

## KOULUTERVEYSKYSELY 2023/VETELI

Koonti Toni Mikkola ja Päivi Luukkainen, katsauksessa hyödynnetty laajasti Henri Nevalaisen laatimaa raporttia Keski-Pohjanmaan tuloksista

Kouluterveyskysely toteutetaan joka toinen vuosi Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) toimesta. Kysely tuottaa monipuolista kuntakohtaista seurantatietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä ja avun saannista. Tuloksia voidaan hyödyntää osana Keski-Pohjanmaan toiminnan suunnittelua ja päätöksentekoa. Vuoden 2023 kyselyn tulokset julkaistiin 21.9.2023.

Tulokset ovat avoimesti saatavilla tulospalvelussa: [www.thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset](http://www.thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset)

Tässä katsauksessa esitellään veteliläisten lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja terveyden tilaa kouluterveyskyselyn pohjalta. Katsauksessa tarkastellaan keskeisiä lasten ja -nuorten hyvinvoinnin ja terveyden indikaattoreita. Indikaattoreissa on esimerkiksi THL:n alueellisten hyvinvointikertomuksien minimietoisällöksi suositeltavia indikaattoreita sekä Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueen hyvinvointikertomus 2022 ja hyvinvointisuunnitelma 2023–2025 indikaattoreita. Lisäksi katsaukseen on otettu täsmentäviä indikaattoreita. Tämän julkaisun tiedot on poimittu THL:n tulospalvelusta marraskuussa 2023.

Keski-Pohjanmaalla kyselyyn vastasi perusopetuksen 4.- ja 5.-luokan, 8.- ja 9.-luokan oppilaat sekä lukion ja ammatillisen koulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat. Taulukossa 1 on nähtävillä tarkemmat vastausmäärät oppiasteittain. Vastausmäärät vaihtelevat kysymyksittäin. Vetelissä 2.asteen opiskelijoiden vastausmäärät ovat niin pienet, joten niitä ei pystytä tässä raportissa esittämään.

Taulukko 1. Kouluterveyskyselyn vastausmäärät Keski-Pohjanmaalla vuonna 2023 oppiasteittain ja vertailuna vuoden 2021 vastaavat lukemat

Oppiaste	Vastausmäärä 2021	Kattavuus 2021, %	Vastausmäärä 2023	Kattavuus 2023, %
Perusopetuksen 4.- ja 5.- luokka	1546	84 %	1466 (Veteli 45)	79 % (Veteli 67 %)
Perusopetuksen 8.- ja 9.-luokka	1419	80 %	1287 (Veteli 51)	71 % (Veteli 78 %)
Lukion 1. ja 2. vuosi	593	65 %	598 (Veteli 18)	70 % Veteli 100 %)
Ammattioppilaitosten 1. ja 2. vuosi	639	—	447	32 %

## Tyytyväisyys elämään ja harrastukset

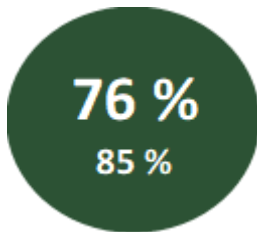
### Tyytyväisyys elämään

Tyytyväisyys elämään on lapsen ja nuoren yksilöllinen kokemus, johon vaikuttavat monet tekijät. Nuorille ja lapsille tyytyväisyyttä elämään voi lisätä esimerkiksi koulunkäynti, harrastukset ja kaverit, turvallinen perheympäristö sekä asuinalue ja mahdollisuus vaikuttaa omaan elämään.

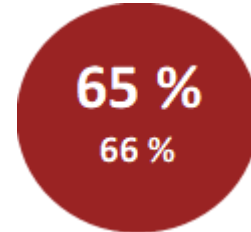
Suurin osa keskipohjanmaalaisista lapsista ja nuorista on tyytyväisiä elämäänsä tällä hetkellä. Alakoululaisista 86 % (koko maa 85 %), yläkoululaisista 68 % (koko maa 66 %), lukiolaisista 68 % (koko maa 67 %) ja ammattikoululaisista 70 % (koko maa 66 %) on erittäin tai melko tyytyväisiä elämäänsä. Ammattioppilaitoksen osuus on suurempi kuin koko maassa keskimäärin ja muilla oppiasteilla osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Pojat ovat selkeästi tyttöjä useammin tyytyväisiä elämäänsä. Yläkoulun ja toisen asteen osalta osuus on pienentynyt viimeisen kuuden vuoden aikana.

Kuvio 1. Tyytyväisyys elämään Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueella

Perusopetuksen 4.- ja 5.-luokka

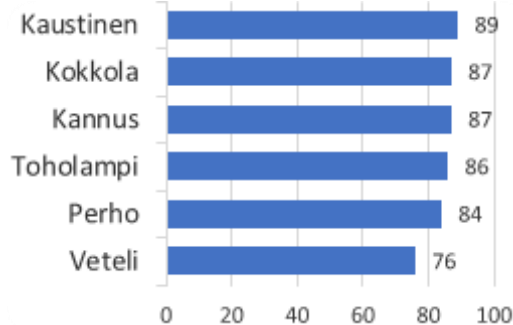


Perusopetuksen 8.- ja 9. luokka



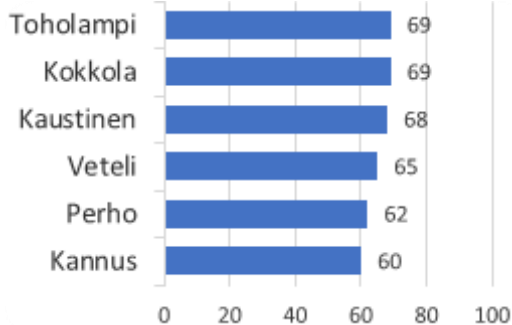
Keski-pohjanmaan  
hyvinvointialue 86 %

Perusopetuksen 4. ja 5. luokka

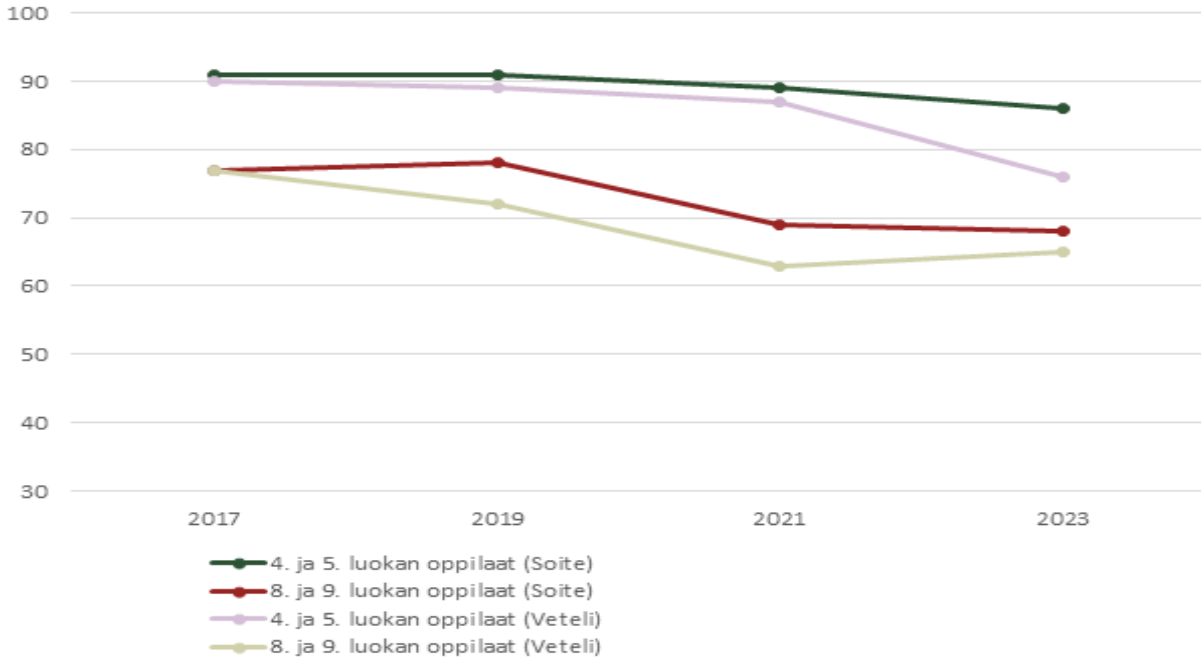


Keski-Pohjanmaan  
hyvinvointialue 68 %

Perusopetuksen 8. ja 9. luokka



Kuvio 2. Tyytyväisyys elämään Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



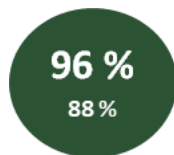
## Harrastukset

Harrastukset ovat keskeinen osa nuorten ja lasten vapaa-aikaa. Harrastuksen merkitys lapselle esimerkiksi mielekkään tekemisen tuoman ilon sekä uusien kavereiden saamisen kautta on merkittävää. Harrastaminen on suuri voimavara jokapäiväisessä arjessa, tuoden sisältöä lapsen elämään.

Suurin osa keskipohjanmaalaisista lapsista ja nuorista harrastaa jotain vähintään yhtenä päivänä viikossa (Kuvio 3). Alakoululaisista viikoittain harrastavia on 89 % (koko maa 89 %), yläkoululaisista 96 % (koko maa 95 %), lukiossa 98 % (koko maa 98 %) ja ammattioppilaitoksissa 92 % (koko maa 92 %). Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Poikien ja tyttöjen harrastamisen määrässä ei ole merkittävää eroavaisuutta yläkoulun ja lukion osalta, alakoulun ja ammattioppilaitoksessa tyttöjen osuus on poikia suurempi. Kaikkien oppiasteiden osuudet ovat pysyneet samana vuodesta 2019.

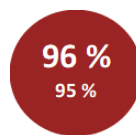
Kuvio 3. Harrastaa jotain vähintään yhtenä päivänä viikossa Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueella

### Perusopetuksen 4.- ja 5.-luokka



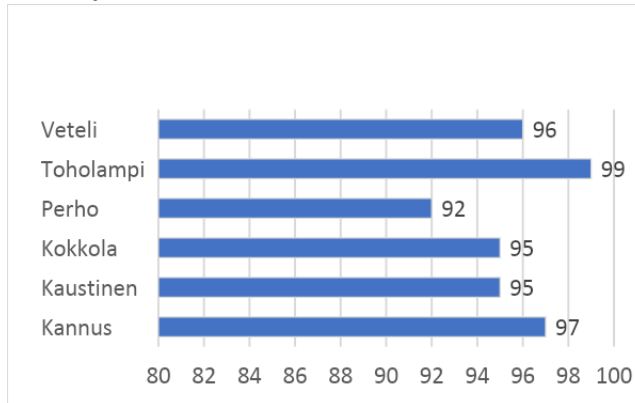
hyvinvointialue 89 %

### Perusopetuksen 8.- ja 9.-luokka

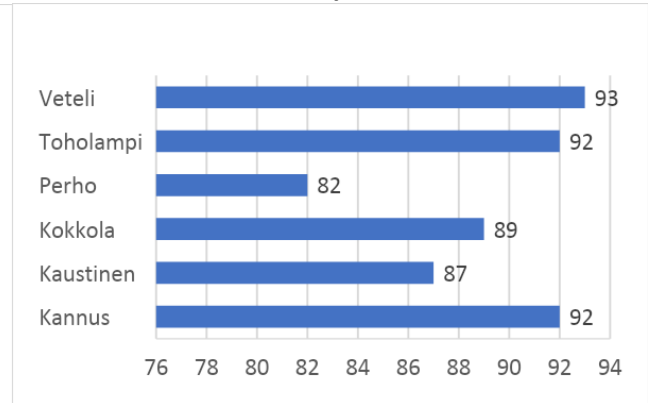


hyvinvointialue 96 %

### Perusopetuksen 4.–5.luokka

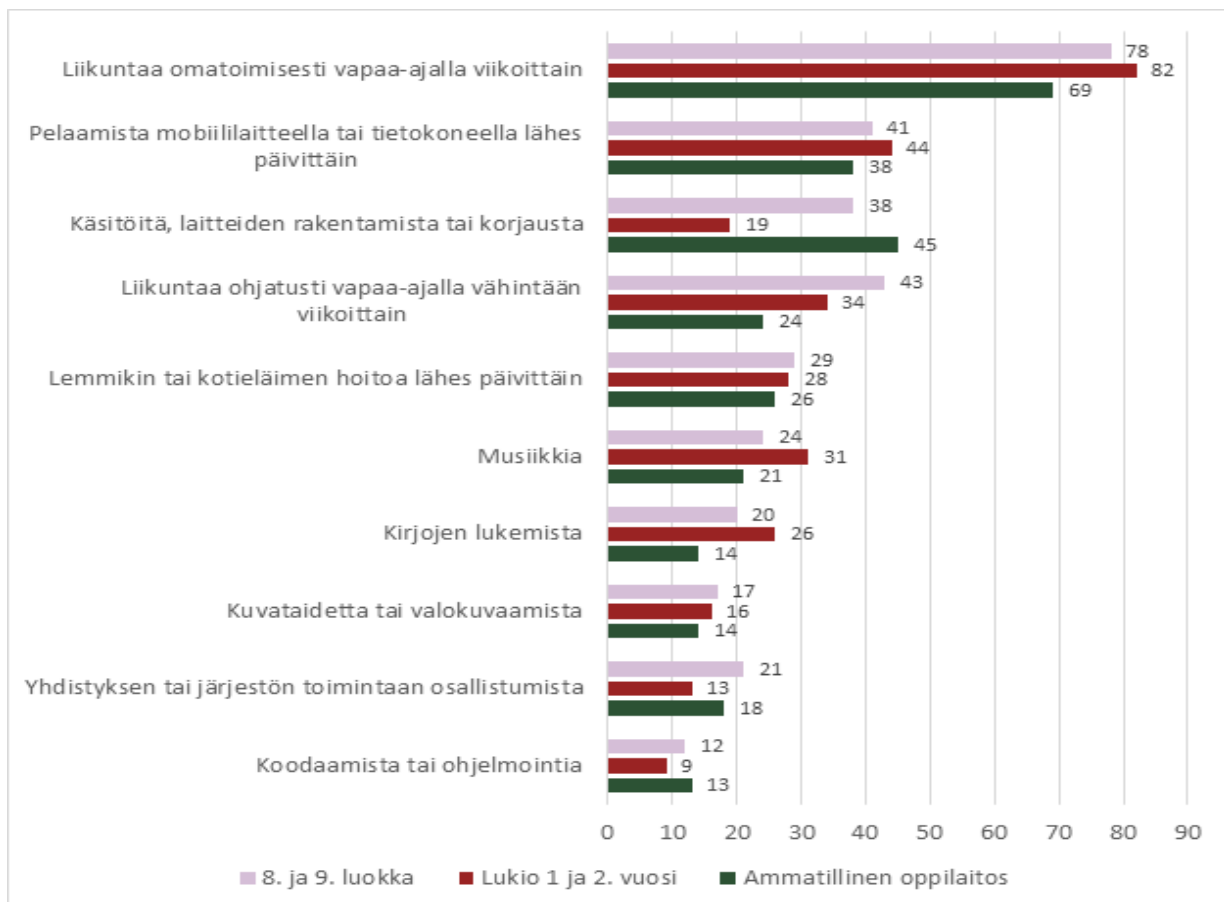


### Perusopetuksen 8.–9.luokka

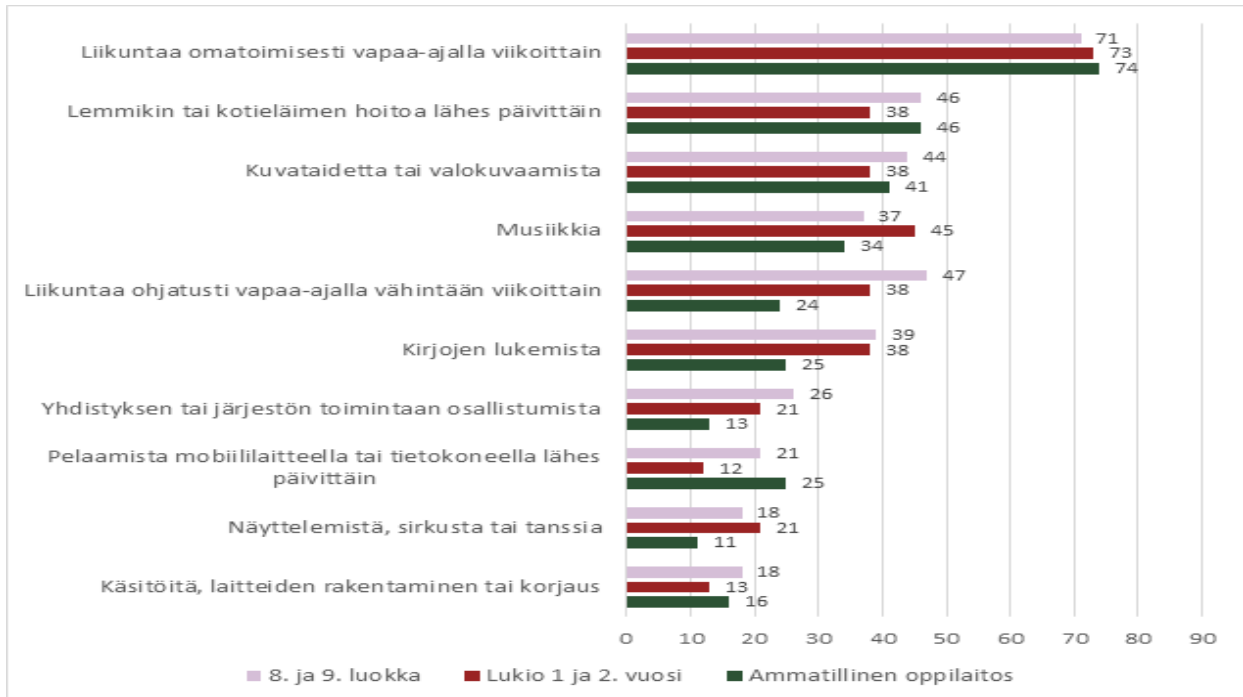


Pojilla yleisimmät harrastukset ovat liikunta omatoimisesti tai ohjatusti, pelaaminen mobiililaitteilla tai tietokoneella ja käsityöt, laitteiden rakentaminen tai korjaus. Tytöillä yleisimmät ovat liikunta omatoimisesti, kuvataide tai valokuvaaminen, lemmikin tai kotieläimen hoito sekä musiikki (Kuvio 4 ja 5).

Kuvio 4. Harrastaminen pojilla Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)



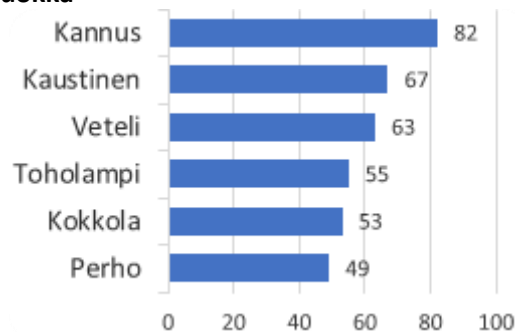
Kuvio 5. Harrastaminen tytöillä Keski-Pohjanmaalla (2023)



Yläkoululaisista 56 % (koko maa 54 %) tietää asuinalueensa harrastusmahdollisuuksista. Lukiossa osuus on 57 % (koko maa 56 %) ja ammattioppilaitoksessa 53 % (koko maa 49 %). Yläkoulun ja lukion osuus on pysynyt lähes samana kuin vuonna 2017, jolloin yläkoulun osuus oli 58 % ja lukion 59 %. Ammattioppilaitoksen osuus on suurempi kuin vuonna 2017, jolloin osuus oli 48 %.

Kuvio 6. Tietää asuinalueen harrastusmahdollisuuksista Vetelissä koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

**Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka**



## Koettu terveys, elintavat ja riippuvuudet

### Koettu terveys

Itse ilmaistu yleinen terveydentila eli koettu terveys on lukuisissa tutkimuksissa käytetty terveyden mittari. Koetulla terveydellä tarkoitetaan henkilön ilmaisemaa kokemusta omasta yleisestä terveydentilastaan.

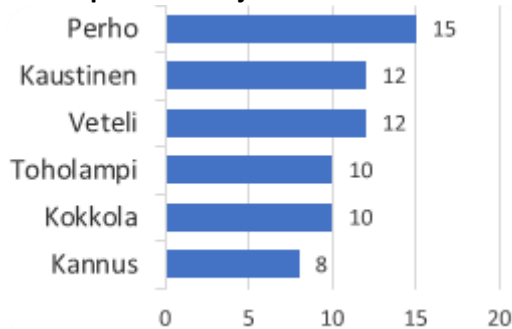
Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 10 % (koko maa 11 %), yläkoululaisista 27 % (koko maa 27 %), lukiolaisista 25 % (koko maa 25 %) ja ammattioppilaitosten opiskelijoista 25 % (koko maa 29 %) ei koe terveydentilaansa hyväksi (Kuvio 7). Osuudet ovat kaikissa oppiasteissa samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tytöt kokevat poikia useammin terveydentilansa huonoksi kaikissa oppiasteissa (Kuvio 7). Kaikkien oppiasteiden osuudet ovat suuremmat kuin vuonna 2017, mutta alakoulun ja lukion sekä ammattioppilaitoksen osuudet ovat lähes samat kuin vuoden 2019 ja 2021 kyselykerroilla (Kuvio 8).

Kuvio 7. Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueella (Kouluterveyskysely 2023)

#### Perusopetuksen 4.- ja 5.-luokka

Keski-Pohjanmaa 10 %

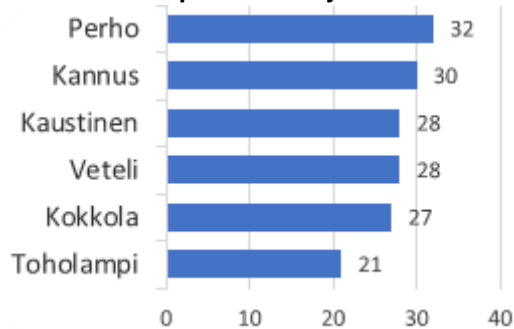
#### Perusopetuksen 4. ja 5. – luokka



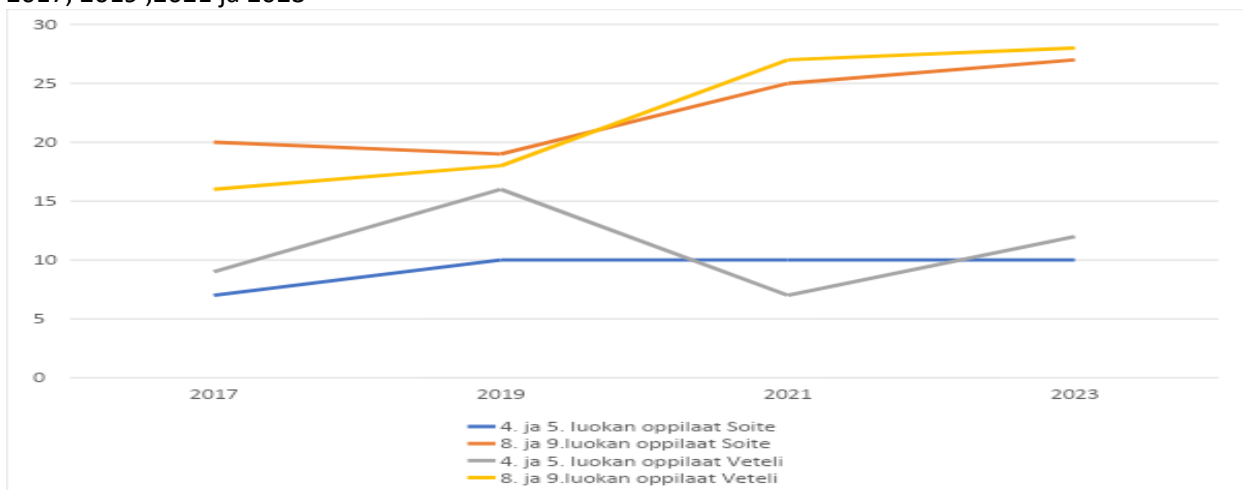
#### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka

Keski-Pohjanmaa 27 %

#### Perusopetuksen 8. ja 9. luokka



Kuvio 8. Terveydentilansa keskitasoisiksi tai huonoksi kokevat Keski-Pohjanmaalla ja Vetelissä vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



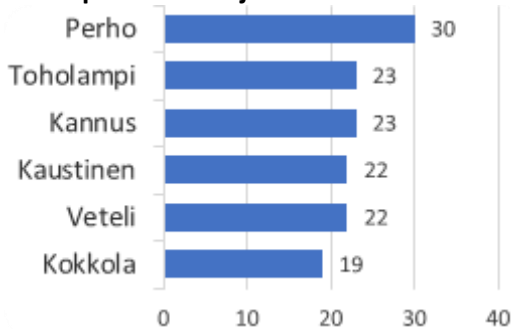
## Ylipaino

2–18-vuotiaiden lasten ja nuorten pituuden ja painon avulla voidaan määrittää ISO-BMI, joka kuvaa painoindeksiä, joka lapsella tai nuorella olisi aikuisena, jos painon kehitys jatkuisi kasvun myötä samalla tavalla. Lukeman avulla voidaan määrittää lapsen ja nuorten ylipaino (ISO-BMI yli 25), lihavuus (ISO-BMI yli 30) ja vaikea lihavuus (ISO-BMI yli 35).<sup>1</sup>

Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 21 % (koko maa 17 %) on ylipainoisia, lukiolaisista 20 % (koko maa 17 %) ja ammattioppilaitosten opiskelijoista 30 % (koko maa 27 %) (Kuvio 9). Kaikkien oppiasteiden osuudet ovat suuremmat kuin koko maassa keskimäärin. Poikien osuudet ovat suurempia kuin tyttöjen osuudet (Kuvio 9). Kaikissa oppiasteissa on nähtävissä osuuden suurentumista viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 10).

