

KOULUTERVEYSKYSELY 2021: Ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden lomake

Tervetuloa vastaamaan Kouluterveyskyselyyn!

Pyydämme, että vastaat tähän Kouluterveyskyselyyn.
Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista.

Ohjeita vastaajalle:

- Valitse vastaus, joka on lähimpänä omaa mielipidettäsi tai kokemustasi.
- Vastaa kysymyksiin rehellisesti.
- Huolehdi siitä, että voit täyttää lomakkeen rauhassa.
Anna myös muiden täyttää rauhassa oma lomakkeensa.
- Keskity omiin vastauksiisi. Älä seuraa, mitä muut vastaavat.
- Paina lopuksi ”Lähetä”-painiketta ja sulje selain.

Kyselyssä ei kysytä nimeäsi. Kukaan ei saa tietää, miten olet vastannut.

Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

Vastausten perusteella voidaan parantaa lasten, nuorten ja perheiden palveluita ja kehittää koulujen toimintaa.

Vastauksia käytetään myös tieteellisiin tutkimuksiin.

Tiedot säilytetään Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksella.

Taustatiedot

1. Mikä on virallinen sukupuolesi?

- Poika
- Tyttö

2. Koetko olevasi

- Poika
- Tyttö
- Molempia
- En kumpaakaan
- Kokemukseni vaihtelee

3. Minä vuonna olet syntynyt?

- 1992 tai aiemmin
- 1993
- 1994
- 1995
- 1996
- 1997
- 1998
- 1999
- 2000
- 2001
- 2002
- 2003
- 2004
- 2005
- 2006
- 2007
- 2008 tai myöhemmin

4. Missä kuussa olet syntynyt?

- tammikuu
- helmikuu
- maaliskuu
- huhtikuu
- toukokuu
- kesäkuu
- heinäkuu
- elokuu
- syyskuu
- lokakuu
- marraskuu
- joulukuu

5. Koulutusala

- Humanistinen ja kasvatusala
- Kulttuuriala
- Yhteiskuntatieteiden, liiketalouden ja hallinnon ala
- Luonnontieteiden ala
- Tekniikan ja liikenteen ala
- Luonnonvara- ja ympäristöala
- Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
- Matkailu-, ravitsemis- ja talousala

6. Minkä vuoden opiskelija olet?

- 1. vuoden opiskelija
- 2. vuoden opiskelija
- 3. vuoden opiskelija

7. Suoritatko kaksois- tai kolmoistutkintoa lukiossa tai ammatillisessa oppilaitoksessa?

- Kyllä
- En

8. Missä vastaat tähän kyselyyn?

- Oppilaitoksessa lähiopetuksessa
- Etäopetuksessa
- Työpaikalla työelämässä oppimisen aikana

Opiskelu

9. Mitä pidät opiskelusta tällä hetkellä? Pidän opiskelusta

- Hyvin paljon
- Melko paljon
- Melko vähän
- En lainkaan

10. Mitä mieltä olet ryhmästäsi?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Ryhmässäni on hyvä työrauha

Ryhmän ilmapiiri on sellainen, että uskallan vapaasti ilmaista mielipiteeni

Ryhmäni opiskelijat viihtyvät hyvin yhdessä

11. Mitä mieltä olet opettajistasi?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Opettajat rohkaisevat minua ilmaisemaan oman mielipiteeni oppitunneilla

Opettajat ovat kiinnostuneita siitä, mitä minulle kuuluu

Opettajat kohtelevat meitä opiskelijoita oikeudenmukaisesti

Kiusaamisella tarkoitetaan seuraavassa kysymyksessä sitä, että opettaja tai muu henkilökuntaan kuuluva henkilö aiheuttaa sanoilla tai teoilla toistuvasti pahaa mieltä jollekin opiskelijalle. Kiusaamista ei kuitenkaan ole esimerkiksi puuttuminen opiskelijan omaan häiritsevään käyttäytymiseen tai tehtävien tekemättä jättämiseen.

12. Onko joku opettajista tai muista oppilaitoksesi aikuisista kiusannut sinua oppilaitoksessa **tämän lukuvuoden** aikana?

- Useita kertoja viikossa
- Noin kerran viikossa
- Harvemmin
- Ei lainkaan

13. Millainen mahdollisuus sinulla on ollut vaikuttaa seuraaviin asioihin oppilaitoksessasi **tämän lukuvuoden** aikana?

- Erittäin hyvä
- Melko hyvä
- Ei hyvä eikä huono
- Melko huono
- Erittäin huono

Oppituntien järjestelyt (esim. työskentelytavat)

Opiskelun suunnittelu (mm. oppituntien sijoittelu, opiskelupäivän alkamisajankohta, koejärjestelyt)

Välituntien tai taukojen suunnittelu tai toteutus

Oppilaitoksen yhteisten sääntöjen laatiminen

Oppilaitoksen tilojen suunnittelu tai siistiminen

Kouluruokailu (mm. ruokalistat, tilojen viihtyvyys)

Oppilaitoksen teemapäivien, juhlien, retkien ja leirikoulun järjestäminen

14. Koen olevani tärkeä osa

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Luokkayhteisöä

Kouluyhteisöä

15. Onko sinulla vaikeuksia seuraavissa opiskeluun liittyvissä asioissa?

- Ei lainkaan
- Melko vähän
- Melko paljon
- Erittäin paljon

Opetuksen seuraaminen oppitunneilla

Läksyjen tai muiden vastaavien tehtävien tekeminen

Kokeisiin valmistautuminen

Kirjoittamista vaativien tehtävien tekeminen

Lukemista vaativien tehtävien tekeminen

Laskemista vaativien tehtävien tekeminen

Käytännön työtehtävien tekeminen

Suullinen esiintyminen

Vastaaminen tunnilla

Opiskelussa käytettävien laitteiden (digitaalisen tekniikan tai ohjelmistojen) käyttö

16. Oletko kokenut seuraavanlaisia tunteita opiskeluusi liittyen?

- En juuri koskaan
- Muutaman kerran kuukaudessa
- Muutamana päivänä viikossa
- Lähes päivittäin

Tunnen hukkuvani koulutyöhön

Tuntuu, ettei opinnoillani ole enää merkitystä

Minulla on riittämättömyyden tunteita opinnoissani

17. Entä kuinka usein olet kokenut seuraavia opiskeluusi liittyviä tunteita?

- En juuri koskaan
- Muutaman kerran kuukaudessa
- Muutamana päivänä viikossa
- Lähes päivittäin

