



# Kouluterveyskysely 2023

Seinäjokisten lasten ja nuorten koettu terveys, hyvinvointi ja turvallisuus

**Seinäjoki**

# Julkaisija

Seinäjoen kaupunki  
2024

## Yhteystiedot

Henna Rantasaari  
hyvinvointipäällikkö

Marika Ojala  
vt. perusopetusjohtaja

Henna Malila  
vs. erityisopetuksen rehtori

## Raportin koostanut

Teresa Kunnari  
terveyshallintotieteen opiskelija

# Sisältö

Johdanto.....	3
Koettu terveys ja elintavat.....	4
Päihteet ja riippuvuudet.....	7
Harrastukset ja vapaa-aika.....	11
Mielen hyvinvointi, tyytyväisyys elämään ja osallisuus.....	14
Turvallinen kasvuympäristö ja sosiaaliset suhteet.....	18
Kouluympäristö ja koulunkäynti.....	21
Pohdinta.....	25

Kaikki kouluterveyskyselyn tulokset löydettävissä: [Kouluterveyskyselyn tulokset - THL](#)

# Johdanto

Tässä julkaisussa esitellään kouluterveyskyselyn vastauksia Seinäjoella vuonna 2023. Kouluterveyskysely antaa meille hyvää tietoa siitä, millaiseksi lapset ja nuoret kokevat oman hyvinvointinsa. Tietoa on paljon, ja siksi on haluttu koota yhteen mittareita, jotka ovat merkittävimpiä ja joissa on tapahtunut muutosta.

Julkaisu on jaettu kuuteen teemaan. Nämä teemat ovat:

- Koettu terveys ja elintavat
- Päihteet ja riippuvuudet
- Harrastukset ja vapaa-aika
- Mielenhyvinvointi, osallisuus ja tyytyväisyys elämään
- Turvallinen kasvuympäristö ja sosiaaliset suhteet
- Kouluympäristö ja koulunkäynti

Jokaisesta teemasta nostetaan esiin keskeisiä mittareita, joilla seinäjokisten lasten ja nuorten koettua terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta kuvataan. Tuloksia on eritelty oppiasteittain ja sukupuolittain. Keskeisimmistä mittareista nostetaan esiin tulosten vertailua vuosiin 2021 ja 2019 nähden. Seinäjoen tulosten osalta tehdään vertailua myös muuhun maahan.

## Mikä on kouluterveyskysely?

THL:n kouluterveyskyselyn tarkoituksena on tuottaa luotettavaa ja monipuolista seurantatietoa eri ikäisten lasten ja nuorten terveydestä, hyvinvoinnista, koulunkäynnistä, osallisuudesta, palveluista ja avun saamisesta. Kysely toteutetaan joka toinen vuosi.

Kyselyyn vastaavat perusopetuksen 4. ja 5. sekä 8. ja 9. luokkien oppilaat ja lisäksi toisen asteen opiskelijoista lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat.

Seinäjoella kouluterveyskyselyyn osallistui vuonna 2023 yhteensä 3398 vastaajaa. Vastajamäärät ja kattavuus on eritelty oppiasteittain taulukossa 1.

Taulukko 1. Kouluterveyskyselyn 2023 vastaajamäärät ja kattavuus oppiasteittain

Oppiaste	Vastajamäärä vuonna 2023	Kattavuus vuonna 2023, %
Perusopetus 4. ja 5. luokka	1285	78
Perusopetus 8. ja 9. luokka	1069	72
Lukio 1. ja 2. vuosi	503	64
Ammatillinen oppilaitos 1. ja 2. vuosi	541	44

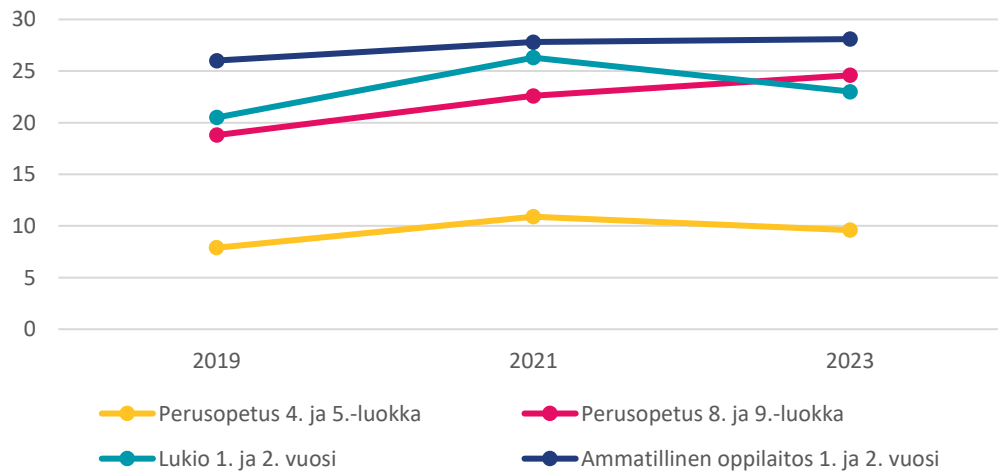


**Koettu terveys ja elintavat**

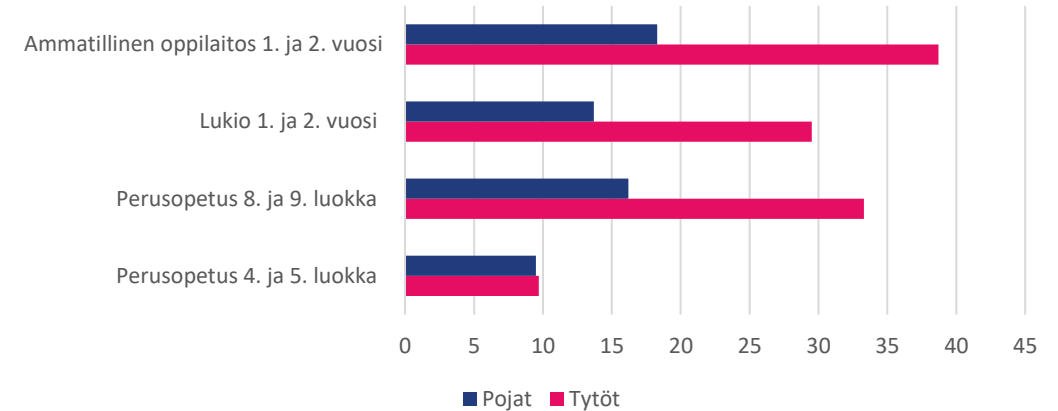
## Koettu terveys

Suurin osa seinäjokisista lapsista ja nuorista kokee terveydentilansa hyväksi. Seinäjoella 4. ja 5. luokkalaiset lapset kokevat terveydentilansa muita ikäryhmiä paremmaksi. Perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaiset sekä ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat kokevat vuonna 2023 terveydentilansa hieman heikompana vuoteen 2021 verrattuna. Perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten sekä lukiolaisten keskuudessa koettu terveydentila on parantunut vuoteen 2021 verrattuna.

Kuvio 1. Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, %



Kuvio 2. Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi 2023, %

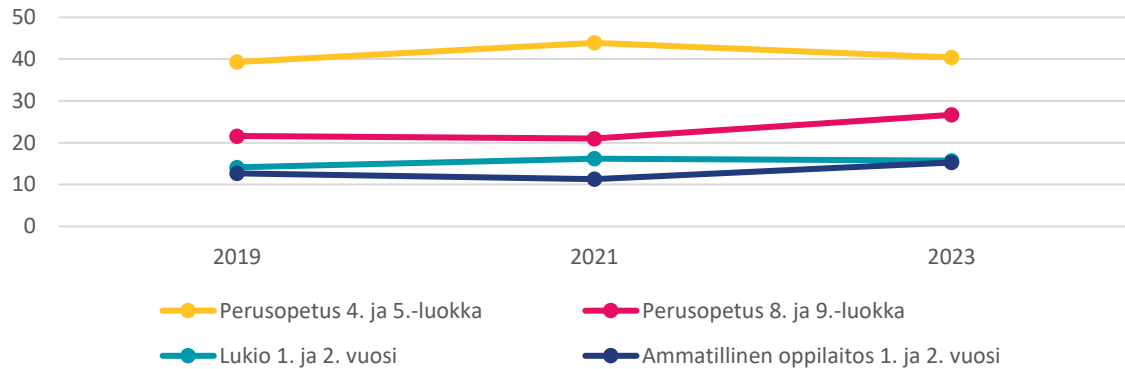


Perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten sekä toisen asteen opiskelijoiden keskuudessa tytöt kokevat terveydentilansa huomattavasti poikia heikommaksi. Perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten keskuudessa sukupuolten välisiä eroja ei juurikaan ole havaittavissa.

