



Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön koulussa / oppilaitoksessa / kunnassa

Infoa vanhempainyhdistyksille

Jenni Helenius

4.10.2023

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Tämän diasarjan sisältö

- Kouluterveyskyselyn toteutus ja sisältö 3–4
- Tulosten seuranta koulussa /oppilaitoksessa 6–11
- Tulosten käsitteleminen 12–20
- Oppilaiden ja opiskelijoiden keskustelutehtävät
(perusopetuksen 8. ja 9. lk, lukio, AOL) 20–27
- Oppilaiden keskustelutehtävät
(perusopetuksen 4. ja 5. lk) 28–35
- Ideoita Kouluterveyskyselyn tulosten
käyttöön opetuksessa 36–37

Kouluterveyskysely tiiviisti

- Tuottaa joka toinen vuosi monipuolista seurantatietoa terveydestä ja hyvinvoinnista
 - Perusopetuksen 8. ja 9. luokkien oppilaat, alk. 1996.
 - Perusopetuksen 4. ja 5. luokkien oppilaat, alk. 2017.
 - Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijat, alk. 1999.
 - Ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat, alk. 2008.
- Kokonaistutkimus: kaikilla em. ryhmissä mahdollisuus osallistua (vapaaehtoista)
- Opettajan ohjaama luokkakysely, oppilaat / opiskelijat vastaavat nimettömästi
- Lomake suomi, ruotsi, englanti, venäjä, pohjois-saame, selkokieli
- Seuranta- ja vertailutieto vahvistaa terveyden edistämisen suunnittelua ja arviointia oppilaitoksissa, kunnissa, hyvinvointialueilla, avi- ja YTA –alueilla.
- Kansalliset tulokset seurantatietona hyvinvointityön kehittämisen, politiikkaohjelmien ja lakien toimeenpanon seurannassa ja arvioinnissa.

Kouluterveyskysely: lapsen tai nuoren kokemus:

Koulu- ja opiskeluasioista

Koulunkäynti ja oppiminen
Kouluyhteisö
Koulun fyysiset työolot
Kouluruokailu
Vaikuttamismahdollisuudet koulussa

Opiskeluhoitopalveluista

Avunsaanti
Kokemus kohtaamisesta
terveystarkastuksessa

Perheolosuhteista

Asuminen (esim. yksi vai kaksi kotia)
Keskusteluyhteys vanhempien kanssa
Perheen taloudellinen tilanne
Oma ja vanhempien syntymämaa

Omasta hyvinvoinnista

Elämään tyytyväisyys ja osallisuus
Koettu terveydentila, kivut ja oireet
Mielen hyvinvointi
Ystävät ja yksinäisyys
Mahdollisuus vaikuttaa

Omista elintavoista

Liikunta, uni, ruokailu
Harrastukset ja vapaa-aika
Päihteidenkäyttö ja riippuvuudet

Turvallisuudesta

Kiusaaminen, väkivalta,
syrjintä ja häirintä, tapaturmat
Luottamus avun saamiseen tarvittaessa



Keskeiset tulokset 1/2

- Suuri osa lapsista ja nuorista on tyytyväisiä elämäänsä.
- Useat perusopetuksen 8. ja 9. luokan sekä lukioden ja ammatillisten oppilaitosten (AOL) nuoret kokivat terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi (tytöt 31–40 %, pojat 16–20 %).
- Kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuneisuudesta kertoi 31–34 prosenttia tytöistä ja 7–8 prosenttia pojista perusopetuksen 8. ja 9. luokilla sekä lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa. Tyttöjen kokema ahdistuneisuus on jatkanut kasvuaan korona-ajankin jälkeen.
- Vähintään viikoittain tapahtuvaa kiusaamista oli kokenut viime vuosia suurempi osuus kaikilla kouluasteilla. Vuonna 2023 perusopetuksen oppilaista 8–9 prosenttia ja toisen asteen opiskelijoista 1–4 prosenttia oli kokenut kiusaamista vähintään viikoittain.
- Fyysisen uhan kokemukset olivat yleisimpiä 8. ja 9. luokan pojilla (21 %), joilla viimeksi kuluneen vuoden aikana fyysistä uhkaa kokeneiden osuus on hieman kasvanut.
- Kokemukset yksinäisyydestä pysyivät lähes ennallaan verrattuna vuoteen 2021.

Keskeiset tulokset 2/2

- Tytöistä yhä useampi (39–56 %) ei syönyt aamupalaa joka arkipäivä, pojista 34–50 prosenttia.
- Noin kolmannes (24–46 %) nuorista kertoi, että ei syö koululounasta päivittäin.
- Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus (13–30 %) kasvoi hieman lähes kaikissa ikäryhmissä.
- Hyvin vähän eli alle tunnin viikossa liikkui vapaa-ajalla 20–36 prosenttia pojista ja 30–46 prosenttia tytöistä. Osuus pienentyi muissa ryhmissä paitsi lukion tytöillä.
- Arkisin alle kahdeksan tuntia nukkuneiden nuorten osuus (31–51 %) pienentyi lähes kaikissa ikäryhmissä.
- Vuonna 2023 useampi kuin joka kymmenes nuori (10–16 %) kertoi, että ei ollut usein syönyt tai nukkunut netin takia. Osuudet olivat pysyneet lähes samana verrattuna vuoteen 2021.
- Useampi kuin joka kolmas tytöistä (34–41 %) ja noin joka viides pojista (21–23 %) oli yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ollut onnistunut siinä.



Millaisia tuloksia koulu tai oppilaitos saa käyttöönsä?

- Koulu- ja opiskeluhyvinvointiin liittyviä indikaattoreita
- Vertailu koulun tai oppilaitoksen aiempiin tuloksiin
- Koulun tai oppilaitoksen tulosten vertailu kunnan, hyvinvointialueen ja koko maan tuloksiin
- Tyttöjen ja poikien tulosten vertailu
- Viisi myönteisintä ja viisi huolestuttavinta tulosta suhteessa oman koulun tai oppilaitoksen tuloksiin edellisessä tiedonkeruussa
- Viisi myönteisintä ja viisi huolestuttavinta tulosta suhteessa koko maan tuloksiin
- **Tulokset on suojattu salasanalla. Rehtorilta tai rehtorin nimeämältä yhteyshenkilöltä voi kysyä tuloksista.**

Kouluterveyskyselyn tulosten hyödyntäminen koulussa / oppilaitoksessa: kahden vuoden sykli





