että tytöillä esiintyy selkeästi enemmän haasteita terveellisissä elintavoissa, ja paikoin erot sukupuolten välillä ovat kasvaneet.

6

6

Elintavoissa näkyy sukupuolten väliset erot

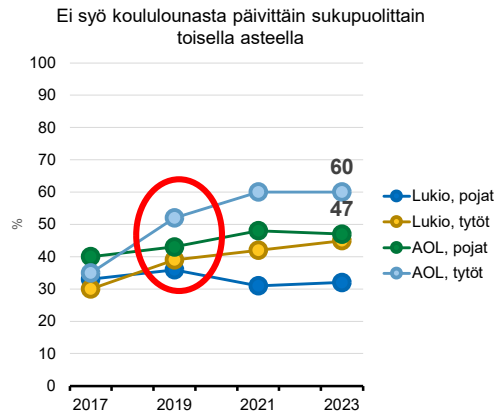


Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023

Etnimi Sukunimi

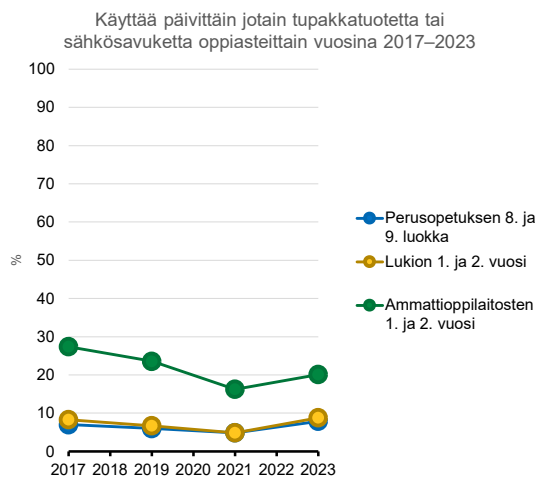


Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

7

7

Sähkösavukkeiden käyttö on yleistynyt – muuten päihteiden käytössä vallitsee tietynlainen pysähtyneisyyden tila



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023



- Päihteiden käytössä vallitsee tietynlainen pysähtyneisyyden tila. Osuudet ovat olleet samalla tasolla jo pitkään, vaikkakin matalampia kuin vielä 2010-luvun alussa.
- Vaikka helsinkiläisten **laittomien huumeiden tai kannabiksen** kokeilut eivät ole yleistyneet, ne ovat silti yleisempiä kuin koko maassa keskimäärin.
- AOL-opiskelijat nuuskaavat keskimääräistä vähemmän ja ovat raittiimpia kuin koko maassa keskimäärin.

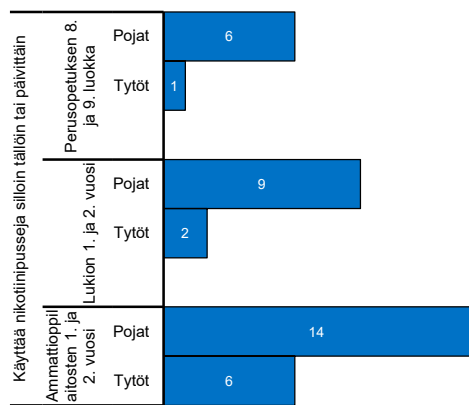


- **Sähkösavukkeiden käyttö** on yleistynyt. Muutos näkyy jo 4. ja 5. luokalla.
- Lukiolaisten humalahakuinen juominen on pysynyt keskimääräistä yleisempänä.
- Lukiolaisten huoltaherättävä yhteiskäyttö on yleisempää kuin koko maassa keskimäärin. Yhteiskäytön osuudet ovat kuitenkin samalla tasolla kaikilla oppiasteilla kuin vuonna 2021.

8

8

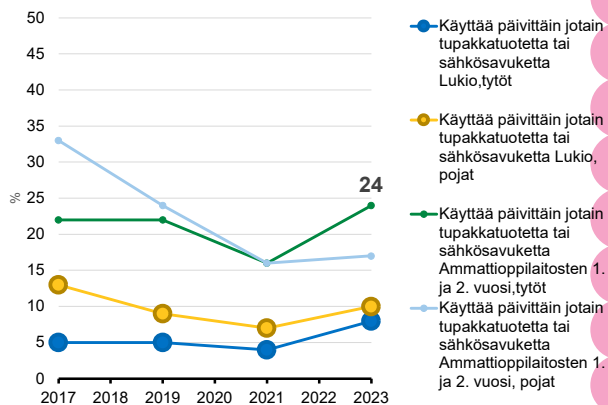
Repeääkö taas oppiasteiden väliset erot varsinkin tytöillä?



