

# Keskustelukortit Koulu- terveyskyselyn tulosten käsittelyyn nuorten kanssa

## Ohjeet keskustelukorttien käyttöön

Nuorten nostot -keskustelukortteihin on koottu teemoja, joista nuoret usein toivovat keskusteltavan Koulu-terveyskyselyn tulosten julkaisemisen yhteydessä. Voitte käyttää kortteja esimerkiksi seuraavilla kahdella tavalla:

- A) Ryhmätehtävä.** Jaa nuoret muutaman hengen ryhmiin. Anna jokaiselle ryhmälle teemakortit. Anna ryhmille noin 10 minuuttia keskusteluaikaa. Pyydä ryhmiä valitsemaan kolme teemaa, joista heidän mielestään olisi tärkeintä keskustella. Keskusteluajan päätyttyä jokainen ryhmä tuo yhteiseen pöytään valitsemansa kolme teemakorttia. Näistä äänestetään yhdessä kolme asiaa, joista keskustellaan.
- B) Yhteinen keskustelu.** Levitä teemakortit pöydälle. Pyydä nuoria asettamaan yhdessä keskustellen kortit pyramidin muotoon niin, että ylimpänä on teema, josta heidän mielestään olisi tärkeintä keskustella ja sen alapuolella kaksi seuraavaksi tärkeintä teemaa.

Kun teemat on valittu, katsokaa siihen liittyvät Koulu-terveyskyselyn tulokset osoitteesta [thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset](https://thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset). Oheisissa keskustelukorteissa kerrotaan, minkä nimisten indikaattorien tuloksia mistäkin teemasta kannattaa esitellä nuorille.

## Ohje Koulu-terveyskyselyn indikaattorien valintaan tulospalvelusta

1. Mene sivulle [thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset](https://thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset)
2. Klikkaa Koulu-terveyskyselyn tulospalveluun (Tableau)
3. Valitse sivun yläreunasta joko ”Alueiden vertailu” tai ”Indikaattorien vertailu”
4. Valitse vasemmalta valikosta kouluaste, vuosi, sukupuoli ja alue
5. Valitse vasemmalta valikosta indikaattori. Voit etsiä indikaattoria rullaamalla hiirellä aakkostettua listaa tai kirjoittaa indikaattorin nimen valkoiseen valikkoon.



# Terveys



# Mielen hyvinvointi

# Terveys

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Koettu terveydentila keskinkertainen tai huono” ja/tai ”Kipua ainakin kolmessa kehonosassa päivittäin (summaindikaattori)” ja/tai ”Kipua päässä vähintään kerran viikossa”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjiä ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

# Mielen hyvinvointi

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus (summaindikaattori)” ja ”Ollut huolissaan mielialastaan kuluneen 12 kuukauden aikana”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mitä arvelette, miksi ahdistuneisuus ja huoli omasta mielialasta ovat näin yleisiä? Mitä päättäjiä ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Kouluun tai opintoihin liittyvät asiat



# Koulun ja opiskeluhuollon ammattilaisilta saatu tuki

# Kouluun tai opintoihin liittyvät asiat

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Koulu-uupumus (summa-indikaattori)” ja/tai ”Vaikeuksia lukemista vaativissa tehtävissä” ja/tai ”Vaikeuksia opetuksen seuraamisessa”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mitä arvelette, miksi osa nuorista kokee koulu-uupumusta? Entä vaikeuksia oppimistaidoissa? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

# Koulun ja opiskeluhuollon ammattilaisilta saatu tuki

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Mahdollisuus keskustella koulussa aikuisen kanssa mieltä painavista asioista” ja/tai ”Mieliälään liittyviin huoliin tukea tarvinneista apua saaneet, opiskeluhuoltopalvelut”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mitä arvelette, miksi vain osa nuorista kokee, että heillä olisi tarvittaessa mahdollisuus keskustella mieltään painavista asioista oppilaitoksessa työntekijän kanssa? Entä miksi vain osa mieliälään liittyviä huolia kokeneista on hakenut apua opiskeluhuoltopalveluista? Mistä muualta apua haetaan? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Tulevaisuus



# Yksinäisyys, kaverisuhteet

# Tulevaisuus

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Kokee voivansa vaikuttaa siihen, millainen omasta tulevaisuudesta tulee.”