## Elintavat

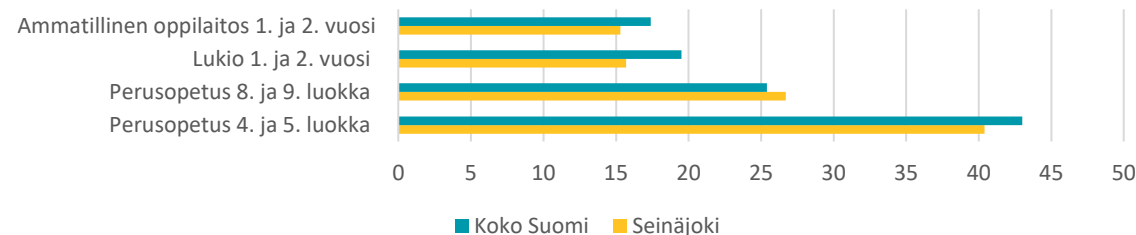
Alle puolet seinäjokisista lapsista ja nuorista liikkuu vähintään tunnin päivittäin. Perusopetuksen 4. ja 5. luokkien oppilaat liikkuvat seinäjokisista lapsista ja nuorista eniten ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat vähiten.

Kuvio 3. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat, %

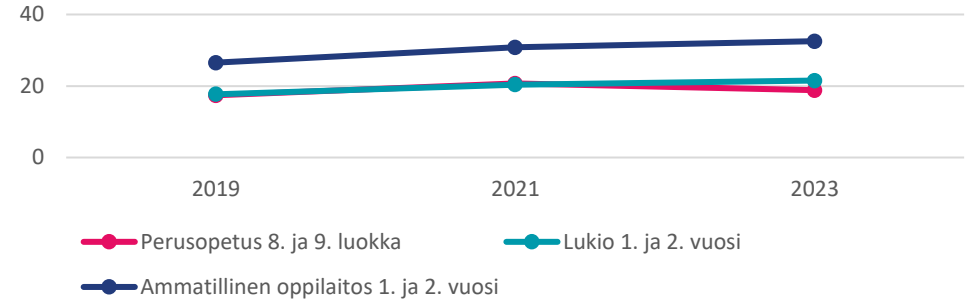


Ainoastaan perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten seinäjokiset liikkuvat muun maan tasoon nähden enemmän, muissa vastaajamäärissä liikutaan koko maan tasoon nähden vähemmän.

Kuvio 4. Vähintään tunnin päivässä liikkuvat 2023, %

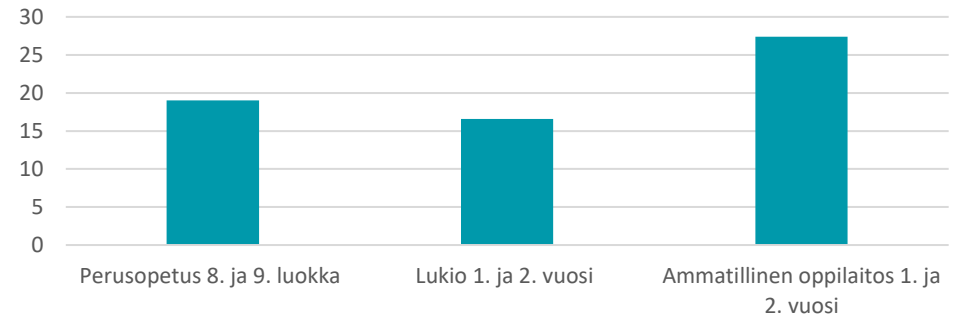


Kuvio 5. Ylipainoisuus, %



Lukiolaisten ja perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudesta noin 20 prosenttia on ylipainoisia. Ammattioppilaitosten opiskelijoissa vastaava luku on noin 30 prosenttia.

Kuvio 6. Nukahtamisvaikeuksia päivittäin 2023 %



Ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista noin neljäsosalla on nukahtamisvaikeuksia päivittäin. Lukiolaisten ja perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa nukahtamisvaikeuksia on vajaalla 20 prosentilla.

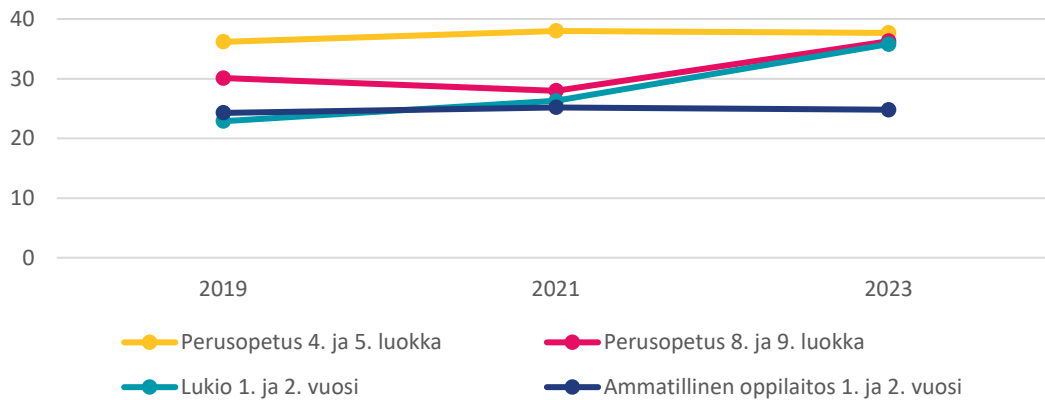


Riippuvuudet ja päihteet

## Sosiaalinen media

Ammatillisten oppilaitosten opiskelijat kokevat vähiten haasteita netissä käytetyn ajan vähentämisessä. Erityisesti perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten sekä lukiolaisten kokevat aiempaa enemmän haasteita netissä vietetyn ajan vähentämisessä. Perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten ja ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden keskuudessa muutokset edellisiin vuosiin verrattuna ovat hyvin pieniä.

Kuvio 7. Yrittänyt usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole onnistunut, %



Tuntenut itsensä usein hermostuneeksi, jos ei ole päässyt nettiin, perusopetus 4. ja 5. luokka, 2023.

13,7 %  
Tytöt

19,5 %  
Pojat

Kokee usein, että pitäisi viettää aikaa muutoinkin kuin netissä, 2023.

28,1 %  
Perusopetus  
4. ja 5.  
luokka

33,1 %  
Perusopetus  
8. ja 9.  
luokka

33,2 %  
Lukio 1. ja 2.  
vuosi

28,2 %  
Ammatillinen  
oppilaitos 1.  
ja 2. vuosi



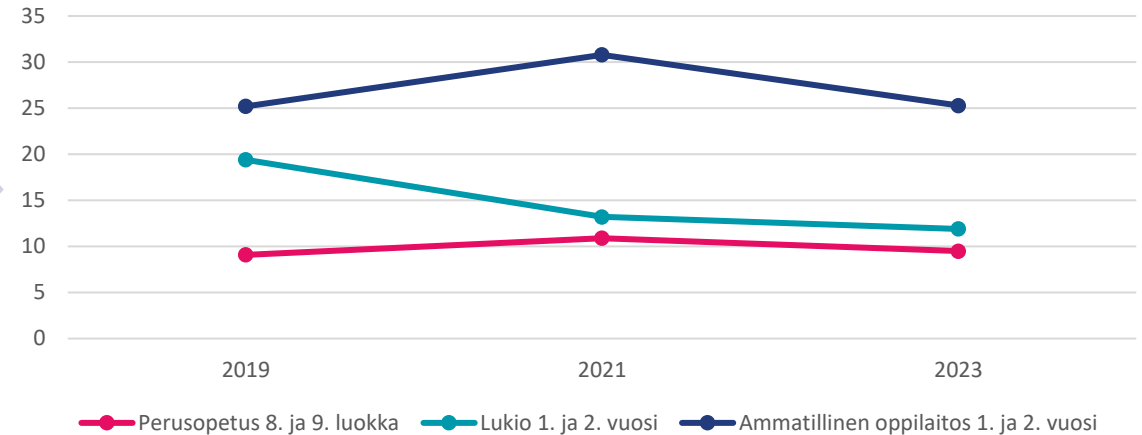
## Alkoholi ja nikotiinituotteet

Seinäjokisten nuorten alkoholinkäyttö on vähentynyt vuoteen 2021 verrattuna. Vähintään kerran kuukaudessa tosi humalassa olevien nuorten määrä on vuonna 2023 vähentynyt kaikissa vastaajaryhmissä vuoteen 2021 verrattuna. Vuonna 2023 perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisista noin 10 prosenttia ja lukiolaisista noin 12 prosenttia kertoo olevansa tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa. Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista noin neljäsosa kertoo olevansa tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa.