Tulosten seuranta koulussa tai oppilaitoksessa

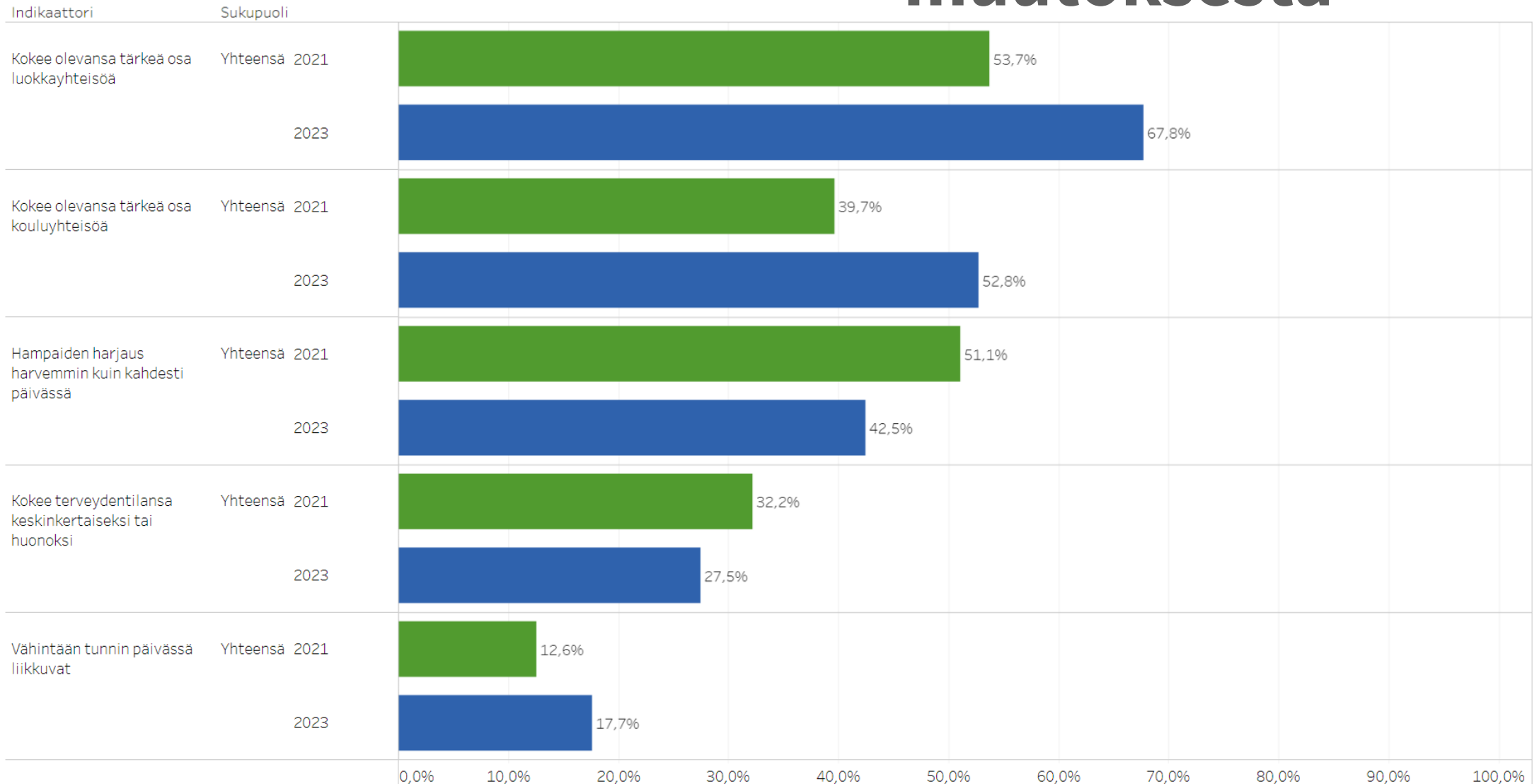
Tulokset oppilaitoksen toimintakulttuurin ja opiskeluhuollon kehittämisen taustatietona:

- Valitkaa 5–20 seurattavaa indikaattoria, jotka koskettavat suurinta osaa oppilaista tai opiskelijoista.
- Nivokaa seurattavat asiat oppilaitoksen toimintasuunnitteluun: vuosisuunnitelmaan, mahdolliseen opiskeluhoitosuunnitelmaan ym. Mitä kehittämistavoitteita asetetaan?
- Keskustelkaa tuloksista koko koulu- tai oppilaitosyhteisön kanssa (henkilöstö, oppilaat tai opiskelijat, huoltajat).
- Tuloksia voi verrata oppilaitoksen aiempiin tuloksiin, kunnan, hyvinvointialueen ja koko maan tuloksiin.