Kun herään aamulla, minusta tuntuu hyvältä aloittaa opiskelu

Olen innostunut opiskelusta

Kun teen opiskeluun liittyviä tehtäviä, unohdan kaiken ympäriltäni

18. Oletko kokenut seuraavanlaisia asioita opiskeluusi liittyen?

- En juuri koskaan
- Muutamana kerran kuukaudessa
- Muutamana päivänä viikossa
- Lähes päivittäin

Minusta tuntuu, että minulla on aina kiire ja teen monta opiskeluun liittyvää asiaa samanaikaisesti

Tunnen syyllisyyttä, jos en työskentele jonkun opiskeluun liittyvän asian parissa

Työskentelen opintojeni parissa usein vielä silloinkin, kun muut opiskelukaverini ovat jo lopettaneet

Kiusaaminen

Kiusaamisella tarkoitetaan tässä sitä, kun toinen opiskelija tai ryhmä opiskelijoita sanoo tai tekee epämiellyttäviä asioita jollekin opiskelijalle. Kiusaamista on myös se, kun opiskelijaa kiusoitellaan **toistuvasti** tavalla, josta hän ei pidä. Kiusaamista ei ole se, kun kaksi suunnilleen **samanvahvuista** opiskelijaa riitelevät.

19. Kuinka usein sinua on kiusattu oppilaitoksessa **tämän lukukauden** aikana?

- Useita kertoja viikossa
- Noin kerran viikossa
- Harvemmin
- Ei lainkaan

20. Kuinka usein sinä olet osallistunut muiden opiskelijoiden kiusaamiseen **tämän lukukauden** aikana?

- Useita kertoja viikossa
- Noin kerran viikossa
- Harvemmin
- En lainkaan

Jos sinua ei ole kiusattu tai et ole itse osallistunut kiusaamiseen oppilaitoksessa tämän lukukauden aikana, siirry kysymykseen 24.

21. Jos sinua on kiusattu tai olet osallistunut muiden opiskelijoiden kiusaamiseen **tämän lukukauden** aikana, miten se on tapahtunut?

- Kyllä
- Ei

Nimitelty ilkeästi, tehty naurunalaiseksi tai kiusoiteltu loukkaavasti

Jätetty huomiotta tai kaveriporukan ulkopuolelle

Lyöty, potkittu tai tönitty

Levitetty valheita toisille opiskelijoille loukkaamistarkoituksessa

Viety rahaa tai tavaraa tai rikottu tavaroita

Uhkailtu tai pakotettu tekemään asioita vastentahtoisesti

Loukattu halventavilla ilmeillä tai eleillä

Loukattu kännykän tai internetin kautta; viestit, soitot tai kuvat

Jollakin muulla tavalla

22. Oletko kertonut jollekin oppilaitoksen aikuiselle **tämän lukukauden** aikana oppilaitoksessa tapahtuneesta kiusaamisesta?

- Kyllä
- En (siirry kysymykseen 24)

23. Mitä on tapahtunut sen jälkeen, kun olet kertonut kiusaamisesta?

- Kiusaaminen on loppunut
- Kiusaaminen on vähentynyt
- Kiusaaminen on jatkunut kuten ennenkin
- Kiusaaminen on pahentunut
- En tiedä

Terveys

24. Mitä mieltä olet terveydentilastasi?

- Erittäin hyvä
- Melko hyvä
- Keskinertainen
- Melko tai erittäin huono

25. Pituus ja paino (merkitse kokonaislukuina)

Pituus _____ cm

Paino _____ kg

26. Mitä mieltä olet painostasi? Oletko mielestäsi

- Selvästi ylipainoinen
- Hieman ylipainoinen
- Sopivan painoinen
- Hieman alipainoinen
- Selvästi alipainoinen

27. Onko sinulla jokin lääkärin toteama pitkäaikainen sairaus tai terveysongelma?

- Ei
- Kyllä

28. Mitkä asiat ovat sinulle helppoja tai vaikeita?

- Ei vaikeuksia
- Vähän vaikeuksia
- Paljon vaikeuksia
- Ei onnistu lainkaan

Onko sinun vaikea nähdä (jos käytät silmälaseja tai piilolinssijä, arvioi näkökykyäsi niiden kanssa)?

Onko sinun vaikea kuulla puhetta (jos käytät kuulolaitetta, arvioi kuuloasi sen kanssa)?

Onko sinun vaikea kävellä noin puoli kilometriä, esimerkiksi urheilukentän ympäri?

Onko sinun vaikea huolehtia itsestäsi eli onko sinulla vaikeuksia esimerkiksi syömisessä tai kenkien pukemisessa?

Onko sinun vaikea puhua niin, että muut ihmiset kuin perheenjäsenet ymmärtävät sinua?

29. Mitkä asiat ovat sinulle helppoja tai vaikeita?

- Ei vaikeuksia
- Vähän vaikeuksia
- Paljon vaikeuksia
- Ei onnistu lainkaan

Onko sinun vaikea oppia asioita?

Onko sinun vaikea muistaa asioita?

Onko sinun vaikea keskittyä, vaikka tehtävä olisi mielestäsi kiva?

Onko sinun vaikea hyväksyä muutoksia omiin rutiineihisi?

Onko sinun vaikea hallita omaa käytöstäsi?

Onko sinun vaikea saada ystäviä?

Mielen hyvinvointi

30. Kuinka usein seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua lomakkeen täyttöä edeltäneen **kahden viikon** aikana?

- Ei lainkaan
- Useana päivänä
- Suurimpana osana päivistä
- Lähes joka päivä

Hermostuneisuuden, ahdistuneisuuden tai kireyden tunne

En ole voinut lopettaa tai hallita huolestumistani

Liiallinen huolestuneisuus erilaisista asioista

Vaikeus rentoutua

Niin levoton olo, että on vaikea pysyä aloillaan

Taipumus harmistua tai ärsyyntyä helposti

Pelko siitä, että jotakin kauheaa saattaisi tapahtua

Vain vähäinen mielenkiinto tai mielihyvä erilaisten asioiden tekemisestä

Alakuloisuus, masentuneisuus, toivottomuus

31. Oletko sinä ollut huolissasi mielialastasi viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- En (siirry kysymykseen 33)
- Kyllä, olen kertonut asiasta jollekin
- Kyllä, mutta en ole kertonut asiasta kenellekään

32. Oletko saanut tukea ja apua mielialaasi liittyviin asioihin viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- Kyllä, paljon
- Kyllä, jonkin verran
- En, mutta olisin tarvinnut
- En ole tarvinnut apua

Oppilaitoksen aikuisilta (opettaja, terveydenhoitaja, lääkäri, psykologi, kuraattori)

Palveluista oppilaitoksen ulkopuolella (esim. terveyskeskus, mielenterveyspalvelut, nuorisotoimen palvelut)

Omilta vanhemmiltasi

Ystäviltä ja muilta läheisiltä

33. Alla on esitetty joitain väittämiä tunteista ja ajatuksista. Valitse vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa kokemuksiasi viimeisen **kahden viikon** aikana.

