



Nuorten arki

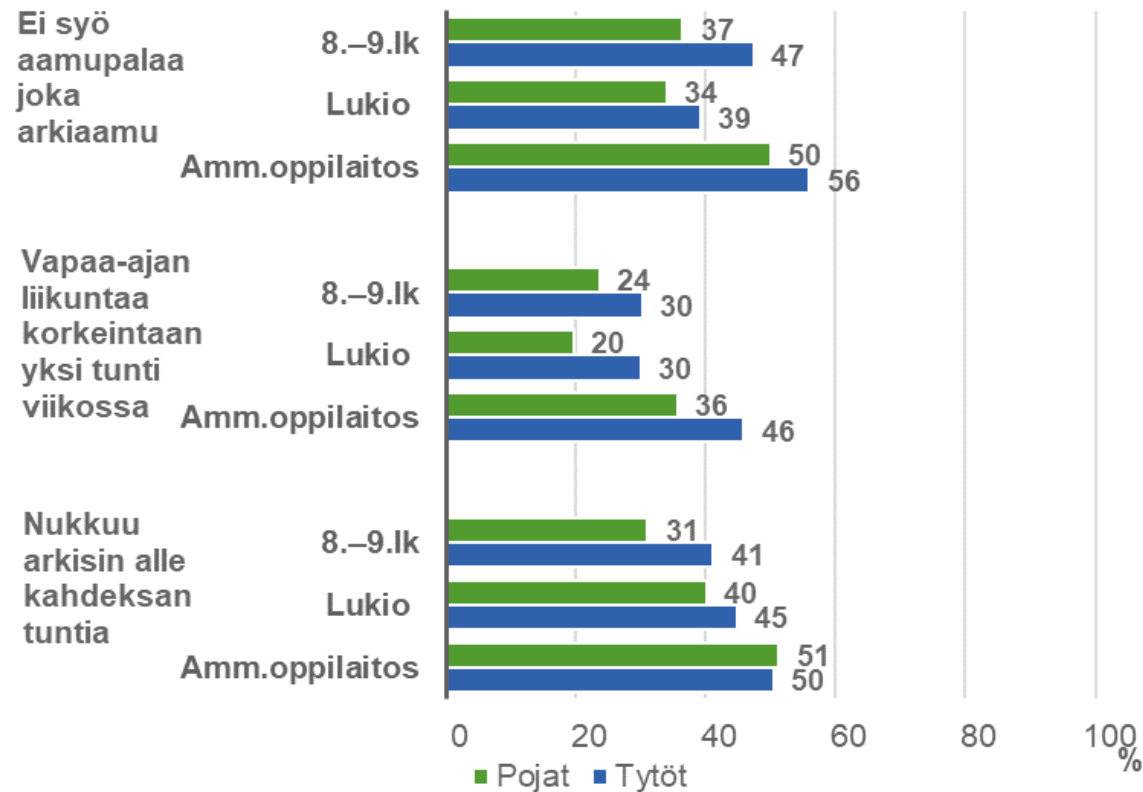
Kouluterveyskysely 2023

Jenni Helenius ja Hanne Kivimäki

21.9.2023

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

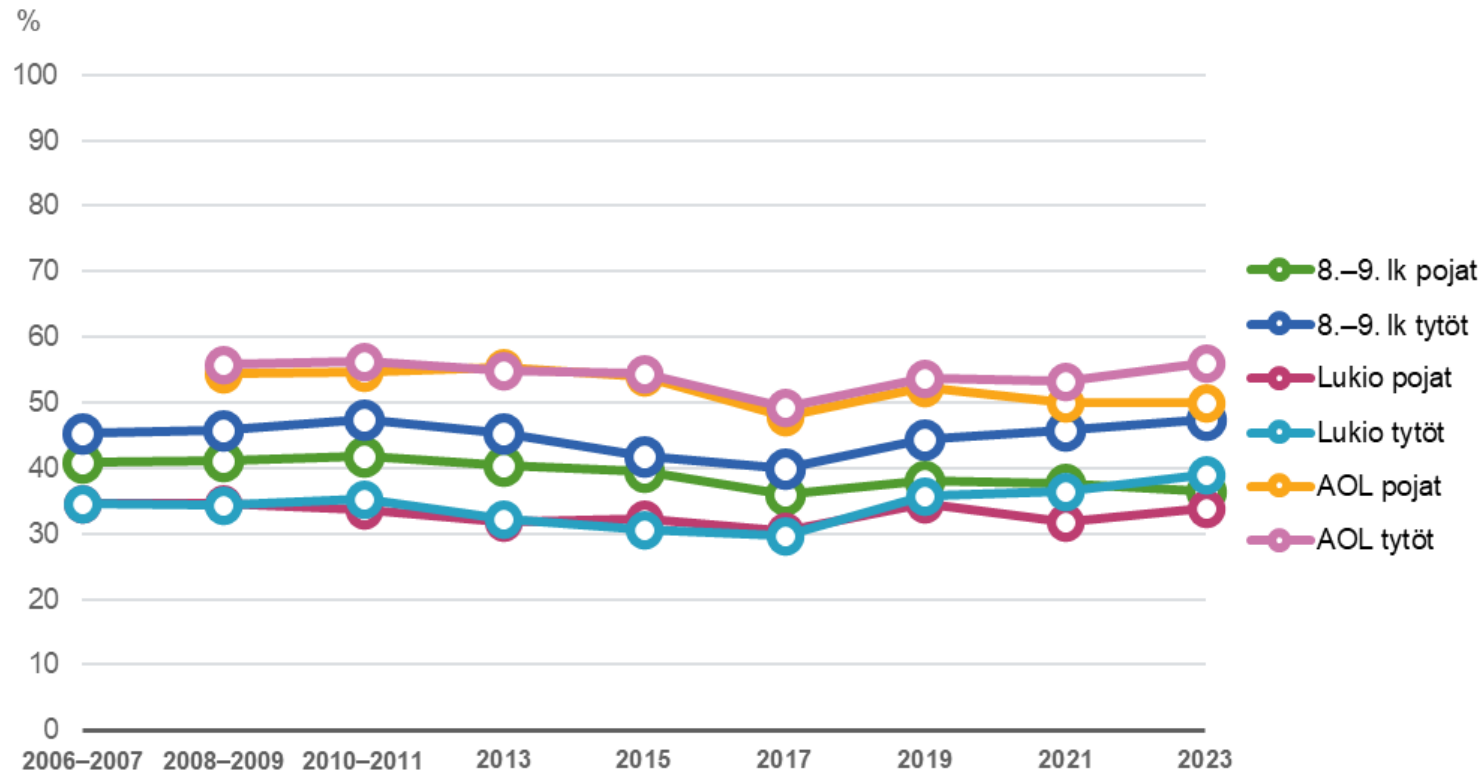
Nuorten arkea kuvaavia indikaattoreita sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuonna 2023, %