Esimerkki myönteisestä muutoksesta

Viisi myönteisintä tulosta suhteessa aiempaan tiedonkeruuseen

ESIMERKKIOPPILAITOS

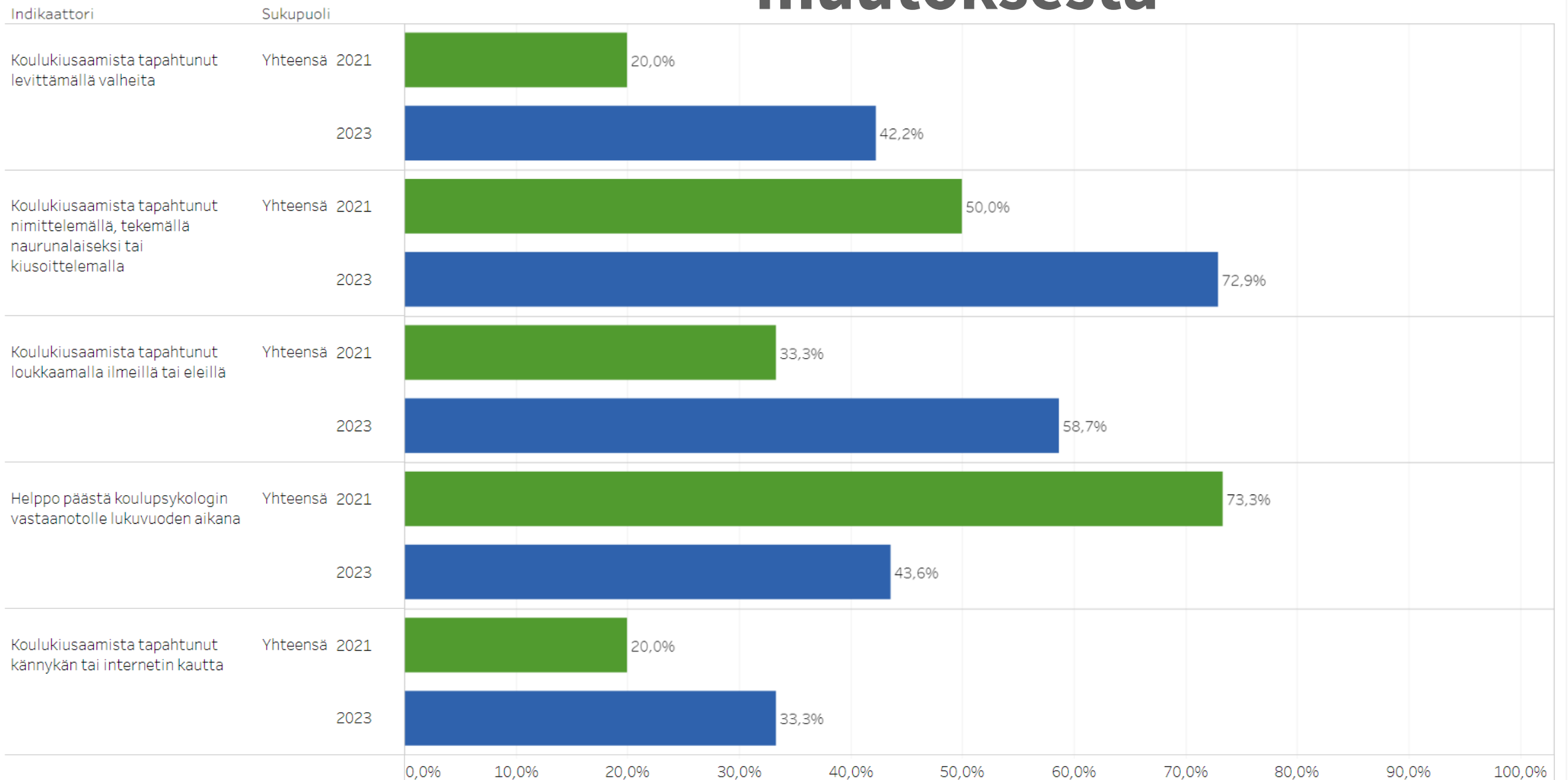


THL Kouluterveyskysely, Ammatillinen oppilaitos, 2023

Esimerkki huolestuttavasta muutoksesta

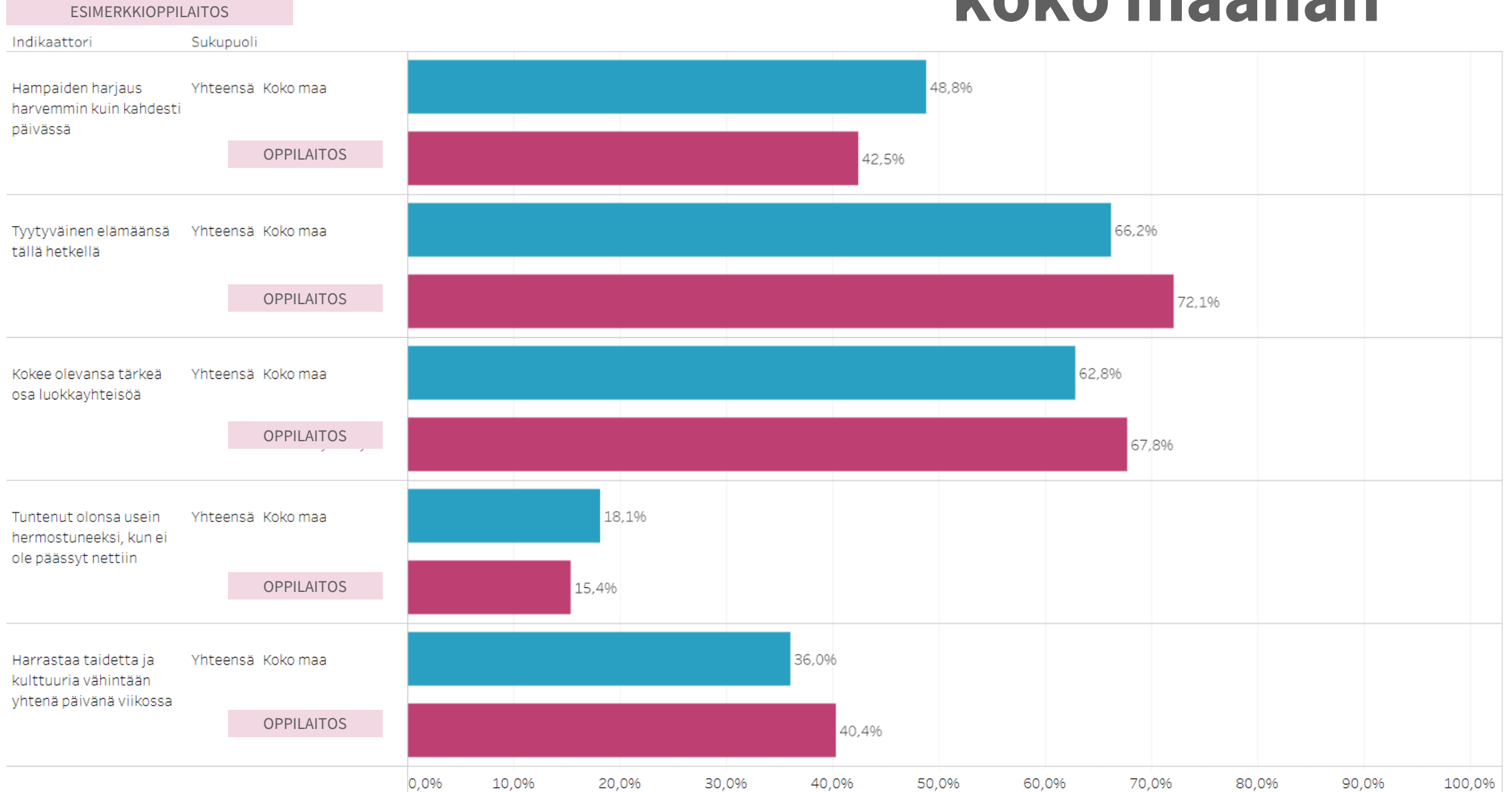
Viisi huolestuttavinta tulosta suhteessa aiempaan tiedonkeruuseen

ESIMERKKIOPPILAITOS



Esimerkki vertailusta koko maahan

Viisi myönteisintä tulosta suhteessa koko maan tulokseen



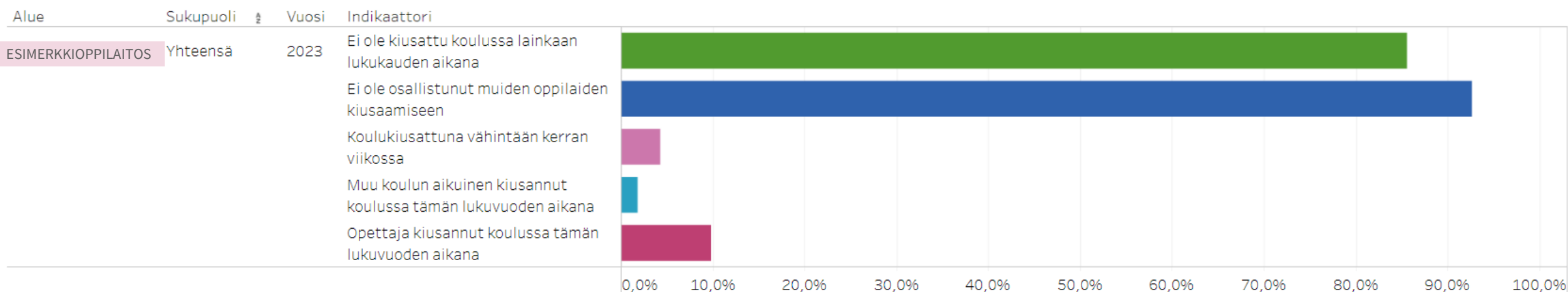
Esimerkki indikaattoreiden vertailusta

Alue: **ESIMERKKIOPPILAITOS** | Kohderyhmä: **Ammatillinen oppilaitos** | Aihe: **(All)** | Indikaattori (enintään 5): **(Multiple values)**