- Ei koskaan
- Harvoin
- Silloin tällöin
- Usein
- Koko ajan

Väittämä toiveikkuuden tunteesta

Väittämä hyödyllisyyden tunteesta

Väittämä rentoutuneisuuden tunteesta

Väittämä ongelmien käsittelystä

Väittämä ajattelun selkeydestä

Väittämä läheisyyden tunteesta

Väittämä kyvystä tehdä päätöksiä

Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS) © NHS Health Scotland, University of Warwick and University of Edinburgh, 2008, kaikki oikeudet pidätetty.

34. Kuinka paljon seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua viimeksi kuluneen **viikon** aikana?

- Ei yhtään
- Vähän
- Kohtalaisesti
- Hyvin paljon
- Äärimmäisen paljon

Väittämä nolostumisen pelosta johtuvasta asioiden välttämisestä

Väittämä huomion keskipisteeksi joutumisen välttämisestä

Väittämä, että nolostuminen on pahimpia pelkoja

MINI-SPIN. Copyright, Jonathan Davidson. ©1995, 2008, 2014. Kaikki oikeudet pidätetty.

35. Arvioi jokaisen väittämän kohdalla, sopiiko väittämän kuvaus tämänhetkiseen tilanteeseesi.

- Kyllä
- Ei

Yritätkö oksentaa, koska tunnet olevasi epämiellyttävän kylläinen?

Huolestuttaako sinua ajatus, ettet enää pysty hallitsemaan syömisesi määrää?

Oletko laihtunut lähiaikoina yli kuusi kiloa kolmen kuukauden aikana?

Uskotko olevasi lihava, vaikka muut väittävät, että olet laiha?

Hallitseeko ruoka mielestäsi elämäsi?

36. Seuraavaksi kysymme kokemuksista, jotka voivat tuntua oudoilta, mutta jotka ovat melko yleisiä. Valitse se vastausvaihtoehto, joka parhaiten kuvaa kokemuksiasi **viime aikoina** (noin 3 kuukauden aikana).

- Monta kertaa päivässä
- Päivittäin
- Muutamana kerran viikossa
- Viikoittain
- Kuukausittain
- Harvemmin tai ei koskaan

Kuulen ääniä kuten kuiskimista tai puhetta, joita muut eivät pysty kuulemaan

Näen asioita tai ihmisiä, joita muut eivät pysty näkemään

Tuntuu, että minua seurataan tai vakoillaan

37. Onko sinulle koskaan tapahtunut seuraavia asioita?

- Ei koskaan
- Kerran
- Kaksi kertaa
- 3–4 kertaa
- 5 kertaa tai useammin

Olen tahallani vahingoittanut itseäni, esim. viillellyt

Minulla on ollut itsetuhoisia ajatuksia

Olen yrittänyt itsemurhaa

38. Valitse seuraavien väittämien kohdalla se vaihtoehto, mitä itse tunnet ja ajattelet.

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Tunnen, että minulla on arvoa ihmisenä vähintään yhtä paljon kuin muillakin

Uskon, että minulla on monia hyviä ominaisuuksia

Pystyn tekemään asioita yhtä hyvin kuin muutkin ihmiset

Minulla on myönteinen käsitys itsestäni

Olen kaiken kaikkiaan tyytyväinen itseeni

Jos mielen hyvinvointiin liittyvät asiat mietityttävät sinua, on tärkeää että juttelet asiasta esimerkiksi vanhempiesi tai oppilaitoksen terveydenhoitajan kanssa. Voit myös jutella asiasta Sekasin-chatissa.

Ystävät

39. Onko sinulla tällä hetkellä todella läheistä ystävää, jonka kanssa voit keskustella luottamuksellisesti lähes kaikista omista asioistasi?

- Ei ole läheisiä ystäviä
- On yksi läheinen ystävä
- On kaksi läheistä ystävää
- On useampia läheisiä ystäviä

40. Tunnetko itsesi yksinäiseksi?

- En koskaan
- Hyvin harvoin
- Joskus
- Melko usein
- Jatkuvasti

Seurustelu ja seksuaaliterveys

41. Mikä seuraavista kuvaa parhaiten seksuaalista suuntautumistasi tällä hetkellä?

- Hetero
- Bi- tai panseksuaali
- Homo tai lesbo
- Mikään edellä olevista ei sovi kuvaamaan minua
- En osaa sanoa

42. Seurusteletko tällä hetkellä?

- En
- Kyllä

43. Oletko koskaan ollut yhdynnässä (emätin- tai peräaukkoyhdyntä)?

- En ole (siirry kysymykseen 45)
- Olen

44. Mitä ehkäisymenetelmää käytitte viimeisimmässä yhdynnässä? *Voit valita useita vaihtoehtoja.*

- Kondomia
- E-pillereitä, ehkäisyrengasta tai -laastaria
- Kierukkaa
- Jälkiehkäisyä yhdynnän jälkeen
- Jotain muuta menetelmää
- Ei mitään, toivomme lasta
- Ei mitään, muusta syystä
- En tiedä

45. Tarvitsetko jotain seuraavista?

- Kyllä
- En
- En tiedä

Mahdollisuutta keskustella jonkun kanssa ihmissuhteista ja seksuaalisuudesta

Enemmän tietoa kehosta

Enemmän tietoa mahdollisuudesta tulla raskaaksi

Ilmaisia kondomeja

Halvempia ehkäisymenetelmiä

Enemmän tietoa seksitaudeista

Lisätietoa, kuinka voin tilata klamydiatestin

Viikonloppuisin tai iltaisin avoimena olevia vastaanottoja testauksia ja neuvontaa varten

Ympärileikkaus

Joissakin kulttuureissa tehdään sukuelinten ympärileikkauksia, joista voi aiheutua terveysongelmia.

- **Tyttöjen** ympärileikkauksessa sukuelimiä esimerkiksi pistetään, viilletään, leikataan tai ommellaan. Tätä kutsutaan myös sukuelinten silpomiseksi.