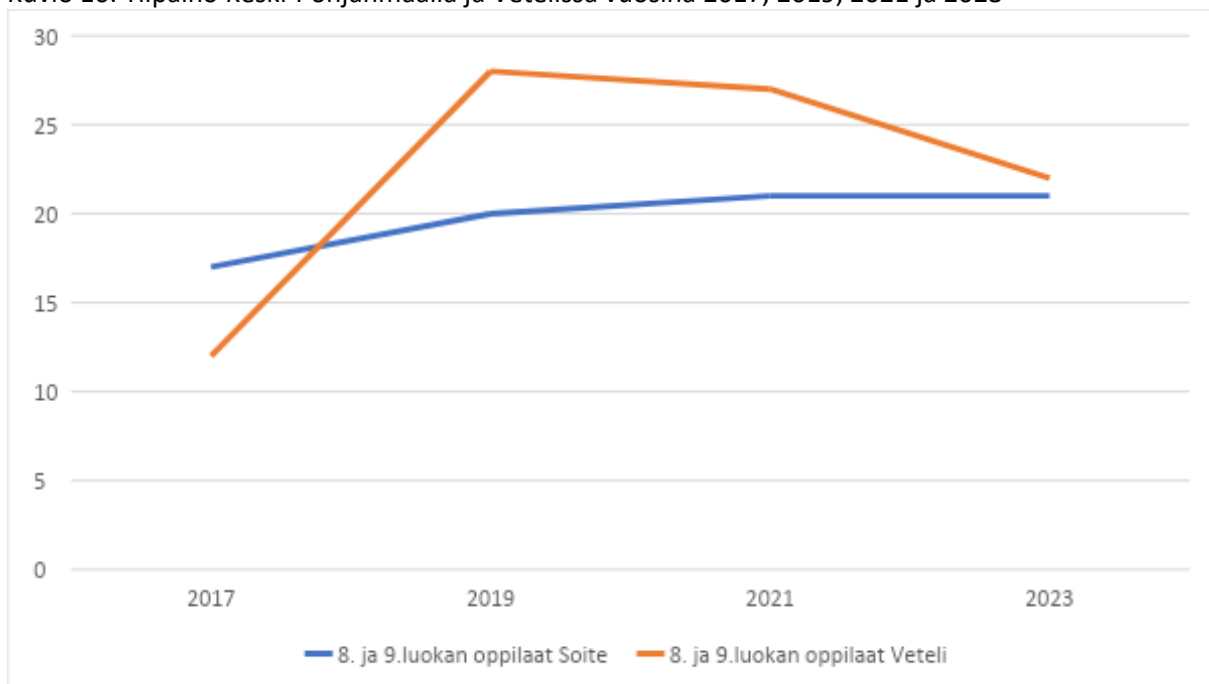
Kuvio 9. Ylipaino Vetelissä, Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)

### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue 21 %

Kuvio 10. Ylipaino Keski-Pohjanmaalla ja Vetelissä vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



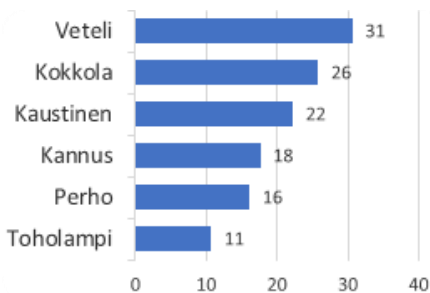
## Liikkuminen

Liikunta on tärkeää pienestä pitäen esimerkiksi lapsen luuston ja motoristen taitojen kehittymiselle. Liikuminen auttaa lasta kehittymään kestävämmäksi ja taitavammaksi. Nuorilla liikunta on tärkeää myös sosiaalisen vuorovaikutuksen vuoksi. Kaikille 7–17-vuotiaille suositellaan monipuolista, reipasta ja rasittavaa liikuntaa vähintään 60 minuuttia päivässä yksilölle sopivalla tavalla, ikä huomioiden. Runsasta ja pitkäkestoisista paikallaanoloa tulisi välttää.

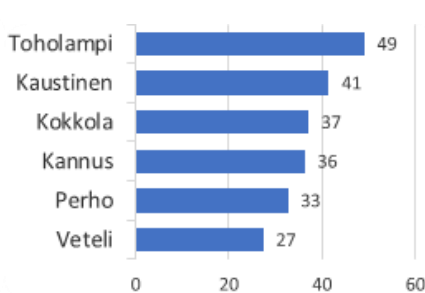
Keski-Pohjanmaalaisista alakoululaisista 37 % (koko maa 43 %), yläkoululaisista 24 % (koko maa 25 %), lukiolaisista 16 % (koko maa 20 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 19 % (koko maa 17 %) liikkuu vähintään tunnin päivässä. Alakoulun ja lukion osuudet ovat pienempiä kuin koko maassa keskimäärin, kun taas yläkoulun ja ammattioppilaitoksen osuudet ovat lähes samaa tasoa kuin koko maassa keskimäärin (Kuvio 3). Alakoulun, yläkoulun ja lukion osalta pojat liikkuvat useammin tunnin päivässä kuin tytöt, kun taas ammattioppilaitoksessa poikien ja tyttöjen osuudet ovat lähes samat (Kuvio 3). Alakoulun osalta osuudet ovat vaihdelleet viimeisen kuuden vuoden aikana, yläkoulun ja ammattioppilaitoksen osuudet ovat hieman nousseet ja lukion osuus on pysynyt lähes samana (Kuvio 12).

Kuvio 11. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

### Perusopetuksen 4.- ja 5.-luokka



### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka

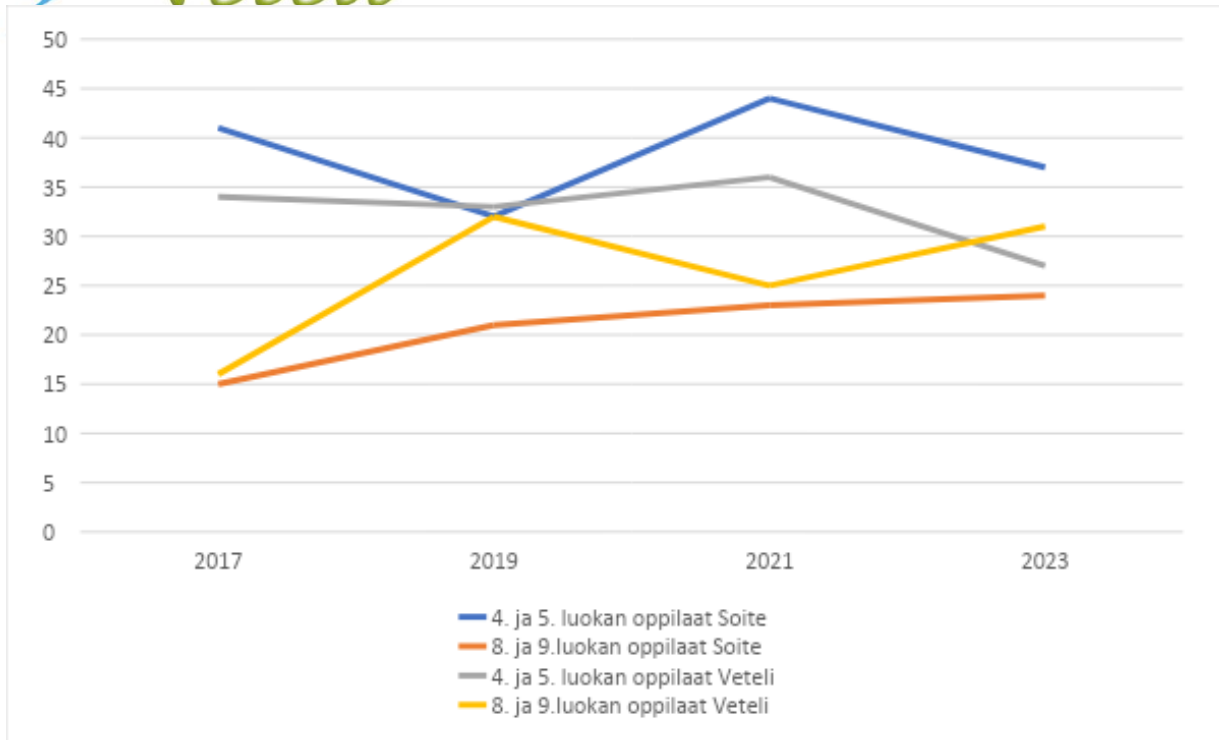


Keski-pohjanmaa 37 %

Keski-Pohjanmaa 24 %

Kuvio 12. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023

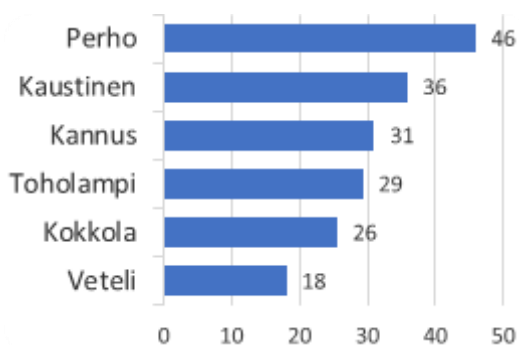




Keski-Pohjanmaalaisista yläkoululaisista 27 % (koko maa 27 %), lukiolaisista 30 % (koko maa 26 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 38 % (koko maa 40 %) harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa. Lukiolaisten osuus on suurempi ja muilla oppiasteilla samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin (Kuvio 13). Tyttöjen osuudet ovat pääsääntöisesti suuremmat kuin poikien (Kuvio 13). Kaikkien oppiasteiden osuudet ovat samaa luokkaa kuin vuonna 2017 (Kuvio 14).

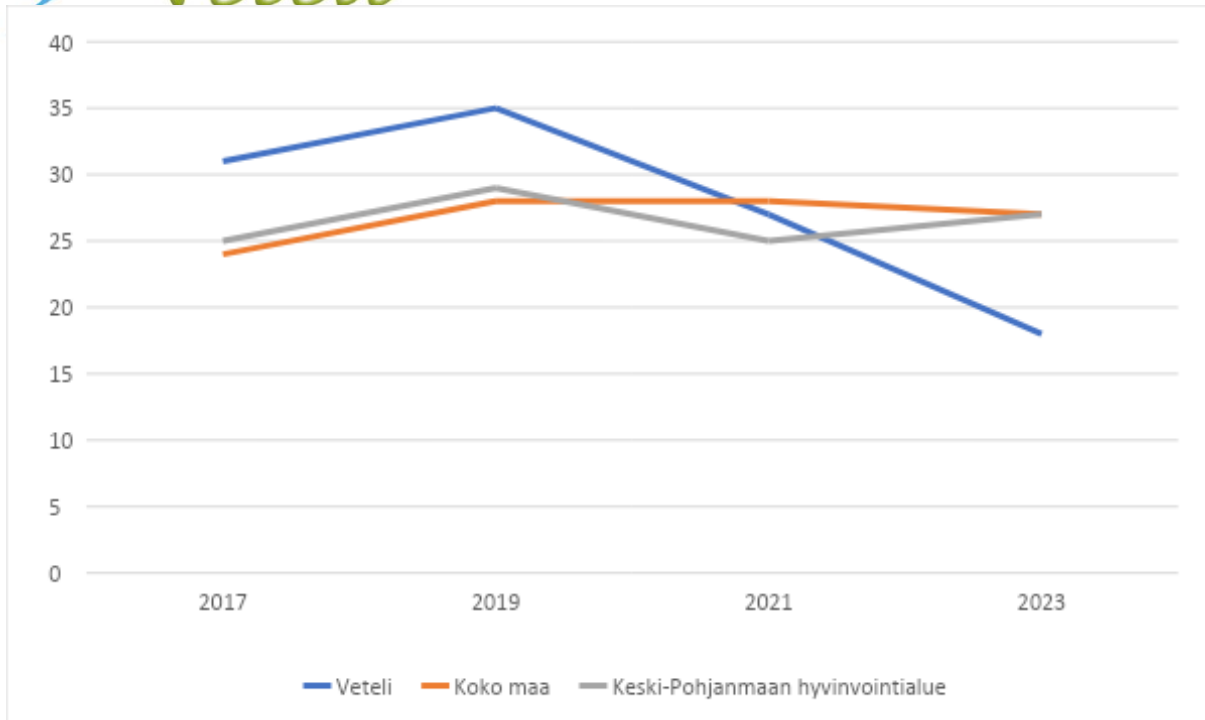
Kuvio 13. Hengästyttävää liikuntaa korkeintaan tunnin viikossa liikkuvat Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)

#### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaa 27 %

Kuvio 14. Peruskoulun 8.–9.luokkalaiset, jotka harrastavat hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 tunnin viikossa Keski-Pohjanmaalla, Vetelissä ja koko maassa vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



## Ruokatottumukset

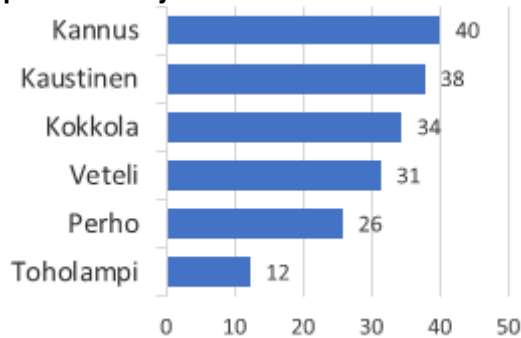
Säännöllinen ateriaritmi, monipuoliset ruokavalinnat ja kasvikset, hedelmät ja marjat ovat terveellisen syömisen perusta niin lapsilla kuin aikuisilla. Kasvisten ohella ravitsemuksessa on hyvä kiinnittää huomiota pehmeän rasvan saantiin, hyviin proteiinin lähteisiin, maitotuotteisiin tai maidonkaltaisiin kasvipohjaisiin tuotteisiin ja täysviljaan. Lisäksi on hyvä huomioida, että sokeria, suolaa ja kovaa rasvaa tulee rajoitetusti ja riittävä d-vitamiinin saanti turvataan.

Kouluruokailu edistää oppilaiden fyysistä hyvinvointia ja opiskelukykyä, mutta sillä on myös opetuksellinen ja kasvatuksellinen tehtävä. Koululaiselle ja nuorelle muodostuva ruokataju on ajattelun taitoa, ruokaan liittyvää monipuolista tiedostamista ja osaamista. Itsenäistynyt nuori etsii omaa identiteettiään ruoka- ja juomakulttuurin avulla. Koululounas on myös yhteydessä muihin elintapoihin. Tupakointi, alkoholin käyttö ja epäterveellisten välipalojen syöminen ovat yhteydessä epäsäännölliseen koululounaan syömiseen.

Keski-Pohjanmaalaisista yläkoululaisista 33 % (koko maa 38 %), lukiolaisista 32 % (koko maa 31 %) ja ammattioppilaitosten opiskelijoista 33 % (koko maa 39 %) ei syö koululounasta päivittäin. Yläkoulun ja ammattioppilaitoksen osuudet ovat pienempiä ja lukion osuus samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin (Kuvio 15). Tyttöjen osuudet ovat poikia suuremmat kaikissa oppiasteissa (Kuvio 15). Kaikkien oppiasteiden osuudet ovat suurentuneet viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 16).