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

# Yksinäisyys, kaverisuhteet

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Tuntee itsensä yksinäiseksi” ja/tai ”Ei yhtään läheistä ystävää” ja/tai ”Mielialaan liittyviin huoliin tukea tarvinneista apua saaneet, ystävät ja muut läheiset”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Yksinäisyys on hyvinvoinnille haitallista. Yksinäisyyden kokemus kertoo siitä, että ihmissuhteet eivät ole sellaisia kuin nuori toivoisi. Ulkopuolelle jäämisen kokemukset vaikuttavat myös mielialaan. Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Perhesuhteet



# Kouluruokailu

# Perhesuhteet

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Voi keskustella asioistaan vanhempien kanssa usein tai melko usein” ja/tai ”Keskustelee usein vanhempiensa kanssa koulupäivästä” ja/tai ”Mielialaan liittyviin huoliin tukea tarvinneista apua saaneet, omat vanhemmat”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta? Mitä muita perhesuhteisiin liittyviä asioita olisi tärkeää huomioida?

# Kouluruokailu

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Syö koululounasta päivittäin” ja/tai ”Koululounas on maultaan hyvää” ja/tai ”Koululounasta on tarjolla riittävästi”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Miksi osa nuorista ei osallistu koululounaalle joka päivä? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää tilanteesta?



# Kiusaaminen



# Syrjintä

# Kiusaaminen

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Koulukiusattuna tai osallistunut koulukiusaamiseen lukukauden aikana (summaindikaattori)” ja/tai ”Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

”Koulukiusattuna tai osallistunut koulukiusaamiseen lukukauden aikana” -summaindikaattori antaa yleiskuvan siitä, kuinka moni nuori on ollut jossakin roolissa kiusaamislanteissa. Kun näin suuri osuus on ollut mukana, kiusaaminen on monen tiedossa.

**Kysymysehdotus:** Miksi kiusaamisesta kerrotaan niin harvoin aikuisille? Mitä oppilaitoksissa pitäisi tehdä, että kiusaamisesta kerrottaisiin?

# Syrjintä

Avatkaa indikaattori ”Kokenut syrjintää koulussa tai vapaa-ajalla”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

**Taustaa:** Yhdenvertaisuuslaissa kiellettyjä syrjintäperusteita ovat ikä, alkuperä, kansalaisuus, kieli, uskonto, vakaumus, mielipide, poliittinen toiminta, ammattiyhdistystoiminta, perhesuhteet, terveydentila, vammaisuus, seksuaalinen suuntautuminen ja muu henkilöön liittyvä syy. **Lisätietoja:** <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/syrjintaperusteet>



# Aikuisten taholta koettu epäasiallinen kohtelu



# Nukkuminen

# Aikuisten taholta koettu epäasiallinen kohtelu

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit ”Koulun aikuinen kiusannut koulussa lukuvuoden aikana” ja/tai ”Vanhempi loukannut sanallisesti” ja/tai ”Kokenut vanhempien fyysistä väkivaltaa vuoden aikana (summaindikaattori)”

**Kysymysehdotuksia:** Aikuisten tehtävä on huolehtia lasten ja nuorten turvallisuudesta. Joskus kuitenkin joku aikuinen kohtelee heitä huonosti. Millaisissa tilanteissa näitä epäasiallisen kohtelun kokemuksia voi tulla aikuisten ja nuorten välille? Miten niitä pitäisi ottaa puheeksi? Mitä toivoisitte päättäjien ja ammattilaisten tietävän asiasta? Mitä toivoisitte heidän tekevän?