Sukupuoli: **Yhteensä** | Vuosi: **2023** | Valitse näkymä: **Pylväskuvio**

■ 1, Ei ole kiusattu koulussa lainkaan lukukauden ai...
■ 2, Ei ole osallistunut muiden oppilaiden kiusaamis...
■ 3, Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa
■ 4, Muu koulun aikuinen kiusannut koulussa tämän...
■ 5, Opettaja kiusannut koulussa tämän lukuvuode...

Indikaattorien vertailu, **ESIMERKKIOPPILAITOS**



THL Koulu- ja opiskelijaterveyskysely, Ammatillinen oppilaitos



Tulosten käsittelyminen koulussa tai oppilaitoksessa

Tulosten käsittely oppilaitoksessa, esimerkiksi:

- Yhteisöllisessä opiskeluhuoltoryhmässä
- Koko henkilöstön kanssa (esim. Veso-päivät, muut työkokoukset)
- Opiskeluhuoltopalvelujen kanssa
- Oppilaiden tai opiskelijoiden kanssa (esim. oppitunnit, työpajat, keskustelutilaisuudet, tulosten esittelyt oppituntien yhteydessä, hyvinvointiteemapäivät, tietovisat, aamunavaukset, koonnit ilmoitustaululla tai koulun sähköisen viestinnän kanavilla jne.)
- Fasilitaattorin ohjaama keskustelu, jossa mukana henkilöstöä, oppilaita tai opiskelijoita ja huoltajia.
- Huoltajat (esim. tiedote tuloksista, vanhempainilta)
- Yhteistyökumppanit (esim. ehkäisevä päihdetyö, nuorisotyö, hankkeet)

Ehdotus Kouluterveyskyselyn tulosten käsittelyyn oppilaitoksessa

Opiskeluhooltoryhmä

perehtyy tuloksiin ja sopii, miten niitä käsitellään oppilaiden tai opiskelijoiden, henkilöstön ja vanhempien kanssa.

Valmistelut: kirjallinen yhteenveto tuloksista.
Kokouksen aikana: muistiinpanot keskustelusta ja päätöksistä.

Oppilaiden tai opiskelijoiden keskustelut

Keskustellaan luokissa tai pienryhmissä tuloksista aiheittain (ks. dia 21 tai 29). Voidaan käsitellä yksi tai useita aiheita kerrallaan.

Kootaan ehdotuksia, mitä pitäisi tehdä: miten oppilaat tai opiskelijat, henkilöstö ja vanhemmat voisivat vaikuttaa siihen, että oppilaiden tai opiskelijoiden hyvinvointi paranisi keskusteltujen aiheiden osalta.

Ehdotukset kirjataan.

Vanhempainilta

Käsitellään tuloksia huoltajia kiinnostavista aiheista, kuten uni, ruokailu, liikunta, koulunkäynnistä pitäminen, vaikeudet oppimistaidoissa, kiusaaminen ym.

Tutustutaan oppilaiden tai opiskelijoiden ehdotuksiin siitä, mitä heidän mielestään pitäisi kehittää.

Kootaan vanhempien ehdotuksia, mitä he voisivat tehdä oppilaiden hyvinvoinnin tueksi ja mitä he toivoisivat oppilaitoksessa tehtävän.

Ehdotukset kirjataan.

Henkilöstön työpaja

Käsitellään tuloksia vertaillen aiempaan tiedonkeruuseen ja koko maahan.

Tutustutaan oppilaiden tai opiskelijoiden ja huoltajien ehdotuksiin siitä, mitä pitäisi tehdä.

Tuotetaan muutama konkreettinen kehittämissuositus henkilöstön näkökulmasta.

Ehdotukset kirjataan.

Sovitaan, miten ehdotusten toimeenpanossa tai jatkokehittämisessä edetään.

Opiskeluhooltoryhmä

käsittelee oppilaiden tai opiskelijoiden keskustelujen, vanhempainillan ja henkilöstön työpajojen tuloksia ja päättää 1-5 kehittämistoimenpidettä, jotka kirjataan opiskeluhooltoryhmän muistioihin, koulun tai oppilaitoksen toimintasuunnitelmiin ym. asiakirjoihin ja joille sovitaan seuranta.

Kerrotaan oppilaille tai opiskelijoille, henkilöstölle ja huoltajille, miten yhdessä edetään.



Oppilaiden ja opiskelijoiden keskustelutehtävät (perusopetuksen 8. ja 9. lk, lukio, AOL)

ks. diat www.thl.fi/kouluterveyskysely/hyodyntaminen

Oppilaiden / opiskelijoiden keskustelut, koonti (8.–9. lk, lukio, AOL)