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023

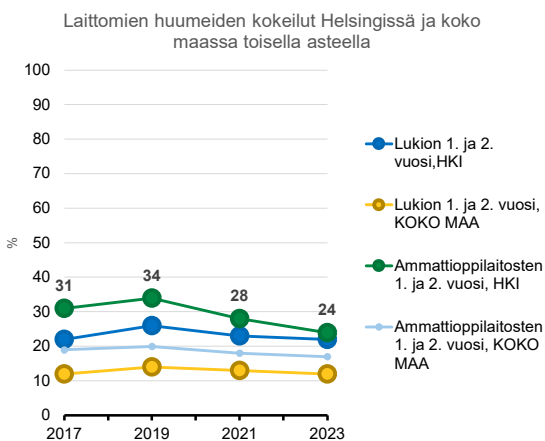


Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

9

9

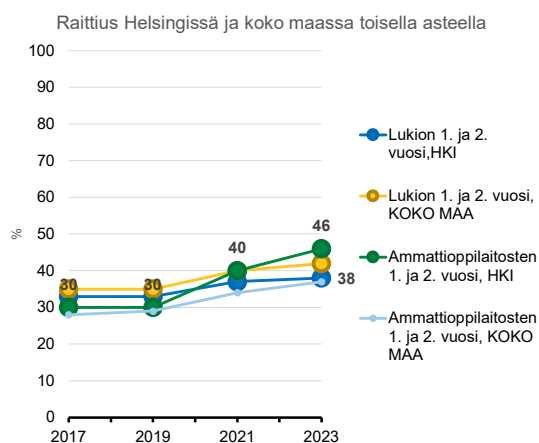
Toinen aste erottuu koko maan arvoista monin tavoin



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023

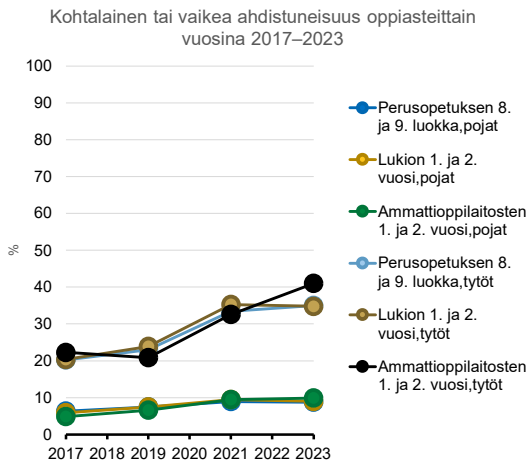


Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

10

10

Varsinkin tyttöjen mielen hyvinvoinnin haasteet ovat pysyneet yleisinä



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023



- Masennusoireilu ja sosiaalinen ahdistuneisuus ovat pysyneet vuoden 2021 tasolla, jolloin ne olivat ennätyskorkeita lukemia.
- Oli tarkastelussa mikä indikaattori tahansa, mielen hyvinvoinnin haasteet ovat yleisempiä tytöillä kuin pojilla.



- Nuorten kokemat mielen hyvinvoinnin haasteet ovat yleisempiä Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin tai muualla pk-seudulla.
- 4. ja 5. luokan oppijoiden mieliala-aihahtelut ja lievä ahdistuneisuusoireilu ovat yleistyneet parilla prosenttiyksiköllä sekä pojilla että tytöillä.