- **Poikien** ympärileikkauksessa peniksestä poistetaan esinahkaa. Poikien ympärileikkaus tehdään joskus myös lääketieteellisestä syystä kuten ahtaan esinahan vuoksi.

46. Kuuluuko **ilman lääketieteellistä syytä** tehtävä ympärileikkaus sukusi perinteisiin?

- Ei
- Kyllä
- En osaa sanoa

Tyttöjen ympärileikkaus

Poikien ympärileikkaus

47. Onko sinulle tehty ympärileikkaus **ilman lääketieteellistä syytä**?

- Ei
- Kyllä
- En osaa sanoa

Hampaiden harjaus

48. Kuinka usein harjaat hampaasi?

- En koskaan
- Harvemmin kuin kerran viikossa
- Vähintään kerran viikossa, mutta en päivittäin
- Kerran päivässä
- Useammin kuin kerran päivässä

Ruokailu

49. Kuinka usein olet syönyt tai juonut seuraavia ruokia tai juomia **viimeksi kuluneen viikon** (7 pv) aikana?

- En kertaakaan
- 1-2 päivänä
- 3-5 päivänä
- 6-7 päivänä
- 2-3 kertaa päivässä joka päivä
- 4 kertaa tai useammin joka päivä

Hedelmiä tai marjoja

Tuoreita tai keitettyjä kasviksia (jotain muuta kuin perunaa)

Karkkia tai suklaata

Sokeroitua limsaa tai sokeroitua mehua

Light-limsaa tai light-mehua

Energiajuomaa

Lehmänmaitoa tai piimää

Punaista lihaa (esim. possu, nauta) tai makkaraa

50. Kuinka usein perheenne syö yhteisen ilta-aterian **opiskeluviikon** aikana? (suurin osa perhettä ja ainakin toinen vanhemmista on mukana)

- Viitenä päivänä
- 3-4 päivänä
- 1-2 päivänä
- Harvemmin

51. Kuinka usein syöt seuraavia aterioita **opiskeluviikon** aikana?

- Viitenä päivänä
- 3-4 päivänä
- 1-2 päivänä
- En kertaakaan

Aamupala

Koululounas

Iltaruoka

Iltapala

Välipaloja

52. Kuinka usein syöt seuraavia ateriansia kouluruoalla **opiskeluviikon** aikana?

- Viitenä päivänä
- 3–4 päivänä
- 1–2 päivänä
- En kertaakaan

Pääruokaa

Salaattia tai raastetta

Maitoa tai piimää

Leipää

53. Sisältääkö ruokavaliosi seuraavia ruoka-aineita?

- Kyllä
- Ei

Maitoa, piimää tai muita lehmänmaitotuotteita

Kananmunia

Kalaa tai äyriäisiä (esim. katkaravut)

Kanaa, kalkkunaa

Punaista lihaa (esim. nauta, possu)

Kasviproteiinin lähteitä (esim. herneet, linssit, pavut, soija)

54. Mitä mieltä olet koululounaasta?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Koululounasta tarjotaan sopivaan aikaan päivästä

Koululounaan syömiseen on varattu riittävästi aikaa

Koululounasta on riittävästi tarjolla

Koululounas on laadultaan hyvää

Koululounas on maultaan hyvää

55. Millainen oppilaitoksesi ruokailuympäristö on yleensä?

- Kyllä
- Ei

Ruokailuympäristö on viihtyisä

Ruokailuympäristö on meluton

Ruokajono kulkee nopeasti

Aikuisia syö kanssamme ruokasalissa

Nukkuminen

56. Mihin aikaan tavallisesti menet nukkumaan? *Vastaa molempiin kohtiin.*

Arkisin

Viikonloppuisin

- Noin kello 19:00 tai aikaisemmin
- Noin kello 19:30
- Noin kello 20:00
- Noin kello 20:30
- Noin kello 21:00
- Noin kello 21:30
- Noin kello 22:00
- Noin kello 22:30
- Noin kello 23:00
- Noin kello 23:30
- Noin kello 24:00
- Noin kello 00:30
- Noin kello 01:00
- Noin kello 01:30
- Noin kello 02:00
- Noin kello 02:30
- Noin kello 03:00
- Noin kello 03:30
- Noin kello 04:00 tai myöhemmin

57. Mihin aikaan tavallisesti heräät? *Vastaa molempiin kohtiin.*

Arkisin

Viikonloppuisin

- Noin kello 05:00 tai aikaisemmin
- Noin kello 05:30
- Noin kello 06:00
- Noin kello 06:30
- Noin kello 07:00
- Noin kello 07:30
- Noin kello 08:00
- Noin kello 08:30
- Noin kello 09:00
- Noin kello 09:30
- Noin kello 10:00
- Noin kello 10:30
- Noin kello 11:00
- Noin kello 11:30
- Noin kello 12:00
- Noin kello 12:30
- Noin kello 13:00 tai myöhemmin

Liikunta

58. Kuinka monta tuntia viikossa tavallisesti harrastat liikuntaa **vapaa-aikanasi** niin, että hengästyit ja hikoilet?

- En yhtään
- Noin ½ tuntia
- Noin 1 tunnin
- Noin 2-3 tuntia
- Noin 4-6 tuntia
- Noin 7 tuntia tai enemmän

59. Kuinka usein harrastat liikuntaa tai urheilut ohjatusti tai omatoimisesti **vapaa-ajalla**?

- Lähes päivittäin
- Joka viikko
- Joka kuukausi
- Harvemmin
- En koskaan

Ohjatusti seuran tai järjestön tunneilla, harjoituksissa tai kilpailuissa/otteluissa

Omatoimisesti

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

60. Mieti kaikkea liikkumistasi viimeksi kuluneen **7 päivän** aikana. Kuinka monena päivänä olet liikkunut ainakin tunnin päivässä?

- 0 päivänä
- 1 päivänä
- 2 päivänä
- 3 päivänä
- 4 päivänä
- 5 päivänä
- 6 päivänä
- 7 päivänä

Tupakointi ja päihteet

61. Kuinka monta savuketta, piipullista ja sikaria olet polttanut yhteensä tähän mennessä?

- En yhtään (siirry kysymykseen 64)
- Vain yhden (siirry kysymykseen 64)
- Noin 2-50
- Yli 50

62. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten **nykyistä tupakointiasi**?