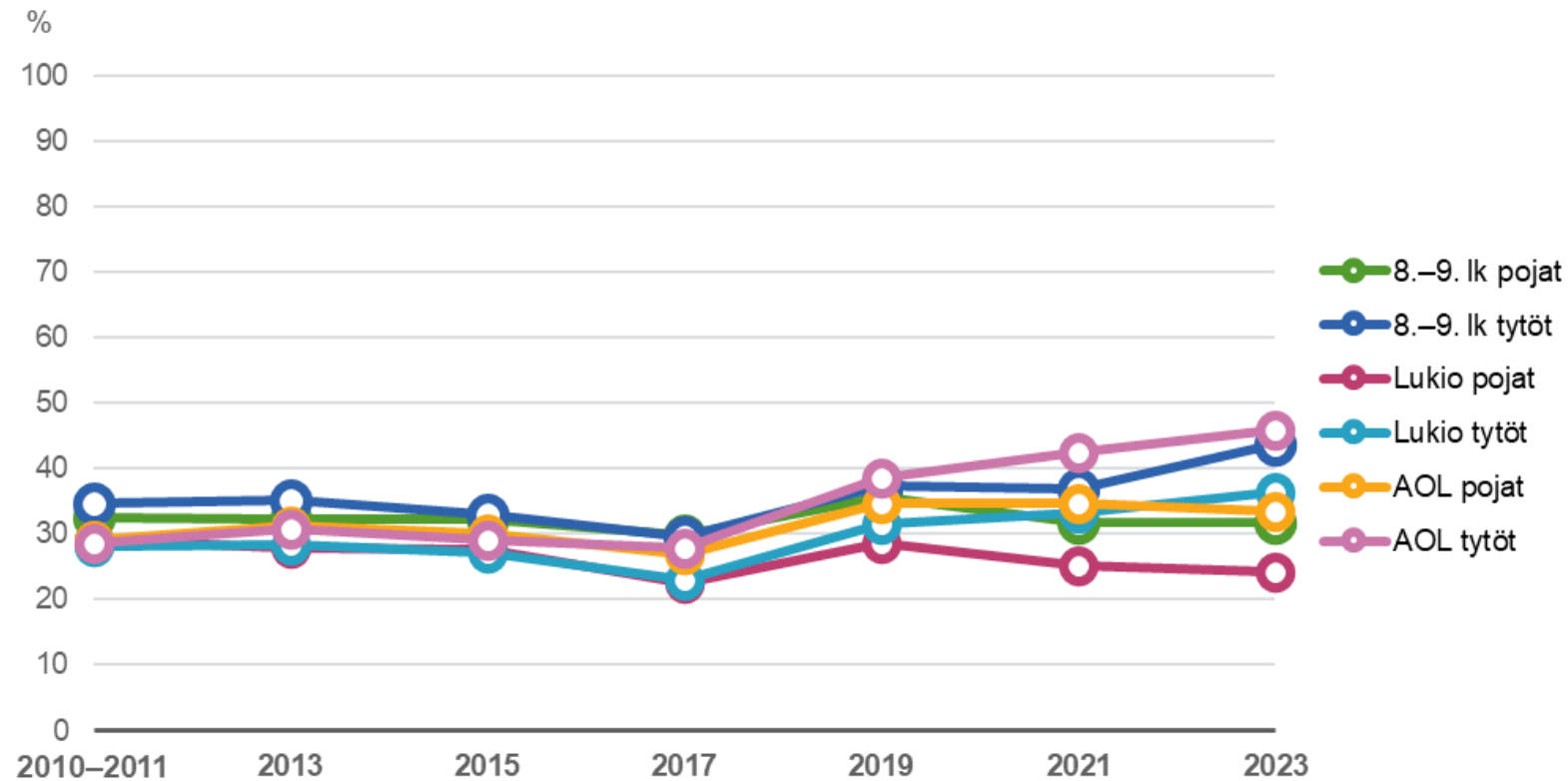
Kouluterveyskyselyn alue- ja kuntakohtaiset tulokset julkaistaan indikaattoreina interaktiivisessa Lasten ja nuorten terveys ja hyvinvointi -tulostilastuksessa (Tableau) ja THL:n tilastokuutioissa (thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset)

Myös indikaattorin laskennassa käytetyn kysymyksen vastausjakauma julkaistaan tilastokuutioissa. Tuloksia on mahdollista tarkastella myös taustatekijöittäin eli oppilaitoksen virallisen kielen (ruotsi, suomi tai muu) tai oppilaan tai opiskelijan syntyperän mukaan.

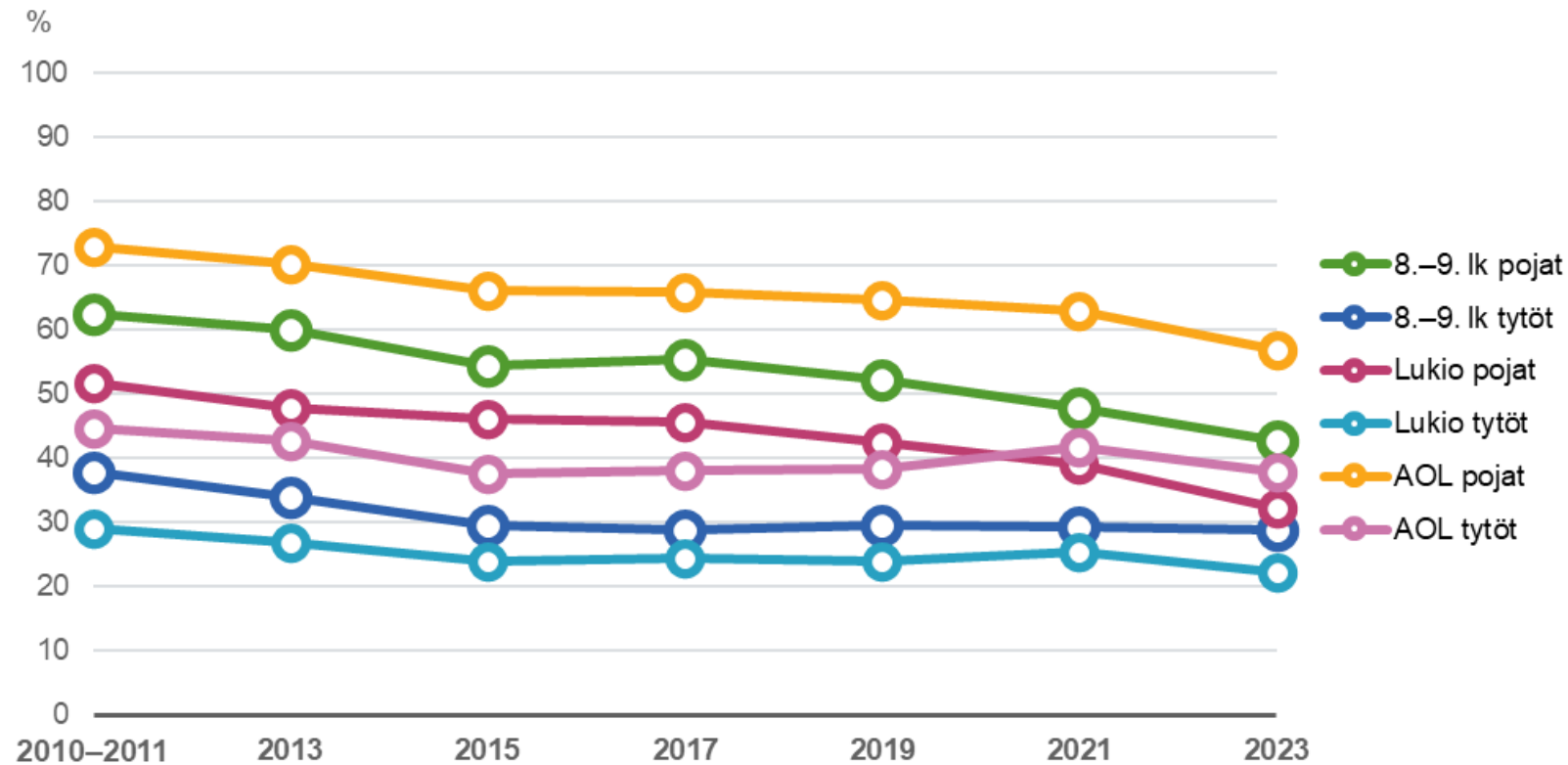
Nuorten osuus, jotka eivät syö aamupalaa joka arkipäivä, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2006–2023, %