11

11

Arkirytmi hukassa – jaksaminen koetuksella

	8. Ja 9. luokka		Lukiolaiset		AOL	
	POJAT	TYTÖT	POJAT	TYTÖT	POJAT	TYTÖT
Herää kesken yönien päivittäin, %	9	16	10	17	13	28
Nukahtamisvaikeuksia päivittäin, %	17	25	18	24	24	40
Väsynyt ja uupunut päivittäin, %	28	54	33	59	31	58
Paljon vaikeuksia keskittyä, %	10	22	8	22	18	38

Helsinki

27.10.2023

12

12

Yksinäisyyden yleistymisen trendi on taittunut – keskusteluyhteys vanhempien kanssa on parantunut edelliskerran notkahduksesta



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023



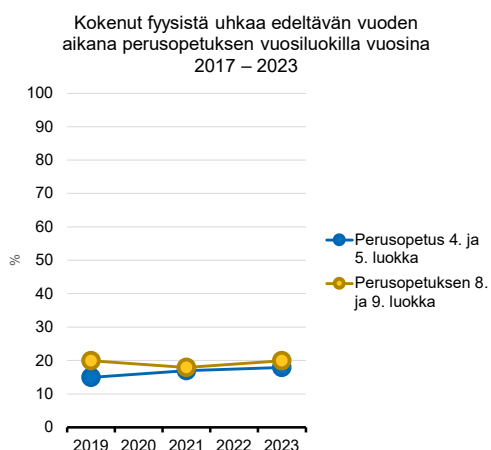
- Nuorten kokeman yksinäisyyden pitkään jatkunut yleistyminen on taittunut. Yksinäisyys on ollut perinteisesti yleisempää tytöillä kuin pojilla, mutta tyttöjen yksinäisyys on vähentynyt selkeämmin verrattuna aiempaan. Vielä v. 2021 yksinäisyys oli helsinkiläisillä nuorilla yleisempää kuin koko maassa keskimäärin, kun nyt osuuksissa ei ole juurikaan havaittavissa eroja.
- Valtaosalla on ainakin yksi hyvä ystävä/kaveri.
- Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa** on palautunut edelliskertaa paremmalle tasolle perusopetuksen oppijoiden keskuudessa.
- Helsingiläiset perusopetuksen oppijat kokevat omaavansa keskimääräistä paremmat **empatia- ja yhteistyötaidot**.
- Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista** on hienoisesti parantunut perusopetuksen vuosiluokilla.
- Valtaosa kokee saavansa **apua ja tukea hyvinvointiinsa koulun aikuisilta**.

- Toisen asteen opiskelijoiden kokema keskusteluyhteys vanhempien kanssa on entisestään heikentynyt.