- Tupakoin kerran päivässä tai useammin
- Tupakoin kerran viikossa tai useammin, en kuitenkaan päivittäin
- Tupakoin harvemmin kuin kerran viikossa
- Olen lakossa tai lopettanut tupakoinnin

63. Miten usein tupakoit oppilaitoksessa tai työelämässä oppimisen aikana työpaikalla?

- En koskaan
- Silloin tällöin
- Joka päivä

Oppilaitoksessa, sen piha-alueella

Oppilaitoksen läheisyydessä opiskelupäivän aikana

Työelämässä oppimisen aikana työpaikalla

64. Tupakoivatko opettajat tai muu henkilökunta oppilaitoksessa tai sen alueella?

- Kyllä, päivittäin
- Kyllä, joskus
- Eivät tupakoi
- En osaa sanoa

65. Oletko koskaan käyttänyt näitä?

- En lainkaan
- Olen kokeillut kerran tai pari
- Käytän silloin tällöin
- Käytän päivittäin
- Olen käyttänyt, mutta lopetin

Nuuskaa

Vesipiippua (shisha)

66. Käytätkö sähkö tupakkaa, joka sisältää seuraavia aineita? *Vastaa joka riville.*

- En lainkaan
- Olen kokeillut kerran tai pari
- Käytän silloin tällöin
- Käytän päivittäin
- Olen käyttänyt, mutta lopetin

Nikotiinia

Tupakkamakuja

Muita makuaineita (esim. hedelmämaut)

Jotain muuta

67. Mistä hankit **viimeisen 30 päivän** aikana käyttämäsi tupakkatuotteet sekä sähkö tupakkalaitteet ja -nesteet? *Vastaa kaikkien tuotteiden osalta.*

Savukkeet

Nuuska

Sähkö tupakkalaitteet ja -nesteet

- En ole käyttänyt viimeisen 30 päivän aikana
- Ostin itse kaupasta
- Ostin itse kioskista tai huoltoasemalta
- Ostin itse ravintolasta tai baarista
- Ostin itse laivalta tai ulkomailta
- Tilasin nettikaupasta
- Hankin sosiaalisen median kautta
- Vanhempani tai sisarukseni hakivat tai tarjosivat
- Otin kotoa ilman lupaa
- Kaverini hakivat tai tarjosivat
- Joku muu aikuinen tai tuntematon henkilö haki tai tarjosi
- Muualta

68. Ovatko vanhempasi tupakoineet sinun elinaikanasi?

Äiti

Isä

Muu vanhempi

- Ei ole tupakoinut
- On tupakoinut, mutta lopettanut
- Tupakoi nykyisin
- En tiedä

69. Kuinka usein kaiken kaikkiaan käytät alkoholia, esimerkiksi puoli tölkkiä olutta tai enemmän?

- Kerran viikossa tai useammin
- Pari kertaa kuukaudessa
- Noin kerran kuukaudessa
- Harvemmin
- En käytä alkoholi juomia (siirry kysymykseen 72)

70. Kuinka usein käytät alkoholia **tosin humalaan** asti?

- Kerran viikossa tai useammin
- Noin 1-2 kertaa kuukaudessa
- Harvemmin
- En koskaan

71. Miten hankit viime käyttökerralla nauttimasi alkoholijuomat?

- Kyllä
- Ei

Ostin itse Alkosta

Ostin itse kaupasta

Ostin itse kioskista tai huoltoasemalta

Ostin itse ravintolasta tai baarista

Ostin itse laivalta tai ulkomailta

Isä tai äiti haki tai tarjosi

Vanhemmat sisarukset hakivat tai tarjosivat

Otin kotoa ilman lupaa

Kaverini hakivat tai tarjosivat

Joku muu aikuinen tai tuntematon henkilö haki tai tarjosi

72. Käyttääkö joku vanhemmistasi mielestäsi liikaa alkoholia?

- Ei (siirry kysymykseen 74)
- Kyllä

73. Onko siitä aiheutunut sinulle haittaa?

- Ei
- Kyllä

74. Oletko koskaan kokeillut tai käyttänyt seuraavia aineita?

- En koskaan
- Kerran
- 2–4 kertaa
- 5 kertaa tai useammin

Marihuanaa tai hasista (kannabista)

Haistellut jotain huumaavaa ainetta (liimaa, butaania tms.) päihtyäksesi

Lääkkeitä (rauhottavia, uni- tai särkylääkkeitä) tai alkoholia ja lääkkeitä yhdessä päihtyäksesi

Ekstaasia, amfetamiinia, Subutexia, heroiniä, kokaiinia, LSD:tä, gammaa tai muita vastaavia huumaavia aineita

Huumaavaa ainetta, josta et tiennyt, mitä se oli

75. Muistele viimeksi kuluneita **30 päivää**. Kuinka monta kertaa olet tuona aikana käyttänyt edellisessä kysymyksessä mainittuja huumaavia aineita?

- En lainkaan
- Kerran
- 2–4 kertaa
- 5 kertaa tai useammin

Marihuanaa tai hasista (kannabista)

Jotain muuta edellisessä kysymyksessä mainittua huumaavaa ainetta

76. Millaisiksi arvioit ikäistesi mahdollisuudet hankkia huumeita, esimerkiksi marihuanaa tai hasista (kannabista), omalla paikkakunnallasi?

- Erittäin helppoa
- Melko helppoa
- Melko vaikeaa
- Erittäin vaikeaa
- En tiedä

77. Ihmisillä on erilaisia käsityksiä siitä, mikä on hyväksyttävää ja mikä ei. Hyväksytkö sinä ikäisilläsi seuraavat asiat?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa

Tupakointi

Nuuskaaminen

Sähkötupakan käyttö

Alkoholin juominen vähäisessä määrin

Alkoholin juominen humalaan asti

Marihuanan (kannabiksen) polttaminen

Tapaturmat

78. Onko sinulle **tämän lukuvuoden** aikana tapahtunut oppilaitoksessa tai koulumatkalla tapaturma, jonka vuoksi olet käynyt lääkärillä, terveydenhoitajalla tai sairaanhoitajalla?

- Ei kertaakaan
- Kerran
- Kaksi kertaa tai useammin

Välitunnilla

Liikuntatunnilla

Muulla tunnilla

Työelämässä oppimisen aikana työpaikalla

Koulumatkalla

79. Onko sinulle **tämän lukuvuoden** aikana tapahtunut **muulloin** kuin opiskelupäivän aikana tai koulumatkalla onnettomuus tai tapaturma, jonka vuoksi olet käynyt lääkärillä, terveydenhoitajalla tai sairaanhoitajalla?