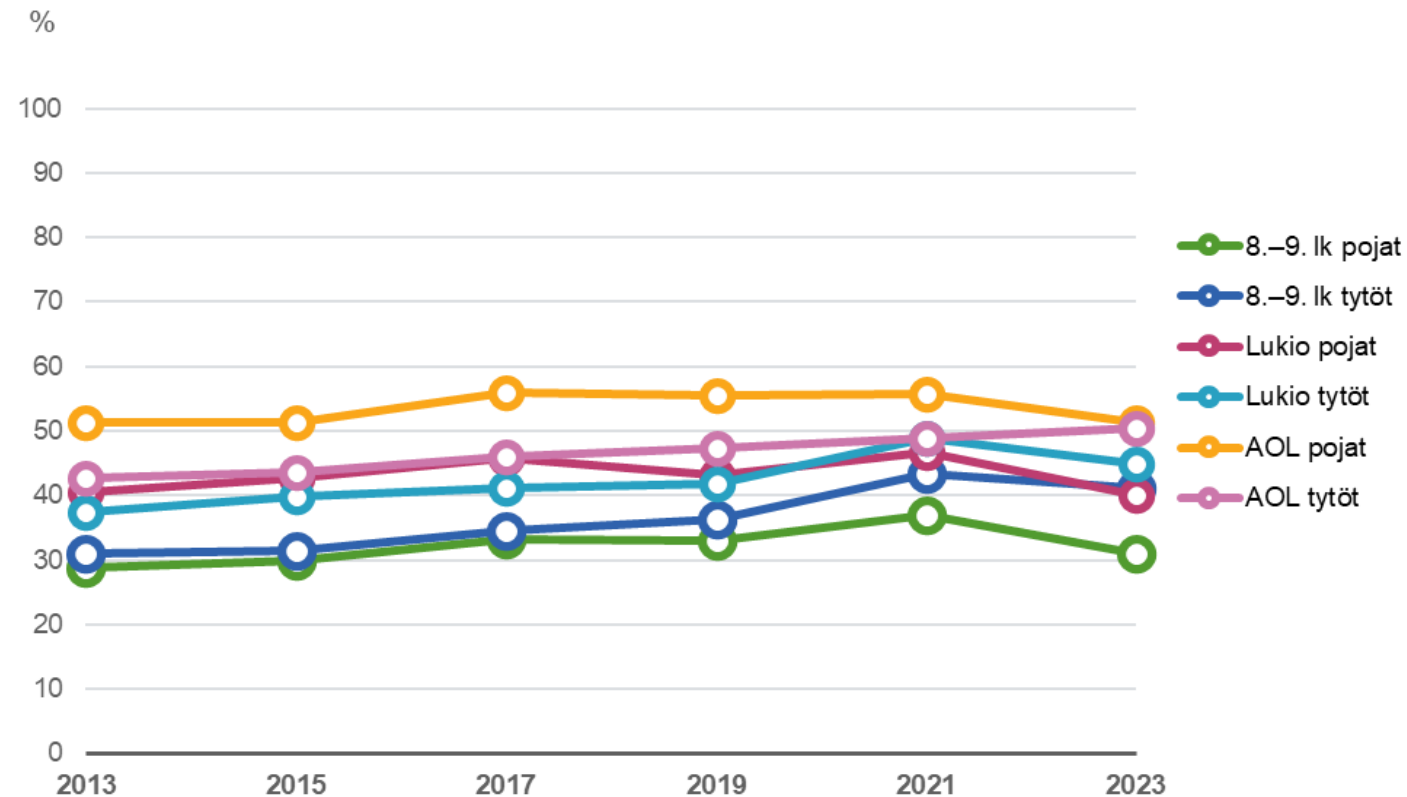
Nuorten osuus, jotka eivät syö koululounasta päivittäin, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2010–2023, %



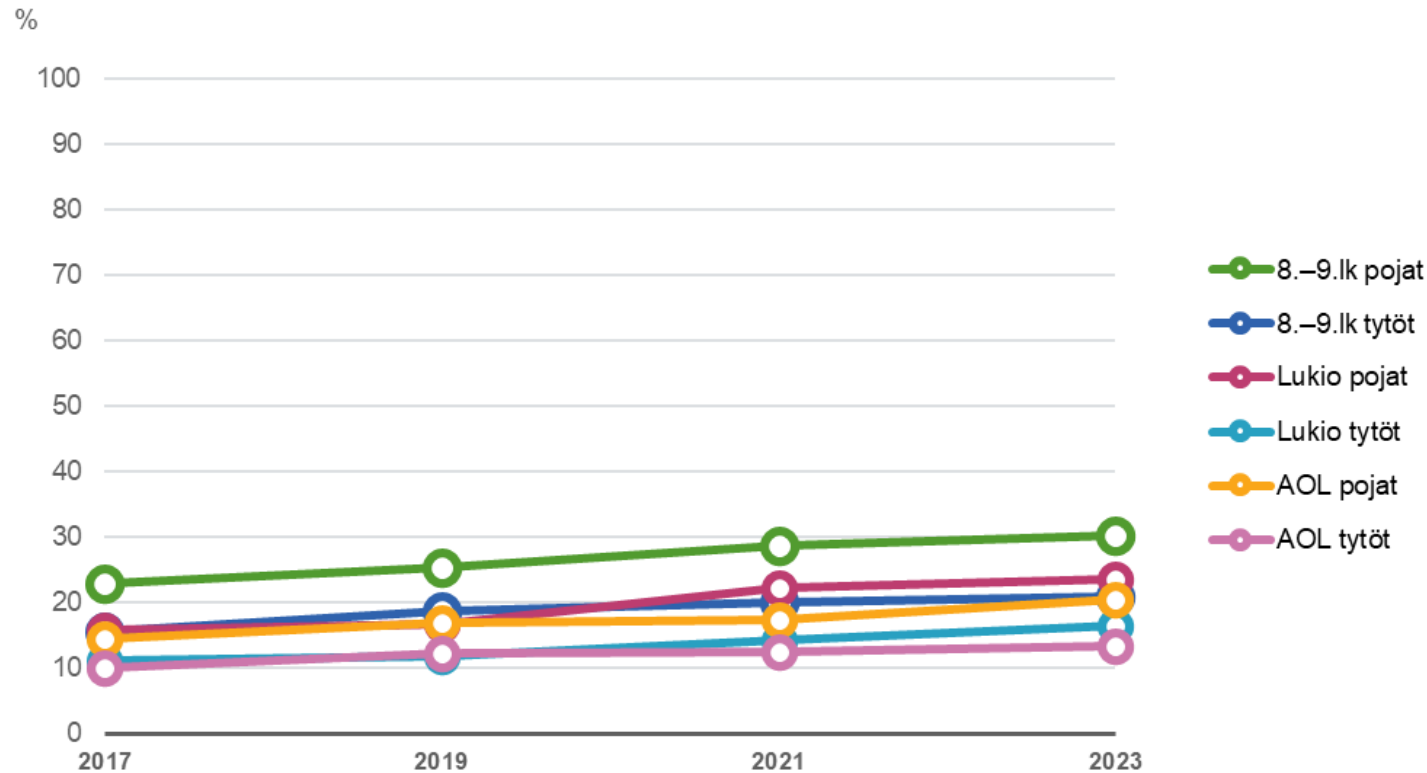
Hampaansa harvemmin kuin kahdesti päivässä harjanneiden nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2010–2023, %