13

13

Kasvu ympäristön turvallisuus on huolenaihe



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023

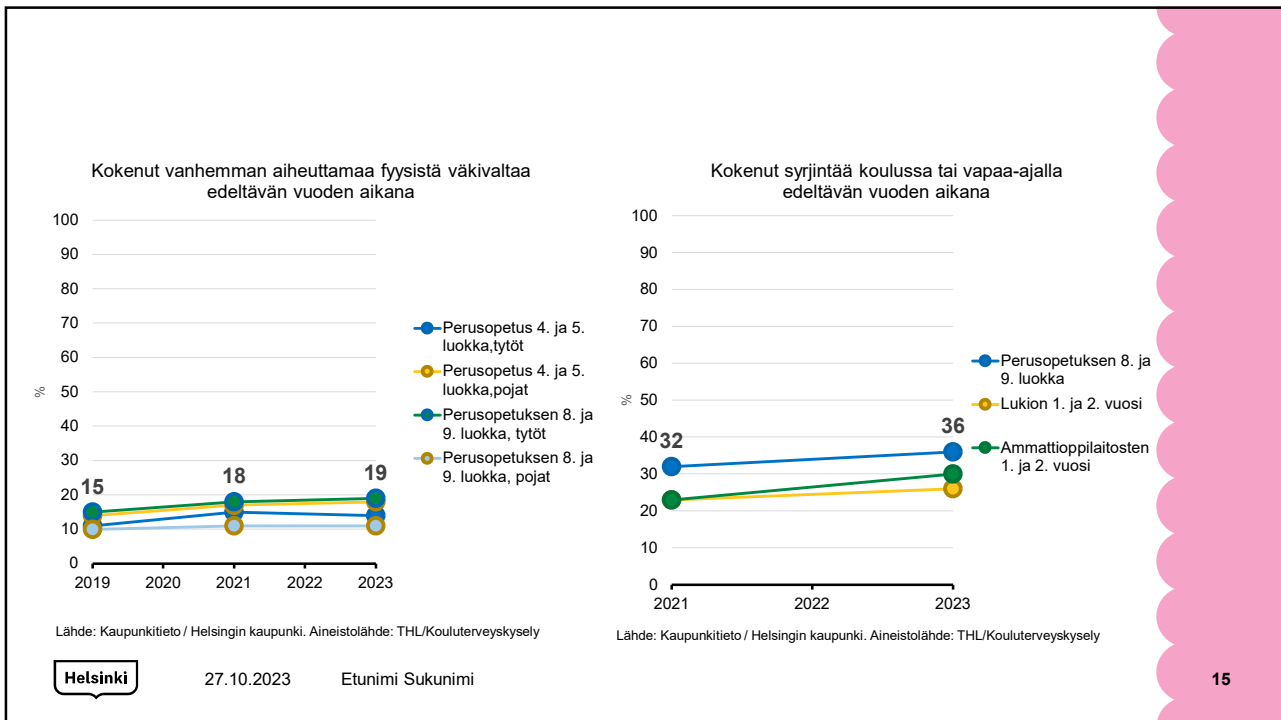


- Vanhempien tai muiden huoltajien aiheuttama **henkinen tai fyysinen väkivalta** yleistyi vuosien 2019 ja 2021 aikana, osuudet ovat jääneet suurin piirtein samalle tasolle.
- Myös häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua yleistyi v. 2021 aiempaan verrattuna, ja nyt osuudet ovat jääneet tälle tasolle. Hienoisesta laskusta huolimatta noin puolet nuorista tytöistä kokee häirintää. Varsinkin **julkisessa tilassa koettu häirintä** on yleisempää Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin.

- Fyysisen uhan kokemukset ovat yleistyneet varsinkin perusopetuksen oppijoilla. Jopa 26 % pojista 8. ja 9. luokalla on kokenut fyysistä uhkaa edeltävän vuoden aikana. **Fyysisen uhan kokemukset** ovat yleisempiä Helsingissä kuin koko maassa keskimäärin.
- Aiempaa useampi nuori on **kokenut syrjintää** edeltävän vuoden aikana. Syrjinnän kokemukset ovat keskimääräistä yleisempiä Helsingissä.
- Koulukiusaaminen** on yleistynyt sekä Helsingissä kuin koko maassa.