- Ei kertaakaan
- Kerran
- Kaksi kertaa tai useammin

Moottoriajoneuvon matkustajana tai kuljettajana

Pyöräillessä

Kävellessä (esim. auton töytäisy tai alle jääminen)

Urheiluseuran tai vapaa-ajan liikunnan yhteydessä

Kotona tai kotipihalla

Työssä tai työpaikalla

Muulloin vapaa-ajalla

80. Käytätkö liikenteessä seuraavia turvavälineitä?

- Yleensä aina
- Joskus
- En koskaan
- En liiku kyseisellä tavalla

Kypärää pyöräillessäsi

Kypärää mopolla tai moottoripyörällä liikkeessasi

Turvavyötä autolla liikkeessasi

Heijastinta tai heijastavia asusteita pimeällä liikkeessasi

Pelastusliivejä vesillä liikkeessasi

Häirintä ja väkivalta

Fyysinen väkivalta

81. Onko sinulle viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana tehty seuraavia asioita?

- Kyllä
- Ei

Varastettu tai yritetty varastaa jotain käyttämällä väkivaltaa tai uhkaamalla sillä

Muuten varastettu jotain

Uhattu vahingoittaa fyysisesti

Käyty fyysisesti kimppuusi kuten lyöty, potkittu tai käytetty jotain asetta

Seksuaalinen häirintä ja väkivalta

Sinulla on oikeus päättää, millä tavalla sinua kosketetaan. Jos joku on koskettanut sinua hämmentävällä tai ikävällä tavalla, tai pakottanut sinut koskemaan itseään, on tärkeää, että kerrot siitä aikuiselle, johon luotat. Voit kertoa asiasta esimerkiksi opettajalle tai oppilaitoksesi terveydenhoitajalle.

82. Oletko kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- Kyllä
- En

Puhelimessa tai internetissä

Oppilaitoksessa

Työelämässä oppimisen aikana työpaikalla

Harrastuksissa

Kadulla, kauppakeskuksessa tai muualla julkisessa tilassa

Sinun tai jonkun toisen henkilön kotona tai muussa yksityisessä tilassa

83. Oletko kokenut jotakin seuraavista viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- Kyllä
- En

Pakottamista riisuuntumaan

Kehon intiimien alueiden koskettelua vasten tahtoasi

Yhdyntään tai muunlaiseen seksiin painostamista tai pakottamista

Rahan, tavarain tai päihteiden tarjoamista sinulle vastineeksi seksistä

Perheessä koettu väkivalta

Vanhemmilla tarkoitetaan näissä kysymyksissä esimerkiksi äitiä tai äitipuolta, isää tai isäpuolta, adoptiovanhempia, sijaisperheen vanhempia tai lastensuojelulaitoksen ohjaajia.

84. Onko vanhempasi tehnyt **sinulle** seuraavia asioita viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- Ei
- 1–2 kertaa
- 3 kertaa tai useammin
- On tehnyt, mutta en muista montako kertaa

Kieltäytynyt puhumasta sinulle pitkän aikaa

Loukannut sanallisesti, esimerkiksi haukkunut sinua

Nöyryyttänyt tai nolannut sinua

Uhannut hylätä tai jättää sinut yksin

Heittänyt, lyönyt tai potkinut esineitä (esim. paiskonut ovia)

Lukinnut sinut johonkin paikkaan

Uhannut sinua väkivallalla

85. Onko vanhempasi tehnyt **sinulle** seuraavia asioita viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- Ei
- 1–2 kertaa
- 3 kertaa tai useammin
- On tehnyt, mutta en muista montako kertaa

Tarttunut sinuun niin, että sinuun sattui

Töninyt tai ravistellut sinua vihaisesti

Tukistanut sinua

Läimäyttänyt sinua

Lyönyt sinua nyrkillä tai esineellä

Potkaissut sinua

Satuttanut sinua muuten fyysisesti

86. Entä oletko itse nähnyt tai kuullut, että joku perheestäsi on tehnyt **toiselle perheenjäsenellesi** seuraavia asioita viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana?

- Kyllä
- En

Tarttunut niin, että häneen sattui

Töninyt tai ravistellut häntä vihaisesti

Tukistanut häntä

Läimäyttänyt häntä

Lyönyt häntä nyrkillä tai esineellä

Potkaissut häntä

Satuttanut häntä muuten fyysisesti

Syrjintä

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

- Kyllä
- Ei

Paino, pituus, kehon tai kasvojen piirteet

Ihonväri

Vammaisuus, pitkäaikainen sairaus tai näkyvä oire

Sukupuoli, sukupuolen ilmaiseminen, muunsukupuolisuus, sukupuolettomuus

Seksuaalinen suuntautuminen

Kieli

Ulkomainen tausta, romani, saamelainen

Uskonto, uskonottomuus tai elämäkatsomus

Perhe tai koti (esim. vanhemmat, sisarukset, taloudellinen tilanne, asuinpaikka)

Jos olet kokenut häirintää tai väkivaltaa, on erittäin tärkeää kertoa siitä aikuiselle. Voit puhua esimerkiksi opettajalle tai oppilaitoksen terveydenhoitajalle. Voit myös soittaa MLL:n Lasten ja nuorten puhelimeen tai Rikosuhripäivystykseen.

Avun saanti ja palvelut

Terveydenhoitaja ja lääkäri tekevät kaikille opiskelijoille terveystarkastuksia säännöllisesti. Tavallisesti terveydenhoitaja kutsuu tai antaa ajan terveystarkastukseen. Lisäksi opiskelijat voivat käydä terveydenhoitajan tai lääkärin vastaanotolla tarpeen mukaan.

88. Oletko käynyt **tämän lukuvuoden** aikana oppilaitoksesi terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin luona?

- En, ei ole ollut tarvetta
- En, yritin enkä päässyt
- Kyllä, 1-2 kertaa
- Kyllä, 3-5 kertaa
- Kyllä, yli 5 kertaa

Terveydenhoitajalla muuten kuin terveystarkastuksessa

Lääkärillä muuten kuin terveystarkastuksessa

Kuraattorilla

Psykologilla

89. Kuinka helppoa sinun on ollut päästä oppilaitoksesi terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin vastaanotolle **tämän lukuvuoden** aikana?

- Erittäin helppoa
- Melko helppoa
- Ei helppoa eikä vaikeaa
- Melko vaikeaa
- Erittäin vaikeaa

Terveydenhoitajalle muuhun kuin terveystarkastukseen

Lääkärille muuhun kuin terveystarkastukseen

Kuraattorille

Psykologille

90. Milloin sinä olet viimeksi käynyt opiskeluterveydenhuollon **terveystarkastuksessa**? Valitse yksi vaihtoehto sekä terveydenhoitajan että lääkärin osalta.

- Peruskoulun yläluokilla
- 1. opiskeluvuonna
- 2. opiskeluvuonna
- En tiedä

Terveydenhoitajalla

Lääkärillä

91. Miten seuraavat asiat toteutuivat **viimeisimmässä** terveystarkastuksessa?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Puhuttiin minulle tärkeistä asioista

Mielipidettäni kuunneltiin

Puhuttiin kotiasioistani

Uskalsin kertoa asioistani rehellisesti

92. Onko oppilaitoksessasi joku aikuinen, jonka kanssa voit keskustella, jos mieltäsi painaa jokin asia?

- Ei
- Kyllä
- En tiedä

93. Oletko saanut tukea ja apua **hyvinvointiisi** seuraavilta oppilaitoksen aikuisilta **tämän lukuvuoden** aikana?

- Kyllä, paljon
- Kyllä, jonkin verran
- En, mutta olisin tarvinnut
- En ole tarvinnut apua

Terveydenhoitajalta

Lääkäriltä

Psykologilta

Kuraattorilta

Opettajalta

Joltain muulta aikuiselta oppilaitoksessa

94. Oletko saanut tukea ja apua **oppimiseen ja opiskeluun** seuraavilta oppilaitoksen aikuisilta **tämän lukuvuoden** aikana?

- Kyllä, paljon
- Kyllä, jonkin verran
- En, mutta olisin tarvinnut
- En ole tarvinnut apua

Luokanvalvoja tai ryhmänohjaaja

Muu opettaja

Opinto-ohjaaja (OPO)

Erityisopettaja

Perhe ja asuminen

95. Missä asut? *Valitse vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa tilannettasi.*

- Vanhempieni kanssa yhteisessä kodissa (siirry kysymykseen 97)
- Asun suunnilleen yhtä paljon kummankin vanhempani kanssa esimerkiksi vuoroviikoin, he eivät asu yhdessä (siirry kysymykseen 97)
- Asun pääasiassa toisen vanhempani kanssa ja olen toisen vanhempani luona silloin tällöin, esimerkiksi viikonloppuina (siirry kysymykseen 97)
- Yhden vanhempani kanssa (siirry kysymykseen 97)
- Isovanhempien tai muiden sukulaisten kanssa ilman vanhempiani
- Sijaisperheessä (siirry kysymykseen 97)
- Lastenkodissa, nuorisokodissa tai koulukodissa (siirry kysymykseen 97)
- Ammatillisessa perhekodeissa (siirry kysymykseen 97)
- Asuntolassa (siirry kysymykseen 97)
- Soluasunnossa, yhteistaloudessa tai ”kimppekämpässä” (siirry kysymykseen 97)
- Yksin esim. vuokralla tai omistusasunnossa (siirry kysymykseen 97)
- Yhdessä puolisoni (avo- tai avioliitossa) kanssa (siirry kysymykseen 97)
- Puolison ja lapsen/lasten kanssa (siirry kysymykseen 97)
- Yksin lapsen/lasten kanssa (siirry kysymykseen 97)
- Asun vanhempieni luona yhdessä lapseni/lasteni kanssa (siirry kysymykseen 97)
- Muulla tavoin (siirry kysymykseen 97)

96. Miksi asut isovanhempien tai muiden sukulaisten kanssa?

- Sosiaalityöntekijä (sossu) on sanonut missä asun
- Muista syistä
- En osaa sanoa

97. Mikä on korkein koulutus, jonka vanhempasi ovat suorittaneet?

Äiti

Isä

Muu vanhempi

- Peruskoulu tai vastaava
- Lukio tai ammatillinen oppilaitos
- Lukion tai ammatillisen oppilaitoksen lisäksi ammatillisia opintoja
- Yliopisto, ammattikorkeakoulu tai muu korkeakoulu

98. Ovatko vanhempasi olleet viimeksi kuluneen **12 kuukauden** aikana työttöminä tai lomautettuina?

- Eivät
- On, yksi vanhemmistani
- On, kaksi tai useampi vanhemmistani

99. Millaiseksi arvioit perheesi taloudellisen tilanteen?

- Erittäin hyväksi
- Melko hyväksi
- Kohtalaiseksi
- Melko huonoksi
- Erittäin huonoksi

100. Missä maassa sinä ja vanhempasi olette syntyneet? *Vastaa kaikkien osalta.*

Sinä

Äiti

Isä

- Suomi
- Ruotsi
- Viro
- Venäjä tai entinen Neuvostoliitto
- Jokin muu Euroopan maa
- Somalia
- Irak
- Iran
- Afganistan
- Kiina
- Thaimaa
- Vietnam
- Jokin muu maa

101. Kuinka kauan olet asunut Suomessa?

- Koko ikäni
- Yli 10 vuotta, mutta en aina
- 5-10 vuotta
- 1-4 vuotta
- Alle vuoden

102. Pystytkö keskustelemaan vanhempiesi kanssa omista asioistasi?

- En juuri koskaan
- Silloin tällöin
- Melko usein
- Usein

Tyytyväisyys elämään

103. Oletko elämääsi tällä hetkellä

- Erittäin tyytyväinen
- Melko tyytyväinen
- En tyytyväinen enkä tyytymätön
- Melko tyytymätön
- Erittäin tyytymätön

104. Missä määrin olet samaa tai eri mieltä seuraavien väittämien kanssa? *Merkitse jokaisen väittämän kohdalla se vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa kokemustasi.*

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä

Saan myönteistä palautetta tekemisistäni

Kuulun itselleni tärkeään ryhmään tai yhteisöön

Olen tarpeellinen muille ihmisille

Pystyn vaikuttamaan oman elämäni kulkuun

Tunnen, että elämälläni on tarkoitus

Pystyn tavoittelemaan minulle tärkeitä asioita

Saan itse apua silloin, kun sitä todella tarvitsen

Koen, että minuun luotetaan

Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin

Vapaa-aika

Seuraavassa kysymyksessä netillä tarkoitetaan erilaisilla laitteilla (kuten kännykkä, tabletti, tietokone, televisio) käytettäviä sovelluksia, pelejä, elokuvia tai ohjelmia. Netin käyttöä ovat myös sosiaalinen media ja verkkopalvelut.