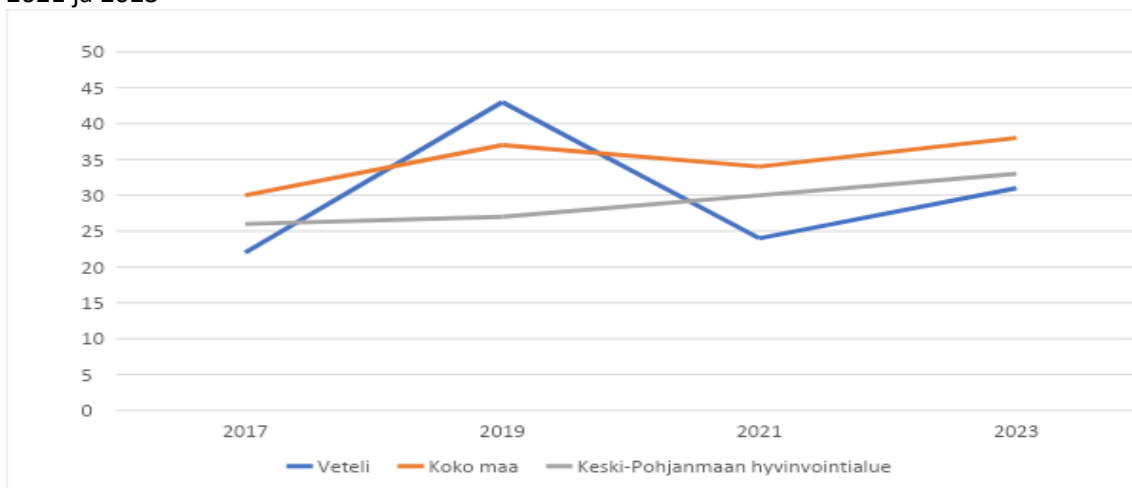
Kuvio 15. Ei syö koululounasta päivittäin Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaa 33 %

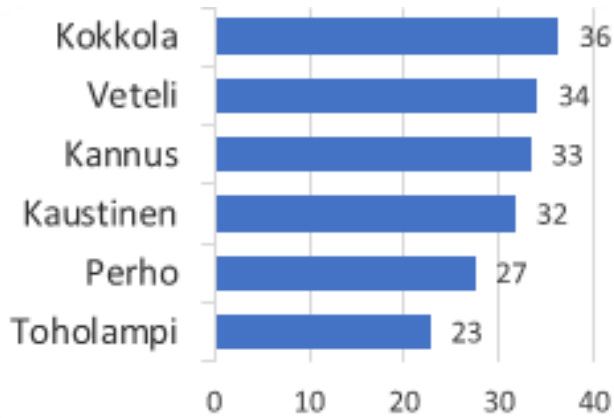
Kuvio 16. Ei syö koululounasta päivittäin Vetelissä, Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



## Nukkuminen

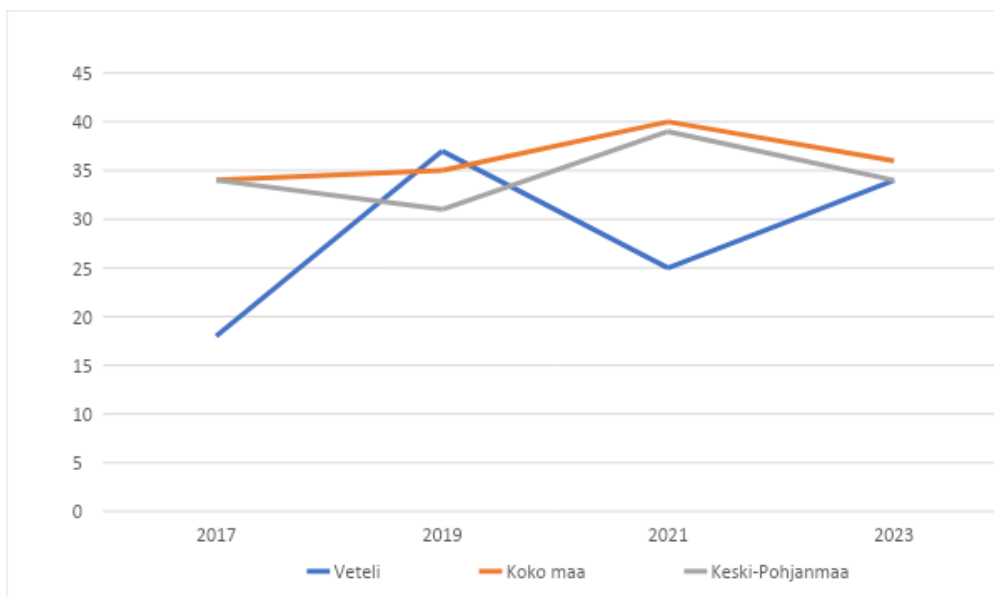
Ihmisen aivot tarvitsevat unta, ja monet koulussa tärkeät toiminnot kuten keskittyminen, uuden oppiminen ja muistaminen onnistuvat parhaiten, jos lapsi tai nuori on nukkunut riittävästi. Uni on myös tasapainoisen tunne-elämän perusta, ja unenpuute voi näkyä erilaisina käytöshäiriöinä kuten levottomuutena tai aggressiivisuutena. Kasvuhormonia erittyy nukkuessa, joten unta tarvitaan myös kasvamiseen. Keski-Pohjanmaalaisista yläkoululaisista 34 % (koko maa 36 %), lukiolaisista 36 % (koko maa 43 %) ja ammattioppilaitosten opiskelijoista 51 % (koko maa 51 %) nukkuu arkisin alle 8 tuntia. Lukion osuus on pienempi kuin koko maassa keskimäärin ja muiden oppiasteiden osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin (Kuvio 17). Tyttöjen osuudet ovat poikia suuremmat yläkoulun ja lukion osalta, mutta ammattioppilaitoksen osalta poikien osuus on tyttöjä suurempi (Kuvio 17). Kaikkien oppiasteiden osuudet ovat suurentuneet viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 16). Osuudet ovat vaihdelleet viimeisen 6 vuoden aikana, mutta ovat tällä hetkellä samaa luokkaa kuin vuonna 2017 (Kuvio 18).

Kuvio 17. Nukkuu arkisin alle 8 tuntia Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)  
**Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka**



Keski-Pohjanmaa 34 %

Kuvio 18. Alle 8 tuntia arkisin nukkuvien osuudet Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



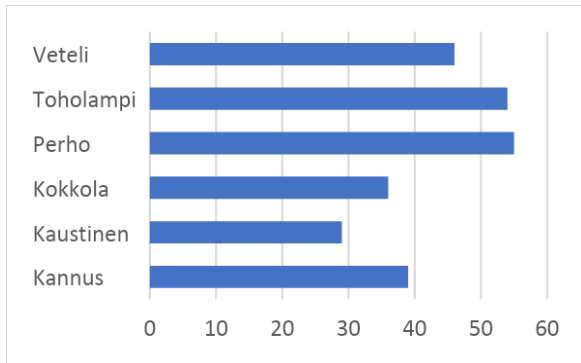
## Päihteet

Päihteitä ovat ilman hoidollista tavoitetta käytetyt, psyykkisiin toimintoihin vaikuttavat aineet. Yleisiä päihteitä ovat alkoholi, impattavat aineet ja huumeet, sekä päihtymys tarkoitukseen käytetyt lääkkeet. Rungas päihteiden käyttö vaikeuttaa nuoren kognitiivista, emotionaalista ja sosiaalista kehitystä sekä altistaa vakavalle riskikäyttäytymiselle ja myöhemmille mielenterveyshäiriöille.

Keski-Pohjanmaalaisista yläkoululaisista 9 % (koko maa 11 %), lukiolaisista 5 % (koko maa 7 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 27 % (koko maa 26 %) käyttää päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta.

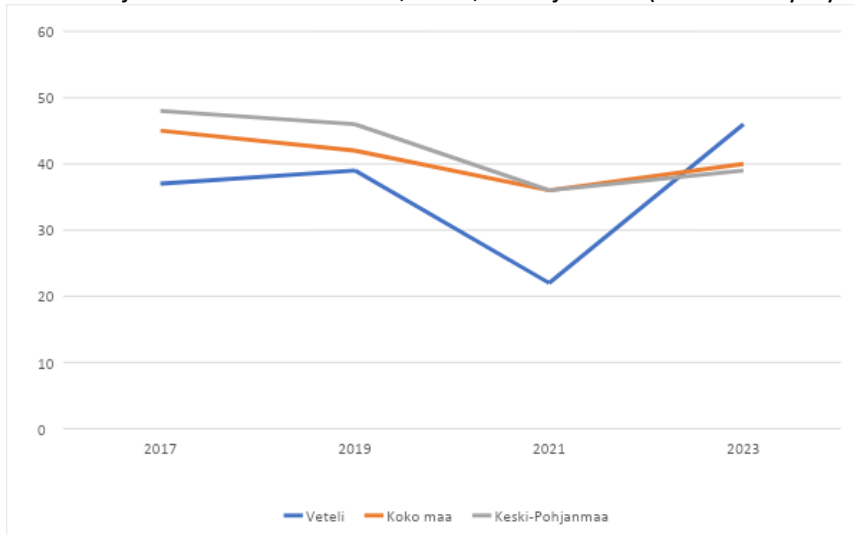
Kuvio 19. Käyttänyt jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

#### Perusopetuksen 8. ja 9.luoka



Keski-Pohjanmaalla 39 %

Kuvio 20. Käyttänyt jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuonna 2017, 2019, 2021 ja 2023 (Kouluterveyskysely 2023)

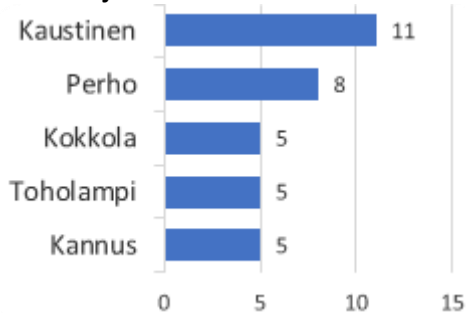


Keski-Pohjanmaalaisista yläkoululaisista 4 % (koko maa 4 %), lukiolaisista 2 % (koko maa 2 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 17 % (koko maa 13 %) käyttää nuuskaa päivittäin. Ammattioppilaitoksen osuus on hieman isompi kuin koko maassa keskimäärin ja muiden oppiasteiden osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Poikien osuus on kaikilla oppiasteilla suurempi kuin tyttöjen osuus. Yläkoulussa poikien osuus on 6 % kun tyttöjen osuus on 1 %, lukiossa poikien osuus on 5 % kun tyttöjen osuus on 1 % ja ammattioppilaitoksessa poikien osuus on 22 % kun tyttöjen osuus on 8 %. Ammattioppilaitoksen osuus on kasvanut vuodesta 2017, jolloin osuus oli 7 %.

Keski-Pohjanmaalaisista yläkoululaisista 6 % (koko maa 7 %), lukiolaisista 3 % (koko maa 4 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 13 % (koko maa 15 %) käyttää silloin tällöin tai päivittäin nikotiinipusseja. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin ja poikien osuudet ovat selkeästi isompia kuin tyttöjen osuudet eri oppiasteilla (Kuvio 21).

Kuvio 21. Käyttää nikotiinipusseja silloin tällöin tai päivittäin Vetelissä, Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)

#### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



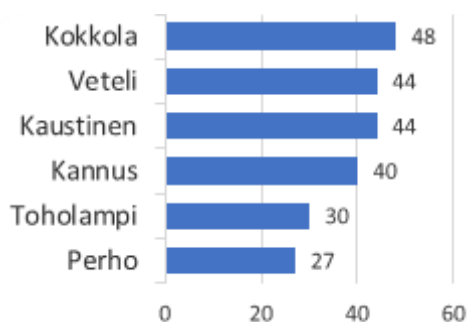
Keski-Pohjanmaa 6 %

Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 3 % (koko maa 8 %), lukiolaisista 5 % (koko maa 12 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 11 % (koko maa 17 %) on kokeillut laittomia huumeita (marihuana, hasis, ekstaasi, subutex, heroini, kokaiini, amfetamiini, LSD, gamma tai muu vastaava huume) ainakin kerran. Osuudet ovat pienempiä kuin koko maassa keskimäärin. Ammattioppilaitoksen osalta tyttöjen osuus (14 %) on poikia (9 %) suurempi ja muissa oppiasteissa poikien ja tyttöjen osuuksissa ei ole merkittävää eroa. Yläkoulun osuus on laskenut vuodesta 2017, jolloin osuus oli 6 % ja lukion osuus on myös laskenut vuodesta 2017 jolloin osuus oli 9 %.

Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 53 % (koko maa 63 %), lukiolaisista 46 % (koko maa 60 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 53 % (koko maa 63 %) arvioi että omalta paikkakunnalta omanikäisen on melko tai erittäin helppoa hankkia huumeita. Osuudet ovat kaikissa oppiasteissa pienempiä kuin koko maassa keskimäärin. Lukion ja ammattioppilaitoksen osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 22). Osuudet ovat nousseet vuodesta 2017, mutta pysyneet viimevuosina lähes samassa.

