



Keusote
Nuoriso-
valtuuston
kokous
8.12.2025

Taustamateriaali

Kouluterveyskyselyn
tulokset

8.12.2025 Keusote



Hei!

- Tutustu Kouluterveyskyselyn tuloksiin erityisesti 8. ja 9. luokan oppilaiden osalta
- Keskustelemme tuloksista yhdessä 8.12. kokouksessa

Terveisin Jenni, Anni ja Hanne
Kouluterveyskysely, THL



8.12.2025 Keusote

Pohdittavaksi:

Mitkä asiat vaikuttavat siihen, että nuoret voivat hyvin?

Mistä tuloksista haluaisit keskustella?



Kouluterveys- kyselyn kohderyhmät ja toteutus

- Kysely tuottaa joka toinen vuosi seurantatietoa lasten ja nuorten kokemuksista terveydestä, hyvinvoinnista, elintavoista, koulunkäynnistä ja opiskelusta.
- v. 2025 vastaajia n. 270 000 (n. 3 500 oppilaitoksesta/toimipaikasta):

Perusopetuksen 4. ja 5. luokkien oppilaat	N=103 408 (85 %)
Perusopetuksen 8. ja 9. luokkien oppilaat	N=94 743 (73 %)
Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijat	N=47 248 (70 %)
Ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. v. opisk.	N= 24 469 (37 %)
Tutkintokoulutukseen valmistava koulutus	N= 4 811
- Opettaja ohjaa kyselytilannetta, oppilaat ja opiskelijat vastaavat nimettömästi.
- Osallistuminen on vapaaehtoista. Huoltaja voi kieltää osallistumisen (alle 15-v.)
- Lomakkeen kielet: suomi, ruotsi, englanti, venäjä, pohjois-saame.



Kouluterveys kyselyn tulokset tiivistetysti Keusoten osalta

- Aiempaa useampi lapsi tai nuori kokee terveydentilansa hyväksi.
- Tytöt kokevat edelleen terveydentilansa heikommaksi kuin pojat ja heillä on poikia yleisemmin mielenterveysoireita.
- Aiempaa harvempi pojista syö aamupalaa, aiempaa harvempi tytöistä koululounasta, yhä useampi juo päivittäin energiajuomaa.
- Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus on pysynyt ennallaan, aiempaa useampi toisen asteen opiskelijapoista harrastaa vähän hengästyttävää liikuntaa.
- Aiempaa useampi tyttö ei käytä alkoholia. Nuorista aiempaa useampi käyttää päivittäin tupakka- ja nikotiinituotteita. Nikotiinipussien käyttö on yleistynyt.
- Koulukiusaaminen ei ole vähentynyt. Syrjinnän kokemukset ovat lähialueita harvinaisempia.
- Aiempaa harvempi kokee yksinäisyyttä.

Miten edistetään parhaiten alueen lasten ja nuorten hyvinvointia?



Poimintoja Keusoten tuloksista

8.12.2025 Keusote



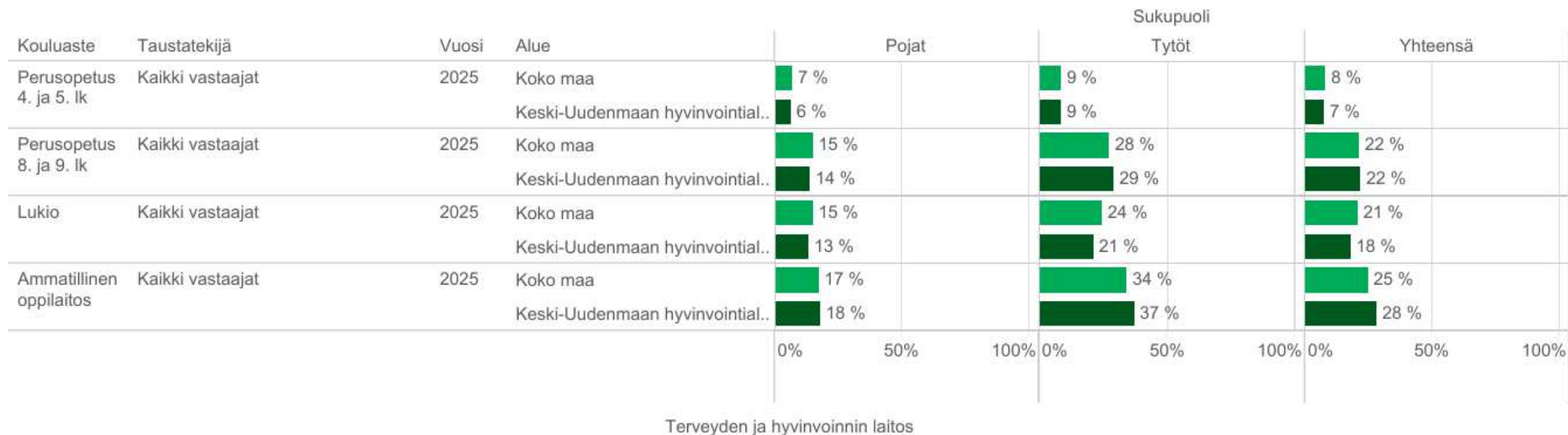
Huomioita tulokuvioista

- Otsikkoon on tiivistetty indikaattorin keskeinen tulos
- Otsikossa mainitaan suurimmat muutokset suhteessa edelliseen tiedonkeruuseen eli vuoteen 2023. Muutos katsottu osuuksia vertailemalla, ei tarkalla tilastollisella analyysillä.
- Huom.! Tärkeä tulos voi olla myös se, että tilanne on pysynyt ennallaan eli käännettä huonompaan ei ole.
- Otsikossa on mainittu tulos suhteessa lähialueisiin, jos siinä on selkeää eroa (Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue, Itä-Uudenmaan hyvinvointialue, Vantaan ja Keravan hyvinvointialue, Helsingin kaupunki, Kanta-Hämeen hyvinvointialue)
→ Huom! Pienempiä eroja voi olla silti yksittäisen sukupuolen ja ikäryhmän osalta.
- Tärkeää tutustua myös muihin [tulospalvelussa](#) esitettyihin indikaattoreihin ja pohtia kuntakohtaisia tuloksia: onko jostain aiheesta noussut huoli paikallisesti?