105. Kuinka usein olet kokenut seuraavia asioita?

- Hyvin usein
- Melko usein
- En kovin usein
- En koskaan

Olen yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, mutta en ole onnistunut

Minun pitäisi viettää enemmän aikaa perheen, ystävien tai läksyjen parissa, mutta kaikki aika kuluu netissä

Olen huomannut olevani netissä, vaikka minua ei ole oikeastaan edes huvittanut

Olen tuntenut oloni hermostuneeksi, kun en ole päässyt nettiin

En ole syönyt tai nukkunut netin takia

Rahapelillä tarkoitetaan pelaamista, jossa **voitto tai tappio on rahaa**. Rahapelejä ovat mm. vedonlyöntipelit, rahapeliautomaatit, raaputusarvat, internetissä pelattavat rahapelit (kuten nettipokeri) sekä yksityiset korttipelit rahapanoksin.

106. Kuinka usein pelaat rahapelejä?

- 6-7 päivänä viikossa
- 3-5 päivänä viikossa
- 1-2 päivänä viikossa
- Harvemmin kuin kerran viikossa
- Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- En ole pelannut viimeisen vuoden aikana

107. Kuinka usein teet seuraavia asioita **opiskelupäivän ulkopuolella?**

- Lähes päivittäin
- Joka viikko
- Joka kuukausi
- Harvemmin
- En koskaan

Harrastan liikuntaa tai urheilen

Harrastan laulamista, soittamista tai säveltämistä

Harrastan näyttölemistä, sirkusta tai tanssia

Harrastan piirtämistä, maalaamista tai valokuvaamista

Luen kirjoja omaksi ilokseni

Kirjoitan runoja tai kertomuksia

Käyn elokuvissa, teatterissa, konsertissa tai näyttelyissä

Teen käsi- tai puutöitä, askartelen, rakennan tai korjaan koneita tai laitteita

Koodaan tai ohjelmoin

Harrastan pelaamista kännykällä, tabletilla, tietokoneella tai muulla vastaavalla

Teen animaatioita, videoita tai elokuvia

Julkaisen mediasisältöä esimerkiksi bloggaamalla, vloggaamalla tai tubettamalla

Hoidan lemmikkiä tai kotieläintä

Osallistun jonkin seuran, yhdistyksen tai järjestön toimintaan, esim. partio, 4H-kerho, vapaapalokunta, vapaaehtoistoiminta, seurakunta

Harrastan säännöllisesti jotain muuta

Taiteen ja kulttuurin harrastaminen on esimerkiksi piirtämistä, kirjoittamista, koodaamista tai teatterissa, festareilla, sirkuksessa tai museossa käymistä. Myös musiikin kuuntelu, kirjojen lukeminen, valokuvaaminen ja videoiden tekeminen tai elokuvien katselu on taiteen ja kulttuurin harrastamista.

108. Kuinka usein harrastat taidetta tai kulttuuria ohjatusti tai omatoimisesti **vapaa-ajalla?**

- Lähes päivittäin
- Joka viikko
- Joka kuukausi
- Harvemmin
- En koskaan

Ohjatusti tunneilla, esimerkiksi taideoppilaitoksessa tai oppilaitoksen kerhossa

Omatoimisesti

109. Mieti kaikkea taiteen ja kulttuurin harrastamistasi viimeksi kuluneen **7 päivän** aikana. Kuinka monena päivänä olet harrastanut taidetta ja kulttuuria ainakin tunnin päivässä?

- 0 päivänä
- 1 päivänä
- 2 päivänä
- 3 päivänä
- 4 päivänä
- 5 päivänä
- 6 päivänä
- 7 päivänä

110. Teetkö opiskelun ohella iltapäivisin, iltaisin tai viikonloppuisin työtä, josta sinulle maksetaan palkkaa?

- En (siirry kysymykseen 112)
- Kyllä

111. Työskentelen keskimäärin viikossa

- 1-5 tuntia
- 6-10 tuntia
- Yli 10 tuntia

112. Merkitse vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa omaa mielipidettäsi. *Asuinalueella tarkoitetaan omaa kaupunginosaasi tai pienemmällä paikkakunnilla esimerkiksi kuntaa tai taajamaa.*

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Asuinalueellani järjestetään kiinnostavaa vapaa-ajan toimintaa nuorille

Asuinalueellani on tarpeeksi oleskelutiloja nuorille

Tiedän asuinalueeni harrastusmahdollisuuksista

Minulle sopivat harrastuspaikat sijaitsevat liian kaukana

Minua kiinnostavat harrastukset ovat liian kalliita

Koronaepidemia

113. Oletko ollut **koronaepidemian** vuoksi etäopetuksessa **tämän lukuvuoden** aikana? *Arvioi etäopetusjaksojen pituus yhteensä.*

- En lainkaan
- Alle kuukauden
- 1-2 kuukautta
- Yli 2 kuukautta

Syyslukukaudella

Kevätlukukaudella

114. Oletko saanut tukea ja apua oppimiseen ja koulunkäyntiin **etäopetuksessa** **tämän lukuvuoden** aikana?

- Kyllä, paljon
- Kyllä, jonkin verran
- En, mutta olisin tarvinnut
- En ole tarvinnut apua
- En ole ollut etäopetuksessa

115. Ihmisillä voi olla huolia koronavirukseen liittyen. Oletko ollut **tämän lukuvuoden** aikana huolissasi seuraavista asioista?

- En ollenkaan
- Jonkin verran
- Paljon

Koronavirustartunnan saamisesta

Siitä, että tartutat muita ihmisiä

Siitä, että joku sinulle läheinen ihminen (esim. perheenjäsen, sukulainen tai kaveri) saa koronavirustartunnan

116. Onko koronaepidemia tai sen rajoittamistoimet vaikuttaneet elämääsi **tämän lukuvuoden** aikana?

- Ei vaikutusta
- Kyllä, vähentynyt
- Kyllä, lisääntynyt
- Ei koske minua

Perheen kanssa vietetyn ajan määrä

Perheen sisäiset erimielisyydet ja ristiriidat

Yhteydenpito isovanhempiin

Yhteydenpito kavereihin

Kiitos vastauksistasi!

Jos hyvinvointiisi liittyvät asiat mietityttävät sinua, on tärkeää jutella niistä vanhempiesi tai oppilaitoksesi terveydenhoitajan kanssa. Voit myös jutella asioistasi esimerkiksi MLL:n Lasten ja nuorten puhelimesta tai chatissa.

Jos haluat, voit antaa palautetta kyselystä tässä: _____

Paina lopuksi ”Lähetä”-painiketta ja sulje selain.