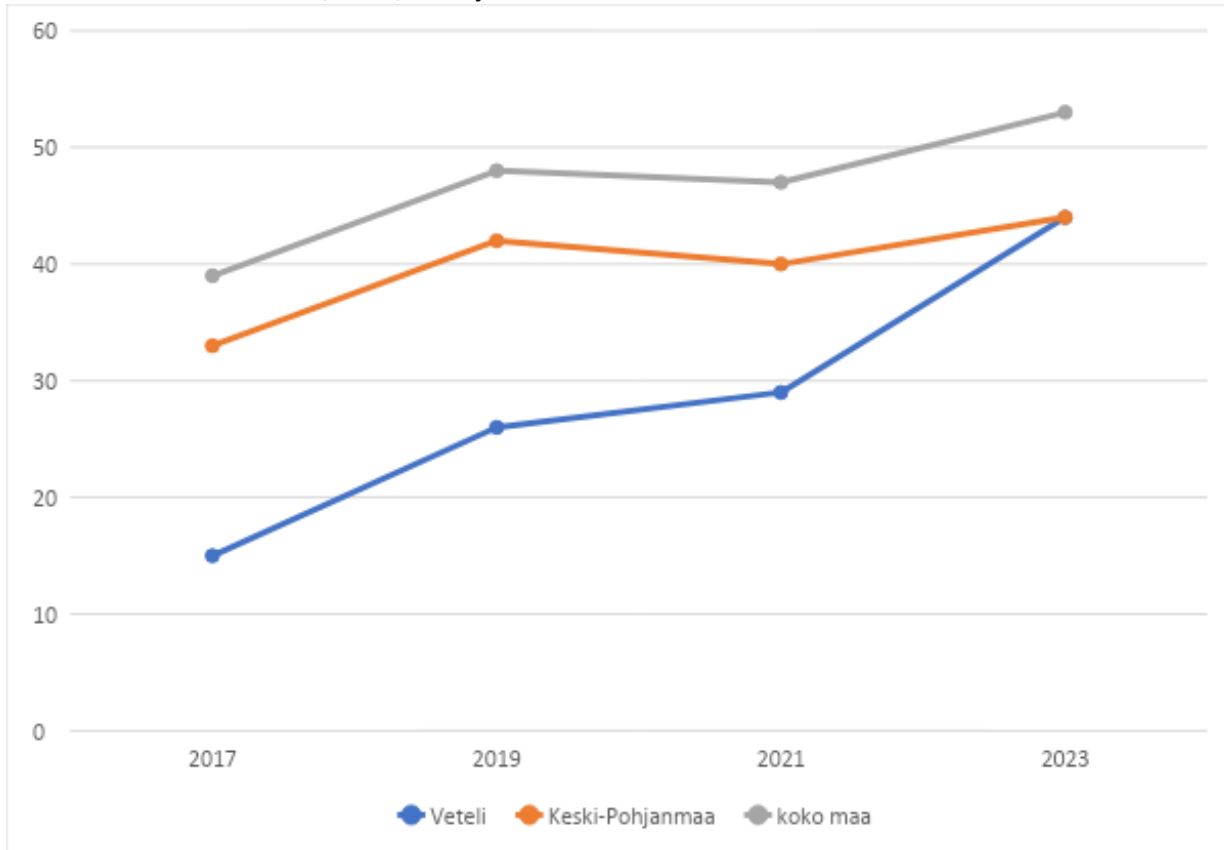
Kuvio 22. Arvioi että omalta paikkakunnalta on helppo hankkia huumeita Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

#### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaa 44 %

Kuvio 23. Arvioi että omalta paikkakunnalta on helppo hankkia huumeita Vetelissä, Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



## Netin käyttö

Netissä on mahdollista esimerkiksi tutustua uusiin ihmisiin, hoitaa päivittäisiä asioita sekä etsiä tietoa vai-vattomasti. Netinkäyttö ei kuitenkaan ole ongelmantona, sillä ihmiset saattavat viettää tarpeettoman paljon aikaa verkossa. Haitallinen netin käyttö nähdään liiallisena tai pakonomaisena netin käyttönä, joka intensii-visyytensä vuoksi aiheuttaa ongelmia muilla elämänaalueilla. <sup>10</sup>

Keski-Pohjanmaalaisista alakoululaisista 40 % (koko maa 39 %), yläkoululaisista 31 % (koko maa 32 %), lu-kiolaisista 32 % (koko maa 23 %) ja ammattioppilaitosten opiskelijoista 24 % (koko maa 27 %) on yrittänyt usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole siinä onnistunut.

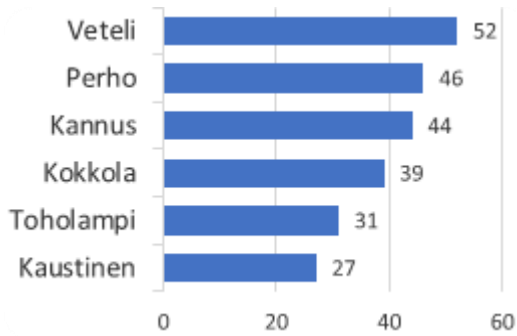
Lukion osuus on pienempi kuin koko maassa keskimäärin ja muiden oppiasteiden osuudet ovat samaa luok-kaa kuin koko maassa keskimäärin (Kuvio 17). Tyttöjen osuudet ovat poikia suuremmat yläkoulun ja lukion osalta, mutta ammattioppilaitoksen osalta poikien osuus on tyttöjä suurempi (Kuvio 17). Kaikkien oppias-teiden osuudet ovat suurentuneet viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 16). Osuudet ovat vaihdelleet viimeisen 6 vuoden aikana, mutta ovat tällä hetkellä samaa luokkaa kuin vuonna 2017 (Kuvio 18).

Kuvio 24. Yrittänyt usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole onnistunut, Veteli, Koko maa ja Kes-ki-Pohjanmaa (Kouluterveyskysely 2023)

### Perusopetuksen 4.- ja 5.-luokka

Keski-Pohjanmaa 40 %

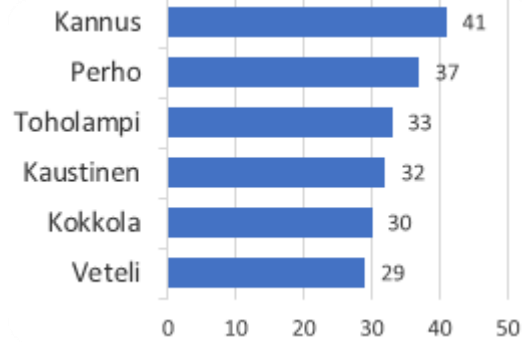
#### Perusopetuksen 4. ja 5. – luokka



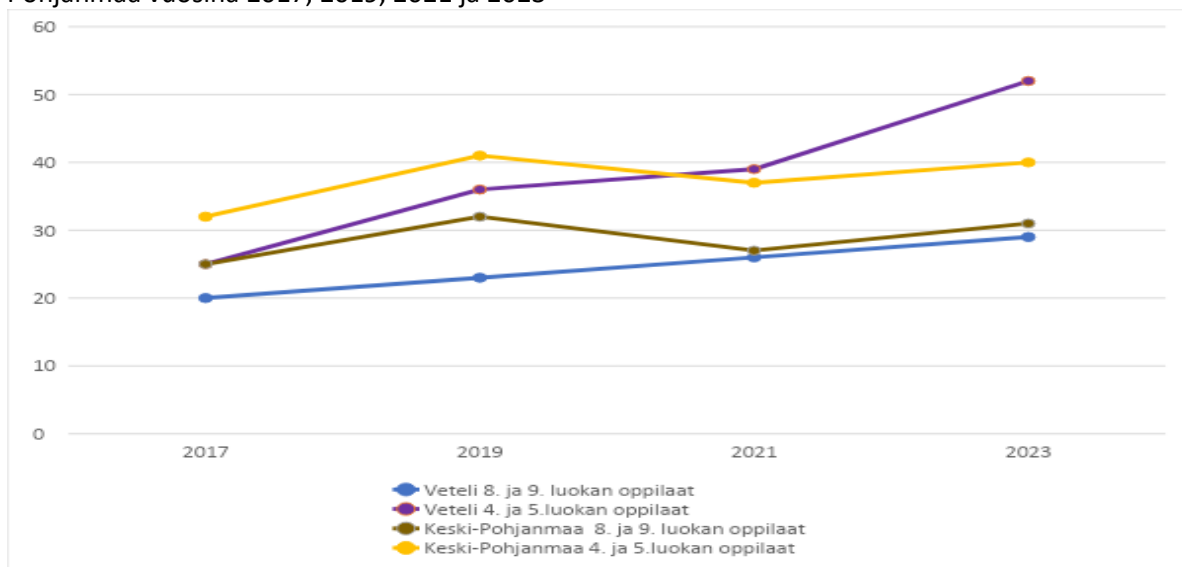
### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka

Keski-Pohjanmaa 31 %

#### Perusopetuksen 8. ja 9. luokka



Kuvio 25. Yrittänyt usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole onnistunut, Veteli ja Keski-Pohjanmaa vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



## Mielen hyvinvointi, sosiaaliset suhteet ja osallisuus

### Koulu-uupumus

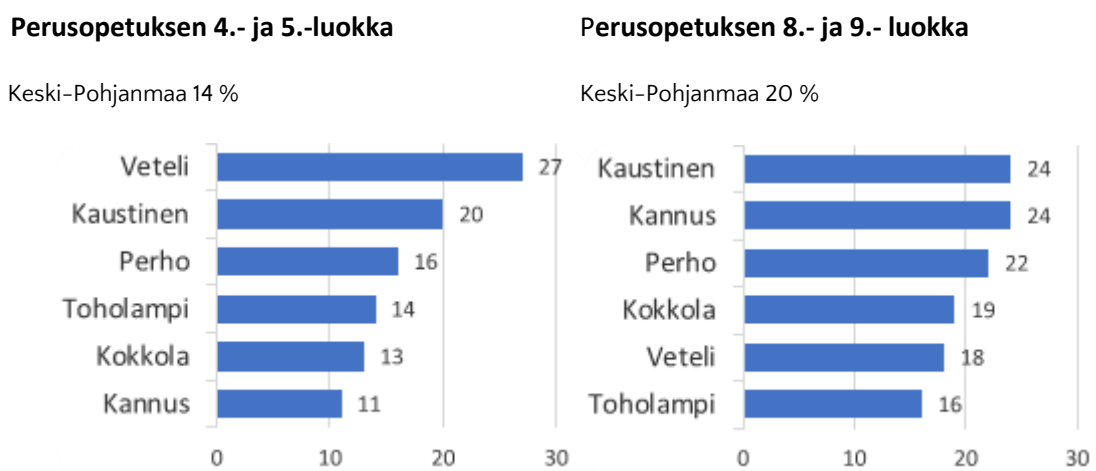
Koulu-uupumus (opiskelu-uupumus) kehittyy jatkuvan koulutyöhön tai opiskeluun liittyvän stressin seurauksena. Sitä kuvaavat kolme tekijää: 1) koulutyöhön tai opiskeluun liittyvä emotionaalinen, uupumusta aiheuttava väsymys, 2) opintojen merkityksen vähentyminen, kyynisyys tai välinpitämätön suhtautuminen



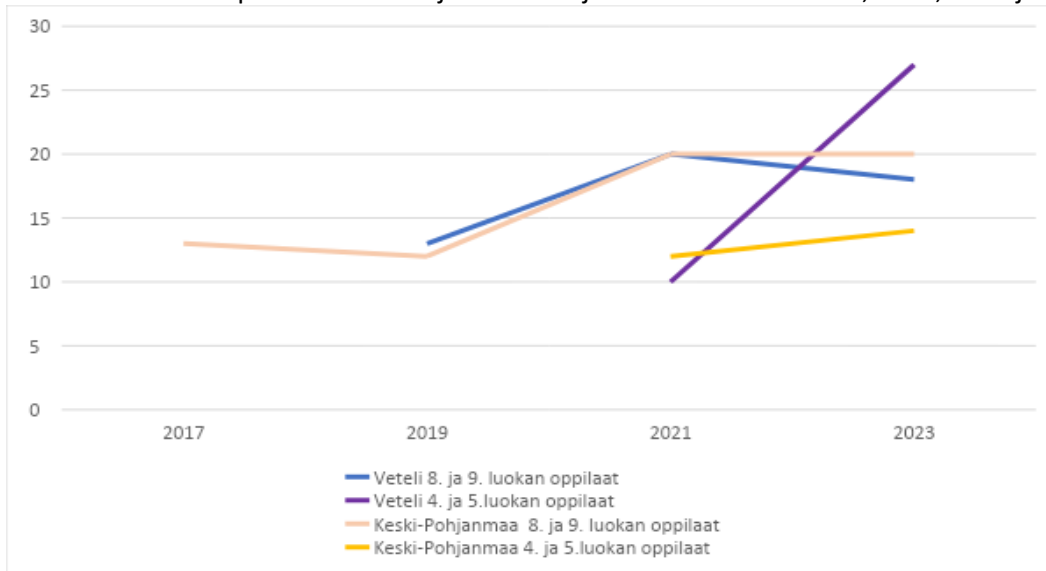
koulutyöhön tai opiskeluun sekä 3) riittämättömyyden tunne opiskelijana. Nämä tekijät ovat jossain määrin pysyviä, mutta sekä väsymys että kynnisyys ennustavat myöhempää riittämättömyyden tunnetta..»

Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 14 % (koko maa 16 %, yläkoululaisista 20 % (koko maa 21 %), lukiolaisista 19 % (koko maa 18 %) ja ammattioppilaitoksen opiskelijoista 8 % (koko maa 9 %) kokee koulu-uupumusta. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tyttöjen osuus on lähes kaikissa oppiasteilla poikia suurempi (Kuvio 26). Yläkoulun ja lukion osuus on noussut viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 27).

Kuvio 26. Koulu- uupumusta Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)



Kuvio 27. Koulu-uupumus Vetelissä ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



## Ahdistuneisuus ja mielialan ailahtelut

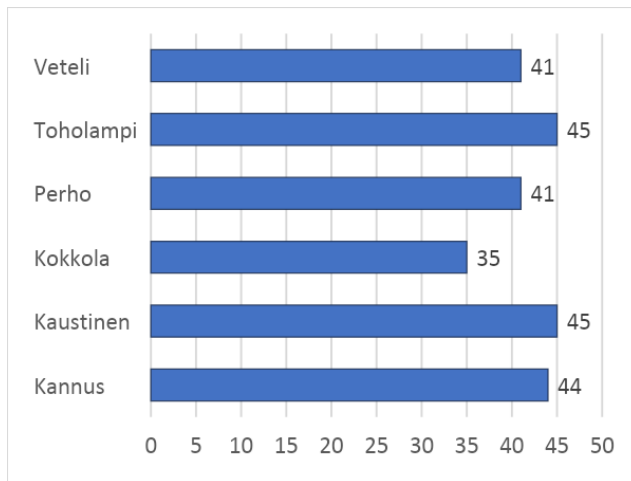
Ahdistus on tunnetila, joka muistuttaa pelkoa ja jonka kohdetta on monesti hankala yksilöidä. Ohimenevä ahdistus on tavallista. Häiriöstä on kyse silloin, kun ahdistuneisuudesta aiheutuu selvää toiminnallista haittaa tai kärsimystä.<sup>22</sup>

Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 26 % (koko maa 27 %) kokee vähintään lievää ahdistusoireilua. Osuus on samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tytöt kokevat selkeästi poikia useammin ahdistuneisuusoireilua (Kuvio 28). Osuus on noussut vuodesta 2021 (Kuvio 29).