Arkisin alle kahdeksan tuntia nukkuvien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2013–2023, %

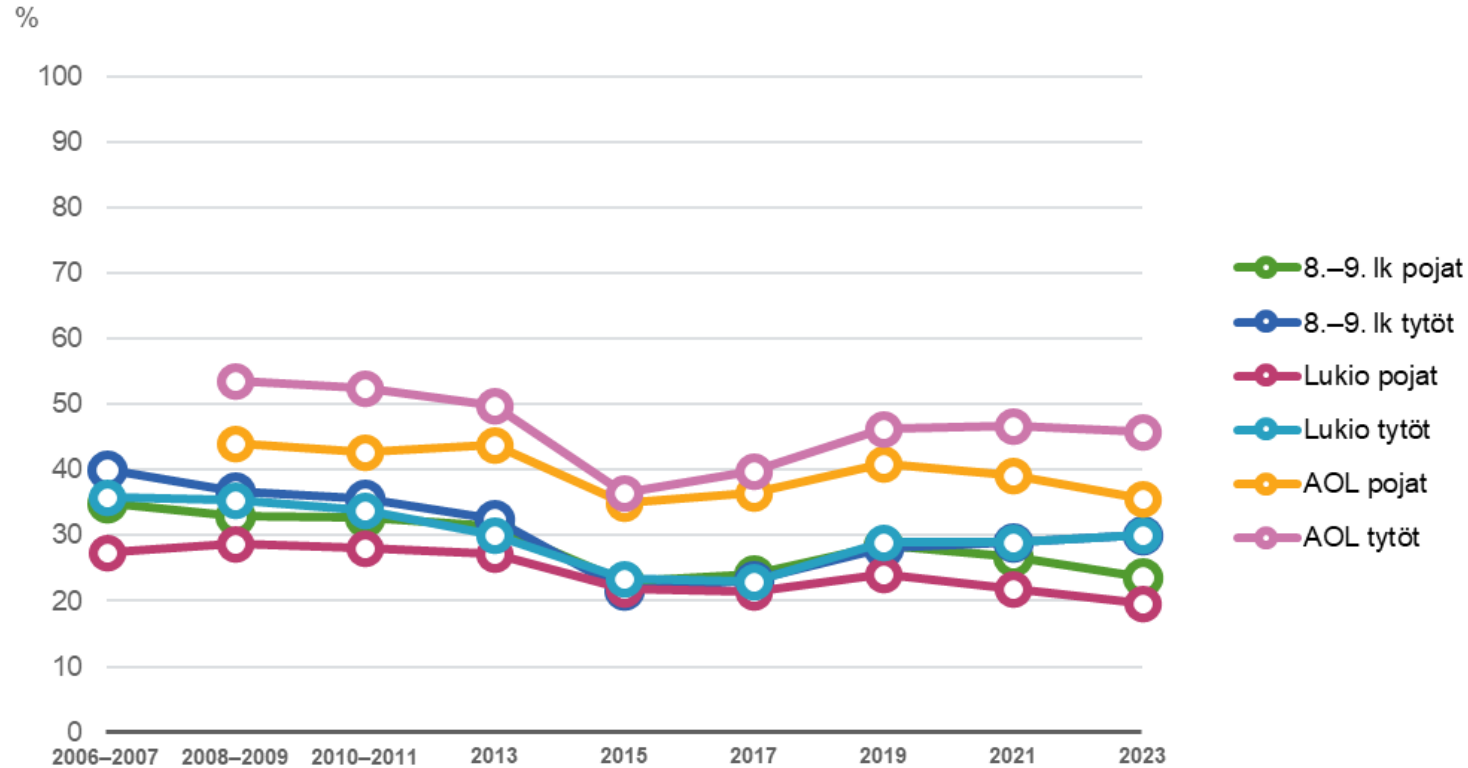


Vähintään tunnin päivässä liikkuvien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017–2023, %