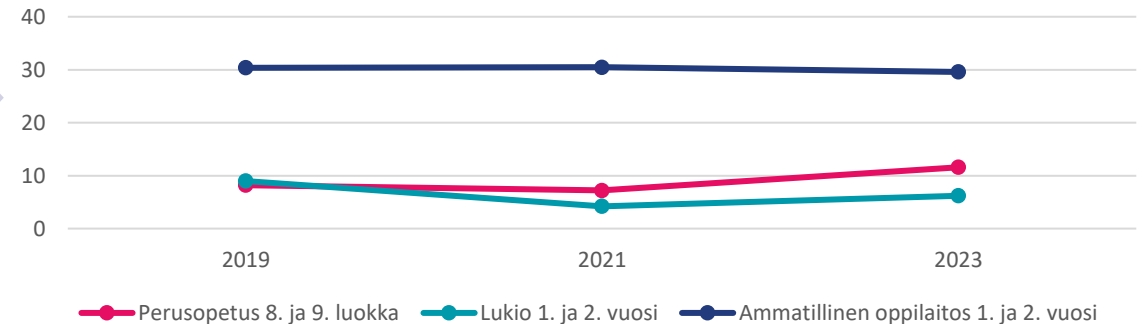
Tupakkatuotteiden tai sähkösavukkeiden käyttö on lisääntynyt lukiolaisten ja perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa. Ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista noin joka kolmannes käyttää jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta päivittäin, mutta määrä on aiempiin vuosiin verrattuna laskussa. Perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisista noin 12 prosenttia ja lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista noin 6 prosenttia kertoo käyttävänsä jotain tupakka tuotetta tai sähkösavuketta päivittäin. Vuoteen 2021 verrattuna tupakkatuotteiden tai sähkösavukkeiden käyttäjien määrä on nousussa perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten sekä lukiolaisten keskuudessa.

Vuonna 2023 kouluterveyskyselyyn vastanneista seinäjokisista 4. ja 5. luokan oppilaista 4,7 prosenttia on käyttänyt jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran. Luku on kasvanut 1,3 prosenttiyksikköä vuoteen 2021 verrattuna.

Kuvio 8. Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, %



Kuvio 9. Käyttää päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta, %



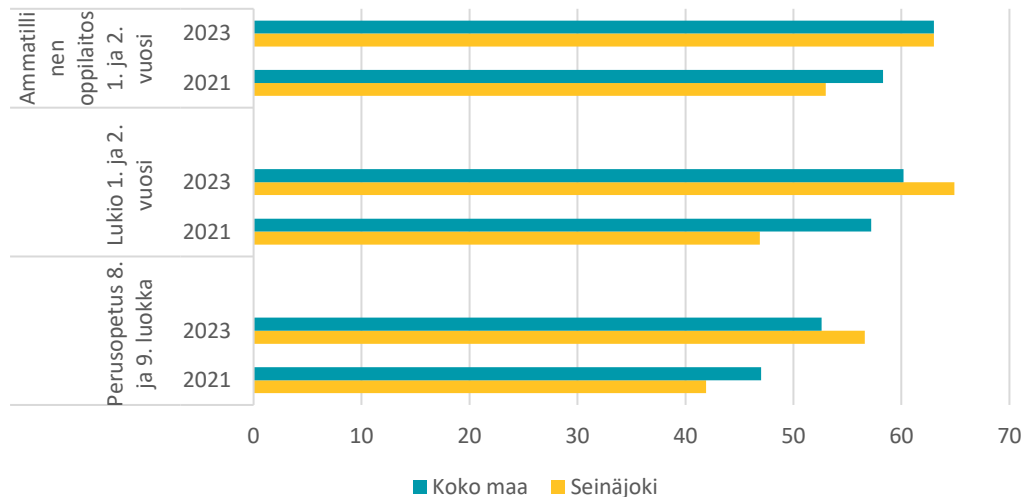
1,2 %

Seinäjokisista 4. ja 5. luokkalaisista kertoo nuuskanneensa vähintään kerran.

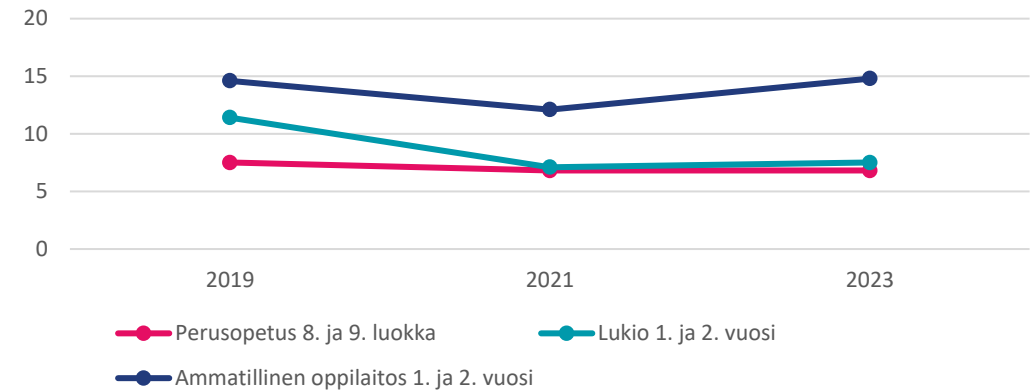
## Huumeet

Yli puolet seinäjokisista nuorista kokee huumeiden hankkimisen omalla paikkakunnalla helpoksi. Vuonna 2021 seinäjokiset nuoret ovat kokeneet huumeiden hankkimisen omalla paikkakunnalla koko maan tasoa vaikeammaksi. Vuonna 2023 kaikki seinäjokiset vastaajaryhmät kokevat huumeiden hankkimisen omalla paikkakunnalla aiempaa helpommaksi. Seinäjokiset 8. ja 9. luokkalaiset sekä lukiolaiset kokevat huumeiden hankkimisen omalla paikkakunnalla koko maan tasoon nähden helpommaksi ja ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden kokemukset ovat linjassa muun maan vastaavien lukujen kanssa.

Kuvio 10. Omalla paikkakunnalla on helppo hankkia huumeita, %



Kuvio 11. Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran, %



Ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista noin 15 prosenttia on kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran. Lukiolaisten ja perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudesta noin 7 prosenttia on vastannut kokeilleensa laittomia huumeita ainakin kerran. Huumeiden kokeilu on vuoteen 2021 verrattuna hieman noussut ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden keskuudessa. Lukiolaisten ja perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa ei ole tapahtunut juurikaan muutoksia vuoteen 2021 verrattuna.

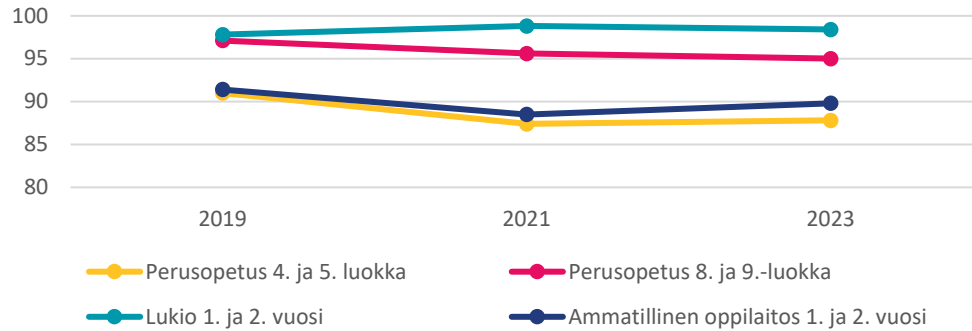


# Harrastukset ja vapaa-aika

## Vapaa-aika ja harrastaminen

Suurin osa seinäjokisista lapsista ja nuorista harrastaa jotain vähintään yhtenä päivänä viikossa. Harrastaminen on yleisintä lukion 1. ja 2. vuosien opiskelijoiden sekä perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa.

Kuvio 12. Harrastaa jotain vähintään kerran viikossa, %

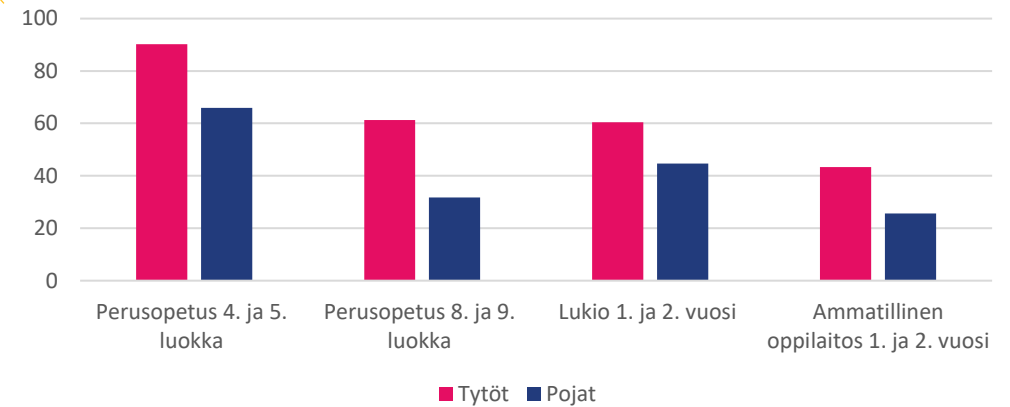


Ainoastaan seinäjokiset lukiolaiset harrastavat jotain muun maan tasoon nähden enemmän, muissa vastaajaryhmissä määrät ovat muuta maata alhaisemmat. Erot Seinäjoen ja muun maan välillä eivät kuitenkaan ole suuria.