Kuvio 28. Kokee vähintään lievää ahdistusoireilua (4.–5.lk) tai sosiaalista ahdistusta (8.–9lk)

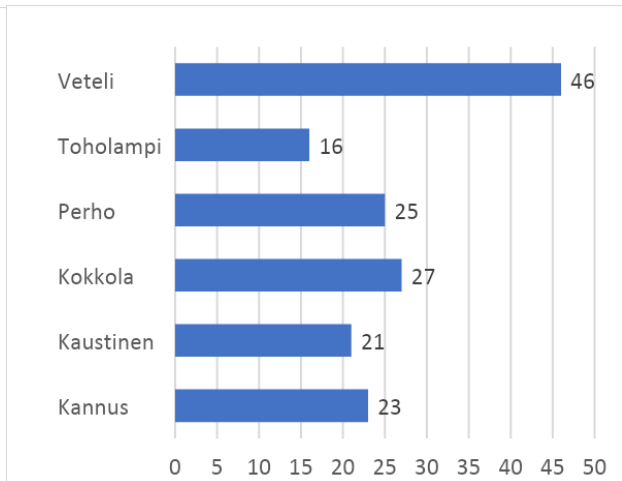
### Perusopetuksen 4.- ja 5.-luokka

Keski-Pohjanmaa 26 %

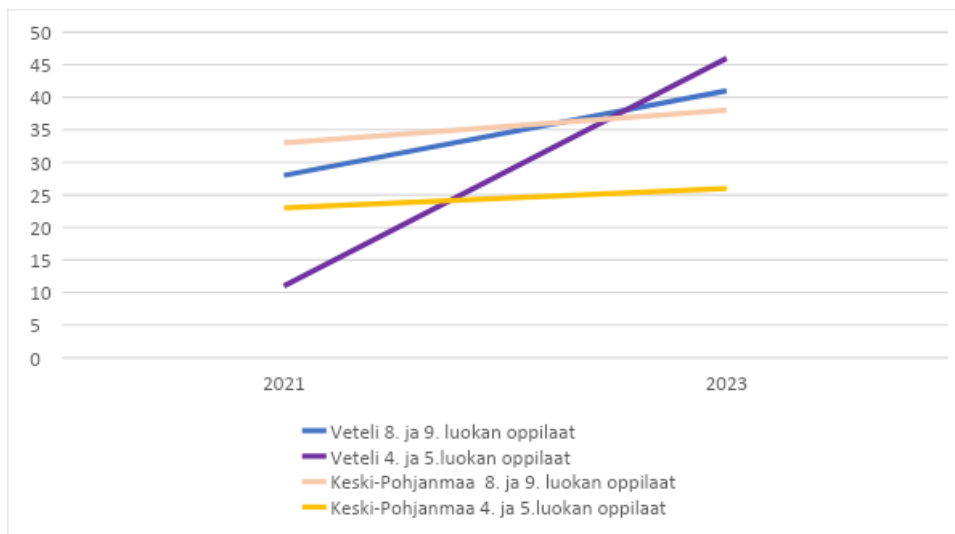


### Perusopetuksen 8.- ja 9.-luokka

Keski-Pohjanmaa 38 %



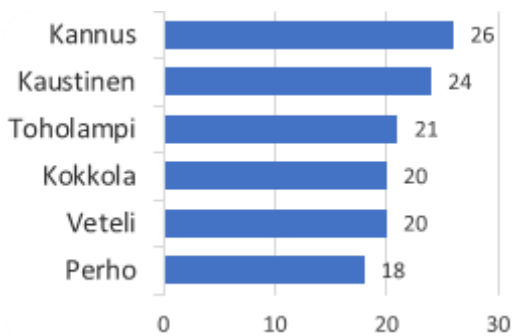
Kuvio 29. Kokee vähintään lievää ahdistusoireilua (4.–5.lk) tai sosiaalista ahdistusta (8.-9.lk) Vetelissä ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2021 ja 2023



Yläkoululaisista 20 % (koko maa 21 %), lukiolaisista 22 % (koko maa 21 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 16 % (koko maa 18 %) kokee kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tyttöjen osuudet ovat kaikilla oppiasteilla suuremmat kuin poikien (Kuvio 30). Osuudet ovat nousseet viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 31).

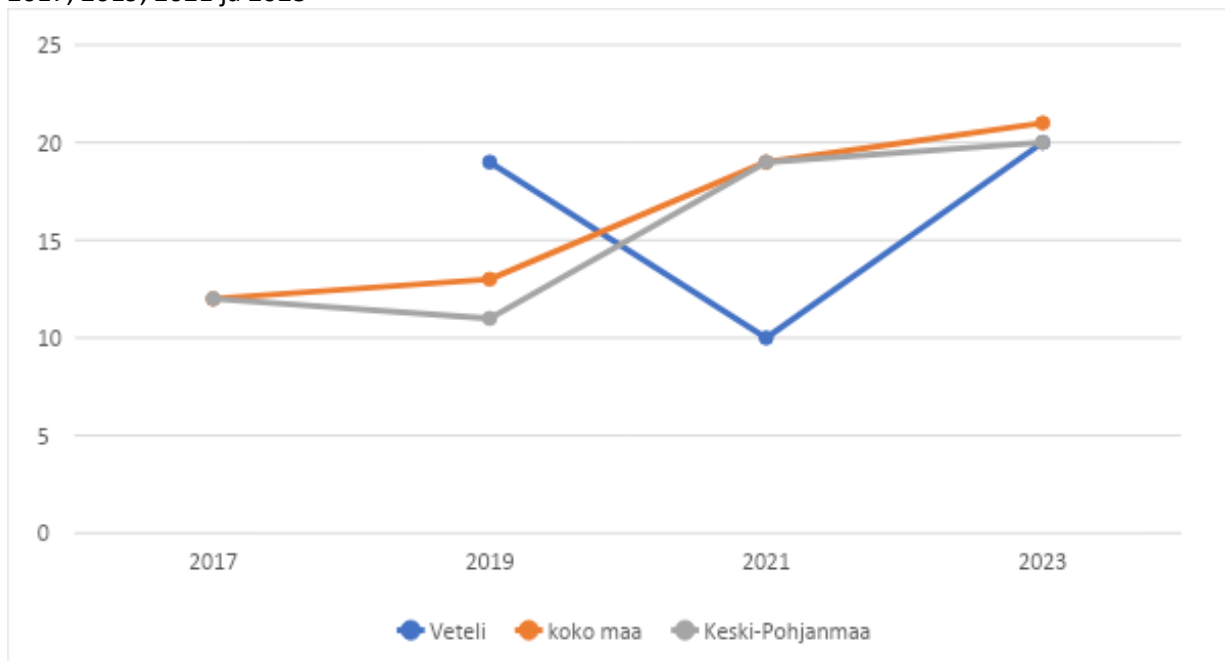
Kuvio 30. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaa 20 %

Kuvio 31. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



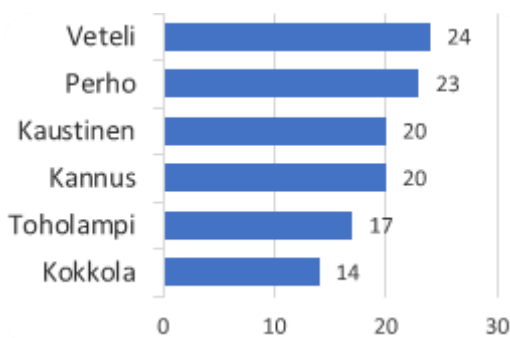
### Yksinäisyys ja yhteisöön kuuluminen

Yksinäisyyden tunne on subjektiivinen kokemus, jota voi kokea myös silloin, kun on ihmisten ympäröimä. Sosiaalinen yksinäisyys on lapsen tai nuoren tunne siitä, että ei kuulu muiden joukkoon. Emotionaalisesti

yksinäinen lapsi tai nuori kokee, että hänellä ei ole läheistä ystävää. Suurella osalla yksinäisyyden tunne on väliaikaista. Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 16 % (koko maa 15 %), lukiolaisista 18 % (koko maa 16 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 17 % (koko maa 17 %) tuntee itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tyttöjen osuudet ovat kaikilla oppiasteilla suuremmat kuin poikien (Kuvio 32). Osuudet ovat nousseet viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 33).

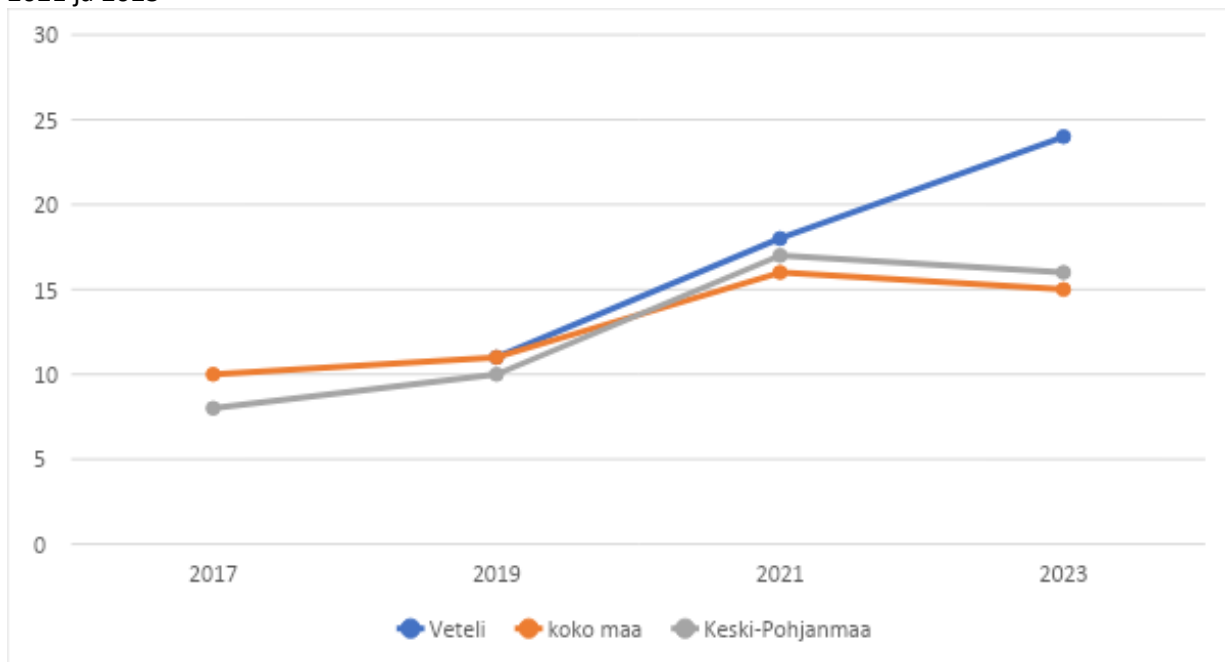
Kuvio 32. Tuntee itsensä yksinäiseksi Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)

### Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaa 16 %

Kuvio 33. Itsensä yksinäiseksi tuntevat Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



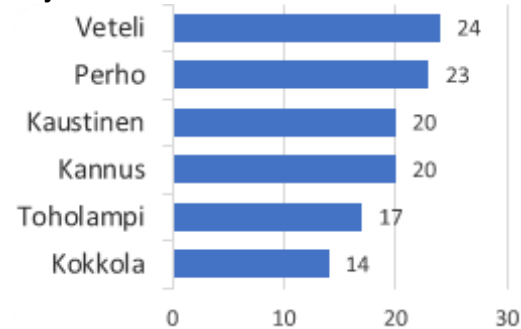
Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 4 % (koko maa 5 %), yläkoululaisista 15 % (koko maa 14 %), lukiolaisista 11 % (koko maa 11 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 5 % (koko maa 8 %) ei koe olevansa tärkeä osa koulu- eikä luokkayhteisöä. Ammattioppilaitoksen osuus on hieman pienempi kuin koko maassa

keskimäärin ja muiden oppiasteiden osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tyttöjen osuus on poikien osuutta suurempi yläkoulussa, lukiossa ja ammattioppilaitoksella. Yläkoulun osuus on suurentunut ja ammattioppilaitoksen pienentynyt viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 35).