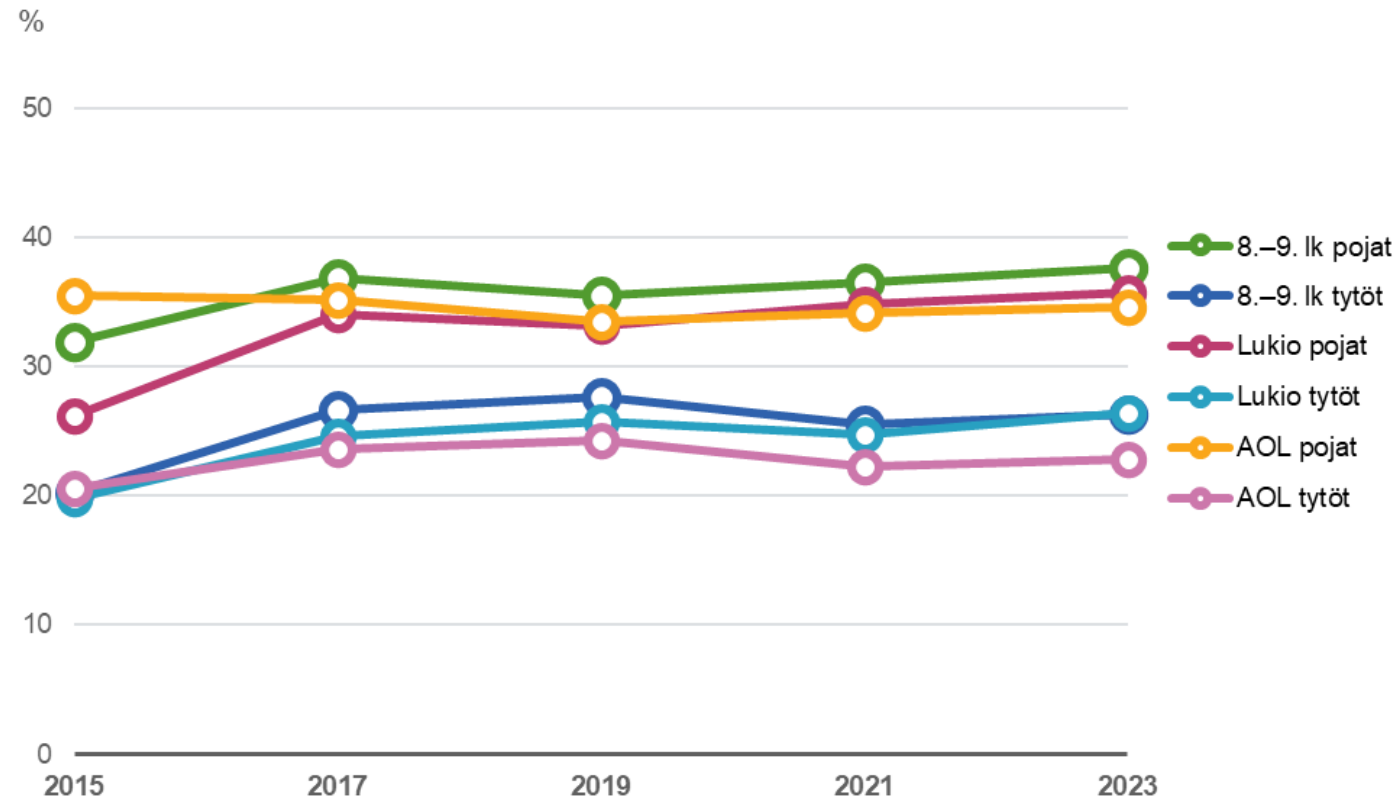
Liikunnaksi kysymyksessä oli määritelty kaikki sellainen toiminta, joka nostaa sydämen sykettä ja saa vastaajan hetkeksi hengästymään esimerkiksi urheillessa, ystävien kanssa pelatessa, koulumatkalla, välitunnilla tai koulun liikuntatunneilla. Liikuntaa on esimerkiksi ripeä kävely, juokseminen ja pyöräily.

Hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan yhden tunnin viikossa harrastavien nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2006–2023, %



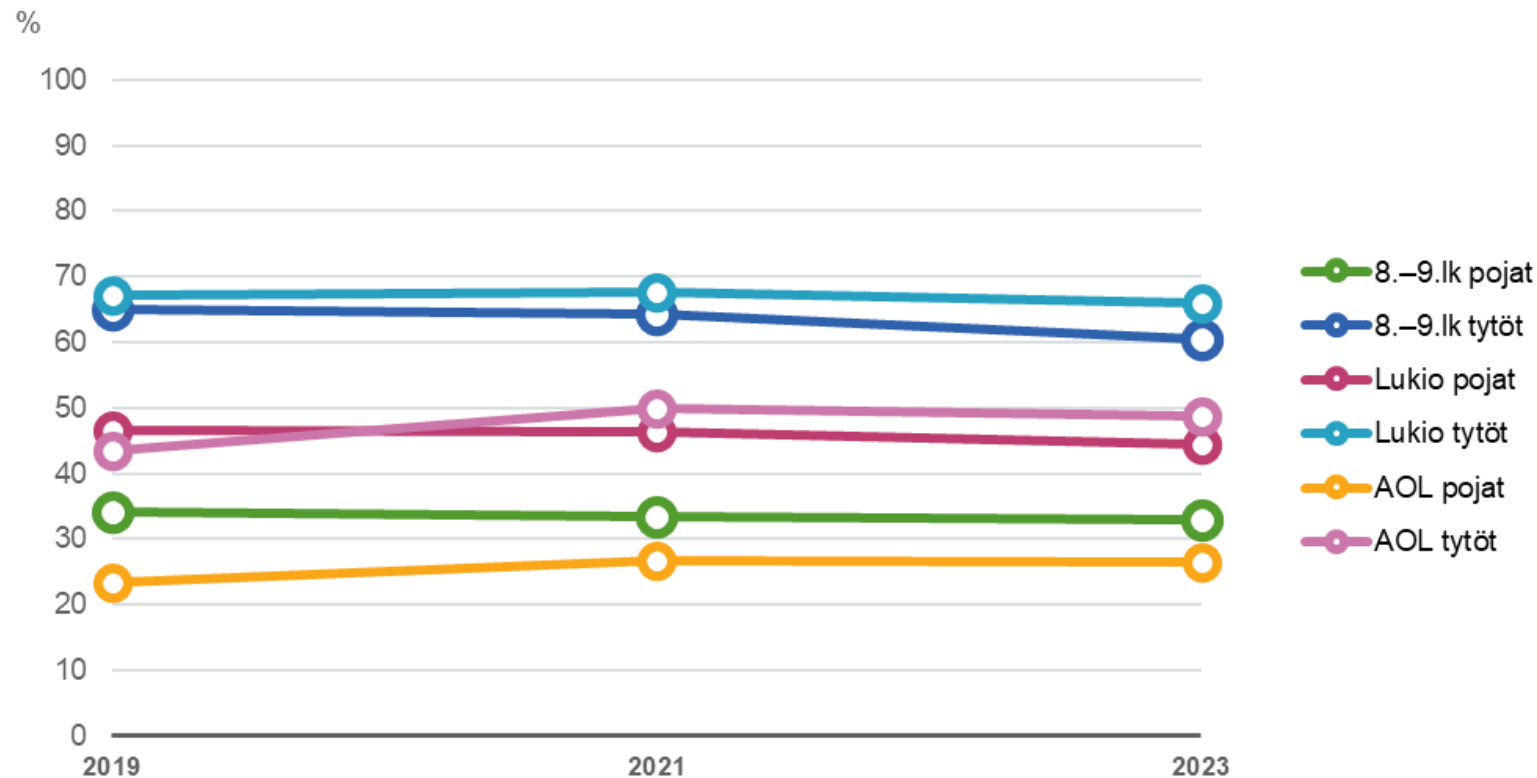
Tällä tarkoitetaan, että harrastaa liikuntaa vapaa-aikana niin, että hengästyy ja hikoilee.