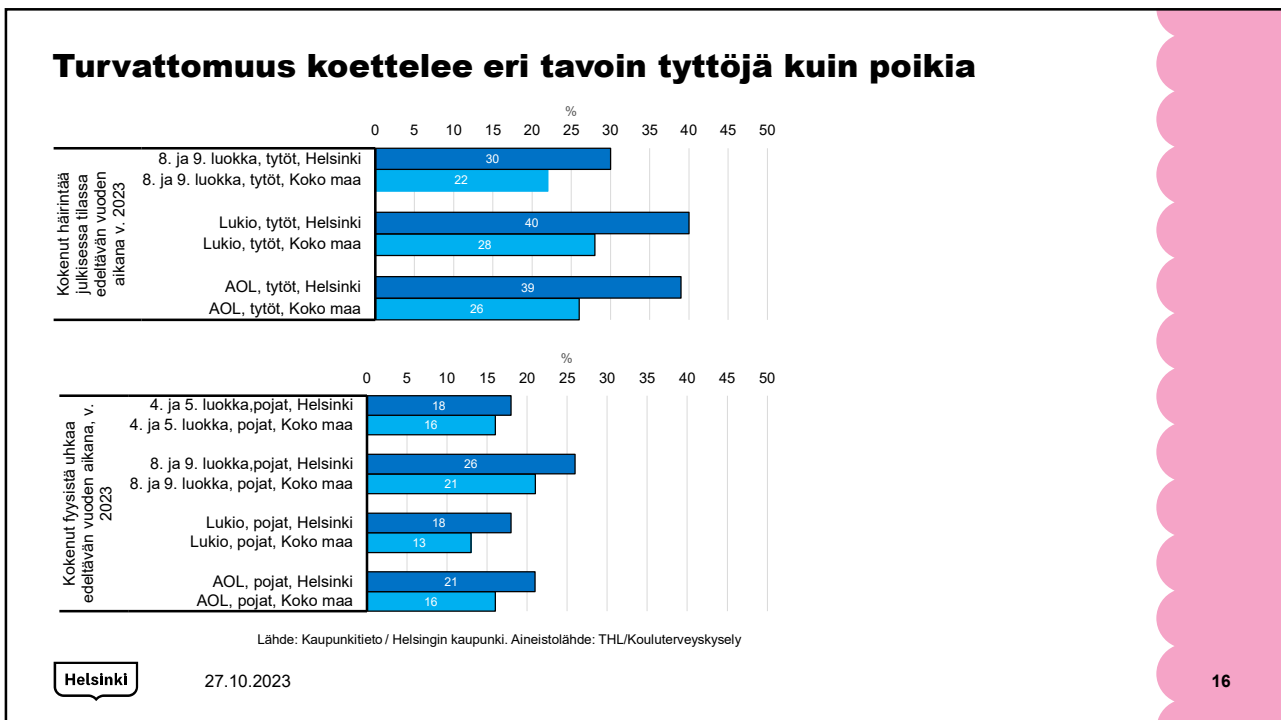
14

14



15

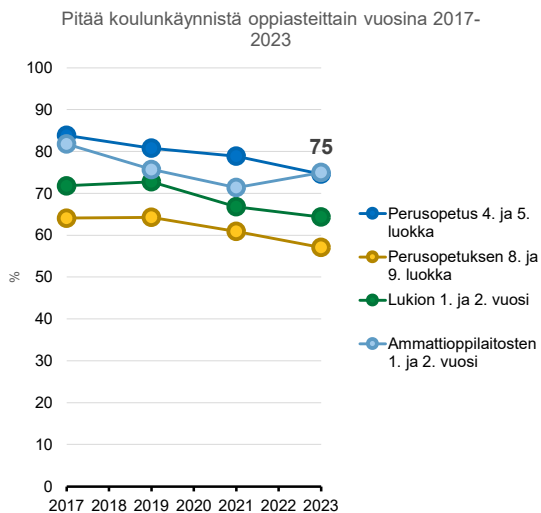
15



16

16

Koulu yhteisöön kuulumisen tunne on parantunut, aiempaa useampi kokee osallistumis- ja vaikutusmahdollisuudet hyviksi



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023

Etunimi Sukunimi



- Varsinkin AOL-opiskelijoiden koulunkäynnistä pitämisestä on yleistynyt.
- Kokemus olevansa tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä on jonkin verran vahvistunut.
- Valtaosa kokee saavansa apua ja tukea oppimiseen ja koulunkäyntiin koulun aikuisilta. Erityisesti AOL-opiskelijoiden osuudet ovat parantuneet.
- Osallistumis- ja vaikutusmahdollisuudet koulun asioihin ovat parantuneet edellisestä kaikilla oppiasteilla.



- Monet kouluvihiytyyttä ja koulun ilmapiiriä koskevat indikaattorit ovat alhaisemmalla tasolla kuin vuonna 2021, mutta korkeampia kuin vuosina 2019 ja 2017.
- Edelleen noin joka kymmenes oppija 8. ja 9. luokalla sekä toisella asteella kokee, että ei ole tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä.
- Suuri osa kokee, että pääsee koulu- tai opiskeluhoiton palveluiden pariin. Silti niiden oppijoiden osuus, jotka eivät ole päässeet palveluiden pariin yrittämisestä huolimatta, on hieman kasvanut.

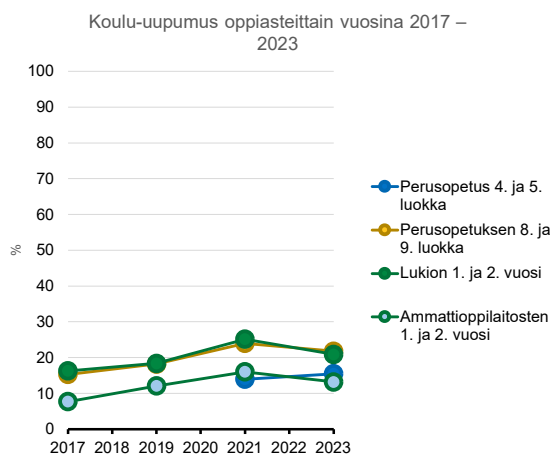


- Fyysiset työolot ovat häirinneet aiempaa useampaa.
- Aiempaa useammalla on ollut poissaoloja sairauden vuoksi.