Teema	Esiteltävät indikaattorit / tulokset	Keskustelkaa	Kirjatkaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
1. Oma koulunkäynti:	1. Koulunkäynnistä pitäminen 2. Koulu-uupumus 3. Vaikeuksia oppimistaidoissa 4. Kokee kouluinnostusta	Millaiset asiat saavat teidät pitämään koulusta? Kertokaa tilanteesta, jossa olitte innostuneita oppimisesta? Mistä innostuksen huomasi? Jos tulee vaikeuksia koulutehtävissä tai väsyttää, mitä keinoja olette keksineet?	Mitä voi tehdä itse, jos koulutehtävissä tulee vaikeuksia tai jos väsyttää? Mitä koulussa voitaisiin tehdä oppimisen tukemiseksi?
2. Kokemukset koulu yhteisöstä:	5. Luokassa tai ryhmässä hyvä työrauha 6. Opettajalta saatu välittävä ja oikeudenmukainen kohtelu 7. Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa 8. Ei ole kiusattu koulussa lainkaan lukukauden aikana 9. Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa 10. Ei koe olevansa tärkeä osa koulu- eikä luokkayhteisöä	Mistä huomaa, että luokassa on rauhallista? Miten voi itse vaikuttaa siihen, että tulisi hyvin toimeen opettajien ja kavereiden kanssa? Jos huomaa, että jotakuta kiusataan koulussa, mitä voi tehdä? Tiedättekö, miten koulun aikuiset puuttuvat kiusaamiseen, onko kiusaamisen ehkäisyyn ohjeita?	Miten itse voitte vaikuttaa siihen, että koulussa on hyvä olla? Mitä koulussa voitaisiin tehdä, että kaikilla olisi koulussa hyvä olla?
3. Koulunkäyntiin vaikuttavat arkitottumukset	11. Ei syö aamupalaa joka arkiamu 12. Ei syö koululounasta päivittäin+ mielipide koululounaasta 13. Nukkuu arkisin alle 8 tuntia 14. Liikkuu vähintään tunnin päivässä 15. Liikkuu tunnin korkeintaan yhtenä päivänä viikossa 16. Ei ole usein syönyt tai nukkunut netin takia	Miksi on tärkeää syödä aamupala ja kouluruokaa? Mistä koulupäivän aikana huomaa, jos ei ole nukkunut tarpeeksi? Jos kaverinne sanoisi, ettei saa millään iltaisin unta, miten neuvoisitte häntä? Mikä auttaa sinua nukahtamaan?	Mitä voisitte itse tehdä, että jaksatte koulupäivän paremmin? Mitä koulussa voitaisiin tehdä, että koulupäivän jaksaisi paremmin?
4. Kokemukset opiskeluhoito- palveluista.	17. Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista Saanut tukea ja apua hyvinvointiin lukuvuoden aikana: 18. kouluterveydenhoitajalta, 19. koululääkäriltä, 20. koulukuraattorilta, 21. koulupsykologilta	Tiedättekö, milloin ja miten koulussanne tai oppilaitoksessanne voi tavata terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin? Miksi on tärkeää keskustella aikuisen kanssa, jos joku asia painaa mieltä koulussa tai vapaa-ajalla? Mitä voi tehdä, jos oma tai kaverin vointi tai mieliala huolestuttaa?	Millainen on mielestänne hyvä käynti terveydenhoitajan luona? Mistä terveydenhoitaja, lääkärin, kuraattorin ja psykologin luona käymiseen liittyvistä asioista pitäisi kertoa oppilaille / opiskelijoille enemmän?
5. Ystävät, perhe, harrastaminen	22. Ei yhtään läheistä ystävää 23. Tuntee itsensä yksinäiseksi 24. Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa 25. Harrastaa jotakin vähintään kerran viikossa 26. Harrastaa jotakin vähintään kuukausittain	Miksi koulussa voi olla joskus yksinäinen olo? Miten se näkyy, jos keskusteluyhteys vanhempien kanssa on hyvä? Entä jos se ei ole hyvä? Miten siihen voi itse vaikuttaa? Millaista hyötyä harrastuksesta voi olla opiskelussa?	Jos teillä on yksinäinen olo, mitä toivotte muiden tekevän? Mitä voitte itse tehdä? Mitä muut voivat tehdä, jos joku jää usein yksin? Jos harrastaessa väsy liikaa, mitä voi tehdä?
6. Terveystila ja jaksaminen	27. Koettu terveydentila kohtalainen tai heikko 28. Kipuja ainakin kolmessa kehonosassa vähintään viikoittain 29. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus	Jos tuntee terveydentilansa heikoksi tai on usein kipua, miten se vaikuttaa koulunkäyntiin? Millaiset asiat voivat lisätä ahdistuneisuutta? Miten tällaiset hyvinvointiin liittyvät huolet voivat näkyä koulussa?	Millaista tukea tarvitsee, jos on paljon poissa terveydellisistä syistä? Miten koulun aikuiset voivat tukea ahdistunutta? Mitä ahdistunut voi itse tehdä? Mitä muut oppilaat voivat tehdä? Terveystila, kuraattori, psykologi tai lääkäri

Aihe 1. Oma koulunkäynti

Tutustukaa tuloksiin	Keskustelkaa	Kirjoittakaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
<ul style="list-style-type: none">• Koulunkäynnistä pitäminen• Koulu-uupumus• Vaikeuksia oppimistaidoissa• Kokee kouluinnostusta	<ul style="list-style-type: none">• Millaiset asiat saavat teidät pitämään koulusta?• Kertokaa tilanteesta, jossa olitte innostuneita oppimisesta? Mistä innostuksen huomasi?• Jos tulee vaikeuksia koulutehtävissä tai väsyttää, mitä keinoja olette keksineet?	<ul style="list-style-type: none">• Mitä voi tehdä itse, jos koulutehtävissä tulee vaikeuksia tai jos väsyttää?• Mitä koulussa voitaisiin tehdä oppimisen tueksi?

Aihe 2. Koulu- tai oppilaitosyhteisö

Tutustukaa tuloksiin	Keskustelkaa	Kirjoittakaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
<ul style="list-style-type: none">• Luokassa tai ryhmässä hyvä työrauha• Opettajalta saatu välittävä ja oikeudenmukainen kohtelu• Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa• Ei ole kiusattu koulussa lainkaan lukukauden aikana• Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa• Ei koe olevansa tärkeä osa koulu- eikä luokkayhteisöä	<ul style="list-style-type: none">• Mistä huomaa, että luokassa on rauhallista?• Miten voi itse vaikuttaa siihen, että tulisi hyvin toimeen opettajien ja kavereiden kanssa?• Jos huomaa, että jotakuta kiusataan koulussa, mitä voi tehdä?• Tiedättekö, miten koulun tai oppilaitoksen aikuiset puuttuvat kiusaamiseen? Onko siihen ohjetta?	<ul style="list-style-type: none">• Miten itse voitte vaikuttaa siihen, että koulussa on hyvä olla?• Mitä koulussa voitaisiin tehdä, että kaikilla olisi koulussa hyvä olla?

Aihe 3. Koulunkäyntiin ja opiskeluun vaikuttavat arkitottumukset

Tutustukaa tuloksiin	Keskustelkaa	Kirjoittakaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
<ul style="list-style-type: none">• Ei syö aamupalaa joka arkiamu• Ei syö koululounasta päivittäin• Mitä mieltä olet koululounaasta• Nukkuu arkisin alle 8 tuntia• Liikkuu vähintään tunnin päivässä• Liikkuu tunnin korkeintaan yhtenä päivänä viikossa• Ei ole usein syönyt tai nukkunut netin takia	<ul style="list-style-type: none">• Miksi on tärkeää syödä aamupala ja kouluruokaa?• Mistä koulupäivän aikana huomaa, jos ei ole nukkunut tarpeeksi?• Jos kaverinne sanoisi, ettei saa millään iltaisin unta, miten neuvoisitte häntä? Mikä auttaa sinua nukahtamaan?	<ul style="list-style-type: none">• Mitä voisitte itse tehdä, että jaksatte koulupäivän paremmin?• Mitä koulussa voitaisiin tehdä, että koulupäivän jaksaisi paremmin?