Nuorten osuus, jotka ovat kokeneet, että asuinalueella on järjestetty kiinnostavaa vapaa-ajan toimintaa nuorille, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2015–2023, %



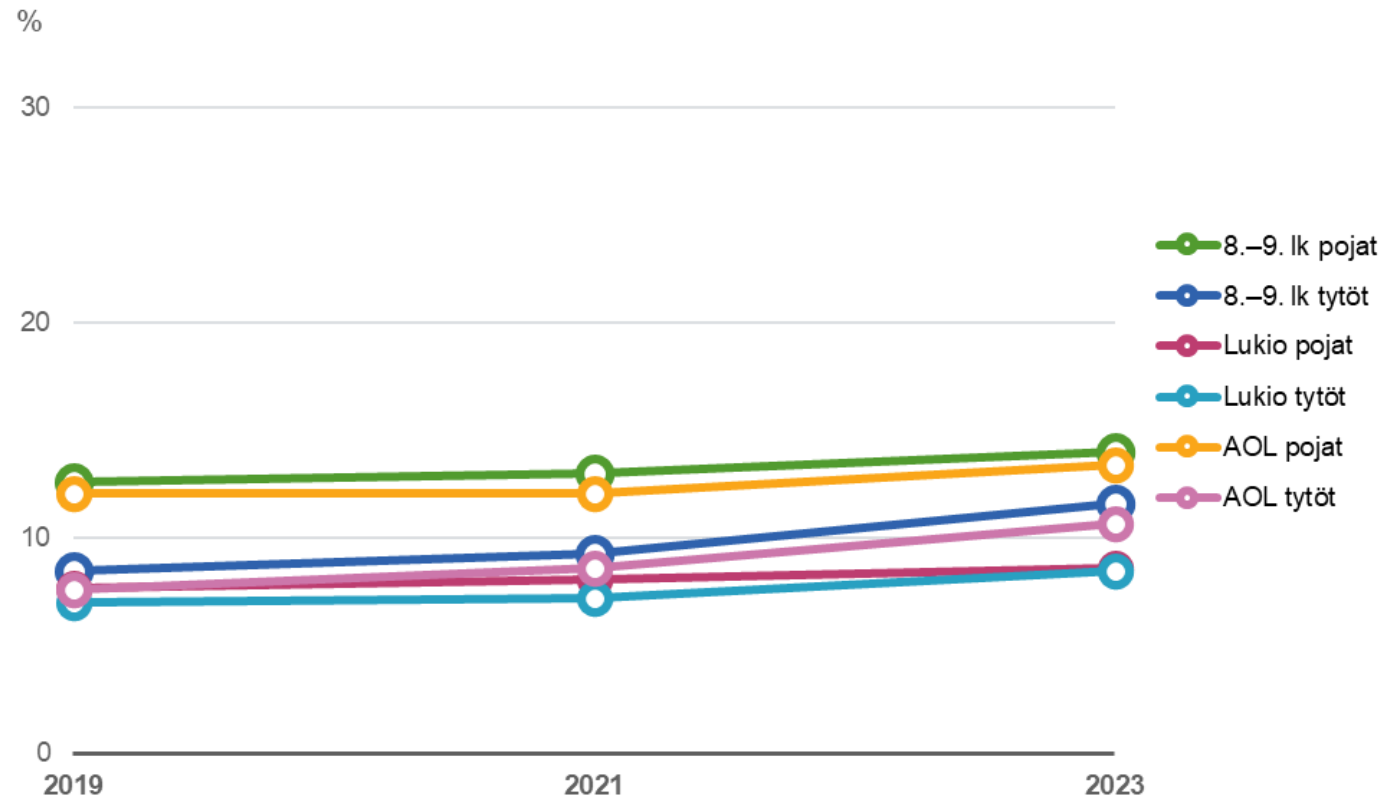
Asuinalueella tarkoitetaan kaupunginosaa tai pienemmillä paikkakunnilla esimerkiksi kuntaa tai taajamaa.

Taidetta ja kulttuuria vähintään yhtenä päivänä viikossa harrastavien nuorten osuus, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2019–2023, %

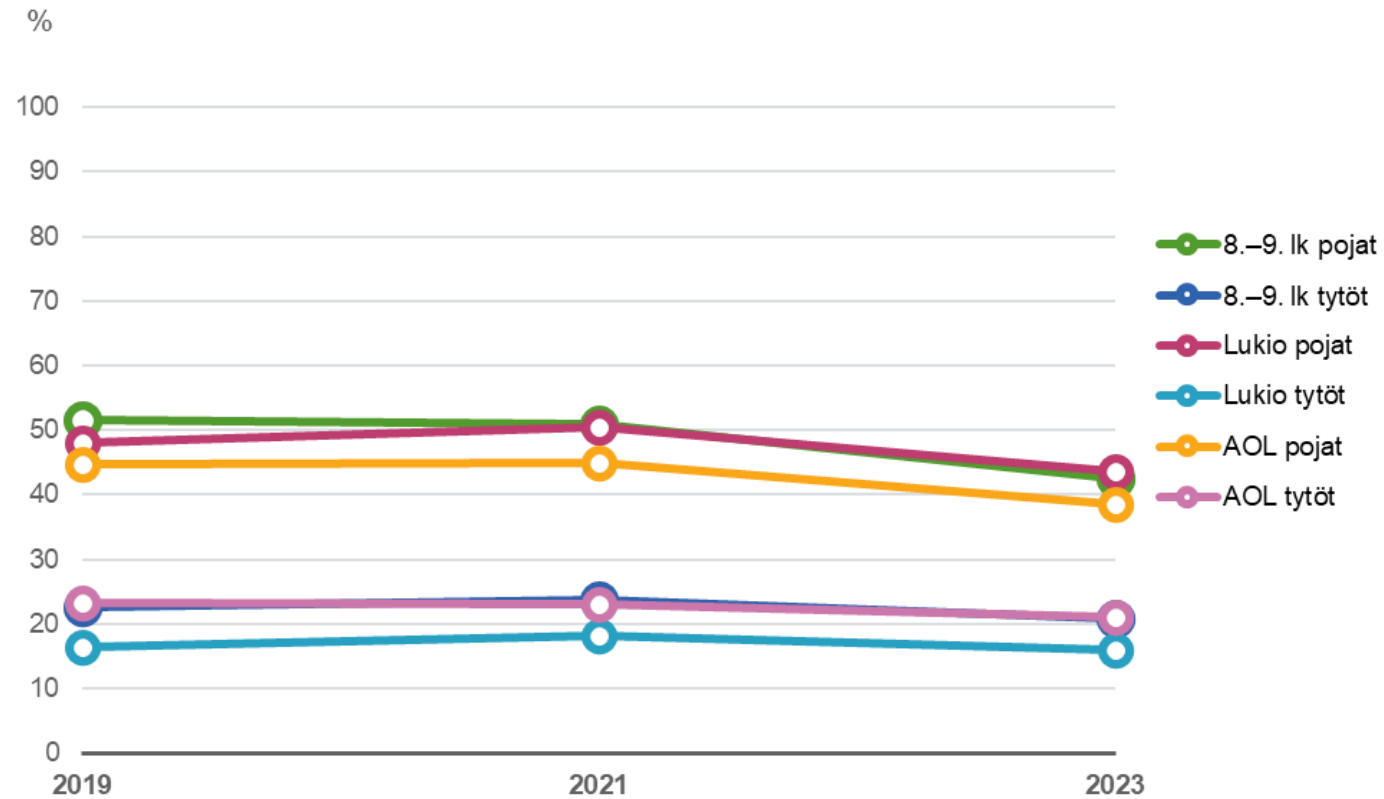


Taiteen ja kulttuurin harrastaminen on esimerkiksi piirtämistä, kirjoittamista, koodaamista tai teatterissa, festareilla, sirkuksessa tai museossa käymistä. Myös musiikin kuuntelu, kirjojen lukeminen, valokuvaaminen ja videoiden tekeminen tai elokuvien katselu on taiteen ja kulttuurin harrastamista.