Alle 40 prosenttia seinäjokisista nuorista kokee, että asuinalueella järjestetään kiinnostavaa vapaa-ajan toimintaa nuorille.

Seinäjoella 4. ja 5. luokkalaiset lapset harrastavat muita ikäryhmiä enemmän taidetta ja kulttuuria. Taidetta ja kulttuuria harrastetaan vähiten 8. ja 9. luokkaa sekä ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuotta käyvien nuorten keskuudessa. Taiteen ja kulttuurin harrastaminen on kaikissa ikäryhmissä yleisempää tyttöjen kuin poikien keskuudessa.

Kuvio 13. Kulttuurin ja taiteen harrastaminen 2023, %

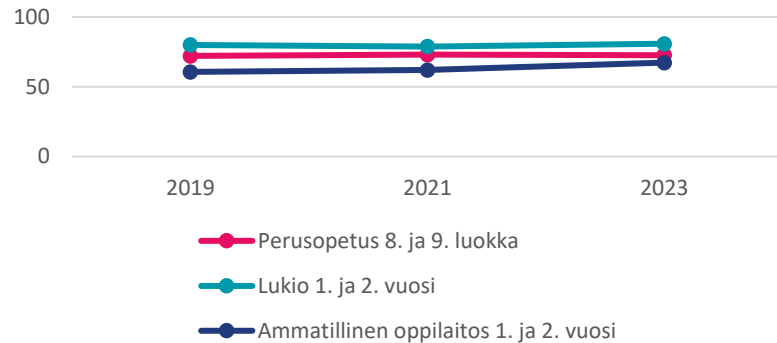


Taidetta ja kulttuuria harrastavien lasten ja nuorten määrässä ei Seinäjoella ole viime vuosina tapahtunut suuria muutoksia.

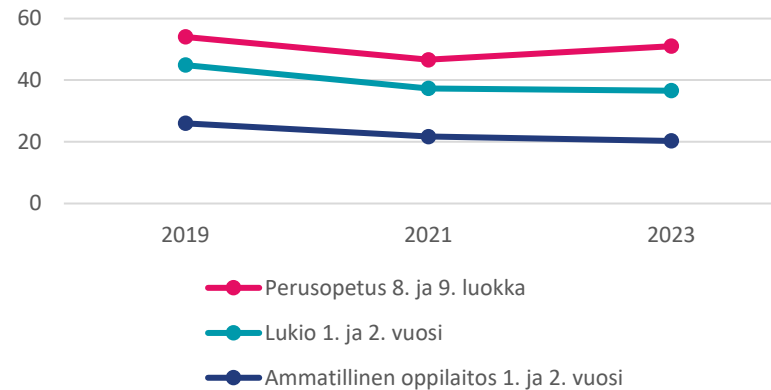
## Liikunnan harrastaminen

Suurin osa seinäjokisista nuorista harrastaa liikuntaa omatoimisesti vapaa-ajalla vähintään kerran viikossa. Ohjatun liikunnan harrastaminen viikoittain on sen sijaan nuorten keskuudessa harvinaisempaa. Omatoimista liikuntaa harrastetaan eniten lukiolaisten keskuudessa, kun taas ohjatun liikunnan harrastaminen on yleisintä perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa.

Kuvio 14. Harrastaa liikuntaa omatoimisesti vapaa-ajalla vähintään viikoittain, %



Kuvio 15. Harrastaa liikuntaa ohjatusti vapaa-ajalla vähintään viikoittain, %



Seinäjokiset pojat harrastavat hieman tyttöjä useammin omatoimista liikuntaa vapaa-ajallaan vuonna 2023. Myös ohjattua liikuntaa pojat harrastavat tyttöjä useammin lähes kaikissa vastaajaryhmissä. Ainoastaan perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaiset tytöt harrastavat ohjattua liikuntaa saman ikäluokan poikin verrattuna enemmän.

Vuonna 2023 ohjattua liikuntaa harrastaa 51 prosenttia perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisista, noin 37 prosenttia lukiolaisista ja noin 20 prosenttia ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista.

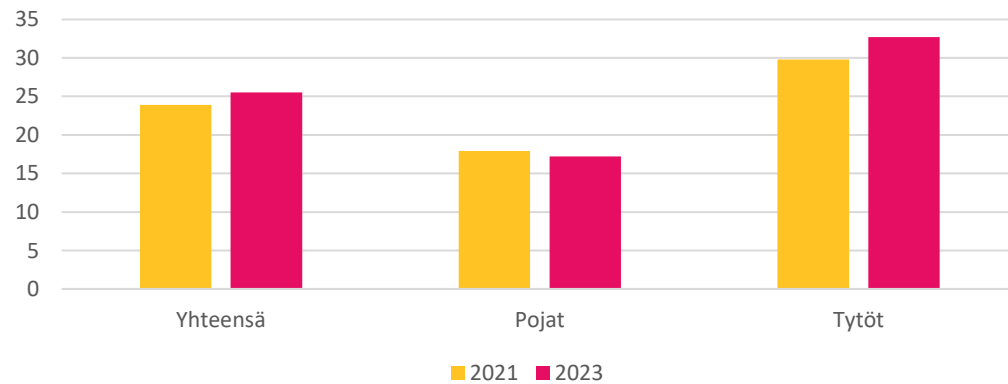


**Mielen hyvinvointi, tyytyväisyys elämään ja osallisuus**

## Mielen hyvinvointi

Noin neljäsosa seinäjokisista 4. ja 5. luokkien oppilaista on kokenut vähintään lievää ahdistusoireilua vuonna 2023. Ahdistusoireilun kokeminen on huomattavasti yleisempää 4. ja 5. luokkalaisten tyttöjen kuin poikien keskuudessa. Vuoteen 2021 verrattuna vuonna 2023 poikien ahdistuneisuus on laskussa, mutta tytöillä nousussa.

Kuvio 16. Vähintään lievää ahdistusoireilua 4. ja 5. luokkalaisilla, %



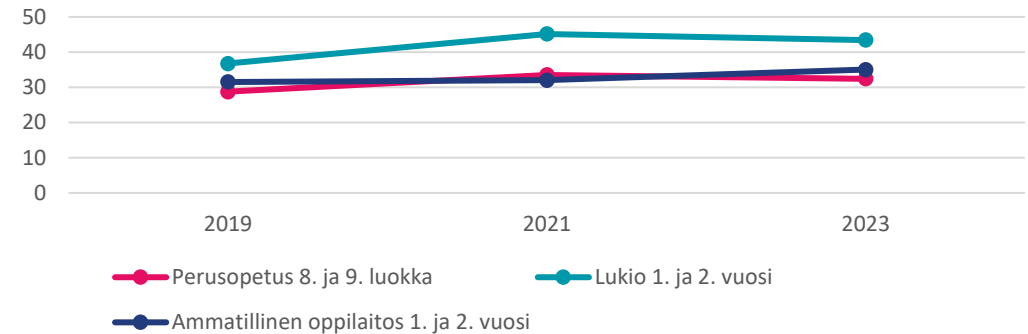
Seinäjokiset 4. ja 5. luokkalaiset kokevat vuonna 2023 koko maan tasoon nähden vähemmän ahdistusoireilua sekä tyttöjen että poikien keskuudessa.

25,5 %  
Seinäjoki

26,9 %  
Koko maa

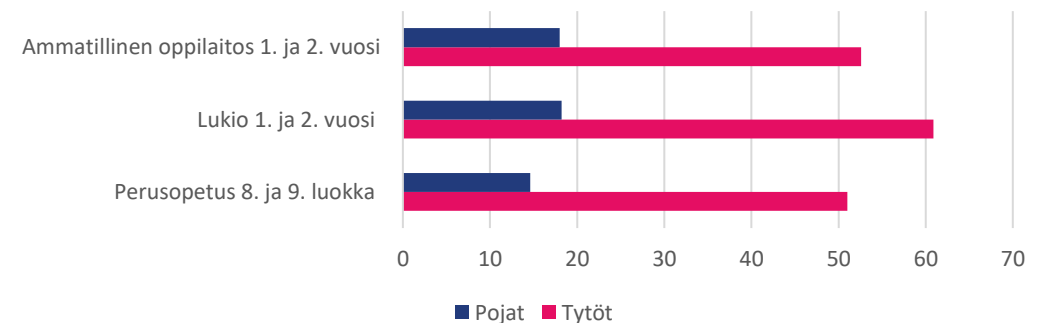
Seinäjokiset lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijat ovat muita vastaajia enemmän huolissaan mielialastaan.

Kuvio 17. Ollut huolissaan mielialastaan viimeisen 12 kuukauden aikana, %



Seinäjokiset tytöt ovat huolissaan mielialastaan huomattavasti poikia enemmän kaikilla oppiasteilla.