Aihe 4. Kokemukset opiskeluhuoltopalveluista

Tutustukaa tuloksiin	Keskustelkaa	Kirjoittakaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
<ul style="list-style-type: none">• Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista• Saanut tukea ja apua hyvinvointiin lukuvuoden aikana opiskeluhuoltopalveluista, eli kouluterveydenhoitajalta, koululääkäriltä, koulukuraattorilta tai koulupsykologilta	<ul style="list-style-type: none">• Tiedättekö, milloin ja miten oppilaitoksessanne voi tavata terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin?• Miksi on tärkeää keskustella aikuisen kanssa, jos joku asia painaa mieltä koulussa tai vapaa-ajalla?• Mitä oppilas tai opiskelija voi tehdä, jos oma tai kaverin vointi tai mieliala huolestuttaa?	<ul style="list-style-type: none">• Millainen on mielestänne hyvä käynti terveydenhoitajan luona?• Mistä terveydenhoitaja, lääkärin, kuraattorin ja psykologin luona käymiseen liittyvistä asioista pitäisi kertoa oppilaille / opiskelijoille enemmän?

Aihe 5. Ystävät, perhe, harrastaminen

Tutustukaa tuloksiin	Keskustelkaa	Kirjoittakaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
<ul style="list-style-type: none">• Ei yhtään läheistä ystävää• Tuntee itsensä yksinäiseksi• Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa• Harrastaa jotakin vähintään kerran viikossa• Harrastaa jotakin vähintään kuukausittain	<ul style="list-style-type: none">• Miksi koulussa voi olla joskus yksinäinen olo?• Miten se näkyy, jos keskusteluyhteys vanhempien kanssa on hyvä? Entä jos se ei ole hyvä? Miten siihen voi itse vaikuttaa?• Millaista hyötyä harrastuksesta voi olla opiskelussa?	<ul style="list-style-type: none">• Jos teillä on yksinäinen olo, mitä toivotte muiden tekevän? Mitä voitte itse tehdä? Mitä muut voivat tehdä, jos joku jää usein yksin?• Jos harrastaessa väsy liikaa, mitä voi tehdä?

Aihe 6. Terveystila ja jaksaminen

Tutustukaa tuloksiin	Keskustelkaa	Kirjoittakaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
<ul style="list-style-type: none">• Koettu terveystila kohtalainen tai heikko• Kipuja ainakin kolmessa kehonosassa vähintään viikoittain• Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus	<ul style="list-style-type: none">• Jos tuntee terveystilansa heikoksi tai kokee jatkuvasti kipua, miten se vaikuttaa opiskelemiseen ja koulunkäyntiin?• Millaiset asiat opiskeluarjessa voivat lisätä ahdistuneisuutta?• Millaisissa käytännön asioissa tällaiset hyvinvointiin liittyvät huolet voivat näkyä koulussa tai opiskelussa?	<ul style="list-style-type: none">• Millaista apua oppilaat tai opiskelijat tarvitsisivat, jos joutuvat olemaan paljon poissa terveystilasta syistä?• Miten ahdistunutta ja hänen opiskeluaan voisi tukea?• Mitä koulun tai oppilaitoksen aikuiset voisivat tehdä? Opettajat, terveydenhoitaja, kuraattori, psykologi tai lääkäri?• Mitä ahdistuneisuutta kokeva voisi itse tehdä?• Mitä muut oppilaat tai opiskelijat voisivat tehdä?



Oppilaiden ja opiskelijoiden keskustelutehtävät (perusopetuksen 4. ja 5.lk)

Oppilaiden työpaja, 4.–5. lk valmistelurunko

Teema	Esiteltävät indikaattorit / tulokset	Keskustelkaa	Kirjatkaa ehdotuksia: mitä pitäisi tehdä?
1. Oma koulunkäynti	<ol style="list-style-type: none">1. Koulunkäynnistä pitäminen2. Kokee kouluinnostusta3. Koulu-uupumus4. Paljon vaikeuksia lukemisessa, laskemisessa tai kirjoittamisessa	<p>Millaiset asiat saavat teidät pitämään koulusta? Muistatteko jonkun tilanteen, jossa olitte innostuneita oppimisesta? Vinkkejä muille. Mitä tehdä, jos tulee vaikeuksia koulutehtävissä tai väsyttää?</p>	<p>Mitä itse voitte tehdä, jos koulutehtävissä tulee vaikeuksia tai jos väsyttää? Millaisesta opetuksesta opitte itse hyvin? Ehdottakaa 1-3 asiaa: Mitä koulussa voitaisiin tehdä eri tavalla, jotta oppiminen onnistuisi paremmin?</p>
2. Kokemukset koulu yhteisöstä	<ol style="list-style-type: none">5. Luokassa usein rauhallista6. Luokassa uskaltaa sanoa mielipiteensä7. Osallistunut koulun asioiden suunnitteluun7. Opettajat ovat usein kiinnostuneita siitä, mitä oppilaalle kuuluu8. Tulee hyvin toimeen opettajien kanssa9. Tulee hyvin toimeen koulukavereiden kanssa10. On yksinäinen välitunnilla11. Ei ole kiusattu lainkaan koulussa lukuvuoden aikana12. Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa	<p>Mistä huomaa, että luokassa on rauhallista?</p> <p>Miten voi itse vaikuttaa siihen, että tulisi hyvin toimeen opettajien ja kavereiden kanssa?</p> <p>Jos huomaa, että jotakuta kiusataan koulussa, mitä voi tehdä?</p> <p>Tiedättekö, miten koulun aikuiset puuttuvat kiusaamiseen?</p>	<p>Miten itse voitte vaikuttaa siihen, että koulussa on hyvä olla? Miten koulukaverit voivat vaikuttaa siihen, että kaikilla on turvallinen olo? Ehdottakaa 1-3 asiaa, jota koulussa voitaisiin tehdä ja josta olisi apua siinä, että kaikilla olisi koulussa hyvä olla?</p>
3. Koulunkäyntiin vaikuttavia arkitottumuksia	<ol style="list-style-type: none">13. Ei syö aamupalaa joka arki aamu14. Syö pääruokaa kouluruoalla kaikkina koulupäivinä15. Kokee, ettei nuku tarpeeksi16. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat17. Ei ole usein syönyt tai nukkunut netin takia	<p>Miksi on tärkeää syödä aamupala ja kouluruokaa?</p> <p>Mistä koulupäivän aikana huomaa, jos ei ole nukkunut tarpeeksi? Jos kaveri sanoisi, ettei saa millään iltaisin unta, miten neuvoisitte häntä? Mikä auttaa nukahtamaan?</p>	<p>Mitä voisitte itse tehdä, että jaksatte koulupäivän paremmin?</p> <p>Ehdottakaa 1-3 asiaa: Mitä koulussa voitaisiin tehdä, että koulupäivän jaksaisi paremmin?</p>
4. Kokemukset terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin ja psykologin palveluista	<ol style="list-style-type: none">18. Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista19. Terveystarkastus on yksilöllinen ja keskusteleva20. Käynyt kuraattorilla lukuvuoden aikana21. Käynyt koulupsykologilla lukuvuoden aikana	<p>Tiedättekö, milloin koulussa voi tavata terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin?</p> <p>Miksi on tärkeää keskustella aikuisen kanssa, jos joku asia painaa mieltä koulussa tai vapaa-ajalla?</p>	<p>Millainen on mielestänne hyvä käynti terveydenhoitajan, lääkärin tai kuraattorin luona? Ehdottakaa 1-3 käynteihin liittyvää asiaa, joista mielestänne olisi tärkeää kertoa oppilaille enemmän.</p>
5. Harrastukset ja ystävät	<ol style="list-style-type: none">22. Harrastaa jotakin vähintään yhtenä päivänä viikossa23. Harrastaa jotakin vähintään viitenä päivänä viikossa24. Vähintään yksi hyvä kaveri25. Tuntee usein itsensä yksinäiseksi	<p>Millainen harrastus on mielestänne kiva?</p> <p>Jos harrastaessa väsyä liikaa, mitä voi tehdä?</p> <p>Miksi koulussa voi olla joskus yksinäinen olo?</p> <p>Jos teillä on yksinäinen olo, mitä toivotte muiden tekevän?</p> <p>Mitä voitte itse tehdä?</p>	<p>Kertokaa 1-3 vinkkiä mukavaan harrastamiseen.</p> <p>Kertokaa 1-3 ideaa, miten koulussa voisi huolehtia, ettei kenellekään tule yksinäinen olo?</p>
6. Terveys ja mielen hyvinvointi	<ol style="list-style-type: none">26. Kokee terveydentilansa kohtalaiseksi tai heikoksi27. Kipuja ainakin kolmessa kehonosassa vähintään viikoittain28. Vähintään lievää ahdistusoireilua	<p>Jos on usein kipeä tai väsyttää, miten se näkyy koulunkäynnissä?</p> <p>Jos jollain on usein surullinen tai ahdistunut olo, mitä hän voisi itse tehdä? Miten kaverit ja aikuiset voisivat auttaa?</p>	<p>Kertokaa 1-3 vinkkiä, milloin terveyshuolista tai pahasta mielestä kannattaisi mennä kertomaan aikuiselle.</p> <p>Kerratkaa yhdessä, miten koulussa tavoittaa terveydenhoitajan, kuraattorin, psykologin ja lääkärin.</p>