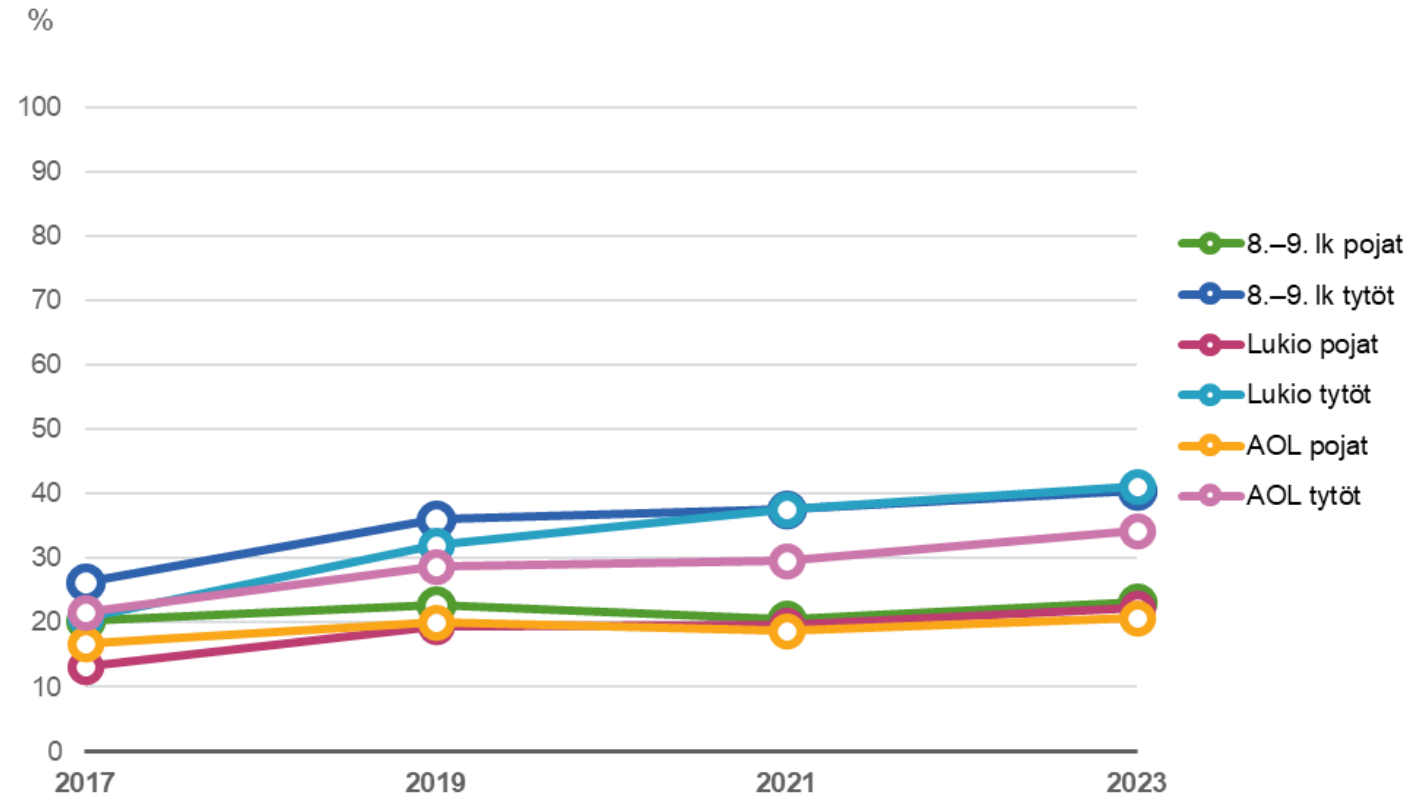
Nuorten osuus, jotka julkaisevat mediasisältöä vähintään kuukausittain, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2019–2023, %



Lähes päivittäin pelaamista mobiililaitteilla tai tietokoneella harrastavien nuorten osuus, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2019–2023, %

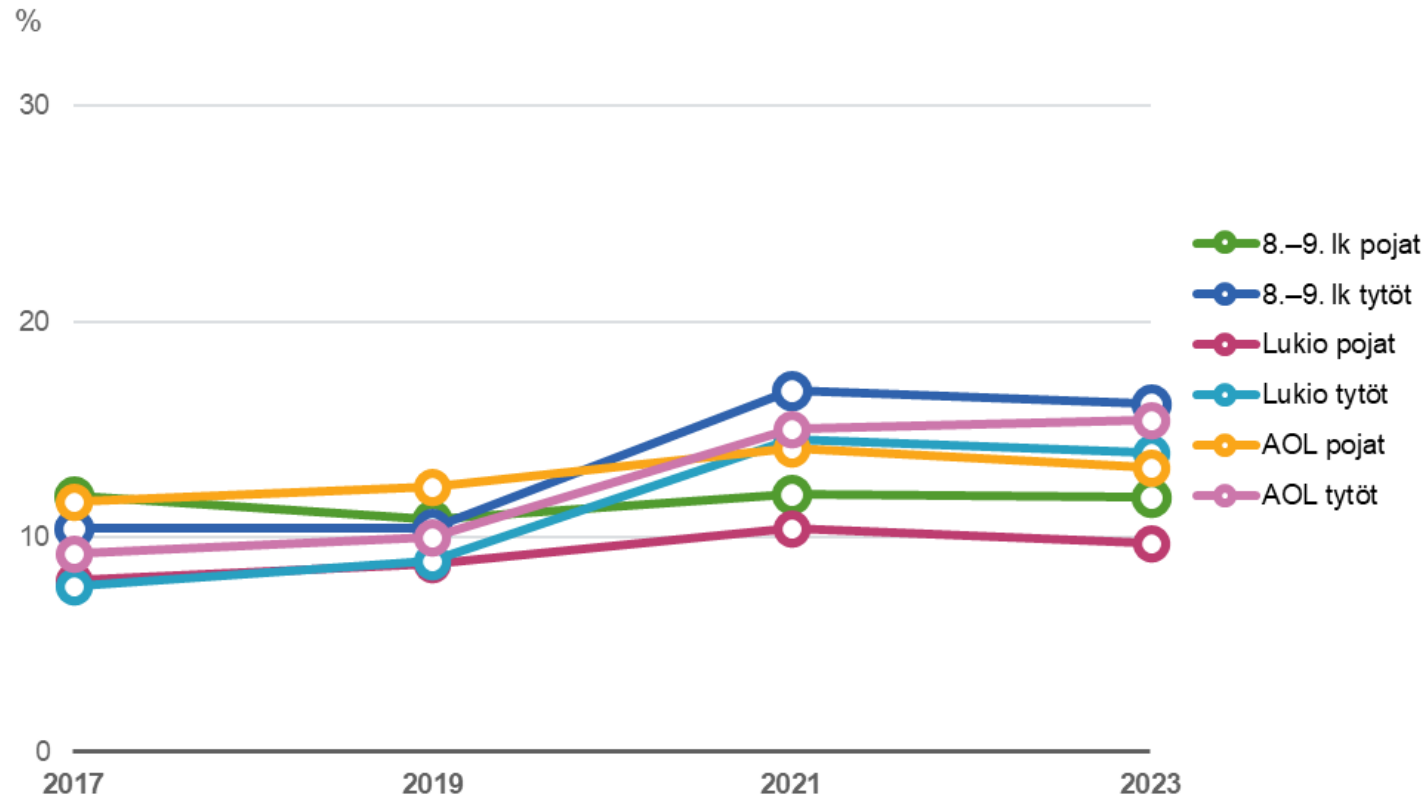


Nuorten osuus, jotka ovat usein yrittäneet viettää vähemmän aikaa netissä, mutta eivät ole onnistuneet, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017–2023, %