17

17

Nuorten koulu-uupumuksen yleistävä trendi on taittunut



Lähde: Kaupunkitieto / Helsingin kaupunki. Aineistolähde: THL/Kouluterveyskysely

Helsinki

27.10.2023

Etunimi Sukunimi



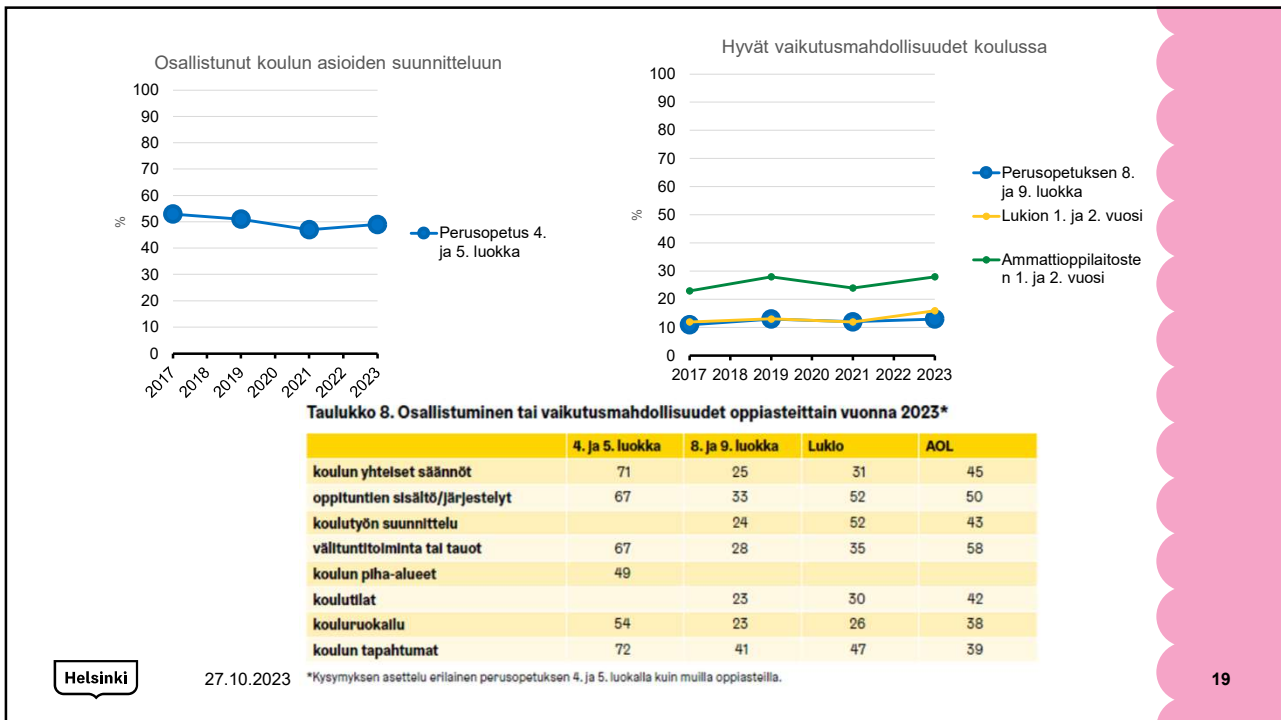
- Pitkään jatkunut yleistävä koulu-uupumuksen trendi on taittunut 8. ja 9. luokalla sekä toisella asteella. Erityisesti uupumusasteinen väsymys koulutyössä on aiempaa harvinaisempaa, vaikkakin kyseisen väittämän osuudet ovat edelleen heikompia kuin muiden uupumusta mittaavien väittämien.