Ideoita Kouluterveyskyselyn tulosten käyttöön opetuksessa

Ideoita tulosten käyttöön opetuksessa

Menetelmiä

- Keskustelun herättäjinä ja taustatietona eri ilmiöistä (esimerkiksi mielen hyvinvointi).
- Janatehtävinä, Learning cafe -keskustelujen aiheina, ryhmäkeskustelujen aiheina.
- Tietokilpailuina, rastiratojen tehtävinä ym.
- Hyvinvointiaiheisten teemapäivien sisältönä
- Keskustelun herättäjinä, kun kootaan oppilailta tai opiskelijoilta palautetta esimerkiksi koulun tai oppilaitoksen fyysisistä työoloista, kouluruokailusta, vaikuttamisen mahdollisuuksista, kiusaamiseen puuttumisen käytännöistä tai opiskeluhuoltopalveluista.

Sisältöjä

- Terveystiedon opetukseen soveltuvia aiheita ovat esimerkiksi uni-, liikunta- ja ruokailutottumukset, terveydentila, kivut, mielen hyvinvointi, päihteidenkäyttö ja nettiriippuvuus.
- Oppilaan- ja opinto-ohjaukseen tai luokanvalvojan tunneille soveltuvia aiheita ovat esim. työrauha, kouluinnostus ja -uupumus, koulunkäynnistä pitäminen, tunne kuulumisesta luokka- ja kouluyhteisöön sekä vaikeudet oppimistaidoissa.
- Tuloksia voi käyttää opetuksessa esim. esseen tai ainekirjoituksen tausta-aineistona äidinkielessä, terveystiedossa, ympäristö- tai yhteiskuntaopissa. Taulukoita, trendikuvia ym. voi käyttää matematiikan opetuksessa. Tulokset voivat olla kiinnostavia myös liikunnan opetuksessa.



Vanhempainilta Kouluterveyskyselyn tuloksista

Tutustutaan tuloksiin ja keskustellaan:

- Mitä ajattelette nukkumiseen, ruokailuun ja uneen liittyvistä tuloksista? Miten päivärytmiä voisi tukea vielä paremmin?
- Millaista on hyvä kodin ja koulun yhteistyö, kun lapsella tai nuorella on vaikeuksia oppimistaidoissa?
- Miten vahvistaa hyvää keskusteluyhteyttä lapsen tai nuoren kanssa koulussa ja kotona?
- Miten huolehtisimme paremmin siitä, ettei kenellekään tule yksinäinen olo?
- Miten kiusaamisen vastaiset käytännöt ovat toimineet? Mitä voisimme kehittää?



Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön kunnassa

webinaari

Jenni Helenius

4.10.2023

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Kouluterveyskyselyn tulosten hyödyntäminen kunnassa: kahden vuoden sykli



Tulokset kehittämistyön tueksi kunnassa

- Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin seuraaminen ja raportointi on terveydenhuoltolain mukaan kuntien tehtävä.
- Kouluterveyskysely tuottaa kunnille kahden vuoden välein päivittyvät tulokset, joiden avulla lasten ja nuorten hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden yleisyyttä voidaan seurata pitkäjänteisesti.
- Muutama kyselyn indikaattoreista sisältyy kustannusvaikuttavuus (KUVA)-indikaattoreihin, joilla on merkitystä toiminnan vaikuttavuuden arvioinnissa.
- Kouluterveyskyselyn toteuttaminen ja tulokset ovat kunnille ja oppilaitoksille maksuttomia, mutta kyselyn toteutuksen koordinoimiseen sekä kuntakohtaisten tulosten yhteenvetoon ja käsittelyyn kannattaa varata työaika.
- Kuntakohtaisia tuloksia on hyvä käsitellä oppilaitosten ja perusopetuksen johdon lisäksi myös esimerkiksi ehkäisevän päihdetyön, liikunta-, nuoriso- ja vapaa-ajan toimijoiden kanssa.
- Kuntakohtainen tietopohja on tärkeä myös kansallisten strategioiden, lainsäädännön ja päätöksenteon perustaksi.