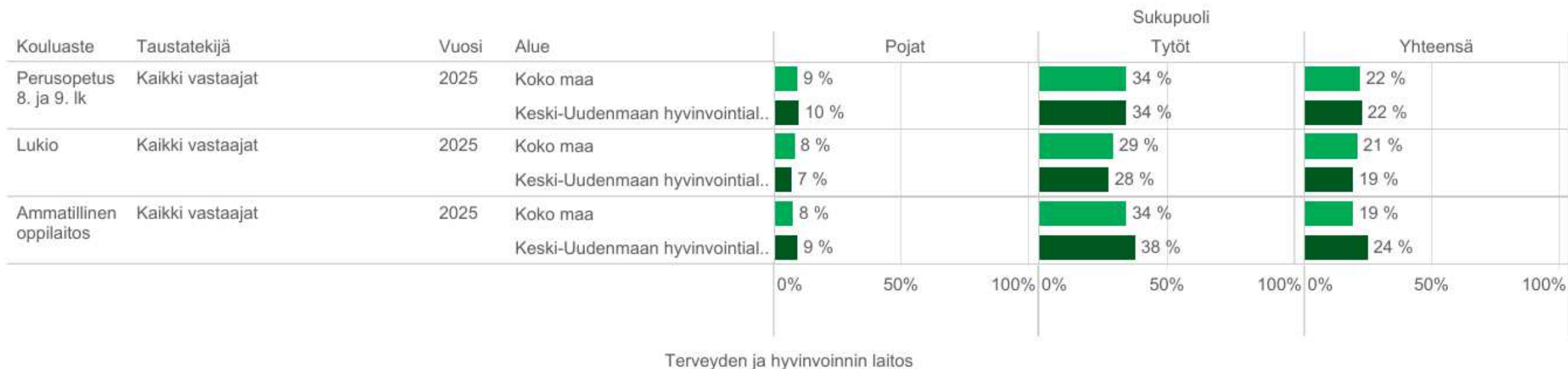
Aiempaa useampi kokee terveydentilansa hyväksi – kokemus keskinkertaisesta tai huonosta terveydentilasta yleisempi tytöillä

Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi



Ahdistuneisuuden kokemukset tytöillä selvästi poikia yleisempiä, lukioiden tytöillä hieman lähialueita harvinaisempia ja ammatillisten oppilaitosten tytöillä yleisempiä

Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus (summaindikaattori)



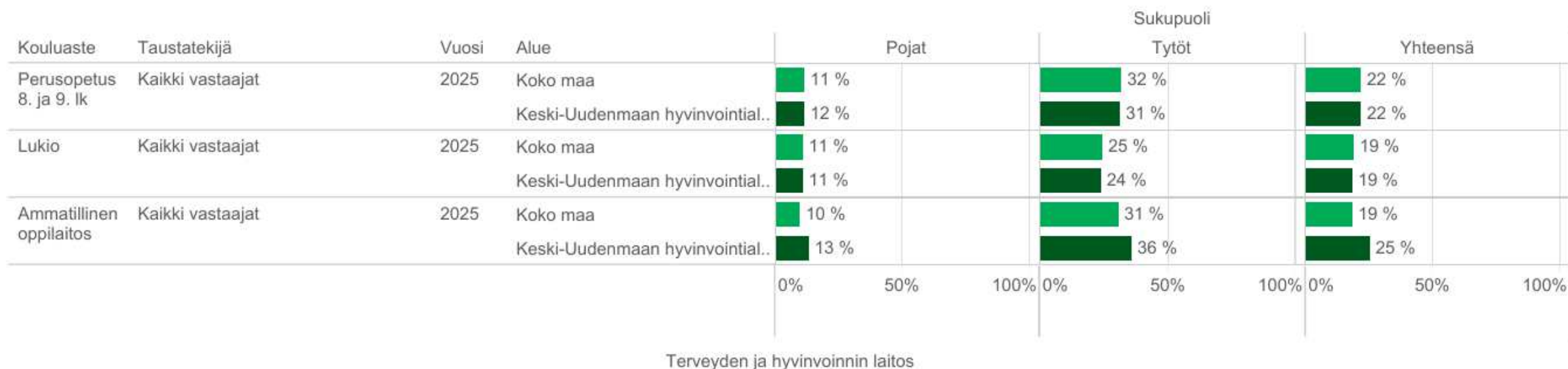
Kuinka usein seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua lomakkeen täyttööä edeltäneen kahden viikon aikana? (GAD-7)

1) Ei lainkaan, 2) Useana päivänä, 3) Suurimpana osana päivistä, 4) Lähes joka päivä.

Hermostuneisuuden, ahdistuneisuuden tai kireyden tunne; En ole voinut lopettaa tai hallita huolestumistani; Liiallinen huolestuneisuus erilaisista asioista; Vaikeus rentoutua; Niin levoton olo, että on vaikea pysyä aloillaan; Taipumus harmistua tai ärsyntyä helposti; Pelko siitä, että jotakin kauheaa saattaisi tapahtua.

Masennusoireilu tytöillä poikia yleisempää, ammatillisissa oppilaitoksissa lähialueita yleisempää

Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu (summaindikaattori)



Kuinka usein seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua lomakkeen täyttöä edeltäneen kahden viikon aikana? (PHQ-2)

1) Ei lainkaan, 2) Useana päivänä, 3) Suurimpana osana päivistä, 4) Lähes joka päivä.

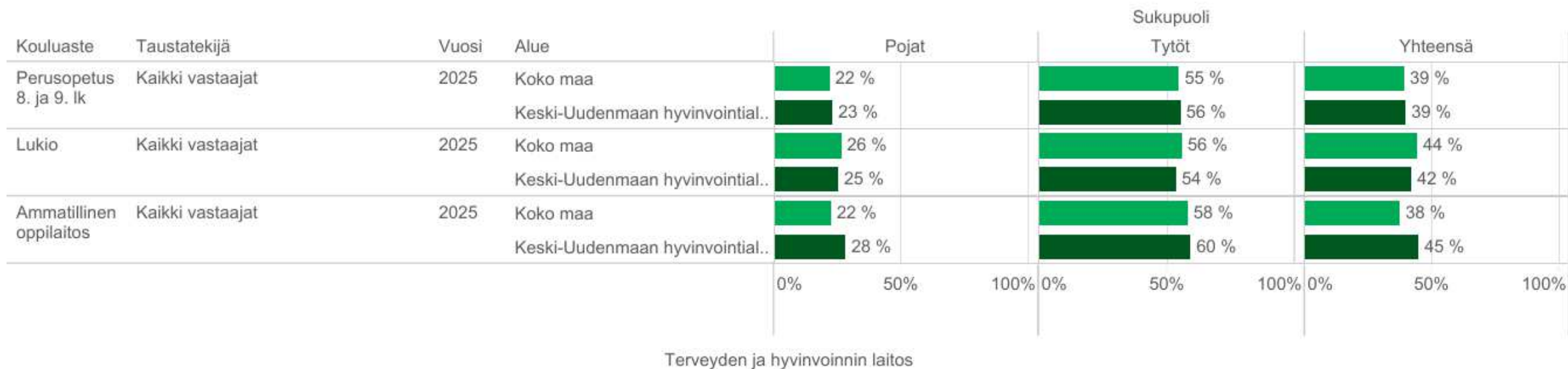
Vain vähäinen mielenkiinto tai mielihyvä erilaisten asioiden tekemisestä

Alakuloisuus, masentuneisuus, toivottomuus.



Huolet omasta mielialasta tytöillä poikia yleisempiä - kokemus yleistynyt sekä 8. ja 9. lk että ammatillisten oppilaitosten pojilla

Ollut huolissaan mielialastaan kuluneen 12 kuukauden aikana



Lisätietoa:

Kiviruusu ym. 2024: [Nuorten psykososiaalisen tuen arvioinnin tarve.](#)

THL:n sivuilta [Opiskeluhuollon suositukset ja oppaat](#)

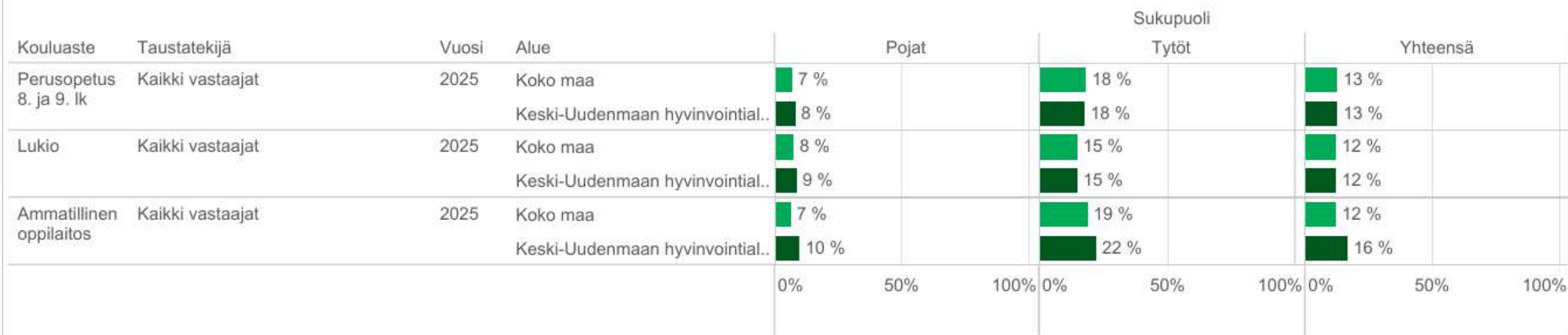
V. 2023 koko maa: kaikista vastanneista 8. ja 9. lk oppilaista 59 %:lla oli vähintään yksi tarkastelluista mielenterveyden tai päihteiden käytön ongelmista (pojat 41 %, tytöt 74 %).



Yksinäisyys tytöillä aiempaa harvinaisempaa – ammatillisten oppilaitosten pojilla hieman lähialueita yleisempää

Tuntee itsensä usein yksinäiseksi
4. ja 5. lk pojat 4 %, tytöt 6 %, yhteensä 5 %

Tuntee itsensä yksinäiseksi

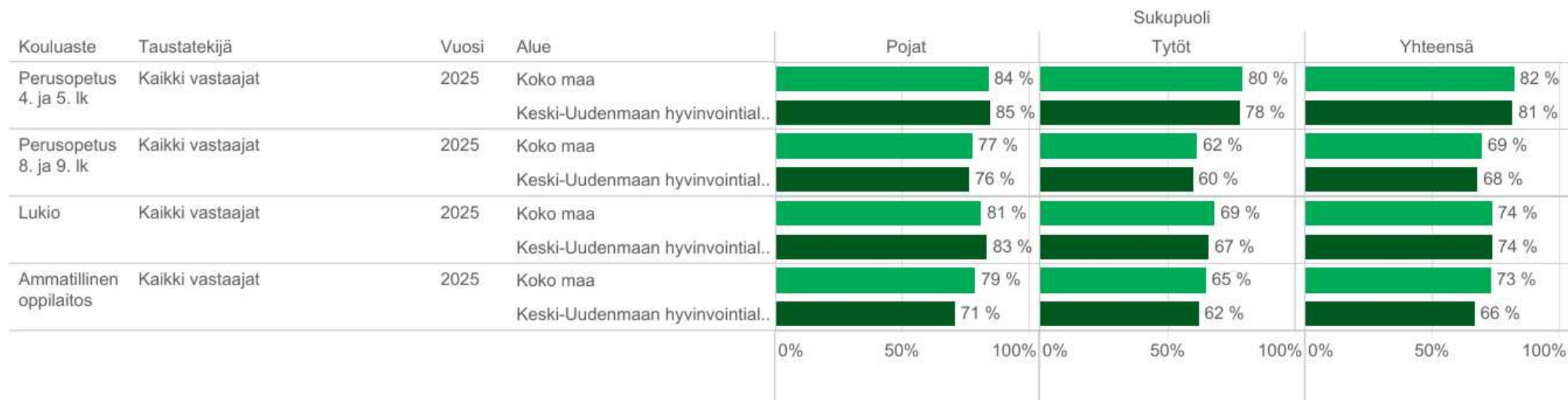


Terveyden ja hyvinvoinnin laitos



Lapset kokevat nuoria yleisemmin voivansa keskustella vanhempien kanssa usein, kokemus yleistynyt lähinnä lukiolaisilla – amm. oppil. pojilla lähialueita harvinaisempaa

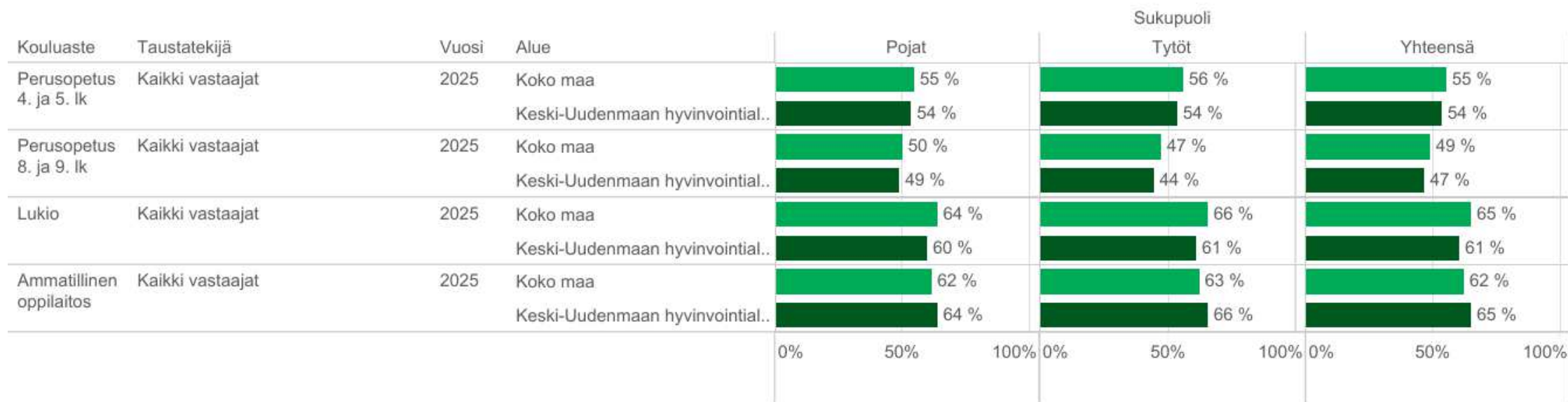
Voi keskustella asioistaan vanhempien kanssa usein tai melko usein



Terveys- ja hyvinvoinnin laitos

Toisen asteen opiskelijat kokivat yleisimmin, että heillä oli mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista

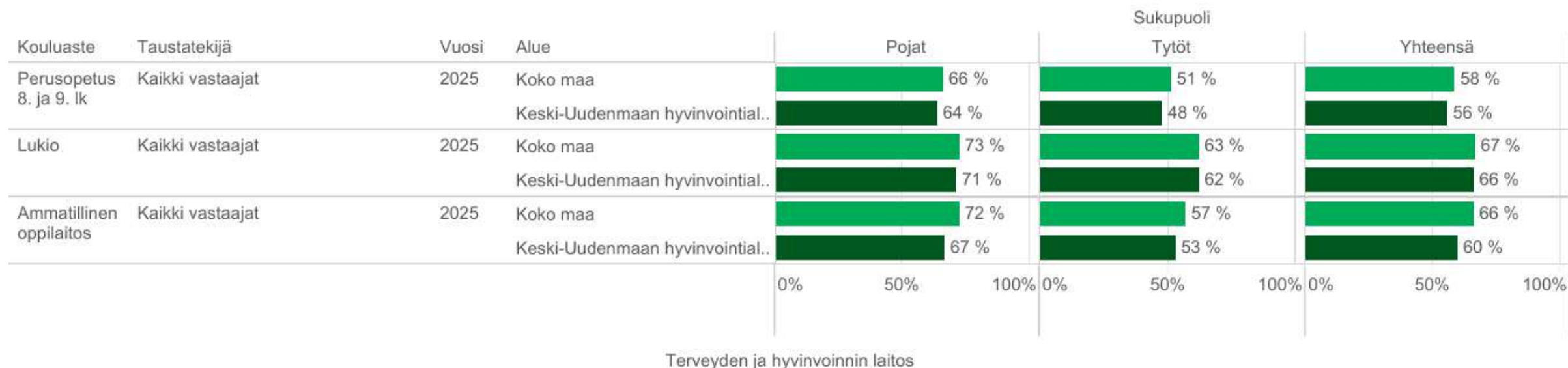
Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista



Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Yli puolet lapsista ja nuorista luottaa saavansa tarvittaessa apua, pojat tyttöjä yleisemmin – 8. ja 9. lk tyttöillä kokemus hieman harvinaisempi kuin lähialueilla

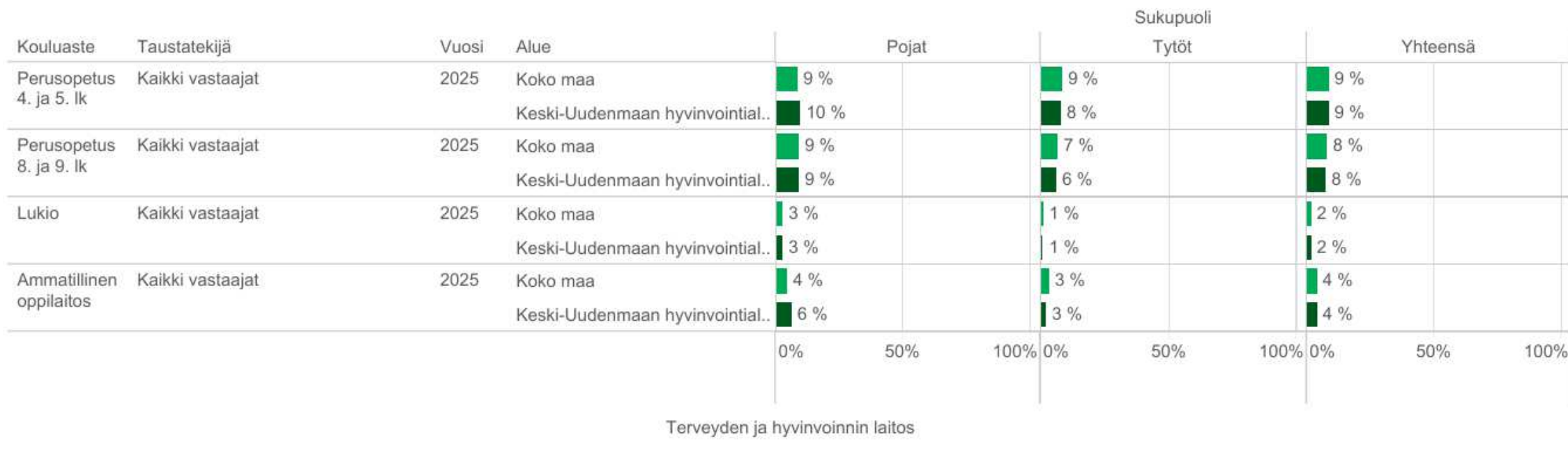
Luottaa saavansa apua, kun tarvitsee



Terveysten ja hyvinvoinnin laitos

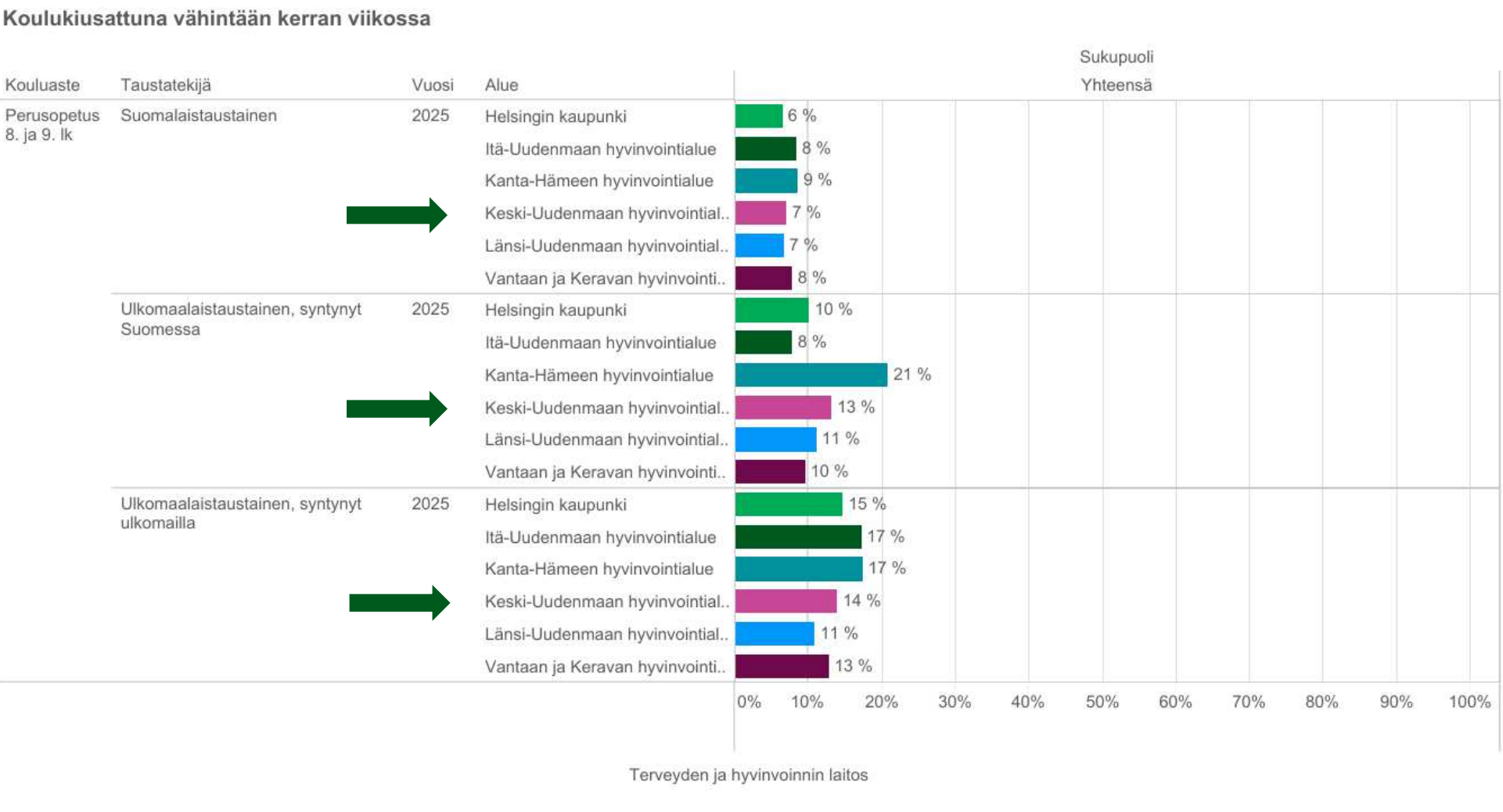
Kokemukset viikoittaisesta koulukiusaamisesta yleisimpiä perusopetuksessa – yleistyneet pojilla, vähentyneet tytöillä

Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa

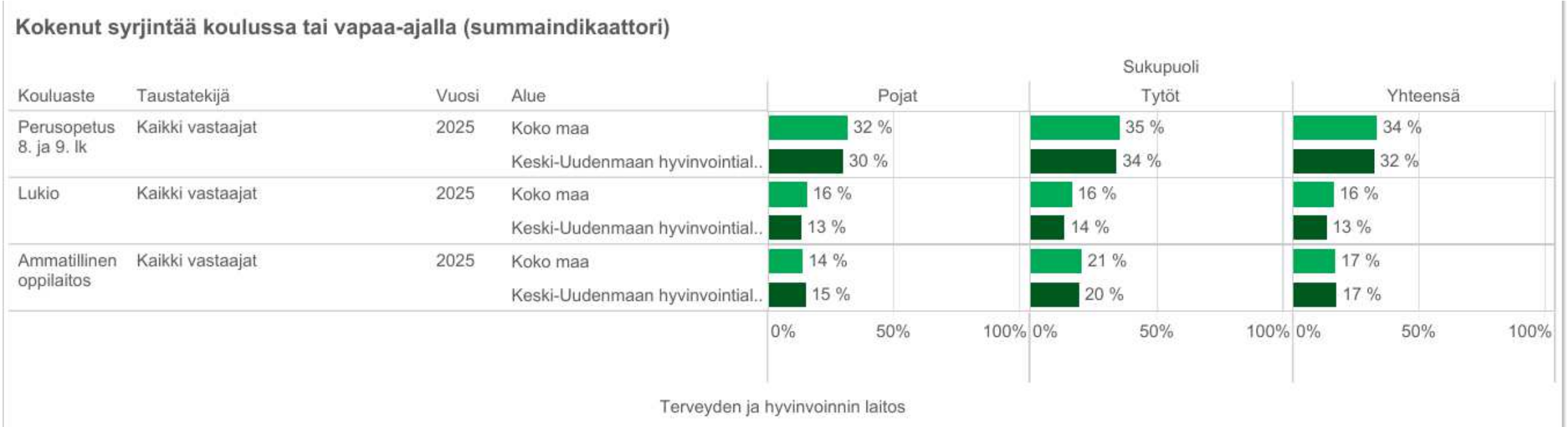


Kiusaamisella tarkoitetaan tässä sitä, kun toinen oppilas tai ryhmä oppilaita sanoo tai tekee epämiellyttäviä asioita jollekin oppilaalle. Kiusaamista on myös se, kun oppilasta kiusoitellaan toistuvasti tavalla, josta hän ei pidä. Kiusaamista ei ole se, kun kaksi suunnilleen samanvahvuista oppilasta riitelevät.

Kokemukset koulukiusaamisesta syntyperän mukaan



Syrjinnän kokemukset yleisimpiä perusopetuksen oppilailla, vähentyneet lähinnä tytöillä – Keusoten oppilaiden ja opiskelijoiden kokema syrjintä hieman lähialueita harvinaisempaa



Onko sinua kiusattu, syrjitty tai häiritty seuraaviin asioihin liittyen viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana oppilaitoksessa tai vapaa-ajalla?

1) Paino, pituus, kehon tai kasvojen piirteet, 2) Ihonväri, 3) Vammaisuus, pitkäaikainen sairaus tai näkyvä oire, 4) Sukupuoli, sukupuolen ilmaiseminen, muunsukupuolisuus, sukupuoliuttomuus, 5) Seksuaalinen suuntautuminen, 6) Kieli, 7) Ulkomainen tausta, romanitausta, saamelaisuus, 8) Uskonto, uskonnottomuus tai elämäkatsomus, 9) Perhe tai koti (esim. vanhemmat, sisarukset, taloudellinen tilanne, asuinpaikka).



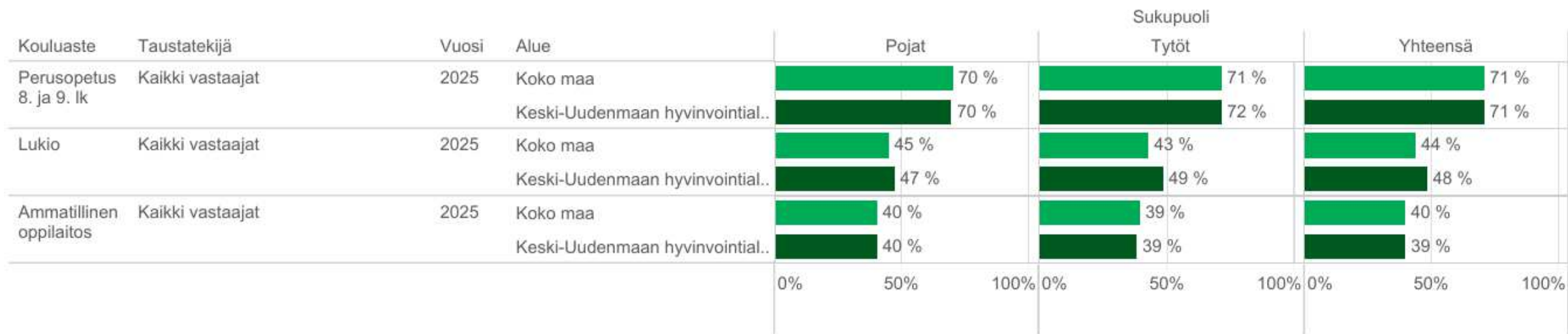
Kokemukset syrjinnästä

Kokenut syrjintää koulussa tai vapaa-ajalla (summaindikaattori)



Aiempaa useampi tyttö ei käytä alkoholia – lukion tytöillä alkoholin käyttö lähialueita harvinaisempaa

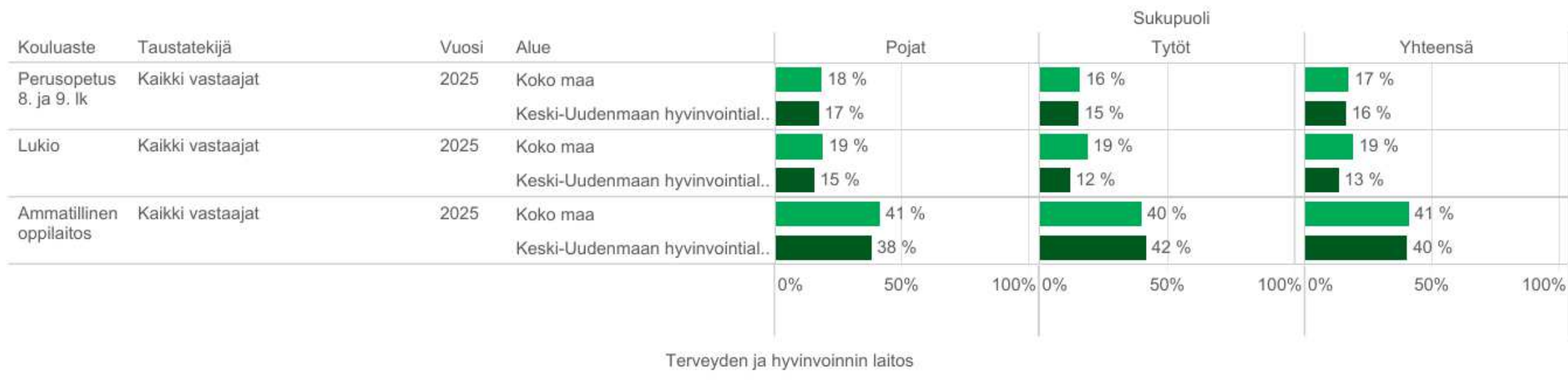
Ei käytä alkoholia



Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

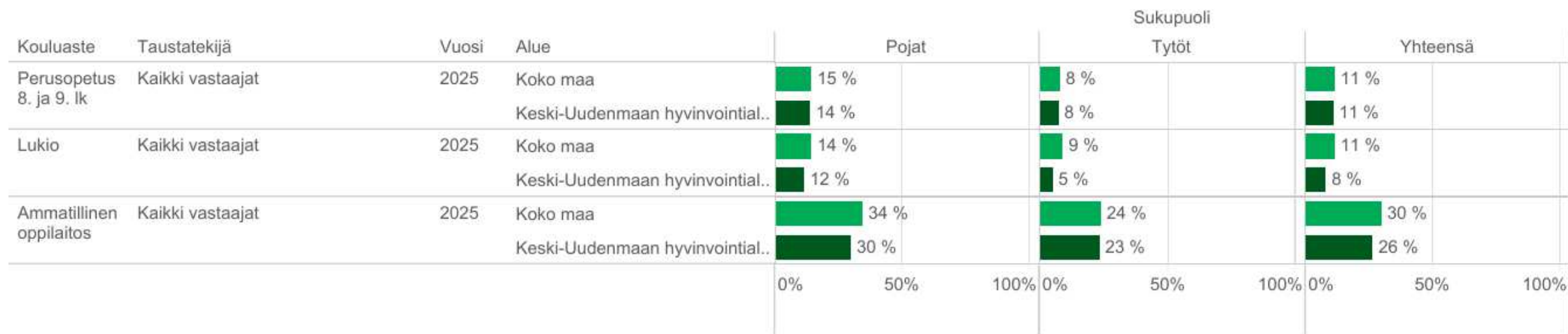
Nykyisin tupakka- tai nikotiinituotetta käyttävien osuus on pienentynyt, lukiossa lähialueita harvinaisempaa – kuitenkin yhä useampi ammatillisten oppilaitosten opiskelija käyttää päivittäin

Käyttää nykyisin tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja (summaindikaattori)



Nikotiinipussien käyttö on yleistynyt, käyttö yleisintä ammatillisten oppilaitosten opiskelijoilla – lukioiden opiskelijoilla käyttö harvinaisempaa kuin lähialueilla

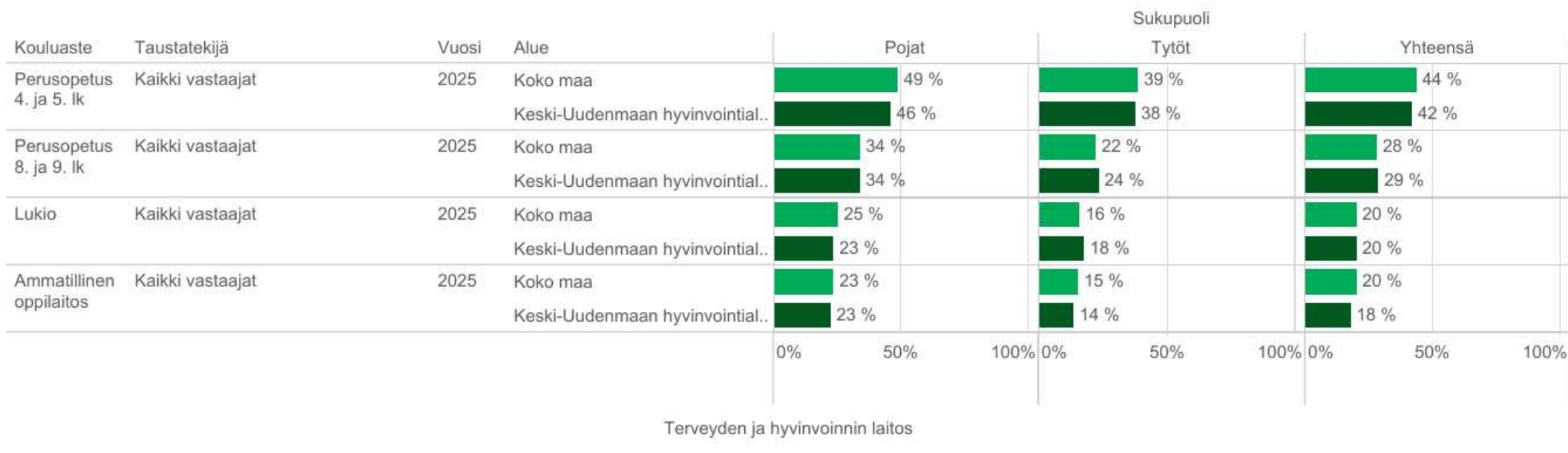
Käyttää nikotiinipusseja nykyisin



Terveystieteiden tutkimuskeskus

Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus on pysynyt samana kuin vuonna 2023 – ammatillisten oppilaitosten opiskelijoilla lähialueita harvinaisempaa

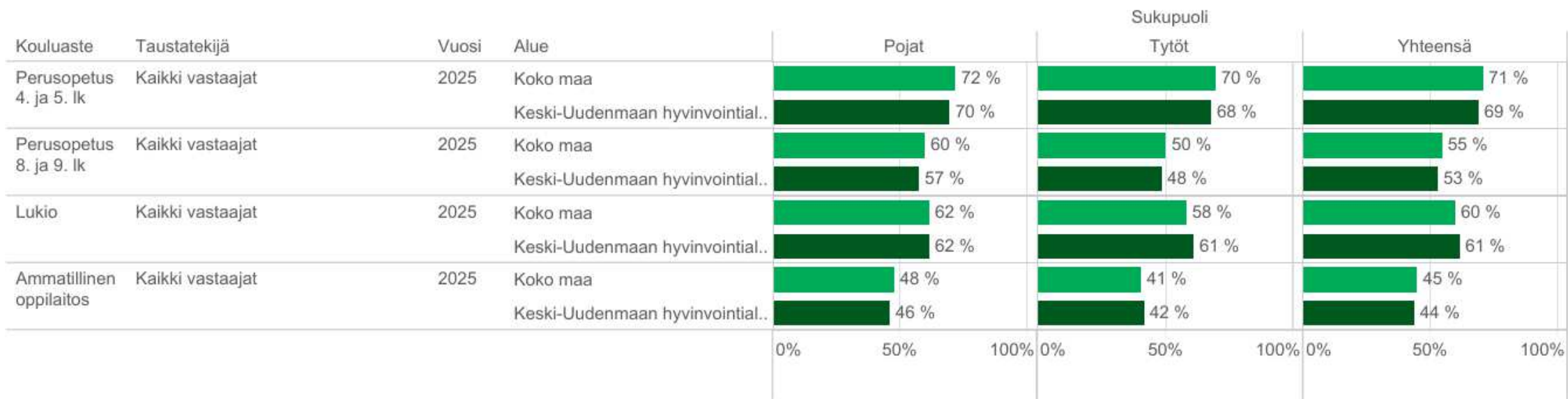
Vähintään tunnin päivässä liikkuvat



UKK-instituutti: [Lasten ja nuorten liikkumissuositus](#)

Aamupalaa joka arkipäivä syövien osuus on pienentynyt lähinnä pojilla, lukioiden tytöillä aamupalan syöminen lähialueita yleisempää

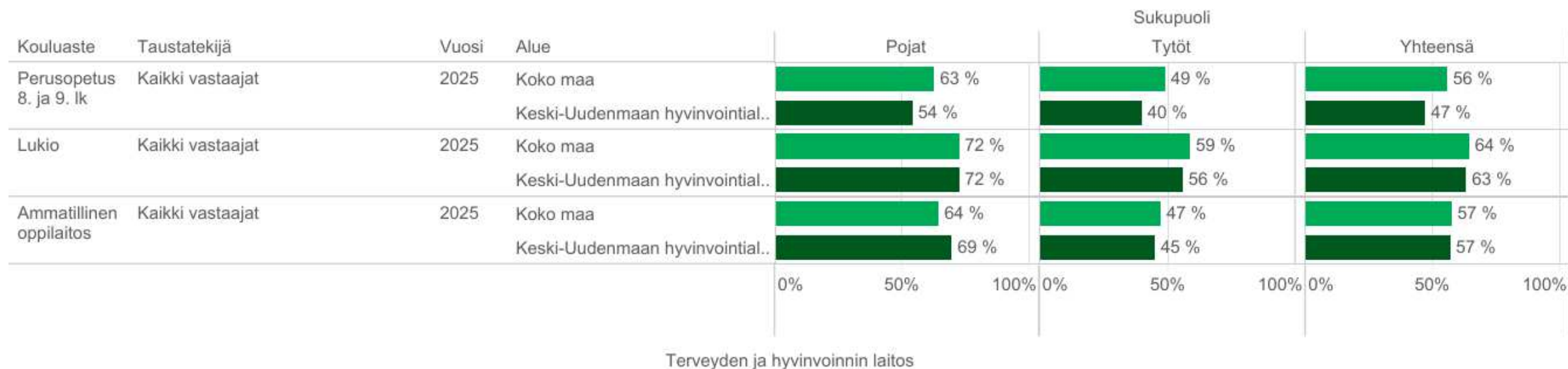
Syö aamupalaa joka arkipäivä



Terveysten ja hyvinvoinnin laitos

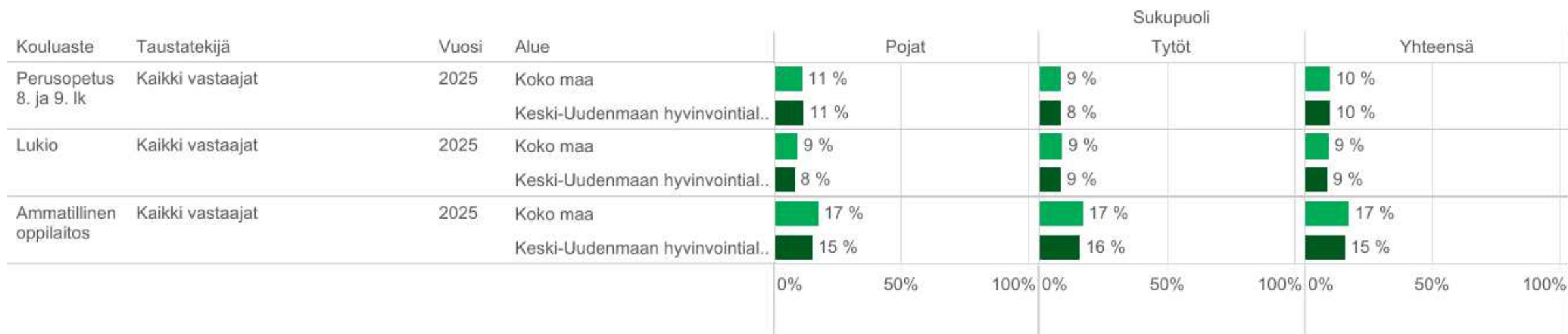
Pojat syövät koululounasta joka arkipäivä yleisemmin kuin tytöt, osuus on pienentynyt tytöillä – amm. oppilaitosten opiskelijoilla koululounaan päivittäinen syöminen lähialueita yleisempää

Syö koululounasta päivittäin



Yhä useampi juo energiajuomaa lähes päivittäin, ammatillisissa oppilaitoksissa yleisintä

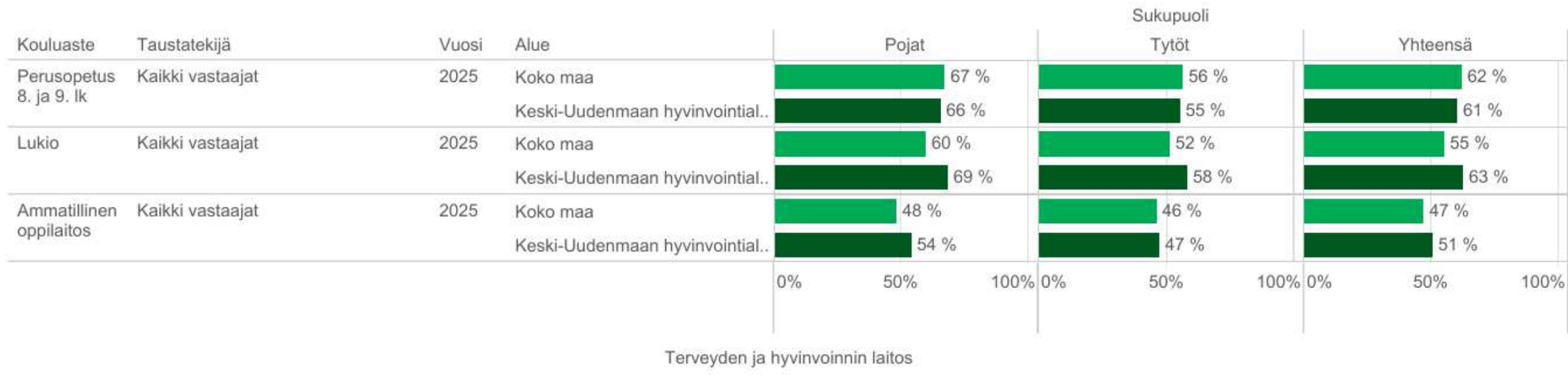
Juo energiajuomaa lähes päivittäin



Terveystietokeskus

Pojat nukkuvat tyttöjä yleisemmin vähintään 8 tuntia arkisin, tyttöjen osuus on pienentynyt hieman – lukioiden opiskelijoilla yleisempää lähialueeseen verrattuna

Nukkuu arkisin vähintään 8 tuntia (summaindikaattori)

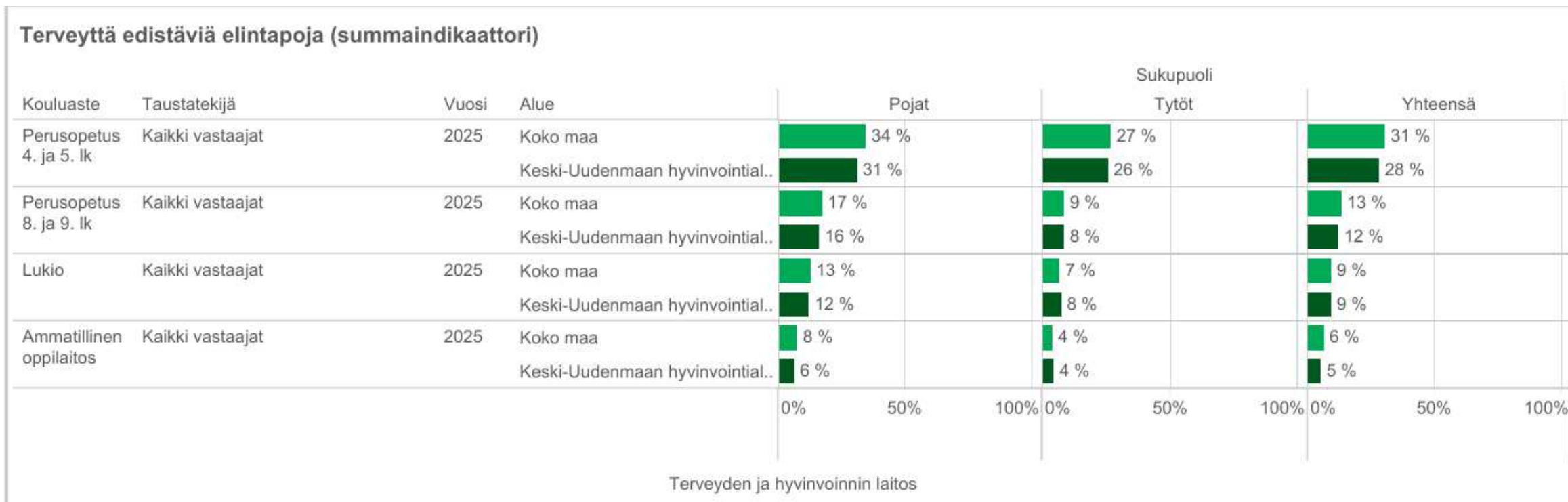


Terveyttä edistäviä elintapoja -summaindikaattori, %

- Syö aamupalaa joka arkipäivä
- Liikkuu vähintään tunnin päivässä
- Nukkuu mielestään tarpeeksi (4. ja 5. lk)
- Nukkuu vähintään 8 tuntia yössä (8. ja 9. lk, lukio, ammatillinen oppilaitos)

Mukana laskennassa ovat vain kaikkiin kolmeen kysymykseen vastanneet.

Terveyttä edistävät elintavat (summaindikaattori) yleisempiä pojilla kuin tytöillä



Lisätietoa

- [Thl.fi/kouluterveyskysely](https://thl.fi/kouluterveyskysely)
- [Thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset](https://thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset)
- [Lasten ja nuorten hyvinvointi – tilastoraportti](#)
- kouluterveyskysely@thl.fi
- Infopuhelin puh. 029 524 6082