**Taustaa:** Joskus esimerkiksi koulussa nuoren ja aikuisen käsitys tapahtuneista asioista voi olla erilainen. On tärkeää, että oppilaat ja opiskelijat tietävät, kenelle he voivat kertoa, jos kokevat koulun aikuisen kohdelleen heitä epäasiallisesti. Asian käsittelyyn voi pyytää apua rehtorilta tai opiskeluhuoltopalveluista. Myös omien vanhempien kanssa voi pohtia, miten asian kanssa olisi hyvä edetä. Yksin ei kannata jäädä, vaan ottaa tilanne puheeksi luotettavan aikuisen kanssa. Jos nuori kokee henkistä tai fyysistä väkivaltaa vanhempiensa tai muun huolta pitävän aikuisen taholta, apua voi hakea opiskeluhuolto-palvelujen kautta, lastensuojeluviranomaisilta tai poliisilta.

# Nukkuminen

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Nukkuu arkisin vähintään 8 tuntia (summaindikaattori)” ja/tai ”Väsynyt ja uupunut päivittäin” ja/tai ”Ei ole usein syönyt tai nukkunut netin takia”. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat? Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Liikkuminen



# Nikotiinituotteet

# Liikkuminen

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Vähintään tunnin päivässä liikkuvat” ja/tai ”Harrastaa liikuntaa ohjatusti vapaa-ajalla vähintään viikoittain” ja/tai ”Harrastaa liikuntaa itsenäisesti vapaa-ajalla vähintään viikoittain”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan. Halutessanne voitte katsoa myös ulkoiluun liittyvän indikaattorin ”Viettänyt aikaa ulkona luonnossa vähintään yhtenä päivänä viikon aikana”.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

# Nikotiinituotteet

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Käyttää nikotiinipusseja nykyisin”, ”Käyttää nykyisin sähkösavukkeita”, ”Nuuskaa nykyisin” ja ”Tupakoi nykyisin”.

Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Alkoholinkäyttö



# Huumaavat aineet

# Alkoholinkäyttö

Avatkaa indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Ei käytä alkoholia” ja ”Käyttää alkoholia viikoittain” sekä ”Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjiä ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

# Huumaavat aineet

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran” ja/tai ”Kokeillut kannabista ainakin kerran” Verratkaa tulosta koulutusasteen mukaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjiä ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Liika netinkäyttö ja rahapelit



# Asuinalue

# Liika netinkäyttö ja rahapelit

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Liialliseksi koettu netinkäyttö” ja ”Pelaa rahapelejä viikoittain”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

# Asuinalue

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Kokee, että asuinalueella järjestetään kiinnostavaa vapaa-ajantoimintaa nuorille” ja/tai ”Kokee, että asuinalueella on tarpeeksi oleskelutiloja nuorille” ja/tai ”Tietää asuinalueen harrastusmahdollisuuksista”. Verratkaa tulosta koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?



# Vapaa-aika ja harrastukset



# Itse valitsemanne aihe, mikä?

# Vapaa-aika ja harrastukset

Avatkaa Indikaattorien vertailunäkymään indikaattorit: ”Harrastaa jotakin ainakin kerran viikossa” ja/tai ”kokee kiinnostavat harrastukset liian kalliiksi” ja/tai ”Kokee harrastuspaikkojen sijaitsevan liian kaukana”. Verratkaa tulosta sukupuolittain ja koulutusasteen mukaan. Voitte katsoa, onko tulos muuttunut viime kyselyn jälkeen parempaan vai huonompaan suuntaan.

**Kysymysehdotuksia:** Mistä tulokset mielestänne kertovat?  
Mitä päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää nuorten tilanteesta?

## Itse valitsemanne aihe, mikä?

**Vinkki:** Kun nuoret valitsevat jonkun muun aiheen kuin mitä korteissa on valmiina, kysy, miksi juuri tämä asia on ajankohtainen? Millaisista asioista päättäjien ja ammattilaisten olisi tärkeää tietää, kun he pyrkivät vaikuttamaan asiaan?