Kokonaiskuvan rakentaminen keskustellen

- Kun tuloksia tarkastellaan kunnassa, on hyvä pohtia tavoitetilaa lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Valmistelija kokoaa tiiviisti tietoa siitä, mitä aiheesta tiedetään ennestään (aiemmat tutkimustulokset, kunnan palveluista aiemmin kootut palautteet, työntekijöiden arkihavainnot ym.).
- Tuloksia esitellään oppilaille ja opiskelijoille, kunnassa eri hallinnonalojen toimijoille, jotka työskentelevät lasten ja nuorten hyvinvoinnin parissa, päättäjille ja huoltajille. Heiltä kootaan ehdotuksia toiminnan kehittämiseksi.
- Osana kunnan päätöksentekoa tulee pohtia ihmisiin kohdistuvia vaikutuksia. Lapsivaikutusten arvioinnissa tarkastellaan, miten aiemmat päätökset ovat voineet vaikuttaa nykytilanteeseen. On hyvä huomioida, mitä sellaisia päätöksiä on valmistelussa, jotka voivat vaikuttaa lasten ja nuorten hyvinvointiin jatkossa? Kouluterveyskyselyn tuloksia voidaan käyttää päätöksenteon tukena muun oppilaitos-, kunta- ja aluetason tiedon kanssa.



Tulosten seuranta kunnassa

Tulokset kehittämisen taustatietona:

- Tuloksia voi verrata kunnan aiempiin tuloksiin, muiden kuntien, hyvinvointialueen ja koko maan tuloksiin.
- Valitkaa 5–20 seurattavaa indikaattoria, jotka koskettavat suurinta osaa oppilaista tai opiskelijoista.
- Nivokaa seurattavat asiat hyvinvointisuunnitelmaan ja muuhun toimintasuunnitteluun
- Keskustelkaa tuloksista henkilöstön, luottamushenkilöiden, lasten ja nuorten sekä huoltajien kanssa.
- Mitä kehittämistavoitteita asetetaan?



Kuntatason vanhempainilta Kouluterveyskyselyn tuloksista, ellei järjestetä oppilaitoksittain

Tutustutaan tuloksiin ja keskustellaan:

- Mitä ajattelette nukkumiseen, ruokailuun ja uneen liittyvistä tuloksista? Miten päivärytmiä voisi tukea vielä paremmin?
- Millaista on hyvä kodin ja koulun yhteistyö, kun lapsella tai nuorella on vaikeuksia oppimistaidoissa?
- Miten vahvistaa hyvää keskusteluyhteyttä lapsen tai nuoren kanssa koulussa ja kotona?
- Miten huolehtisimme paremmin siitä, ettei kenellekään tule yksinäinen olo?
- Miten kiusaamisen vastaiset käytännöt ovat toimineet? Mitä voisimme kehittää?



Kuntakohtaisten tulosten käsittely nuorten kanssa (perusopetuksen 8. ja 9. lk, lukio, AOL)

Kuntakohtaisten tulosten käsitteleminen lasten ja nuorten kanssa

- Tulosten tulkintaan kannattaa ottaa lapset ja nuoret mukaan ja pohtia tulosten ja keskustelujen pohjalta kehittämistarpeita.
- Kouluterveyskyselyn tutkimusryhmä ja Suomen Nuorisovaltuustojen liitto NUVA ry ovat yhdessä tuottaneet tässä diasarjassa esitellyn keskustelumallin tulosten käsittelyyn kuntakohtaisen nuorisovaltuuston tai muiden nuorten kanssa.
- Esimerkkeinä:
 - 1) nuorten oma keskustelu, josta viedään yhteenveto tiedoksi päättäjille (1 tunti). Tämä voidaan toteuttaa esimerkiksi nuorisotilalla, Ohjaamossa, oppilaitoksessa tai muussa nuorten arkiympäristössä-
 - 2) nuorten ja valtuuston tai lautakunnan yhteinen keskustelu (2 tuntia)
 - 3) kehittämistyöpaja nuorille sekä valtuustolle tai lautakunnalle (2,5 tuntia). Keskustelua voi vetää esimerkiksi osallisuus- tai hyvinvointikoordinaattori, nuoriso-ohjaaja tai muu nuorten kanssa työskentelevä aikuinen.

Keskustelut kirjataan muistiin ja yhteenvetoa hyödynnetään toiminnan kehittämisessä. Malleja voi soveltaa omalle kunnalle sopivalla tavalla.

Esimerkkejä kuntakohtaisesti kiinnostavista indikaattoreista nuorten kanssa käsiteltäviksi

- Elämään tyytyväisyys
- Koettu terveydentila keskimertainen tai huono
- Keskivaikea tai vaikea ahdistuneisuus
- Muutama päihdeindikaattori (kunnan tuloksissa ajankohtaisimmat)
- Kiinnostava vapaa-ajantoiminta alueilla
- Harrastaa jotakin vähintään viikoittain
- Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista
- Kokemukset avunsaannista hyvinvointiin koulun ja opiskeluhoitopalvelujen ammattilaisilta

Kolme ehdotusta Koulu-terveyskyselyn kuntakohtaisten tulosten käsittelyyn nuorten kanssa

	NUORTEN KESKUSTELU 1 H.	PAINOPISTEKESKUSTELU 2 H.	KEHITTÄMISTYÖPAJA 2,5 H.
TAVOITE	TULKINTA: Nuorten oma keskustelu	VUOROVAIKUTUS: Nuorten ja valtuuston / lautakunnan keskustelu	KEHITTÄMISIDEAT: Nuorten ja valtuuston / lautakunnan keskustelu
PÄÄKYSYMYKSET	Mistä tuloksissa on kyse? Mitä ovat keskeiset huolet?	Mitä pitäisi kehittää? Painopistetarpeista keskusteleminen.	Mitä konkreettisia ideoita nuorilla ja aikuisilla olisi? Kuinka viedä asiaa eteenpäin, kuka valmistelee?
OSALLISUUS / VASTUU	Hyvinvointikoordinaattori esittelee myöhemmin nuorten keskustelun tulokset valtuustolle / lautakunnalle ja työntekijöille	Nuoret, työntekijät sekä valtuuston edustajat keskustelevat yhdessä painopisteistä, jotka hyvinvointisuunnitelmaan ja -kertomukseen nostetaan	Nuoret, työntekijät sekä valtuuston edustajat keskustelevat yhdessä ratkaisuehdotuksista, jotka hyvinvointisuunnitelmaan ja -kertomukseen nostetaan

Ks. tarkemmat ohjeet www.thl.fi/koulu-terveyskysely/hyodyntaminen



**Lisätietoja:
thl.fi/kouluterveyskysely
thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset**