



## Nuorten arki – Kouluterveyskysely 2019

### Nuoret liikkuvat vähän

#### PÄÄLÖYDÖKSET

- Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat jättivät aamupalan lukiolaisia yleisemmin väliin.
- Kolmannes nuorista kertoi, että ei syö koululounasta päivittäin.
- Vähintään tunnin päivittäin siten, että hengästyy, liikkui 8. ja 9. luokan oppilaista 22 %. Lukion ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista vastaavasti liikkui päivittäin 15 %.
- Noin kolmannes perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista sekä lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista kertoi vähäisestä viikoittaisesta vapaa-ajan liikunnan harrastamisesta.
- 8. ja 9. luokkalaisista 30 % on yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole onnistunut siinä. Nuorista noin joka kymmenes kertoi, ettei ollut usein syönyt tai nukkunut netin takia.
- Pojista noin joka toinen ja tytöistä noin joka viides harrasti päivittäin pelaamista mobiililaitteilla tai tietokoneella.

Vuonna 2019 Kouluterveyskyselyyn vastanneista perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista sekä lukioden 1. ja 2. vuoden opiskelijoista noin kolmannes ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoista noin puolet kertoi, että ei syö aamupalaa joka arkiamu.

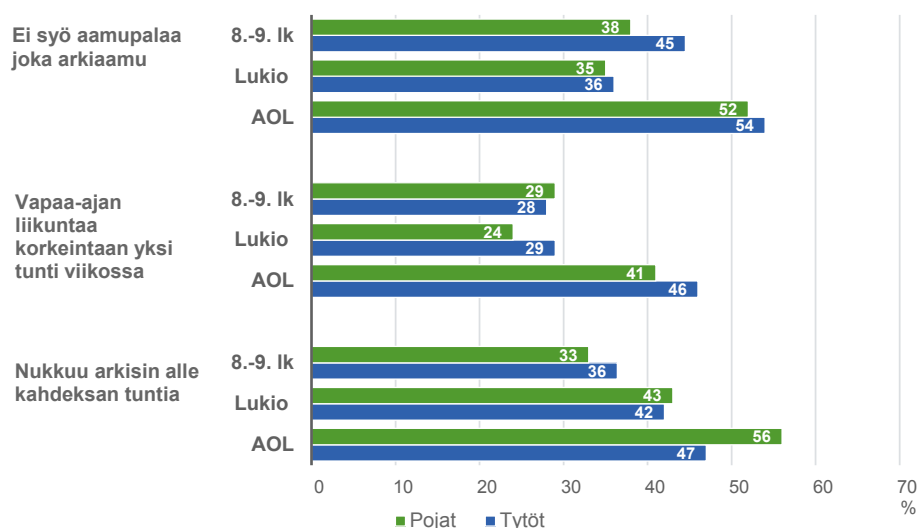
Arkisin alle kahdeksan tuntia yössä nukkui perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista noin kolmannes, lukion opiskelijoista 42 prosenttia ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 52 prosenttia. Nuorten osuus, jotka nukkuivat arkisin alle kahdeksan tuntia, oli kasvanut hieman kaikissa ikäryhmissä vuodesta 2013 vuoteen 2019.

Vähän vapaa-ajalla liikkuvien nuorten osuus on lisääntynyt vuosien 2015 ja 2019 välillä. Perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista sekä lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista noin kolmannes ja ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevista nuorista 43 prosenttia ilmoitti, että harrasti hengästyttävää vapaa-ajan liikuntaa korkeintaan tunnin viikossa.

Kaikilla tarkastelluilla kouluasteilla tytöistä noin joka kolmas ja pojista noin joka viides on yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole siinä onnistunut.

Tiedot perustuvat keväällä 2019 toteutetun Kouluterveyskyselyn perusopetuksen 8. ja 9. luokkaa käyvien nuorten sekä lukiossa ja ammatillisissa oppilaitoksissa 1. ja 2. vuotta opiskelevien nuorten vastauksiin.

**Kuvio 1. Nuorten arkea kuvaavia indikaattoreita vuonna 2019**



Lilli Hedman

etunimi.sukunimi@thl.fi

Satu Helakorpi

etunimi.sukunimi@thl.fi



Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

thl.fi | @THLorg

ISSN 1798-0887

Lähde: Kouluterveyskysely

## Tutkimusaineisto

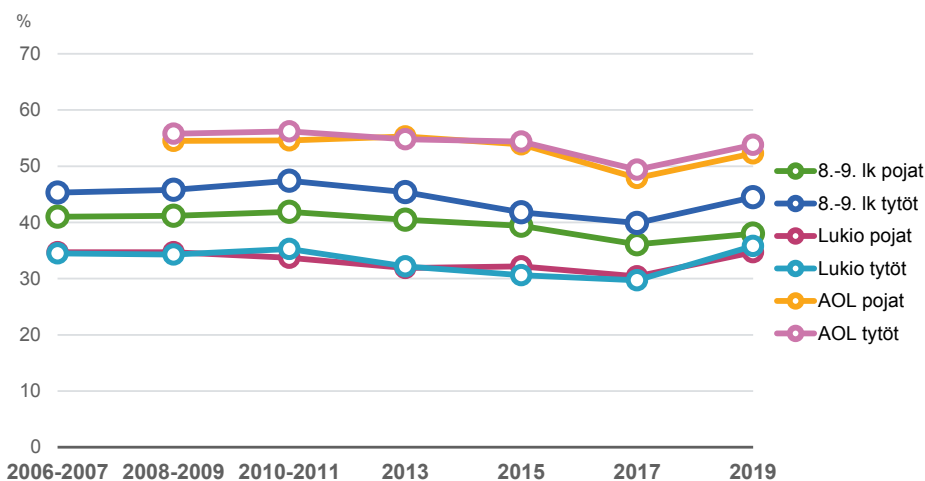
Tilastoraportin tulokset perustuvat THL:n Kouluterveyskyselyyn vuosilta 2006–2019. Kouluterveyskysely on koko maan kattava väestötutkimus, jossa kerätään laajasti tietoa nuorten hyvinvoinnista, terveydestä ja palvelujen saatavuudesta. Kohderyhminä olivat perusopetuksen 8. ja 9. luokkien oppilaat (aineiston kattavuus 73 %) sekä lukioden 1. ja 2. vuoden opiskelijat (aineiston kattavuus 70 %) ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat (kattavuustietoa ei saatavissa).

## Suuri osa nuorista ei syö aamupalaa joka arkiamu

Nuorista suuri osa söi aamupalan harvemmin kuin viitenä koulupäivän aamuna viikossa. Yleisintä aamupalan väliin jättäminen oli ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla nuorilla. Vuonna 2019 heistä yli puolet (53 %) ei syönyt aamupalaa joka arkiamu. Aamupalan väliin jättäminen oli hieman yleisempää perusopetuksen 8. ja 9. luokkaa käyvillä tytöillä (45 %) kuin pojilla (38 %). Lukiolaisilla ja ammatillisen oppilaitoksen nuorilla erot sukupuolten välillä olivat pieniä. (Kuvio 2.)

Vuosien 2017 ja 2019 välillä niiden nuorten osuus, jotka eivät syö aamupalaa joka arkiamu on hieman kasvanut. Kasvu oli lukiossa ja ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla nuorilla viisi prosenttiyksikköä ja perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisilla kolme prosenttiyksikköä. Aamupalan väliin jättäminen yleistyi vuodesta 2017 sekä pojilla että tytöillä. (Kuvio 2.)

**Kuvio 2. Nuorten osuus, jotka eivät syö aamupalaa joka arkiamu, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2006–2019**



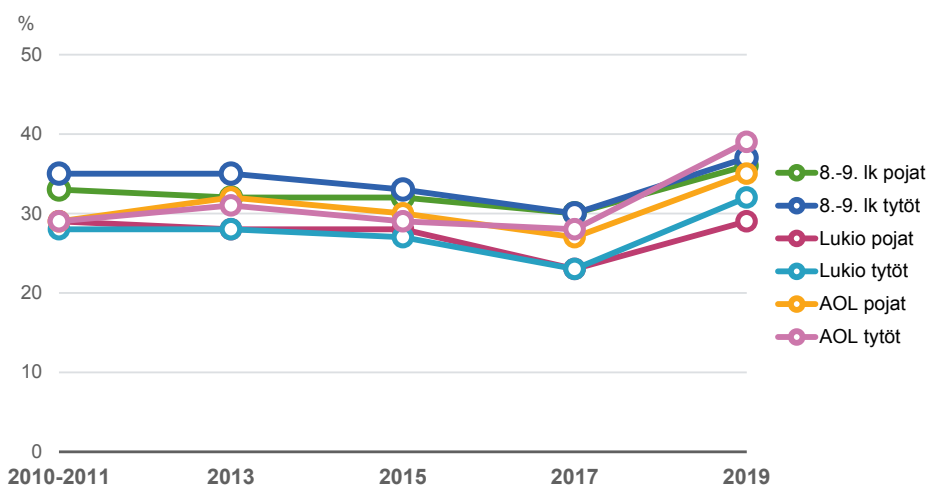
Lähde: Kouluterveyskysely

[Nuorten osuus, jotka eivät syö aamupalaa joka arkiamu maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2006–2019](#)

## Koululounaan söi päivittäin suurin osa nuorista

Vuonna 2019 suurin osa nuorista kertoi, että söi koululounaan päivittäin. Kuitenkin noin kolmannes perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista ja ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista kertoi, että he eivät syöneet koululounasta päivittäin. Niiden osuus, jotka ilmoittivat, etteivät syöneet koululounasta päivittäin, pysyi jokseenkin samalla tasolla (23–34 %) vuoteen 2017 saakka. Vuonna 2019 niiden nuorten osuus, jotka eivät syöneet koululounasta päivittäin, oli suurempi kuin vuonna 2017. (Kuvio 3.)

**Kuvio 3. Nuorten osuus, jotka eivät syö koululounasta päivittäin, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2010–2019**

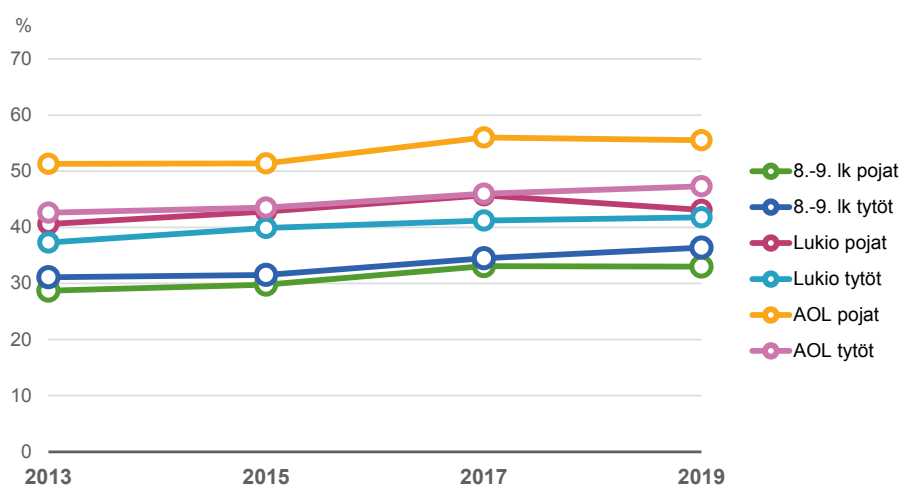


[Nuorten osuus, jotka eivät syö koululounasta päivittäin maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2010–2019](#)

### Alle kahdeksan tuntia nukkuminen arkiöisin oli yleistä

Vuonna 2019 perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista 35 prosenttia, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 42 prosenttia ja ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 52 prosenttia nukkui arkisin alle kahdeksan tuntia yössä. Erot sukupuolten välillä olivat 8. ja 9. luokkalaisilla ja lukiota käyvillä pieniä, mutta ammatillisessa oppilaitoksessa pojat (56 %) nukkuivat tyttöjä (47 %) yleisemmin alle kahdeksan tuntia arkiöisin. Niiden nuorten osuus, jotka nukkuvat arkisin alle kahdeksan tuntia, on kasvanut hieman kaikissa muissa ikäryhmissä paitsi lukion pojilla vuodesta 2013 vuoteen 2019. (Kuvio 4.)

**Kuvio 4. Arkisin alle kahdeksan tuntia nukkuvien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2013–2019**

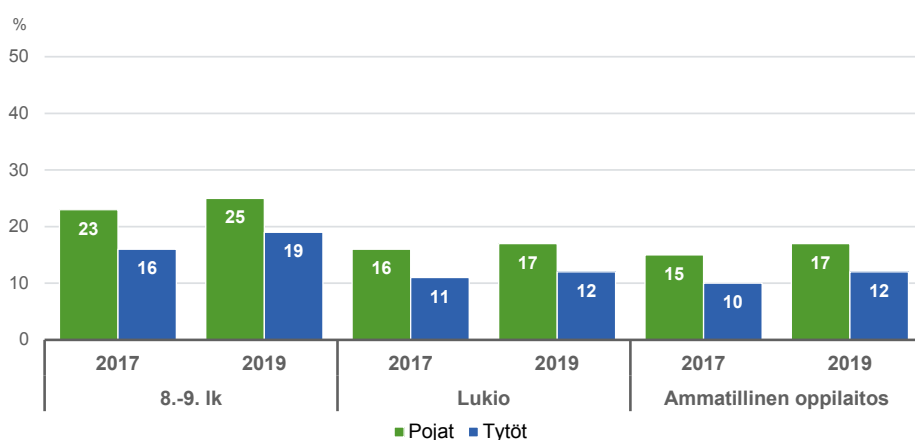


[Arkisin alle kahdeksan tuntia nukkuvien nuorten osuus maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2013–2019](#)

## Nuorten päivittäinen liikunta ja vapaa-ajan liikunnan harrastaminen

Vuonna 2019 perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista 22 prosenttia, lukiolaisista 14 prosenttia ja ammatillisen oppilaitoksen nuorista 15 prosenttia ilmoitti liikkuneensa vähintään tunnin päivässä viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana. Liikunnaksi kysymyksessä oli määritelty kaikki sellainen toiminta, joka nostaa sydämen sykettä ja saa vastaajan hetkeksi hengästymään esimerkiksi urheillessa, ystävien kanssa pelatessa, koulumatkalla, välitunnilla tai koulun liikuntatunneilla. Liikuntaa on esimerkiksi ripeä kävely, juokseminen ja pyöräily. Vuoteen 2017 verrattuna vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus on pysynyt samana tai kasvanut hieman kaikilla kouluasteilla, tytöillä sekä pojilla. (Kuvio 5.)

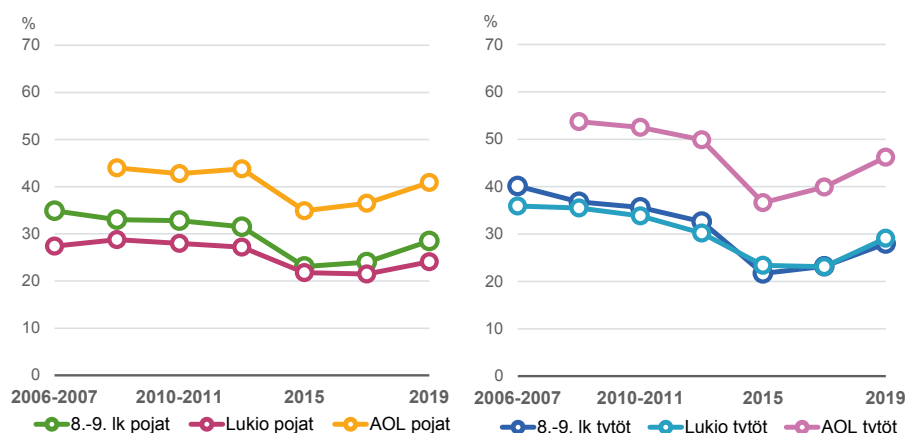
**Kuvio 5. Vähintään tunnin päivässä liikkuvien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017 ja 2019**



[Vähintään tunnin päivässä liikkuvien nuorten maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2017 ja 2019](#)

Nuorten vapaa-ajan liikunnan harrastaminen kehittyi myönteisesti vuoden 2013 jälkeen, kun vähän vapaa-ajalla liikkuvien osuus pienentyi. Vähän liikkuvien nuorten osuus kuitenkin kasvoi vuosien 2017 ja 2019 välillä kaikilla kouluasteilla. Hengästyttävää vapaa-ajan liikuntaa korkeintaan yhden tunnin viikossa harrastavien osuus oli vuonna 2017 perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisista 24 prosenttia, kun vastaava osuus vuonna 2019 oli 28 prosenttia. Lukiolaisilla vastaavat osuudet olivat 23 prosenttia ja 27 prosenttia sekä ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevilla 38 prosenttia ja 43 prosenttia. (Kuvio 6.)

**Kuvio 6. Hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan yhden tunnin viikossa harrastavien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2006–2019**



[Hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan tunnin viikossa harrastavien osuus maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2006–2019](#)

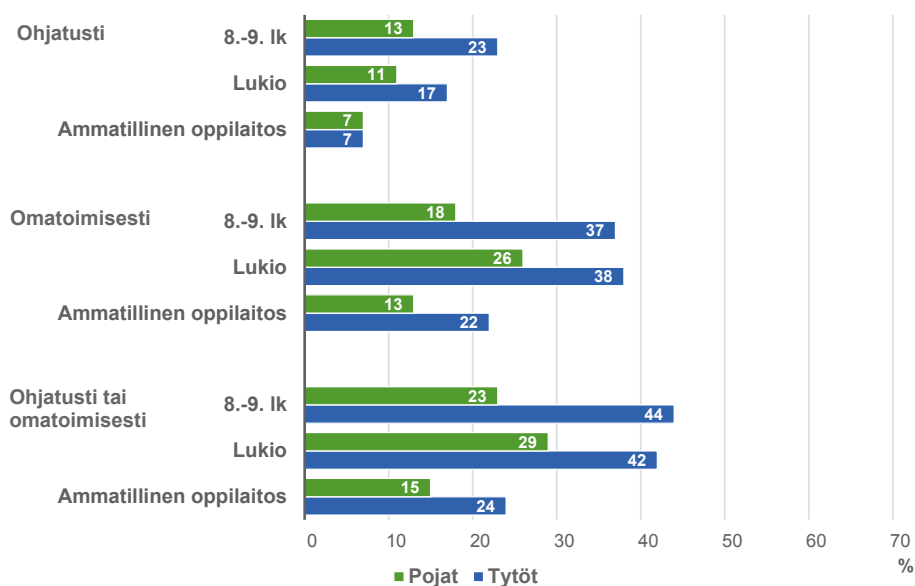
### Tytöt harrastivat poikia aktiivisemmin taidetta tai kulttuuria

Ohjatusti taiteen tai kulttuurin harrastaminen viikoittain oli yleisempää perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisilla (18 %) ja lukiolaisilla (15 %) kuin ammatillista oppilaitosta käyvillä nuorilla (7 %). Perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilailla sekä lukiolaisilla ohjatun taiteen tai kulttuurin harrastaminen oli tytöillä poikia yleisempää. Ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevilla nuorilla ei ollut eroa sukupuolten välillä. (Kuvio 7.)

Omatoimisesti taiteen tai kulttuurin vähintään viikoittainen harrastaminen oli ohjatusti harrastamista yleisempää kaikissa ryhmissä. Lukiolaisista 33 prosenttia, perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisista 28 prosenttia ja ammatillista oppilaitosta käyvistä nuorista 17 prosenttia harrasti taidetta tai kulttuuria omatoimisesti vapaa-ajalla vähintään viikoittain. Tytöt harrastivat taidetta tai kulttuuria omatoimisesti poikia yleisemmin kaikilla kouluasteilla. Perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilailla ero sukupuolten välillä oli 19 prosenttiyksikköä. (Kuvio 7.)

Tyttöjen ohjattu tai omatoiminen viikoittainen taiteen tai kulttuurin harrastaminen oli poikia huomattavasti yleisempää kaikilla kouluasteilla. Perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaiset ja lukiolaiset tytöt sekä pojat harrastivat ammatillista oppilaitosta käyviä nuoria yleisemmin taidetta tai kulttuuria ohjatusti tai omatoimisesti. Yleisintä ohjatun tai omatoimisen taiteen tai kulttuurin harrastaminen vähintään viikoittain oli 8. ja 9. luokkalaisilla tytöillä (44 %) ja lukiolaisilla tytöillä (42 %). (Kuvio 7.)

**Kuvio 7. Ohjatusti tai omatoimisesti taidetta tai kulttuuria vapaa-ajalla vähintään viikoittain harrastavien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuonna 2019**



[Ohjatusti taidetta tai kulttuuria vapaa-ajalla vähintään viikoittain harrastavien nuorten osuus, maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2019](#)

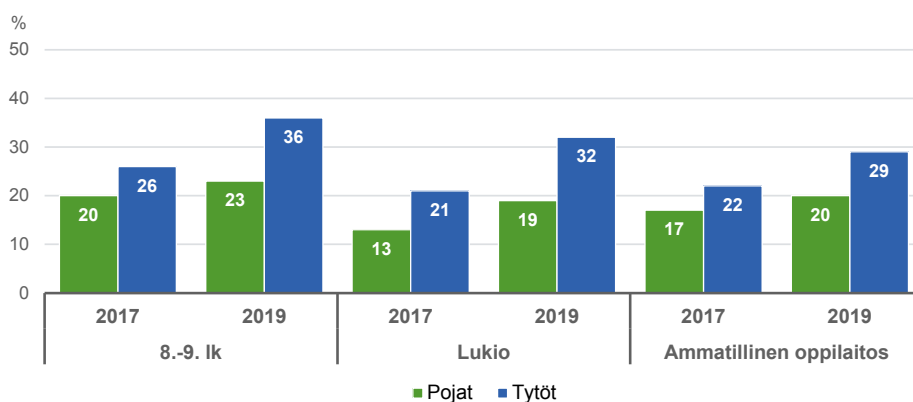
[Omatoimisesti taidetta tai kulttuuria vapaa-ajalla vähintään viikoittain harrastavien nuorten osuus, maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2019](#)

### Osa nuorista haluaisi viettää vähemmän aikaa netissä

Perusopetuksen 8. ja 9. oppilaista 30 prosenttia, lukiolaisista 27 prosenttia ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 24 prosenttia kertoi yrittäneensä usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta epäonnistuneensa siinä.

Tytöt raportoivat huomattavasti yleisemmin yrittäneensä viettää vähemmän aikaa netissä kuin pojat. Ero sukupuolten välillä oli kaikilla kouluasteilla noin kymmenen prosenttiyksikköä. Osuudet ovat kasvaneet vuodesta 2017 tytöillä sekä pojilla. Osuuksien kasvu on ollut erityisen voimakasta tytöillä, joilla ero vuoteen 2017 on kouluasteesta riippuen 7–11 prosenttiyksikköä. (Kuvio 8.)

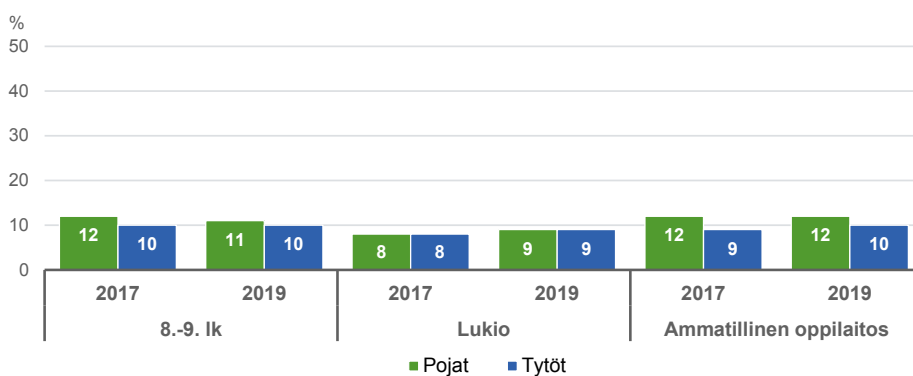
**Kuvio 8. Nuorten osuus, jotka ovat usein yrittäneet viettää vähemmän aikaa netissä, mutta eivät ole onnistuneet sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017 ja 2019**



[Nuorten osuus, jotka ovat yrittäneet viettää vähemmän aikaa netissä maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2017 ja 2019](#)

Vuonna 2019 noin joka kymmenes nuori kertoi, ettei ole usein syönyt tai nukkunut netin takia. Erot kouluasteiden ja sukupuolten välillä olivat pieniä. Yleisyydessä ei ole tapahtunut muutosta vuodesta 2017. (Kuvio 9.)

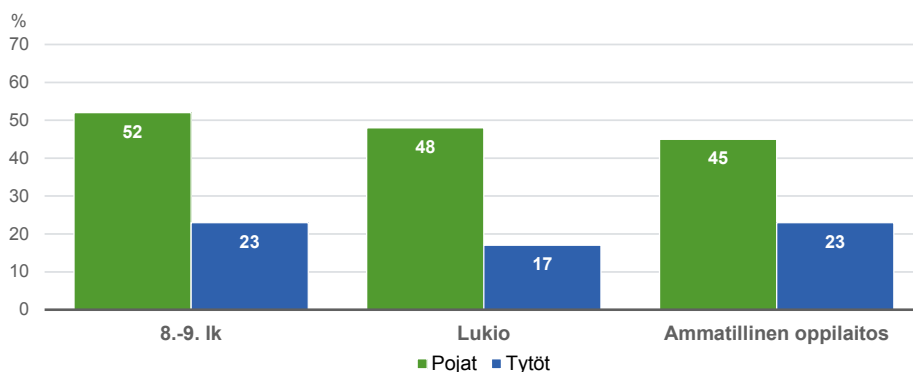
**Kuvio 9. Nuorten osuus, jotka eivät ole usein syöneet tai nukkuneet netin takia, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017 ja 2019**



[Nuorten osuus, jotka eivät ole usein syöneet tai nukkuneet netin takia, maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2017 ja 2019](#)

Pelaamisen harrastaminen kännykällä, tabletilla, tietokoneella tai vastaavalla lähes päivittäin oli yleistä erityisesti pojilla. Perusopetuksen 8. ja 9. luokan pojista sekä myös lukiota sekä ammatillista oppilaitosta käyvistä pojista noin puolet (45–52 %) pelasi mobiililaitteilla tai tietokoneella lähes päivittäin. Ero tyttöihin oli kaikilla kouluasteilla yli 20 prosenttiyksikköä. (Kuvio 10.)

**Kuvio 10. Päivittäin pelaamista mobiililaitteilla tai tietokoneella harrastavien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuonna 2019**



[Päivittäin pelaamista mobiililaitteilla tai tietokoneella harrastavien nuorten osuus maakunnan ja kunnan mukaan, tulostiiviste v. 2019](#)

## Käsitteet ja määritelmät

### Kuinka monena päivänä viikossa liikuntaa vähintään tunti päivässä:

Liikunnalla tarkoitetaan kaikkea sellaista toimintaa, joka nostaa sydämen sykettä ja saa vastaajan hetkeksi hengästymään esimerkiksi urheillessa, ystävien kanssa pelatessa, koulumatkalla, välitunnilla tai koulun liikuntatunneilla. Liikuntaa on esimerkiksi ripeä kävely, juokseminen ja pyöräily.

### Kuinka monta tuntia viikossa vapaa-ajan liikunnan harrastamista:

Harrastaa liikuntaa vapaa-aikana niin, että hengästyy ja hikoilee.

### Netin käyttö:

Tilastoraportin tarkastelussa haitallista netin käyttöä kartoitettiin EIU-mittarilla (Excessive Internet Use). Netillä tarkoitetaan erilaisilla laitteilla, kuten kännykkä, tabletti, tietokone ja televisio, käytettäviä sovelluksia, pelejä, elokuvia tai ohjelmia. Netin käytöksi luetaan myös sosiaalinen media ja verkkopalvelut.

### Taiteen ja kulttuurin harrastaminen:

Taiteen ja kulttuurin harrastamiseksi määriteltiin kyselylomakkeella esimerkiksi piirtäminen, kirjoittaminen, koodaaminen tai teatterissa, festareilla, sirkuksessa tai museossa käyminen. Musiikin kuuntelu, kirjojen lukeminen, valokuvaaminen, videoiden tekeminen ja elokuvien katselu määriteltiin myös taiteen tai kulttuurin harrastamiseksi.

### Indikaattorien kuvaukset:

Tässä tilastoraportissa käytettyjen indikaattoreiden pohjana olevat kysymykset ja indikaattoreiden määritelmät ovat nähtävissä kunkin kuvion yhteydessä olevassa tulostiivisteessä.

Kaikkien Kouluterveyskyselyn tuloksissa käytettyjen indikaattoreiden pohjana olevat kysymysmuotoilut ja indikaattoreiden määritelmät ovat saatavilla sähköisestä tulospalvelusta osoitteesta [thl.fi/lapsetnuoretperheet/tulokset](http://thl.fi/lapsetnuoretperheet/tulokset).



---

<https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/nuorten-arki-kouluterveyskysely-2019>

---

## Kirjallisuutta

THL:n Tilastoraportti 33/2019: [Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2019](#)

---

## Liitteet

**Liite 1:** Vastaajamäärä ja aineiston kattavuus 8.–9. luokilla, lukioiden ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuosikursseilla Kouluterveyskyselyn aineistossa 2019.

# Laatuseloste

## Nuorten arki – Kouluterveyskysely 2019

### Tutkimusaineisto

Nuorten arki – Kouluterveyskysely 2019 -tilastoraportin tulokset perustuvat Kouluterveyskyselyn vuosina 2006–2019 toteutettuihin tiedonkeruihin. Tarkastelussa on mukana perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaat, lukion 1. ja 2. luokan opiskelijat sekä ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat.

### Tilastotietojen relevanssi

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tehtävänä on seurata väestön terveyttä ja hyvinvointia. Kouluterveyskysely toteuttaa tätä tehtävää lasten ja nuorten osalta. Tietoja hyödynnetään THL:ssa esimerkiksi koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kehittämisessä. Oppilaitokset käyttävät Kouluterveyskyselyn tarjoamaa tietoa koulu yhteisön hyvinvoinnin edistämisen ja opiskeluhuollon arvioinnissa ja kehittämisessä sekä terveystiedon opetuksessa.

Kunnat hyödyntävät tuloksia hyvinvointijohtamisessa, esimerkiksi laadittaessa hyvinvointistrategiaa, lapsi- ja nuorisopoliittista ohjelmaa tai lastensuojelusuunnitelmaa. Kansallisella tasolla Kouluterveyskyselyn tuloksia käytetään esimerkiksi politiikkaohjelmien, strategioiden ja erilaisten lakien toimeenpanon seurannassa ja arvioinnissa.

Tässä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) julkaisemassa tilastossa kuvataan nuorten arkea indikaattoreilla, joilla seurataan nuorten ruokailutottumuksia, nukkumista, liikkumista, vapaa-ajan liikunnan harrastamista, taide- ja kulttuuriharrastuksia sekä nettikäyttäytymistä.

### Menetelmäkuvaus

Kouluterveyskysely toteutetaan kokonaistutkimuksena, jossa kohderyhmänä ovat perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilaat (vuodesta 2017), 8. ja 9. luokan oppilaat (vuodesta 2006), lukioiden 1. ja 2. vuoden opiskelijat (vuodesta 2006) sekä ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat (vuodesta 2008). Lukiossa kysely on tarkoitettu nuorten opetussuunnitelmaa suorittaville ja ammatillisissa oppilaitoksissa kysely ammatillista perustutkintoa opiskeleville alle 21-vuotiaille.

Tässä tilastoraportissa esitetään 8. ja 9. luokan oppilaiden sekä lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden tuloksia nuorten arkea kuvaavista indikaattoreista. Kouluterveyskyselyn tiedot kerättiin vuonna 2019 perusopetuksen 8. ja 9. luokilla ja lukiossa 1.4.–30.4. ja ammatillisissa oppilaitoksissa 1.3.–30.4.

Kouluterveyskysely toteutetaan nimettömänä itsenäisesti täytettävänä paperi- tai verkkokyselynä. Oppilaat ja opiskelijat täyttävät kyselyn luokittain tai ryhmittäin, valvotusti koulupäivän aikana. Vastaamiseen varataan aikaa yksi oppitunti. Kysely on paperisena suomeksi tai ruotsiksi, verkossa suomeksi, ruotsiksi, englanniksi ja pohjois-saameksi.

Vuosien 2006–2011 tiedonkeruut toteutettiin parillisina vuosina Etelä-Suomessa, Itä-Suomessa ja Lapissa ja parittomina vuosina muualla Manner-Suomessa sekä Ahvenanmaalla. Vuodesta 2013 lähtien Kouluterveyskysely on toteutettu joka toinen vuosi samanaikaisesti koko maassa. Tiedonkeruun tavasta johtuen vuosien 2006–2011 tuloksien tarkastelussa on yhdistetty tutkimusvuodet 2006–2007, 2008–2009 ja 2010–2011, jotta tulokset olisivat mahdollisimman vertailukelpoisia tutkimusvuosien 2013, 2015, 2017 ja 2019 kanssa.

Tarkempi menetelmäkuvaus THL:n Tilastoraportissa 33/2019: [Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2019](#)

## Tietojen oikeellisuus ja tarkkuus

Kouluterveyskyselyn kohderyhmänä on koko kyseinen ikäluokka. Vuosien 2006–2013 kyselyihin vastasi 80–84 prosenttia kaikista perusopetuksen 8. ja 9. luokkien oppilaista Suomessa ja 73–76 prosenttia kaikista lukioiden 1. ja 2. vuoden opiskelijoista. Vuosina 2015–2017 kattavuus oli peruskoulussa 43–63 prosenttia ja lukiossa arviolta 55–62 prosenttia.

Vuonna 2019 aineisto kattoi 73 prosenttia 8. ja 9. luokkien oppilaista ja arviolta 70 prosenttia lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista. Ammatillisista oppilaitoksista ei ole saatavissa kattavuustietoja. (Liitetaulukko 1.)

Aineiston luotettavuutta on tarkasteltu THL:n Tilastoraportissa 33/2019, jossa myös liitetaulukkoina kuvaukset aineiston kattavuudesta: [Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2019](#)

## Julkaistujen tietojen ajantasaisuus ja oikea-aikaisuus

Kouluterveyskyselyn perustulokset valmistuvat keskimäärin viiden kuukauden kuluessa tiedonkeruun loppumisesta. Tulokset ovat käytettävissä päätöksenteon tueksi heti kouluvuoden alussa.

## Tietojen saatavuus, läpinäkyvyys ja selkeys

Kouluterveyskyselyn valtakunnalliset, maakunta- ja kuntakohtaiset tulokset julkaistaan tilastokuutioina ja tulostiivisteinä THL:n tulospalvelussa ([thl.fi/lapsetnuoretperheet/tulokset](http://thl.fi/lapsetnuoretperheet/tulokset)). Indikaattorin tulosta ei julkaista kuntakohtaisesti, jos vastaajien lukumäärä ryhmässä on alle 30, harvinaisissa ilmiöissä (alle viisi tapausta) vastaajia tulee olla ryhmässä 60, jotta tulos julkaistaan. Tilastokuutioissa ja tulostiivisteissä julkaistaan myös indikaattorin muodostamisessa käytetyn kysymyksen vastausjakauma.

## Tilastojen vertailukelpoisuus

Kouluterveyskyselyn tulokset raportoidaan indikaattoreina. Nuorten arkea kuvaavista indikaattoreista osaa on mahdollisuus tarkastella tutkimusjaksolta 2006–2019. Kysymykset on pidetty lomakkeessa samanlaisina, jotta vertailu eri aikajaksoina on mahdollista. Osasta indikaattoreita on kahden vuoden seurantajakso, 2017 ja 2019.

Vuoden 2019 tuloksia voidaan pitää maakunnittain vertailukelpoisina suuren vastaajamäärän ja kaikkien maakuntien hyvän kattavuuden takia. Kadon ei arvioida olevan vinoutunutta maakunnittain.

Vuonna 2015 verkkolomakkeilla toteutetussa tiedonkeruussa oli suuria teknisiä ongelmia, minkä vuoksi vastaajamäärä jäi tavanomaista pienemmäksi. Tämän vuoksi vuoden 2015 maakunnittaiset ja kunnittaiset tulokset ovat tulostiivisteissä piilotettuina.

## Selkeys, eheys ja yhtenäisyys

Kouluterveyskyselyn tiedonkeruun lomakkeilla on pysyviä ja vaihtuvia osia. Pysyviä osia ovat keskeiset oppilaiden ja opiskelijoiden hyvinvointiin, terveyteen, elintapoihin ja kasvu ympäristön turvallisuuteen liittyvät kysymykset sekä palvelujen käyttöä ja saatavuutta koskevat kysymykset. Tiedonkeruuseen on liitetty myös lisäkysymyksiä ajankohtaisista ilmiöistä vuosittain vaihtuvien moduulien avulla.

## Liite 1.

### Vastaajamäärä ja aineiston kattavuus 8.–9. luokilla, lukioiden ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuosikursseilla Kouluterveyskyselyn aineistossa 2019.

		2006– 2007	2008– 2009	2010– 2011	2013	2015	2017	2019
Perusopetuksen 8. ja 9. luokka	Pojat	54 841	54 433	51 329	50 223	25 147	36 276	42 965
	Tytöt	54 286	54 216	51 216	49 255	25 257	36 883	44 061
	Ei ilmoittanut sukupuolta	..	..	..	..	..	521	257
	Yhteensä	109 127	108 649	102 545	99 478	50 404	73 680	87 283
	Aineiston kattavuus <sup>1</sup>	82 %	82 %	80 %	84 %	43 %	63 %	73 %
Lukion 1. ja 2. vuosi	Pojat	22 553	21 181	20 588	20 839	15 976	14 323	18 257
	Tytöt	30 209	29 286	27 795	27 771	22 784	20 062	26 241
	Ei ilmoittanut sukupuolta	..	..	..	..	..	218	99
	Yhteensä	52 762	50 467	48 383	48 610	38 760	34 602	44 597
	Aineiston kattavuus <sup>2</sup>	76 %	74 %	73 %	77 %	62 %	54 %	70 %
Amm. oppilaitos 1. ja 2. vuosi	Pojat	..	22 964	23 537	19 336	17 255	15 801	14 002
	Tytöt	..	17 677	17 949	15 440	13 981	10 648	9 364
	Ei ilmoittanut sukupuolta	..	..	..	..	..	218	53
	Yhteensä	..	40 641	41 486	34 776	31 236	26 625	23 419
	YHTEENSÄ	161 889	199 757	192 414	182 864	120 400	230 632	254 985

<sup>1</sup> Kattavuuslaskelmat perustuvat Tilastokeskuksen oppilasmäärätietoihin 20.9.2018. Lähde: Suomen virallinen tilasto (SVT): [Esi- ja peruskouluopetus](#) [verkkójulkaisu]. ISSN=1799-3709. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 10.9.2019].

<sup>2</sup> Kattavuuslaskelmat perustuvat lukiokoulutuksen nuorten opetussuunnitelmassa opiskelevien uusien opiskelijoiden määrään 20.9.2018. Lähde: [Vipunen - opetushallinnon tilastopalvelu: Lukiokoulutuksen uudet opiskelijat. Nuorten opetussuunnitelma.](#) [Viitattu 10.9.2019].

# De ungas vardag - enkäten Hälsa i skolan 2019

## De unga motionerar lite

### CENTRALA RÖN

- De som studerade vid yrkesläroanstalter hoppade över frukosten oftare än gymnasieeleverna.
- En tredjedel av de unga berättade att de inte äter skollunch varje dag.
- 22 % av eleverna i årskurs 8 och 9 rörde sig minst en timme per dag så att de blev andfådda. Bland gymnasie- och yrkesstuderande motionerade 15 % dagligen på motsvarande sätt.
- Ungefär en tredjedel av eleverna i årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen samt av de första- och andraårsstuderande på gymnasiet uppgav att de motionerade lite på fritiden.
- Av eleverna i årskurs 8 och 9 har 30 % försökt tillbringa mindre tid på nätet, men har inte lyckats med det. Ungefär en tiondel av de unga berättade att de ofta inte har ätit eller sovit på grund av internet.
- Ungefär varannan pojke och var femte flicka spelade dagligen på en mobil enhet eller en dator.

Cirka en tredjedel av eleverna i årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen samt av första och andra årets studerande vid gymnasierna och cirka hälften av första och andra årets studerande vid yrkesläroanstalterna berättade att de inte äter frukost varje vardagsmorgon.

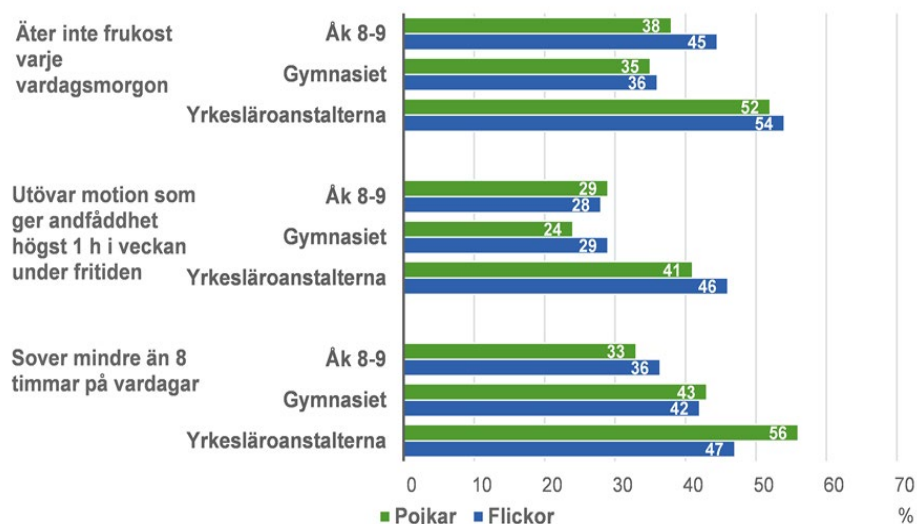
Cirka en tredjedel av eleverna i årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen, 42 procent av gymnasierna och 52 procent av studerandena vid yrkesläroanstalterna sover mindre än åtta timmar vardagsnätter. Andelen unga som sover mindre än åtta timmar vardagar har ökat något i alla åldersgrupper från 2013 till 2019.

Andelen unga som motionerar lite på fritiden har ökat mellan 2015 och 2019. Cirka en tredjedel av eleverna i årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen samt första och andra årets studerande vid gymnasiet och 43 procent av studerandena vid yrkesläroanstalterna meddelade att de utöver ansträngande motion på fritiden högst en timme i veckan.

På alla granskade skolstadier har cirka en tredjedel av flickorna och ungefär var femte pojke försökt spendera mindre tid på webben utan att lyckas.

Uppgifterna grundar sig på enkäten Hälsa i skolan som genomfördes våren 2019. Svaren kommer från elever i 8:e och 9:e klass inom den grundläggande utbildningen, samt unga som studerar första eller andra året i gymnasiet eller vid en yrkesläroanstalt.

Figur 1. Indikatorer som beskriver de ungas vardag 2019



# Kvalitetsbeskrivning

## De ungas vardag - enkäten Hälsa i skolan

Statistikrapporten De ungas vardag – enkäten Hälsa i skolan 2019 grundar sig på datainsamlingen genom enkäten Hälsa i skolan åren 2006–2019. Målgruppen är elever i årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen, första och andra årets studerande i gymnasierna och första och andra årets studerande vid yrkesläroanstalterna.

### Statistikuppgifternas relevans

Institutet för hälsa och välfärd har som uppgift att följa upp befolkningens hälsa och välfärd. Genom enkäten Hälsa i skolan genomförs denna uppgift när det gäller barn och unga. THL använder informationen till exempel för att utveckla skol- och studerandehälsovården. Läroanstalterna använder informationen från enkäten Hälsa i skolan för att främja välbefinnandet i skolgemenskapen, utvärdera och utveckla elevhälsan samt undervisa i hälsokunskap.

Kommunerna utnyttjar resultaten i välfärdsledningen till exempel när de gör upp sina välfärdsstrategier, barn- och ungdomspolitiska program eller barnskyddsplaner. På nationell nivå utnyttjas resultaten från enkäten Hälsa i skolan till exempel i uppföljningen och utvärderingen av politiska program, strategier och olika lagar.

I denna statistik som Institutet för hälsa och välfärd (THL) publicerat beskrivs de ungas vardag med indikatorer som används för att följa upp de ungas matvanor, sömn, motion, fritidsmotion, konst- och kulturhobbyer samt nätbeteende.

### Metodbeskrivning

Enkäten Hälsa i skolan genomförs som en helhetsundersökning där målgruppen är elever i årskurs 4 och 5 i den grundläggande utbildningen (från 2017), elever i årskurs 8 och 9 (från 2006), första och andra årets studerande i gymnasierna (från 2006) och första och andra årets studerande vid yrkesläroanstalterna (från 2008). I gymnasiet är enkäten avsedd för dem som fullföljer läroplanen och vid yrkesläroanstalterna är enkäten avsedd för under 21-åringar som avlägger yrkesinriktad grundexamen.

I statistikrapporten presenteras resultaten för indikatorerna som beskriver de ungas vardag bland elever i årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen samt bland första- och andraårsstuderande på gymnasiet och på yrkesläroanstalterna. Samlades uppgifterna i enkäten Hälsa i skolan in i årskurs 4 och 5 mellan den 1 och 29 mars, i årskurs 8 och 9 och i gymnasiet mellan den 1 och 30 april och på yrkesläroanstalterna mellan den 1 mars och 30 april.

Enkäten Hälsa i skolan genomförs anonymt som en pappers- eller webbenkät som fylls i självständigt. Elever och studerande fyller i enkäten i klassen eller i gruppen under övervakning under skoldagen. En lektion reserveras för att besvara enkäten. Enkäten finns i pappersform på finska eller svenska, på webben finns den på finska, svenska, engelska, ryska och nordsamiska.

Åren 2006–2011 genomfördes datainsamlingen under jämna år i Södra Finland, Östra Finland och Lappland och ojämna år i övriga Fastlandsfinland och på Åland. Från och med 2013 har enkäten Hälsa i skolan genomförts i hela landet samtidigt vartannat år. På grund av metoden för datainsamlingen har granskningen av resultaten för 2006–2011 kombinerats med undersökningsåren 2006–2007, 2008–2009 och 2010–2011 för att resultaten ska vara så jämförbara som möjligt med undersökningsåren 2013, 2015, 2017 och 2019.

En närmare beskrivning av metoden finns i THL:s statistikrapport 46/2020: [Välbefinnandet bland barn och unga – Enkäten Hälsa i skolan 2019](#)

### Uppgifternas riktighet och exakthet

Målgruppen för enkäten Hälsa i skolan är hela åldersklassen i fråga. Åren 2006–2013 besvarades enkäten av 80–84 procent av alla elever i årskurs 8 och 9 i Finland och 73–76 procent av alla första och andra årets studerande på gymnasiet. Åren 2015–2017 var

täckningen 43–63 procent i grundskolan och uppskattningsvis 55–62 procent i gymnasiet.

År 2019 täckte materialet 82 procent av alla elever i årskurs 4 och 5 i Finland, 73 procent av eleverna i årskurs 8 och 9 och uppskattningsvis 70 procent av första och andra årets studerande i gymnasier. För yrkesläroanstalterna saknas uppgifter om täckningen. (Bilagetabeller 1.)

Materialets tillförlitlighet har granskats i THL:s statistikrapport 44/2020, där också beskrivningarna av materialets täckning finns som bilagetabeller: [Välbefinnandet bland barn och unga – Enkäten Hälsa i skolan 2019](#).

### **De publicerade uppgifternas aktualitet och rättidighet**

De grundläggande resultaten för enkäten Hälsa i skolan är i genomsnitt färdiga inom fem månader efter att datainsamlingen avslutades. Resultaten finns tillgängliga som stöd för beslutsfattandet i början av skolåret.

### **Uppgifternas tillgänglighet, transparens och tydlighet**

Resultaten för hela landet, för landskapen och kommunerna i enkäten Hälsa i skolan publiceras som statistikkuber i [THL:s resultattjänst](#). Resultatet för en indikator publiceras inte för en specifik kommun om antalet svarande är under 30. Om det är fråga om ovanliga fenomen (färre än fem fall) ska antalet svarande vara 60. Svarsfördelningen för den fråga som använts i beräkningen av indikatorn publiceras i statistikkuben.

### **Statistikens jämförbarhet**

Resultaten från enkäten Hälsa i skolan rapporteras som indikatorer. En del av indikatorerna som beskriver de ungas vardag kan granskas under undersökningsperioden 2006–2019. Frågorna har behållits likadana på blanketten för att det ska vara möjligt att jämföra dem under olika tidsperioder. En del av indikatorerna har en uppföljningsperiod på två år, 2017 och 2019.

Resultaten för 2019 kan anses jämförbara landskapsvis på grund av det stora antalet svarande och för att alla landskap hade bra täckning. Bortfallet bedöms inte vara snedvridet för de olika landskapen.

Det var stora tekniska problem med datainsamlingen med webbblanketter 2015, vilket ledde till att antalet som besvarade enkäten blev mindre än vanligt. Det har lett till att resultaten för de olika landskapen och kommunerna 2015 har dolts i resultattjänsten.

### **Tydlighet, enhetlighet och överensstämmelse**

Vissa delar i enkäten Hälsa i skolan är bestående, medan andra byts ut. Till de bestående delarna hör centrala frågor som gäller elevernas och studerandenas välbefinnande, hälsa, levnadsvanor och säkerheten i uppväxtmiljön samt frågor som gäller användningen av och tillgången till tjänster. Till datainsamlingen kopplas också tillägsfrågor om aktuella fenomen med hjälp av moduler som varierar från år till år.

## Bilaga 1.

Antal svarande och materialets täckning i årskurs 8–9 i den grundläggande utbildningen och första och andra årets studerande i gymnasiet och yrkesläroanstalter i materialet från enkäten Hälsa i skolan 2019.

		2006– 2007	2008– 2009	2010– 2011	2013	2015	2017	2019
Årskurs 8 och 9 i den grundläggande utbildningen	Pojkar	54 841	54 433	51 329	50 223	25 147	36 276	42 965
	Flickor	54 286	54 216	51 216	49 255	25 257	36 883	44 061
	Uppgav inte kön	..	..	..	..	..	521	257
	Totalt	109 127	108 649	102 545	99 478	50 404	73 680	87 283
	Materialets täckning <sup>1</sup>	82 %	82 %	80 %	84 %	43 %	63 %	73 %
Gymnasiet år 1 och 2	Pojkar	22 553	21 181	20 588	20 839	15 976	14 323	18 257
	Flickor	30 209	29 286	27 795	27 771	22 784	20 062	26 241
	Uppgav inte kön	..	..	..	..	..	218	99
	Totalt	52 762	50 467	48 383	48 610	38 760	34 602	44 597
	Materialets täckning <sup>2</sup>	76 %	74 %	73 %	77 %	62 %	54 %	70 %
Yrkesläroanstalten år 1 och 2	Pojkar	..	22 964	23 537	19 336	17 255	15 801	14 002
	Flickor	..	17 677	17 949	15 440	13 981	10 648	9 364
	Uppgav inte kön	..	..	..	..	..	218	53
	Totalt	..	40 641	41 486	34 776	31 236	26 625	23 419
<b>TOTALT</b>		<b>161 889</b>	<b>199 757</b>	<b>192 414</b>	<b>182 864</b>	<b>120 400</b>	<b>230 632</b>	<b>254 985</b>

<sup>1</sup> Beräkningarna av täckningen grundar sig på Statistikcentralens uppgifter om antalet elever 20.9.2018. Källa: Finlands officiella statistik (FOS): [För- och grundskoleundervisning](#) [nätpublikation]. ISSN=1799-3709. Helsingfors: Statistikcentralen [läst: 10.9.2019].

<sup>2</sup> Beräkningarna av täckningen grundar sig på antalet nya studerande enligt läroplanen för gymnasieutbildningen 20.9.2018. Källa: [Vipunen - utbildningsstyrelsens statistiktjänst: Nya studerande i gymnasieutbildningen. De ungas läroplan](#). [Hämtad 10.9.2019].