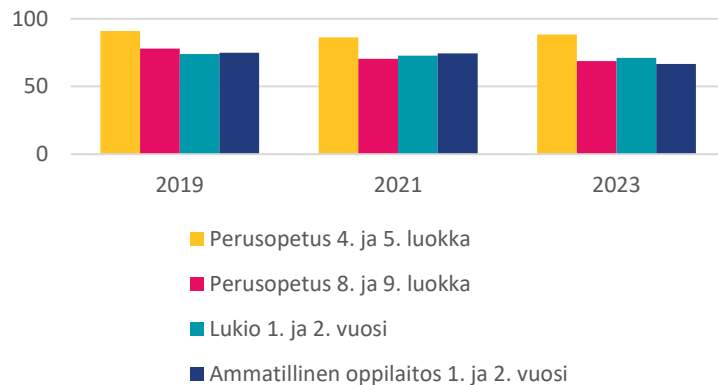
Kuvio 18. Ollut huolissaan mielialastaan viimeisen 12 kuukauden aikana 2023, %



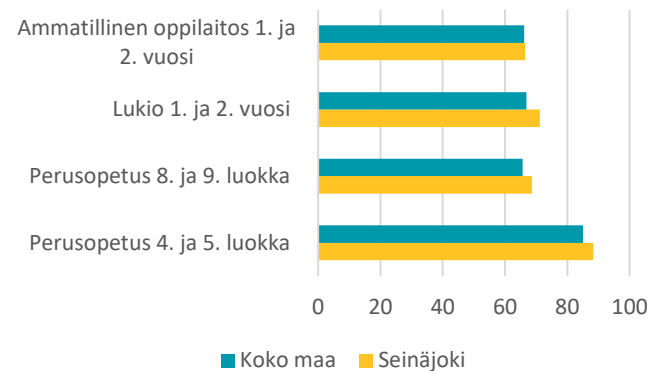
## Tyytyväisyys elämään

Valtaosa seinäjokisista lapsista ja nuorista on tyytyväisiä elämäänsä. Seinäjokiset perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten ovat muita ikäluokkia tyytyväisempiä elämäänsä. Perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten keskuudessa tyytyväisyys elämään on hieman korkeampi vuonna 2023 kuin vuonna 2021. Muissa ikäluokissa tyytyväisyys elämään on hienoisessa laskussa vuoteen 2021 verrattuna. Kaikissa ikäluokissa tyytyväisyys elämään on ollut korkeammalla tasolla vuonna 2019.

Kuvio 19. Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä, %



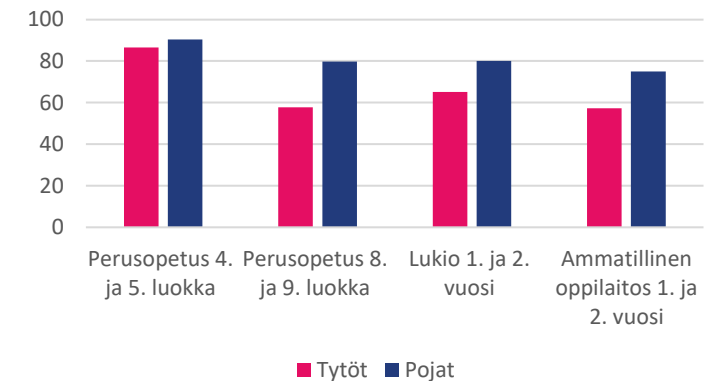
Kuvio 20. Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä 2023, %



Vuonna 2023 seinäjokiset lapset ja nuoret ovat muuhun maahan verrattuna tyytyväisempiä elämäänsä kaikissa ikäluokissa.

Pojat ovat tyttöjä tyytyväisempiä elämäänsä kaikissa vastanneissa ikäluokissa vuonna 2023. Perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten keskuudessa erot ovat melko pieniä, mutta muissa ikäluokissa jo huomattavia. Esimerkiksi perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten poista tyytyväisiä elämäänsä on noin 80 prosenttia, kun tyttöjen keskuudessa vastaava luku on noin 58 prosenttia.

Kuvio 21. Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä 2023, %

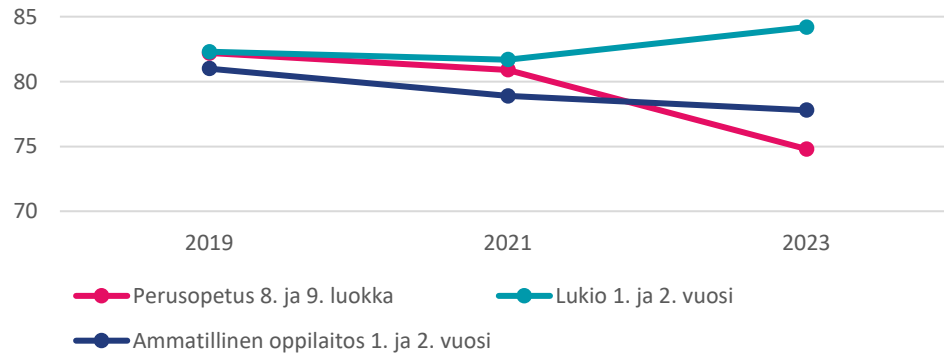




## Osallisuus

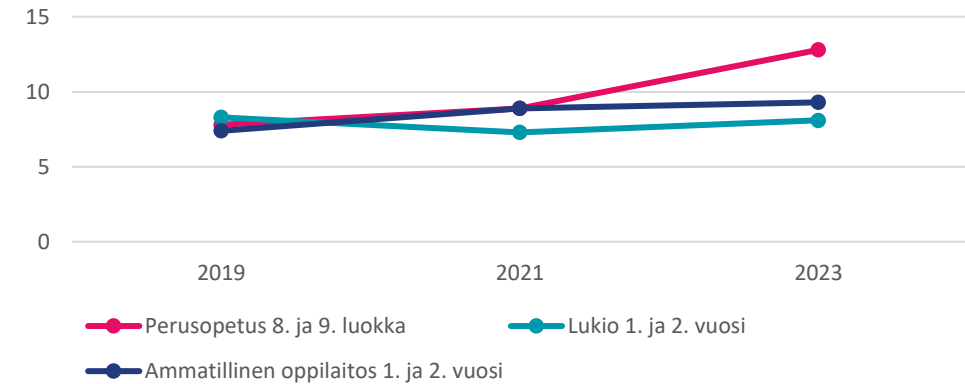
Seinäjokisista nuorista lukiolaiset kokevat oman elämänsä kulkuun liittyvät vaikuttamismahdollisuutensa perusopetuksen 8. ja 9 luokkalaisten ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoita paremmiksi. Perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa kokemus vaikuttamismahdollisuuksista omaan elämäänsä on kääntynyt melko jyrkkään laskuun vuosien 2021 ja 2023 välillä.

Kuvio 22. Kokee pystyvänsä vaikuttamaan oman elämänsä kulkuun, %



Valtaosa seinäjokisista nuorista kokee kuuluvansa itselle tärkeään ryhmään tai yhteisöön.

Kuvio 23. Erittäin heikko osallisuuden kokemus, %



Suurin osa seinäjokisista nuorista kokee osallisuutensa hyväksi. Erittäin heikko osallisuuden kokemus on vuonna 2023 hieman noussut kaikissa vastanneissa ryhmissä, mutta erityisesti 8. ja 9 luokkalaisten keskuudessa vuoteen 2021 verrattuna. Vuonna 2023 perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa 12,8 prosenttia kokee osallisuutensa erittäin heikoksi.

Tytöt kokevat osallisuutensa heikommaksi kuin pojat. Esimerkiksi vuonna 2023 seinäjokisista 8. ja 9. luokkalaisten tyttöistä 17,8 prosenttia koki osallisuutensa erittäin heikoksi, kun samassa ikäryhmässä poikien vastaava luku on 7,8 prosenttia.

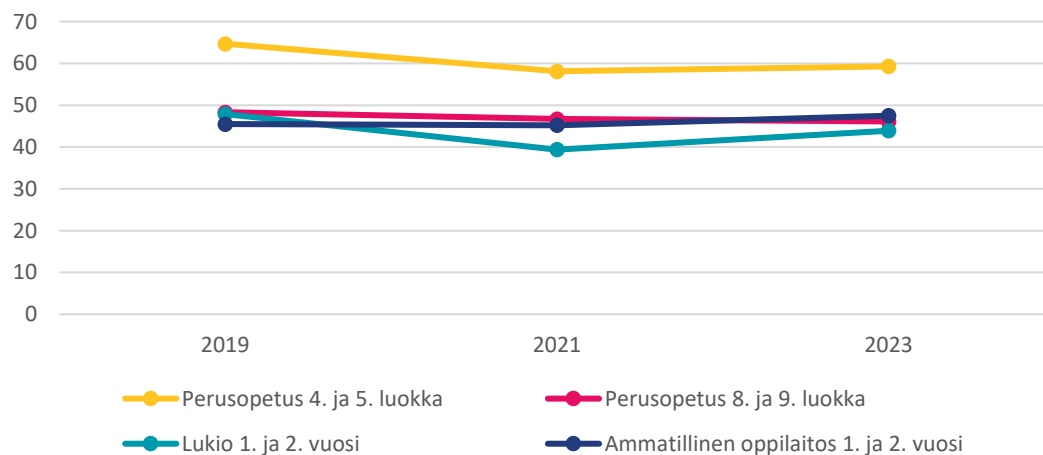


**Turvallinen kasvuympäristö ja sosiaaliset suhteet**

## Turvallinen kasvuympäristö

Perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilaista vuonna 2023 lähes 60 prosenttia kokee keskusteluyhteyden vanhempien kanssa hyväksi. Muilla vastaajaryhmillä hyvän keskusteluyhteyden kokemus vanhempien kanssa on hieman yli 40 prosentilla. Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa on säilynyt kutakuinkin ennallaan.

Kuvio 24. Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa, %

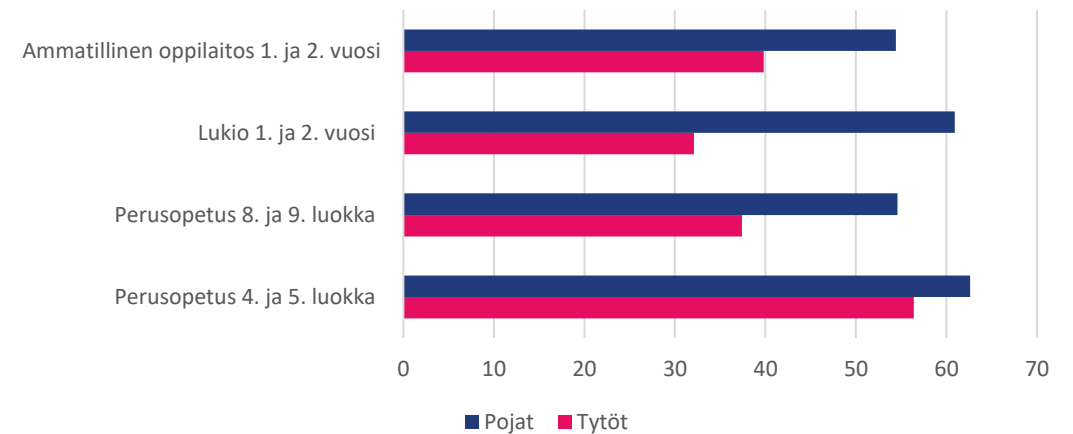


**89,7 %**

seinäjokisista 4. ja 5. luokkalaisista kokee, että vanhemmat tukevat ja kannustavat usein.

Pojat kokevat keskusteluyhteyden vanhempien kanssa tyttöjä paremmiksi kaikissa vastanneissa ikäluokissa vuonna 2023. Suurin ero sukupuolten välillä on lukion 1. ja 2. luokan opiskelijoiden keskuudessa. Lukiolaisista pojista yli 60 prosenttia kokee keskusteluyhteyden vanhempien kanssa hyväksi, kun tyttöjen keskuudessa vastaava luku on noin 32 prosenttia.

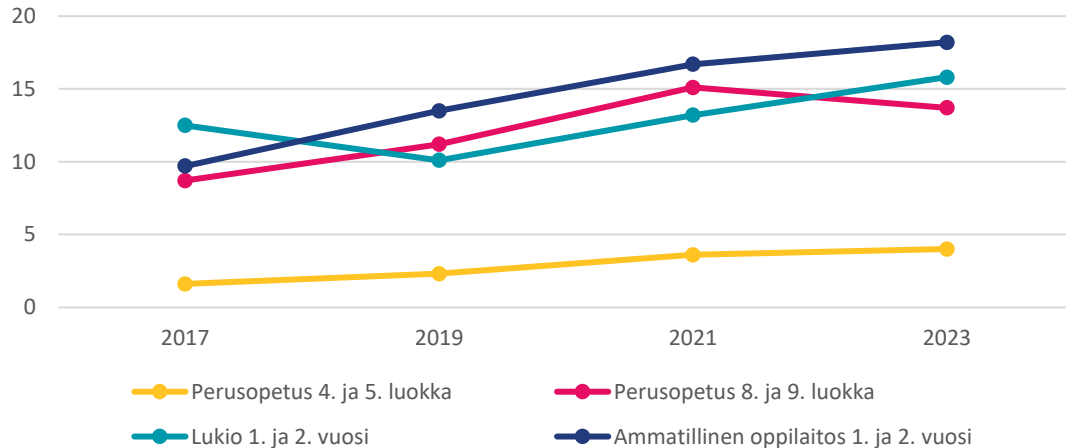
Kuvio 25. Hyvä keskusteluyhteys vanhempien kanssa 2023, %



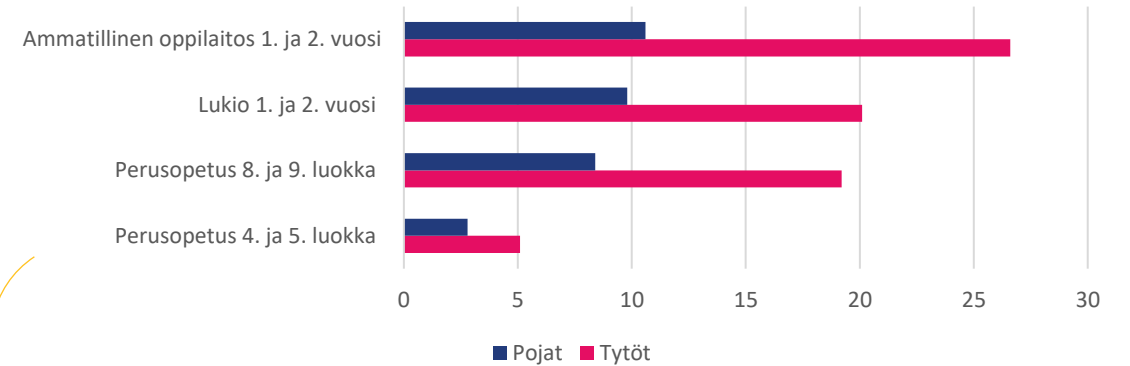
## Sosiaaliset suhteet

Seinäjokisten lasten ja nuorten kokema yksinäisyys on vuonna 2023 hienoisessa kasvussa aiempiin vuosiin verrattuna. Ainoastaan seinäjokisten 8. ja 9. luokkalaisten kokema yksinäisyys on kouluterveyskyselyyn tulosten mukaan vähentynyt vuoteen 2021 verrattuna. Lukiolaisten keskuudessa yksinäisyyden kokeminen on vähentynyt vuosien 2017 ja 2019 välillä, mutta jatkanut taas nousua vuodesta 2019 eteenpäin. Yksinäisyyden kokeminen on yleisempää ammatillisten oppilaitosten opiskelijoilla kuin muilla ryhmillä. Vähiten yksinäisyyttä kokevat perusopetuksen 4. ja 5. luokkien oppilaat.

Kuvio 26. Tuntee itsensä yksinäiseksi, %



Kuvio 27. Tuntee itsensä yksinäiseksi 2023, %



Tytöt ovat kokevat itsensä poikia yksinäisemmiksi kaikissa ikäluokissa. Eniten yksinäisyyttä kokevat ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat tytöt, joista noin joka neljäs kokee itsensä yksinäiseksi.

Ei yhtään hyvää ystävää

0,9 %  
Perusopetus  
4. ja 5.  
luokka

9,4 %  
Perusopetus  
8. ja 9.  
luokka

8,0 %  
Lukio 1. ja 2.  
vuosi

11,6 %  
Ammatillinen  
oppilaitos 1.  
ja 2. vuosi

Seinäjokisista nuorista pojat kokevat tyttöjä useammin, että heillä ei ole yhtään läheistä ystävää.