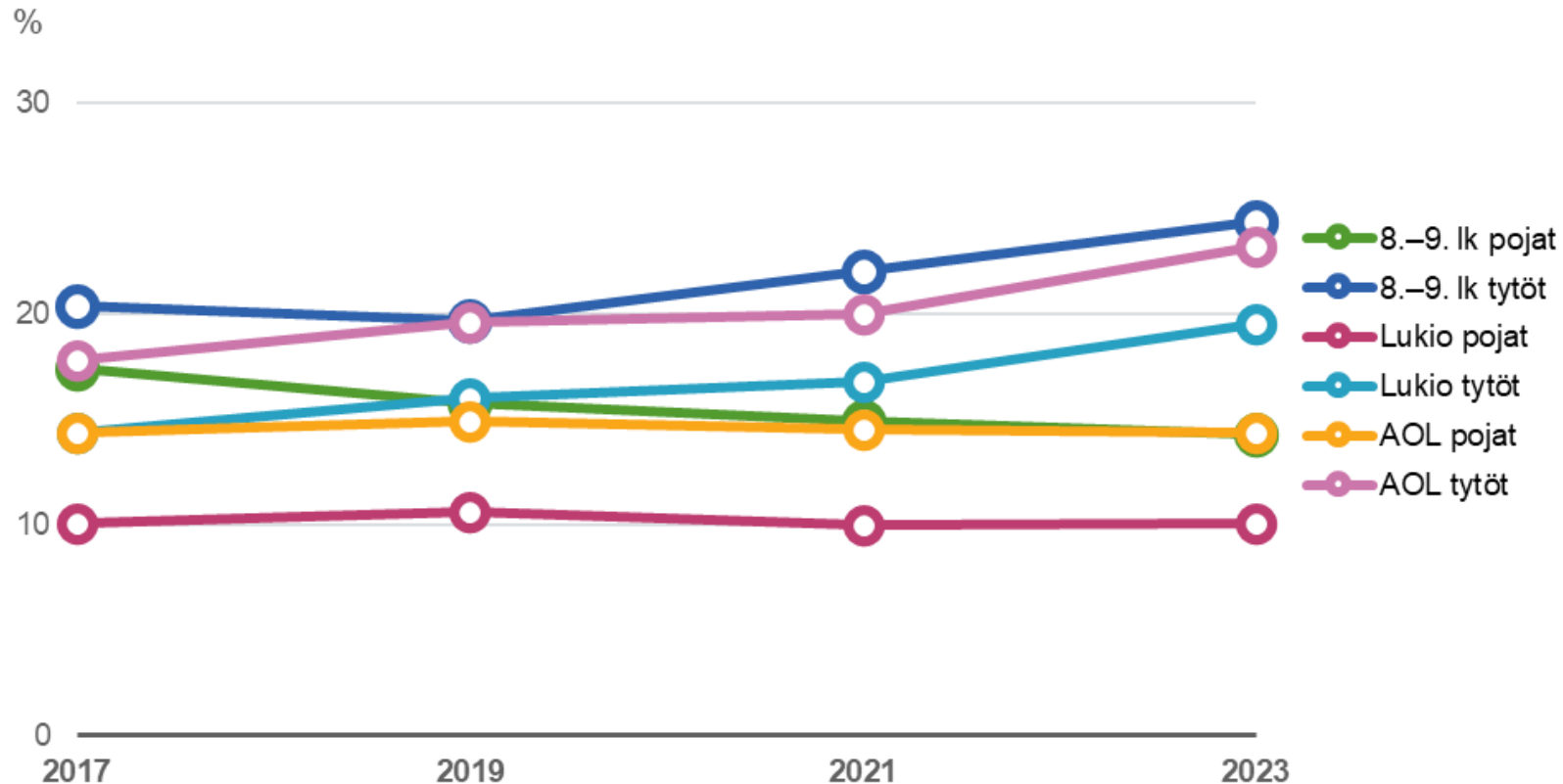
Kuvioissa on tarkastelussa liiallinen netinkäyttö, jota kartoitettiin EIU-mittarilla (Excessive Internet Use). Kysymyksessä netillä tarkoitetaan erilaisilla laitteilla (kuten kännykkä, tabletti, tietokone, televisio) käytettäviä sovelluksia, pelejä, elokuvia tai ohjelmia. Netin käyttöä ovat myös sosiaalinen media ja verkkopalvelut.

Nuorten osuus, jotka eivät ole usein syöneet tai nukkuneet netin takia, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017–2023, %



Kuvioissa on tarkastelussa liiallinen netinkäyttö, jota kartoitettiin EIU-mittarilla (Excessive Internet Use). Kysymyksessä netillä tarkoitetaan erilaisilla laitteilla (kuten kännykkä, tabletti, tietokone, televisio) käytettäviä sovelluksia, pelejä, elokuvia tai ohjelmia. Netin käyttöä ovat myös sosiaalinen media ja verkkopalvelut.

Nuorten osuus, jotka ovat usein tunteneet olonsa hermostuneeksi, kun eivät ole päässeet nettiin, sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2017–2023, %



Kuvioissa on tarkastelussa liiallinen netinkäyttö, jota kartoitettiin EIU-mittarilla (Excessive Internet Use). Kysymyksessä netillä tarkoitetaan erilaisilla laitteilla (kuten kännykkä, tabletti, tietokone, televisio) käytettäviä sovelluksia, pelejä, elokuvia tai ohjelmia. Netin käyttöä ovat myös sosiaalinen media ja verkkopalvelut.

Keskeiset tulokset

- Yhä useampi nuori (34–56 %) ei syönyt aamupalaa joka arkipäivä.
- Noin kolmannes nuorista kertoi, että ei syönyt koululounasta päivittäin.
- Arkisin alle kahdeksan tuntia nukkuneiden nuorten osuus (31–51 %) pienentyi lähes kaikissa ikäryhmissä.
- Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus kasvoi hieman lähes kaikissa ikäryhmissä.
- Hyvin vähän eli alle tunnin viikossa liikkui vapaa-ajalla 20–36 prosenttia pojista ja 30–46 prosenttia tytöistä.
- Useampi kuin joka kymmenes nuori kertoi, että ei ollut usein syönyt tai nukkunut netin takia. Osuudet olivat pysyneet lähes samana verrattuna vuoteen 2021.