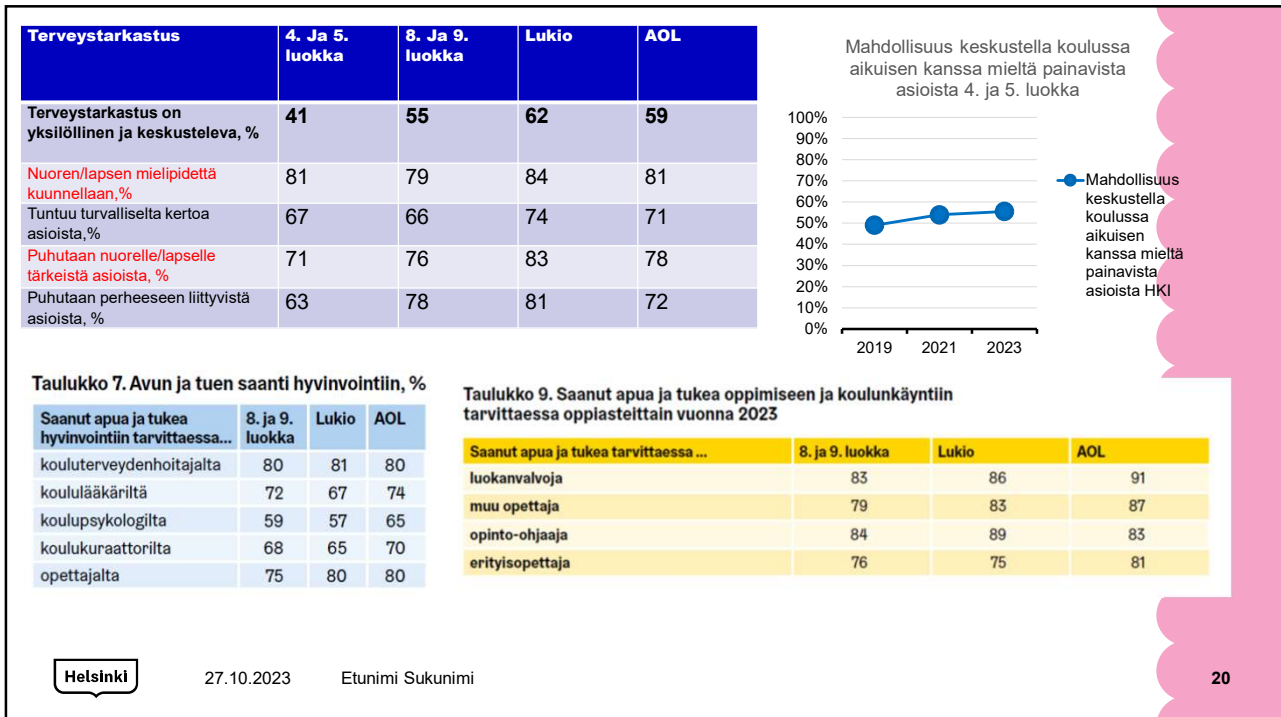
- 4. ja 5. luokan koulu-uupumus on jonkin verran yleistynyt, sama muutos nähdään myös koko maassa. Kyseisellä oppiasteella aiempaa useampi poika (18 %) ja tyttö (16 %) tuntee usein olevansa menettämässä kiinnostuksen koulua kohtaan. Lisäksi aiempaa useampi poika (15 %) miettii, että onko koulunkäynnillä mitään merkitystä ja aiempaa useampi tyttö (12 %) nukkuu usein huonosti kouluasioiden takia.

18

18



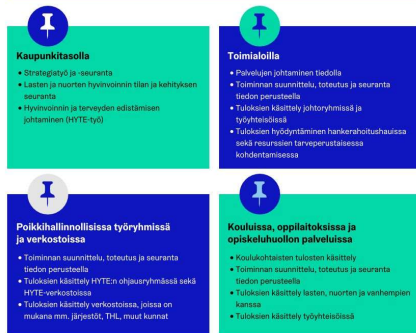
19



20

Mistä lisätietoa?

Tiedon hyödyntämisen malli



- Tiedon hyödyntämisen malli: <https://hyte.hel.fi/kouluterveyskysely/>
- Julkaisu: <https://kaupunkitieto.hel.fi/fi/kouluterveyskysely-2023-helsinkilaislasten-ja-nuorten-koettu-hyvinvointi-terveys-ja-turvallisuus>
- Kaupunkitiedon nettisivut: <https://kaupunkitieto.hel.fi/fi>
- Toimintaympäristön analyysi: <https://toimintaymparisto.hel.fi/fi/hyvinvointi-ja-terveys/lasten-ja-nuorten-hyvinvointi>