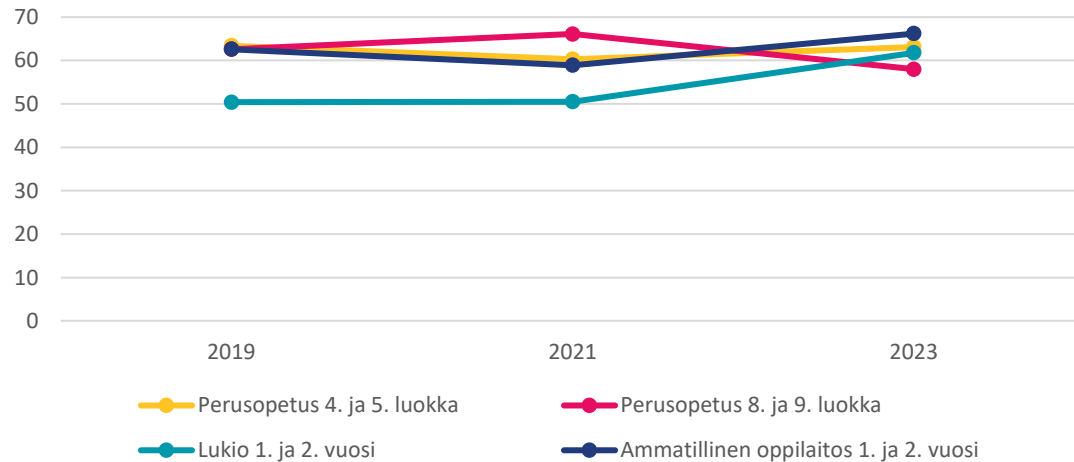


# Kouluympäristö ja koulunkäynti

## Kouluympäristö

Suurin osa seinäjokisista lapsista ja nuorista kokee olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä. Seinäjokiset 8. ja 9. luokkalaiset kokevat itsensä aiempaa harvemmin tärkeäksi osaksi luokka- ja koulu yhteisöjä. Kaikissa muissa vastaajaryhmissä vastaajat kokevat itsensä aiempaa useammin tärkeäksi osaksi luokka- ja koulu yhteisöjä.

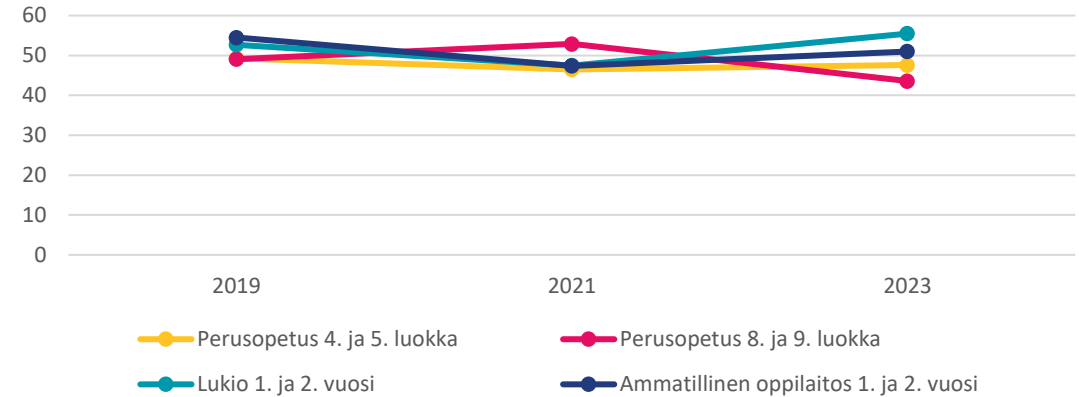
Kuvio 28. Kokee olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä, %



Perusopetuksen 8. ja 9. luokilla sekä toisella asteella tytöt kokevat poikia harvemmin olevansa tärkeä osa luokka- ja koulu yhteisöjä. Esimerkiksi ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista pojista 65,6 prosenttia kokee olevansa tärkeä osa koulu yhteisöä, kun vastaava osuus tytöistä on vain 34,8 prosenttia.

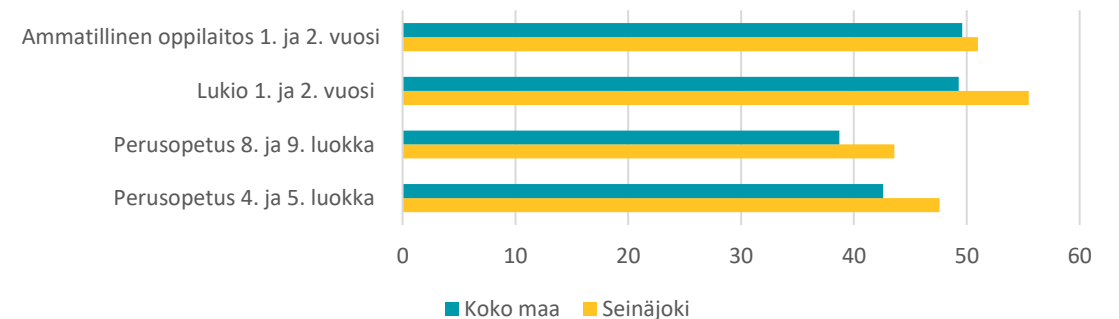
Noin puolet seinäjokisista nuorista kokee olevansa tärkeä osa koulu yhteisöä.

Kuvio 29. Kokee olevansa tärkeä osa koulu yhteisöä, %



Seinäjokiset nuoret kokevat muuhun maahan verrattuna enemmän olevansa tärkeä osa koulu yhteisöä.

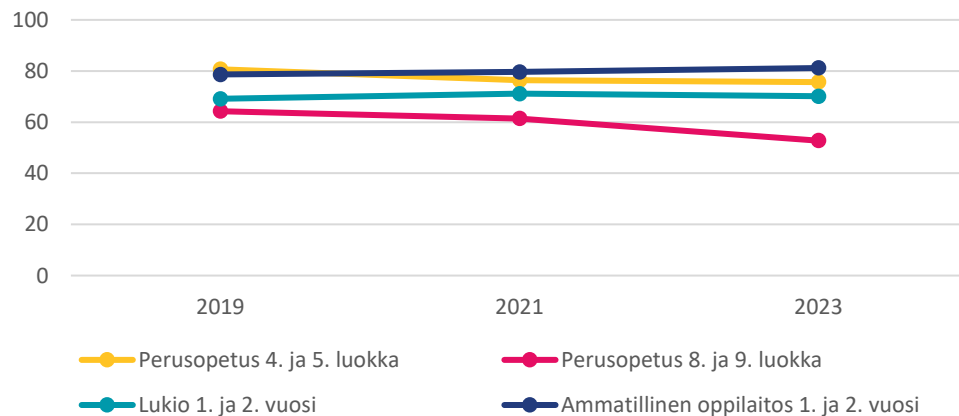
Kuvio 30. Kokee olevansa tärkeä osa koulu yhteisöä 2023, %



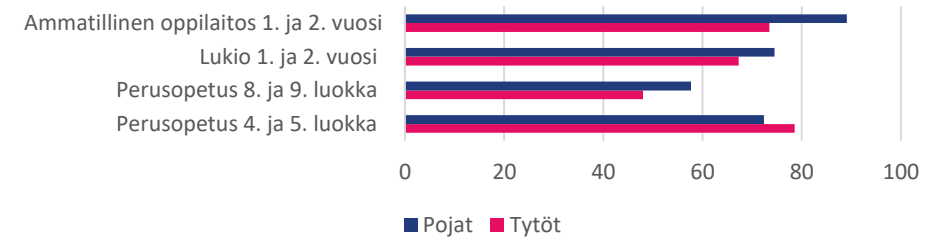
## Koulunkäynti

Valtaosa seinäjokisista lapsista ja nuorista pitää koulunkäynnistä. Vuonna 2023 koulunkäynnistä pidetään eniten ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden ja perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisten keskuudessa. Perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten keskuudessa koulunkäynnistä pitävien osuus on laskenut 61 prosentista 53 prosenttiin vuosien 2021 ja 2023 välillä. Muissa vastaajaryhmissä vastaukset ovat pysyneet kutakuinkin ennallaan.

Kuvio 31. Pitää koulunkäynnistä, %

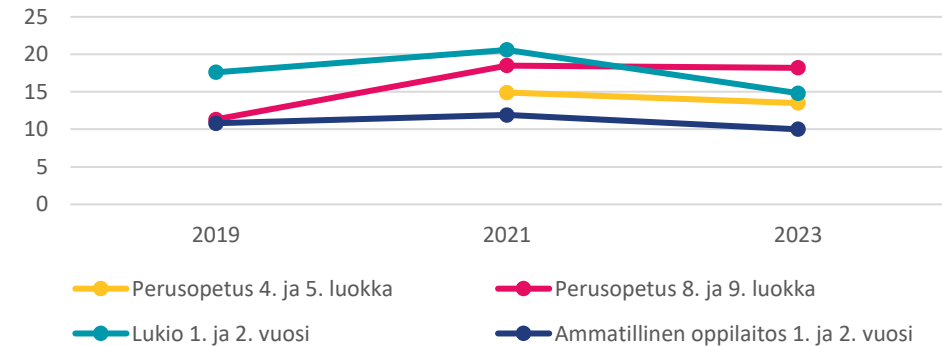


Kuvio 32. Pitää koulunkäynnistä 2023, %



Pojat pitävät koulunkäynnistä tyttöjä enemmän kaikissa vastaajaryhmissä perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisia lukuun ottamatta.