Kuvio 34. Ei koe olevansa tärkeä osa koulu- eikä luokkayhteisöä, Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla (Kouluterveyskysely 2023)

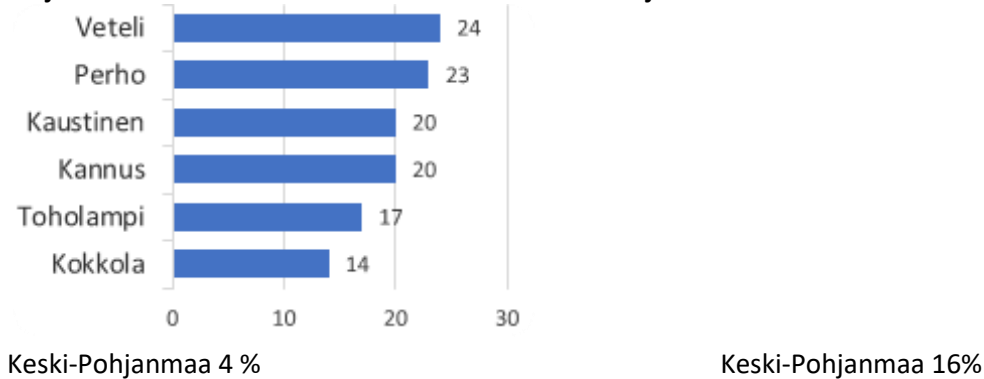
#### Perusopetuksen

##### 4.- ja 5.-luokka



#### Perusopetuksen

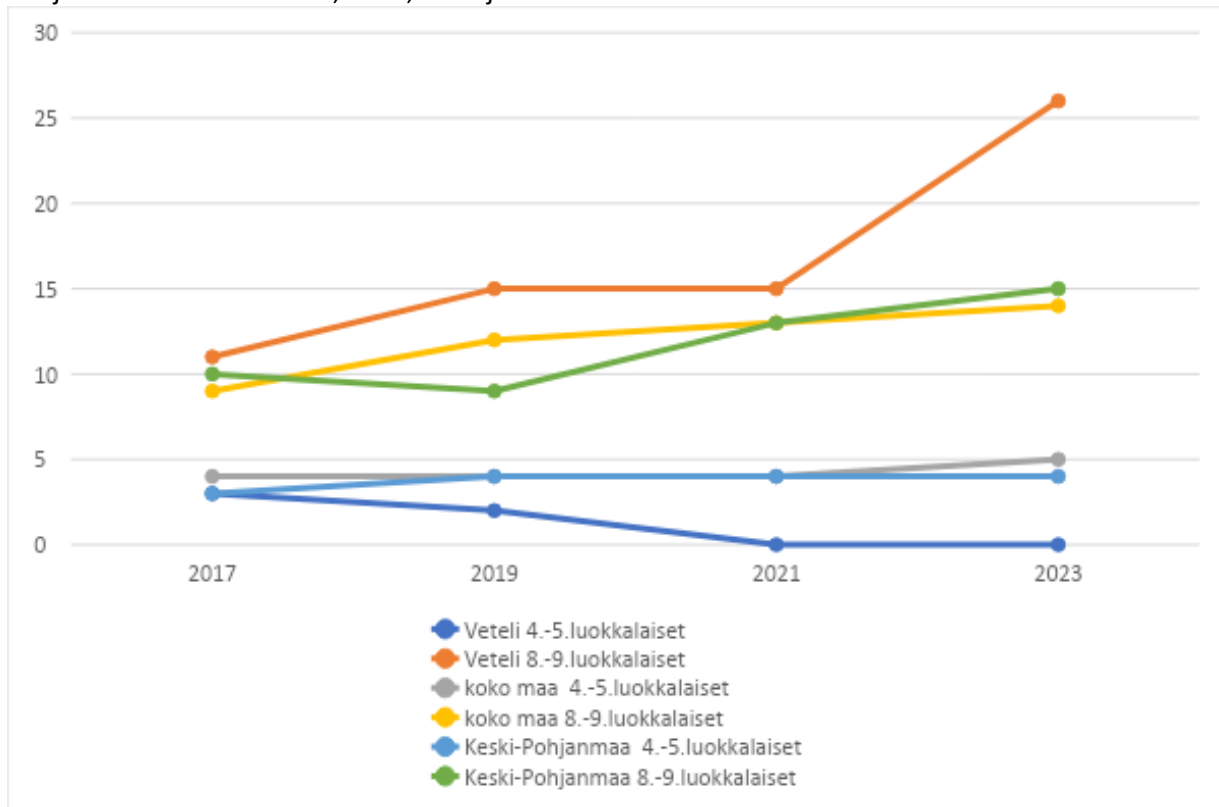
##### 8.- ja 9.- luokka



Keski-Pohjanmaa 4 %

Keski-Pohjanmaa 16%

Kuvio 35. Ei koe olevansa tärkeä osa koulu- eikä luokkayhteisöä Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023



## Perheen arjen toimivuus

Vanhemman ja nuoren välinen avoin vuorovaikutus edistää lapsen ja nuoren hyvinvointia. Nuorilla, joilla on hyvä suhde vanhempiinsa, esiintyy vähemmän mielenterveyden ja hyvinvoinnin ongelmia.<sup>14</sup>

Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 3 % (koko maa 3 %), yläkoululaisista 7 % (koko maa 8 %), lukiolaisista 6 % (koko maa 6 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 7 % (koko maa 8 %) ei pysty juuri koskaan keskustelemaan vanhempien kanssa omista asioistaan. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Tyttöjen osuus on poikia suurempi yläkoulussa, lukiossa ja ammattioppilaitoksella. Yläkoulussa osuudet ovat pojilla 11 % ja tytöillä 4 %, lukiossa osuudet ovat 9 % ja 3 %, ammattioppilaitoksella 11 % ja 5 %. Osuudet ovat pysyneet lähes samana edellisen kuuden vuoden aikana.

## Turvallinen kasvuympäristö

### Väkivalta ja kiusaaminen

Lapsiin kohdistuva väkivalta on vanhempien tai muiden aikuisten tekoja ja laiminlyöntejä, jotka aiheuttavat lapselle vahinkoa. Fyysinen väkivalta vahingoittaa lapsen terveyttä tai aiheuttaa hänelle kipua. Se on esimerkiksi tönimistä, tukistamista, lyömistä tai potkimista. Myös kuritusväkivalta ja kasvatuksellinen väkivalta ovat lapsen kohdistuvaa väkivaltaa.<sup>15</sup>

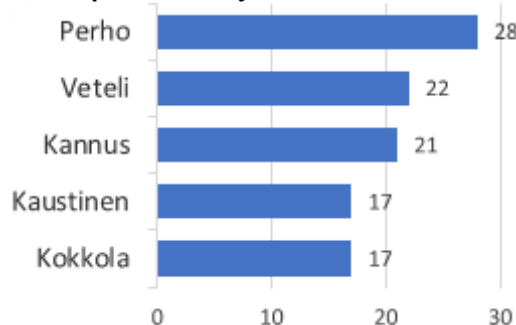
Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 18 % (koko maa 16 %), yläkoululaisista 11 % (koko maa 12 %), lukiolaisista 9 % (koko maa 8 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 6 % (koko maa 7 %) on kokenut vanhempien tai muiden huolta pitävien aikuisten fyysistä väkivaltaa (tarttunut niin että sattuu, töninyt tai ravistelut vihaisesti, tukistanut, läimäyttänyt, lyönyt nyrkillä tai esineellä, potkaissut tai satuttanut muuten fyysisesti)

vuoden aikana. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Poikien osuus on alakoulun osalta suurempi kuin tytöillä mutta muissa oppiasteissa tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 36). Osuudet ovat pysyneet lähes samoina viimeisen kuuden vuoden aikana (Kuvio 37).

Kuvio 36. Kokenut vanhempien tai muiden huolta pitävien aikuisten fyysistä väkivaltaa vuoden aikana Vetelissä, Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)

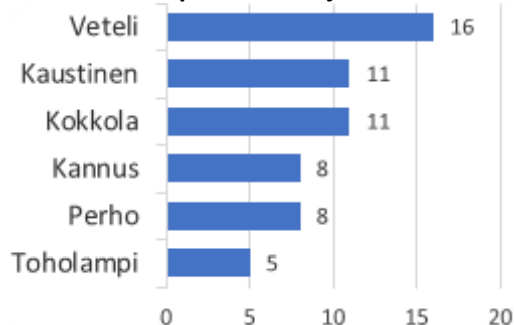
Keski-Pohjanmaa 18 %

#### Perusopetuksen 4. ja 5. – luokka

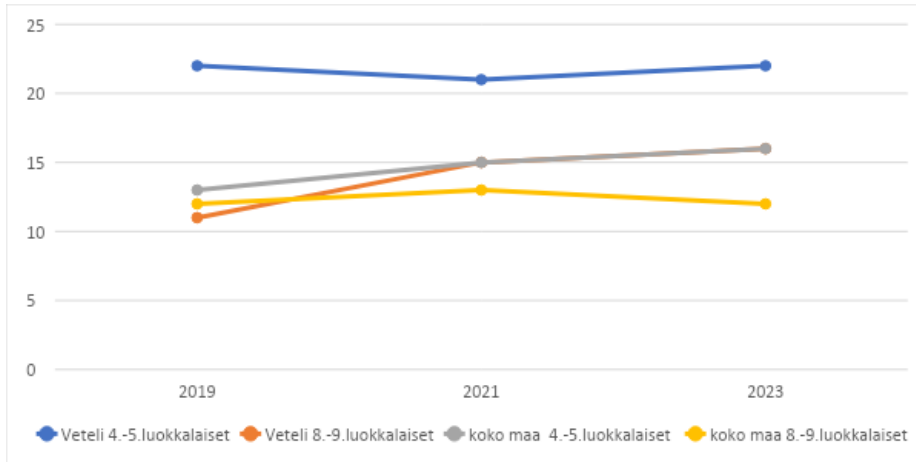


Keski-Pohjanmaa 11 %

#### Perusopetuksen 8. ja 9. luokka



Kuvio 37. Kokenut vanhempien tai muiden huolta pitävien aikuisten fyysistä väkivaltaa vuoden aikana Vetelissä ja koko maassa vuosina 2019, 2021 ja 2023

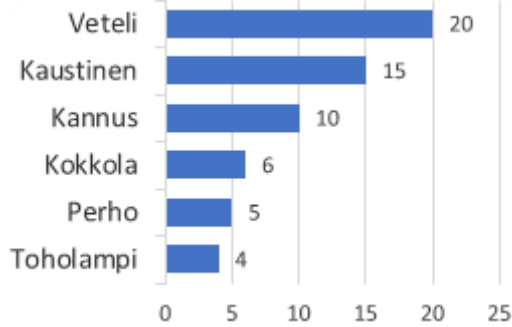


Keski-Pohjanmaan alakoululaisista 8 % (koko maa 9 %), yläkoululaisista 7 % (koko maa 8 %), lukiolaisista 1 % (koko maa 2 %) ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 3 % (koko maa 4 %) on kiusattu vähintään kerran viikossa lukukauden aikana. Osuudet ovat samaa luokkaa kuin koko maassa keskimäärin. Poikien ja tyttöjen osuudet ovat lähes samat kaikissa oppiasteissa.

Kuvio 38. Kiusattu vähintään kerran viikossa Vetelissä, Keski-Pohjanmaalla ja koko maassa (Kouluterveyskysely 2023)

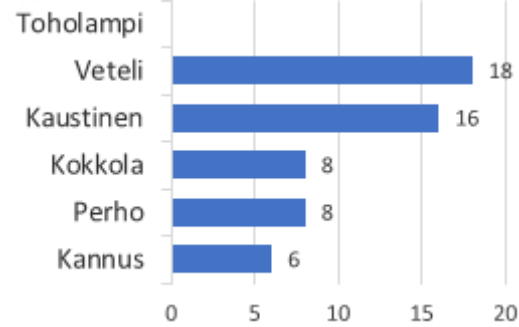
Keski-Pohjanmaa 8 %

**Perusopetuksen 4. ja 5. – luokka**

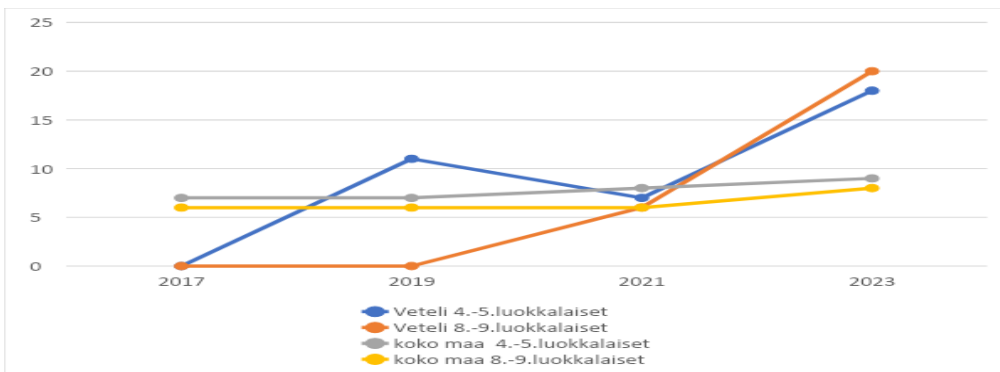


Keski-Pohjanmaa 7 %

**Perusopetuksen 8. ja 9. luokka**



Kuvio 39. Kuvio 38. Kiusattu vähintään kerran viikossa Vetelissä ja koko maassa vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023 (Kouluterveyskysely 2023)

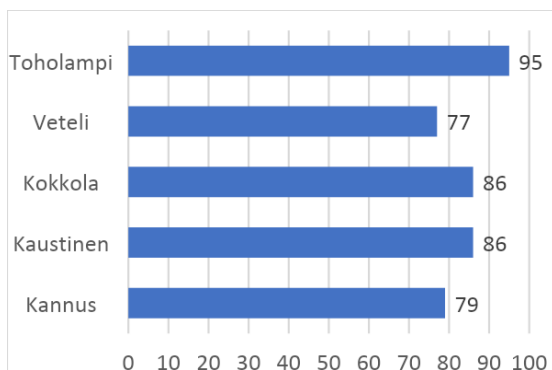


## Avun saanti

Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 25 % (koko maa 25 %) kokee että ei ole saanut apua hyvinvointiin opettajalta, vaikka olisi sitä tarvinnut. Lukion osalta osuus on 17 % (koko maa 18 %) ja ammattioppilaitoksen osalta 16 % (koko maa 16 %). Yläkoulun osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi ja ammattioppilaitoksen osalta poikien osuus on tyttöjen osuutta suurempi (Kuvio 39). Yläkoulun osuus on noussut vuodesta 2017, jolloin osuus oli 19 %.

(Vain kirjallisesti kuvattu...)

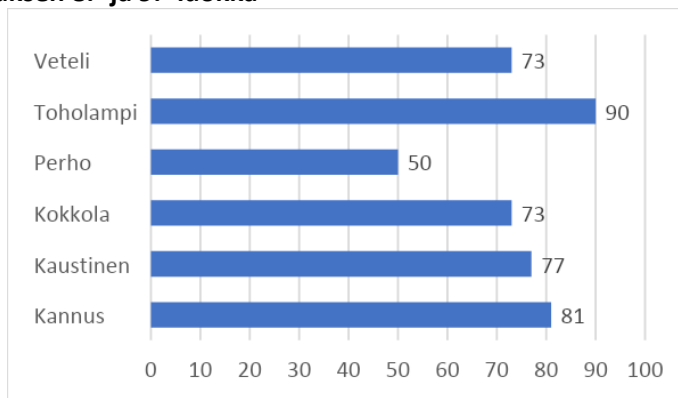
Kuvio 40. Oppimiseen ja koulunkäyntiin tukea tarvinneista apua ovat saanut luokanohjaajalta  
**Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka**



Keski-Pohjanmaa 86 %

Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 13 % (koko maa 17 %) kokee että ei ole saanut apua hyvinvointiin koulu-terveydenhoitajalta, vaikka olisi sitä tarvinnut. Lukion osalta osuus on 7 % (koko maa 13 %) ja ammattioppilaitoksen osalta 11 % (koko maa 12 %). Yläkoulun osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 40). Osuudet ovat pysyneet lähes samoina vuodesta 2017, mutta yläkoulun ja lukion osuus on laskenut vuodesta 2021, jolloin yläkoulun osuus oli 17 % ja lukion 12 %.

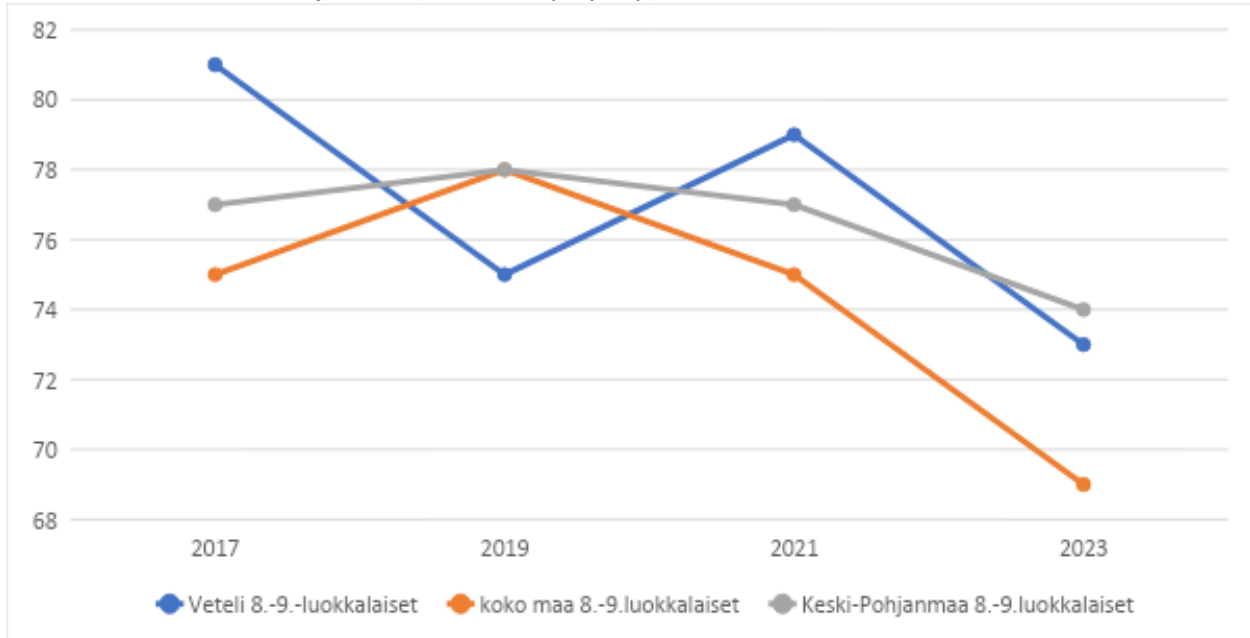
Kuvio 41. Helppo päästä terveydenhoitajan vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla  
**Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka**



Keski-Pohjanmaa 74 %

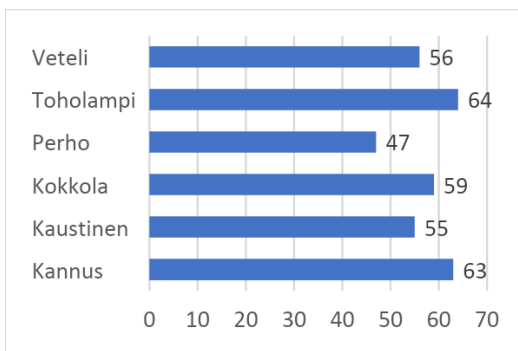


Kuvio 42. Helppo päästä terveydenhoitajan vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023 (kouluterveyskysely)



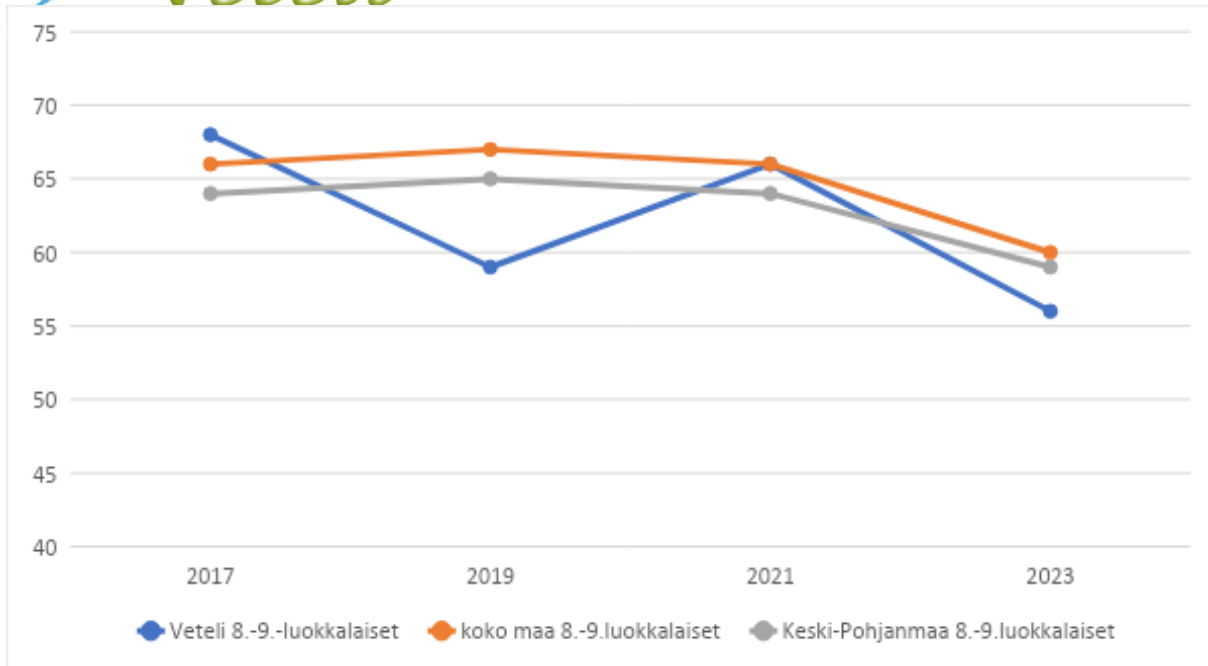
Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 22 % (koko maa 26 %) kokee että ei ole saanut apua hyvinvointiin koululääkäriltä, vaikka olisi sitä tarvinnut. Lukion osalta osuus on 27 % (koko maa 24 %) ja ammattioppilaitoksen osalta 16 % (koko maa 19 %). Yläkoulun ja lukion osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 41). Yläkoulun ja lukion osuudet ovat nousseet vuodesta 2017, jolloin osuudet olivat yläkoulussa 15 % ja lukiossa 17 %. Lukion osuus on noussut vuodesta 2021 jolloin osuus oli 22 % ja ammattioppilaitoksen osuus on laskenut vuodesta 2021 jolloin osuus oli 22 %.

Kuvio 43. Helppo päästä koululääkärin vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



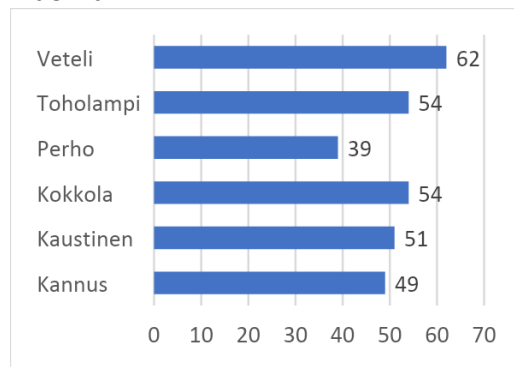
Keski-Pohjanmaa 59 %

Kuvio 44. Helppo päästä koulun lääkärin vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023 (kouluterveyskysely)



Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 38 % (koko maa 38 %) kokee että ei ole saanut apua hyvinvointiin koulu-psykologilta, vaikka olisi sitä tarvinnut. Lukion osalta osuus on 41 % (koko maa 41 %) ja ammattioppilaitoksen osalta 29 % (koko maa 30 %). Yläkoulun ja ammattioppilaitoksen osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 42). Yläkoulun ja ammattioppilaitoksen osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 42). Yläkoulun osuus on noussut vuodesta 2017 jolloin osuus oli 34 %, mutta osuus on laskenut vuodesta 2021 jolloin osuus oli 44 %. Lukion ja ammattioppilaitoksen osalta osuudet ovat laskeneet vuodesta 2017, jolloin lukion osuus oli 44 % ja ammattioppilaitoksen 40 %. Lukion osuus on laskenut merkittävästi vuodesta 2021 jolloin osuus oli 66 %.

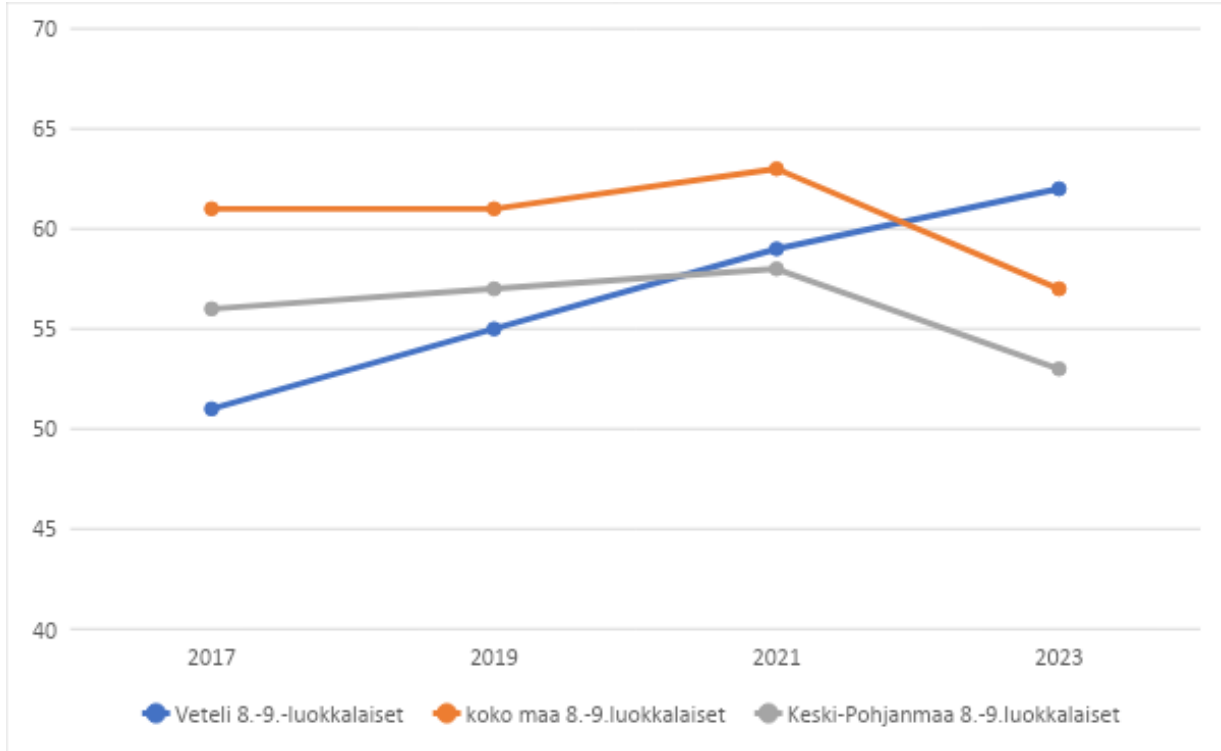
Kuvio 45. Helppo päästä koulun psykologin vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla **Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka**



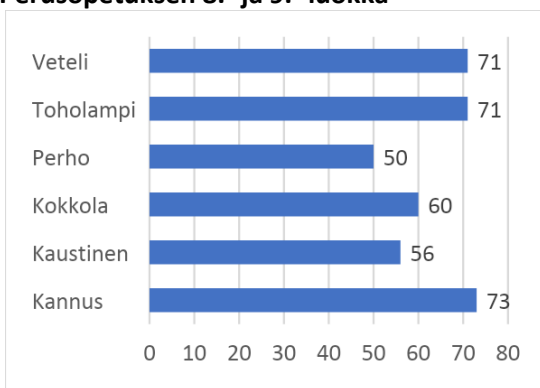
Keski-Pohjanmaa 53 %

Keski-Pohjanmaan yläkoululaisista 30 % (koko maa 31 %) kokee että ei ole saanut apua hyvinvointiin koulu-kuraattorilta, vaikka olisi sitä tarvinnut. Lukion osalta osuus on 31 % (koko maa 31 %) ja ammattioppilaitoksen osalta 21 % (koko maa 23 %). Yläkoulun ja ammattioppilaitoksen osalta tyttöjen osuus on poikia suurempi (Kuvio 43). Yläkoulun osuus on noussut vuodesta 2017 jolloin osuus oli 23 %. Ammattioppilaitoksen osuus on laskenut vuodesta 2017 jolloin osuus oli 24 %.

Kuvio 46. Helppo päästä koulun psykologin vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2017, 2019, 2021 ja 2023 (kouluterveyskysely)



Kuvio 47. Helppo päästä koulun kuraattorin vastaanotolle Perusopetuksen 8.- ja 9.- luokka



22 % (koko maa 26 %) kokee, että ei ole saanut apua hyvinvointiin koululääkäriltä, vaikka olisi sitä tarvinnut

Kuvio 48. Helppo päästä koulun kuraattorin vastaanotolle Vetelissä, koko maassa ja Keski-Pohjanmaalla vuosina 2021 ja 2023 (kouluterveyskysely)