Kuvio 33. Kokee koulu-uupumusta, %

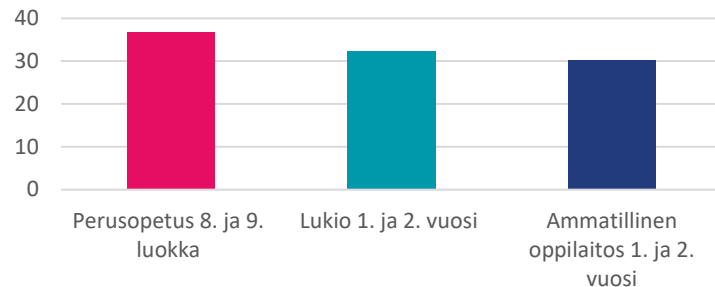


Koulu-uupumus seinäjokisten nuorten keskuudessa on vuonna 2023 vähentynyt kaikissa vastaajaryhmissä vuoteen 2021 verrattuna. Vuonna 2023 koulu-uupumusta kokevat eniten 8. ja 9. luokkien oppilaat, kun aiemmin koulu-uupumusta ovat kokeneet eniten lukiolaiset.

## Kouluruokailu

Yli kolmannes seinäjokisista nuorista ei syö koululounasta päivittäin.

Kuvio 34. Ei syö koululounasta päivittäin 2023, %



**76,4 %**  
seinäjokisista 4. ja 5. luokkalaisista syö pääruokaa kouluruoalla kaikkina koulupäivinä.

Hyvät vaikutusmahdollisuudet kouluruokailuun

**21,9 %**  
Perusopetus  
8. ja 9.  
luokka

**28,2 %**  
Lukio 1. ja 2.  
vuosi

**36,7 %**  
Ammatillinen  
oppilaitos 1.  
ja 2. vuosi

Seinäjokisista nuorista ammatillisten oppilaitosten opiskelijat kokevat kouluruokailuun liittyvät vaikutusmahdollisuutensa muita vastaajaryhmiä paremmiksi.

Seinäjokiset nuoret kokevat mahdollisuutensa vaikuttaa kouluruokailuun koko maan tasoon verrattuna paremmiksi kaikissa vastaajaryhmissä. Esimerkiksi seinäjokisista lukion 1. ja 2. vuosien opiskelijoista 28,2 prosenttia kokee kouluruokailuun liittyvät vaikuttamismahdollisuutensa hyviksi, kun koko maan vastaava luku on 23,3 prosenttia.



# Pohdinta: Yksinäisyys ja yhteisöllisyys

- Yksinäisyyden lisääntyminen ja osallisuuden väheneminen näkyvät Kouluterveyskyselyn tuloksissa lähes joka ikäluokassa. Yksinäisyyden vähentämiseksi ja yhteisöllisyyden lisäämiseksi on tehty ja tehdään Seinäjoen kaupungin oppilaitoksissa paljon työtä. Tätä työtä on jatkettava edelleen. Yksinäisyyden vähentäminen on jokaisen koulussa työskentelevän ja opiskelevan vastuulla.
- Seinäjoen kaupungin poissaolomalli ja poissaoloihin puuttumisen rajat on juuri päivitetty ja toimintatavat ovat yhtenäiset kaikissa oppilaitoksissa. Kouluvalmentajien työ tukee koululäsnäoloa sekä yhteisöllisyyttä alakoulujen 5.-6. luokilla ja yläkouluissa. Yläkouluilla vierailee säännöllisesti myös nuorisotyöntekijöitä, jotka tukevat ja kehittävät koulun yhteisöllisyyttä.
- Opettajia on koulutettu Ihmeelliset vuodet TCM-toimintamalliin (teacher classroom management). Tavoitteena koulutuksella on työtteen ja toimintakulttuurin kehittäminen lasten sosiaalista kehitystä tukevaksi, myönteisen kasvatusilmapiirin vahvistaminen ja käytösongelmien vähentäminen opetusryhmissä. Koulutus jatkuu edelleen.

# Pohdinta: Kiusaamiseen puuttuminen

- Kiusaamiseen puuttumisen toimintamalleja kehitetään koko ajan vastaamaan muuttuviin haasteisiin. Uudet perusopetuksen järjestysäännöt on hyväksytty joulukuussa kasvatus- ja opetuslautakunnassa.
- Perusopetuksessa toteutetaan vuosittain arviointikysely, jolla seurataan ja kartoitetaan koulukohtaisesti eri asioita, kuten oppilaiden kokemaa yksinäisyyttä ja osallisuutta. Kysely toteutetaan ikätasoon sopivin kysymyksin, jolloin saatu tieto on luotettavaa. Kyselyyn vastaavat kaikki oppilaat 4.-9. luokilta. Kyselyiden teemat toistuvat samankaltaisina kolmen vuoden välein, tänä keväänä tehtävä kysely on tehty edellisen kerran keväällä 2021. Omassa kyselyssämme saamme myös opettajien kokemuksen samoista asioista, sillä oppilaiden lisäksi myös koulun henkilökunta vastaa kyselyyn. Näiden koulukohtaisten kyselyiden pohjalta pystytään puuttumaan niissä havaittuihin haasteisiin.

# Pohdinta: Yhteistyö opiskeluhuollossa

- Lasten ja nuorten ahdistuneisuus sekä heidän kokemansa huoli mielen hyvinvoinnista ovat kasvaneet erityisesti tytöillä. Tähän kouluissa pyritään vastaamaan yhteistyöllä opiskeluhuollon ja muun terveydenhuollon kanssa.
- Kaupungissa toimii Lasten ja nuorten palveluiden ohjausryhmä, jossa kehittämistyötä tehdään moniammatillisesti. Myös Perhekeskus-toiminta on rakentumassa kaupungin ja hyvinvointialueen sekä järjestöjen yhteistyössä.
- Yhteistyö hyvinvointialueelle siirtyneiden toimijoiden kanssa on jatkuvaa. Muutos on tuore ja toimivia toimintamalleja ja tapoja haetaan ja kehitetään parhaillaan. Yhteinen tahtotila on saada arki toimivaksi siten, että kaikki oppilaat ja opiskelijat saisivat tarvittavan tuen.

# Pohdinta: Päihteet

- Päihteiden osalta kouluterveyskyselyn tulokset ovat selvästi muuttuneet. Seinäjokiset nuoret kokevat huumeiden hankkimisen omalla paikkakunnalla aiempaa helpommaksi ja Seinäjoen taso on ohittanut koko maan tason vuosien 2021 ja 2023 välillä. Myös nikotiinituotteiden käyttö on kasvussa.
- Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vaikuttamaan nuorten päihteiden käyttöön ja asenteisiin päihteitä kohtaan. Tätä työtä tehdään tiiviisti yhdessä eri toimijoiden kesken. Myös lasten ja nuorten kotiväkeä on otettu mukaan ja herätelty heitä huomaamaan mahdollisia päihteiden käyttöön liittyviä tilanteita. Emme voi vaikuttaa yleiseen kehitykseen, jota esimerkiksi sosiaalisen median alustoilla tapahtuu. Kaupungin eri toimijoiden rooli onkin vahvasti juuri pyrkiä vahvistamaan nuorten itsetuntoa ja tarjota todellista tietoa päihteistä.
- Vahvistusta kaupungin ehkäisevään päihdetyöhön on luvassa vuonna 2024, kun hyvinvointi ja osallisuus -yksikössä aloittaa ehkäisevän päihdetyön koordinaattori. Koulujen päihdetoimintamallia ollaan juuri päivittämässä. Tavoitteena on myös saada aikaan koko kaupungin kattava koulujen ehkäisevän päihdetyön suunnitelma.

# Pohdinta: Harrastaminen ja elintavat

- Seinäjokiset lapset ja nuoret harrastavat paljon. Seinäjoen kaupunki tarjoaa paljon vapaa-ajan harrastuksia lapsille ja nuorille. Koulupäivän yhteyteen on jokaisella koululla järjestetty erilaisia kerhoja sekä Harkku-toimintaa, jonka sisältöön lapset ja nuoret voivat myös itse vaikuttaa. Meillä on kaupungissa myös valtavasti seurojen ja yksityisten yrittäjien tarjoamia harrastuksia. Viime vuonna otettiin käyttöön Harrastuspassi, joka kokoaa yhteen Seinäjoen lähialueen ajanviettomahdollisuuksia ilmaiseen mobiilisovellukseen.
- Tästä huolimatta lapset ja nuoret Seinäjoella liikkuvat vähemmän kuin lapset ja nuoret koko maassa. Seinäjoen koulut ovat liikkuvia kouluja, joissa pyritään lisäämään liikettä myös koulupäivän aikana. Suosittelemme oppilaille ja opiskelijoille koulumatkojen liikkumista kävellen tai pyörällä. Suurin vastuu liikkumisesta on kuitenkin lasten ja nuorten kodeilla.
- Lukuvuosina 2022-2023 ja 2023-2024 Seinäjoen perusopetuksessa on ollut käynnissä hyvinvoinnin teemavuosi. Näiden vuosien aikana kouluissa on kiinnitetty huomiota hyvinvoinnin perustekijöihin, eli liikkumiseen, ravintoon, uneen sekä mielen hyvinvointiin.

# Seinäjäjoki

